



## รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

โครงการ: โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยง  
ของนิสิต/นักศึกษา

โดย วิชุดา กิจธรรม

กันยายน 2554

## รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์

โครงการ: โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยง  
ของนิสิต/นักศึกษา

วิชุดา กิจธรรม      มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สนับสนุนโดยสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย  
(ความเห็นในรายงานนี้เป็นของผู้วิจัย สกอ. และ สกว. ไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยเสมอไป)

## คำนำ

สถานการณ์การเปลี่ยนแปลงทางสังคมส่งผลกระทบต่อนิสิต/นักศึกษาทั้งทางบวกและลบ การมีทักษะชีวิตจึงเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้นิสิต/นักศึกษาสามารถเผชิญกับสิ่งท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้องในขณะที่ต้องเผชิญกับแรงบีบแรงกดดันหรือแรงกระทบจากภาวะแวดล้อมต่างๆ รอบตัว ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะวิจัยเรื่อง “โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร. พงษ์ศิริบรรณพิทักษ์ เป็นที่ปรึกษา และได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (สกอ.) และ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ประจำปีงบประมาณ 2552 ซึ่งผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยและรายงานความก้าวหน้าเป็นระยะ บัดนี้งานวิจัยแล้วเสร็จ จึงได้จัดพิมพ์รายงานการวิจัยฉบับนี้ขึ้น

ในโอกาสนี้ คณะผู้วิจัยขอขอบพระคุณที่ปรึกษาและผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่ได้ให้ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการวิจัยครั้งนี้ ขอขอบคุณสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (สกอ.) และ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ผู้สนับสนุนทุนวิจัย รวมทั้งคณาจารย์เครือข่ายนักวิจัยในสถาบันอุดมศึกษาที่มีส่วนสำคัญในการประสานความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล นิสิตนักศึกษาทุกคนที่ให้ข้อมูลต่างๆ และให้ความร่วมมืออย่างดียิ่งจนทำให้การดำเนินงานวิจัยสำเร็จลุล่วง

ผู้วิจัยหวังว่า รายงานฉบับนี้จะเป็นประโยชน์แก่วงการศึกษาและผู้สนใจทั่วไป โดยเฉพาะสถาบันอุดมศึกษาและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจะได้นำผลการวิจัยไปใช้ในการวางแผนพัฒนานิสิต/นักศึกษาให้มีทักษะชีวิตที่จำเป็นต่อการดำเนินชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพเพื่อเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติสืบไป

วิชุดา กิจธรรม

## 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 ค่าไคส์แควร์ 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/นักศึกษาควรคำนึงถึงความต้องการที่มีความแตกต่างกันด้านภูมิหลัง 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 guidelines 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 guidelines 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

## บทสรุปสำหรับผู้บริหาร

ความเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมในยุคโลกาภิวัตน์ทำให้นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรีมีปัญหาการใช้ชีวิตและมีพฤติกรรมเสี่ยง สะท้อนถึงความบกพร่องด้านการมีทักษะชีวิตที่จะนำไปสู่การพัฒนาตนได้อย่างมีประสิทธิภาพ การวิจัยเรื่องโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษามีวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ 1) เพื่อศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน 2) เพื่อพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา และ 3) เพื่อเสนอแนวทางที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาและการสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือนิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา 3 สังกัดคือ 1) มหาวิทยาลัยของรัฐ 2) มหาวิทยาลัยในกำกับ และ 3) มหาวิทยาลัยเอกชน และจัดกลุ่มกลุ่มสาขาวิชาออกเป็น 3 สาขาวิชาคือ 1) สาขาวิทยาศาสตร์ 2) สาขาสังคมศาสตร์ และ 3) สาขามนุษยศาสตร์ มีจำนวน 6,000 คน การพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุครั้งนี้ ประกอบด้วย ตัวแปรเชิงสาเหตุและตัวแปรเชิงผลที่เป็นตัวแฝงและตัวแปรสังเกตได้ เป็นตัวแปรแฝง 5 ตัวแปร และตัวแปรสังเกตได้ 23 ตัวแปร คือ 1) ตัวแปรภูมิหลัง ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 8 ตัวแปร คือ 1.1) เพศ 1.2) อายุ 1.3) เชื้อชาติ 1.4) ศาสนา 1.5) ชั้นปีการศึกษา 1.6) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 1.7) ลำดับการเกิด และ 1.8) ความสัมพันธ์ในครอบครัว 2) ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์จากการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 4 ตัวแปร คือ 2.1) ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย 2.2) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง 2.3) ด้านเพศสัมพันธ์ และ 2.4) ด้านสิ่งเสพติด 3) ตัวแปรทักษะชีวิต ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร คือ 3.1) ทักษะการคิด 3.2) ทักษะทางสังคม และ 3.3) ทักษะการควบคุมอารมณ์ 4) ตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร คือ 4.1) โภชนาการ 4.2) การควบคุมน้ำหนัก และ 4.3) การออกกำลังกาย และ 5) ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวแปรคือ 5.1) อุบัติเหตุและความรุนแรง 5.2) การดื่มเหล้า 5.3) การสูบบุหรี่ 5.4) การใช้สิ่งเสพติด และ 5.5) การมีเพศสัมพันธ์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วยแบบสอบถามแบบเลือกตอบ 5 และ 6 ระดับ มีความเชื่อมั่นที่ 0.7587-0.9843 วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานด้วยสถิติบรรยาย การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิหลังและพฤติกรรมเสี่ยงด้วยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมเสี่ยงระหว่างนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกันด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบพหุ และการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างเชิงเส้น ในการวิจัยครั้งนี้ มีผู้แบบสอบถาม 4,057 คน เท่ากับร้อยละ 67.62 ผลการวิจัยพบว่า นิสิต/นักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีจำนวน 2,588 คน (ร้อยละ 63.79) มีอายุระหว่าง 19-20 ปี จำนวน 1,845 คน (ร้อยละ 45.48) มีเชื้อชาติไทย จำนวน 3,936 คน (ร้อยละ 97.02) และนับถือศาสนาพุทธ มีจำนวน 3,576 คน (ร้อยละ 88.14) มีภูมิลำเนาในภาคกลาง จำนวน 1,120

คน (ร้อยละ 27.61) เป็นบุตรคนแรกของครอบครัว มีจำนวน 2,097 คน (ร้อยละ 51.69) ศึกษาอยู่ในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ มีจำนวน 2,295 คน (ร้อยละ 56.57) ส่วนใหญ่ศึกษาในสาขาวิทยาศาสตร์ มีจำนวน 1,892 คน (ร้อยละ 46.64) สำหรับชั้นปีการศึกษา ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 มีจำนวน 1,245 คน (ร้อยละ 30.69) มีเกรดเฉลี่ยสะสมระหว่าง 2.51–3.00 มีจำนวน 1,333 คน (ร้อยละ 32.86)

นักศึกษาส่วนใหญ่มีบิดาและมารดาอายุระหว่าง 41-50 ปี มีจำนวน 2,281 และ 2,314 คน (ร้อยละ 56.22 และ 57.04 ตามลำดับ) รายได้ต่อเดือนของบิดาและมารดาพบว่า ส่วนใหญ่มีรายได้เดือนละ 10,001-20,000 บาท มีจำนวน 1,337 และ 1,179 คน (ร้อยละ 32.96 และ 29.06 ตามลำดับ)

ผลการศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัว พบว่า บิดาของนิสิต/นักศึกษามีการดื่มแอลกอฮอล์และสูบบุหรี่มากที่สุดในครอบครัว คือ มีจำนวน 2,147 และ 1,171 คน (ร้อยละ 52.93 และ 28.86) ผู้ที่มีพฤติกรรมการใช้ความรุนแรง/เจ้าอารมณ์/ใจโมโหมากที่สุดคือ นิสิต/นักศึกษา มีจำนวน 663 คน (ร้อยละ 16.34) เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษากับสมาชิกในครอบครัวพบว่า พฤติกรรมการสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของบิดา มารดา ผู้ปกครอง พี่ และน้องของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ของนิสิต/นักศึกษาที่มีต่อบิดามารดาหรือผู้ปกครองตามการรับรู้ของนิสิต/นักศึกษาพบว่า มารดามีความสัมพันธ์กับนิสิต/นักศึกษาเป็นแบบที่ 1 มากที่สุด คือ ยอมรับนิสิต/นักศึกษาได้ทุกอย่าง ให้นิสิต/นักศึกษามีอิสระในการคิดและตัดสินใจไม่คาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษาสูง มีจำนวน 2,174 คน (ร้อยละ 53.93) และบิดามีจำนวน 2,188 คน (ร้อยละ 53.59)

ผลการศึกษาทักษะทางสังคมหรือทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนิสิต/นักศึกษา 4 ด้านคือ 1) ทักษะการติดต่อสื่อสาร 2) ทักษะการปกป้องสิทธิ 3) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น และ 4) ทักษะการปฏิเสธ พบว่า นิสิต/นักศึกษานิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธ การติดต่อสื่อสาร และการเข้าใจผู้อื่นในระดับสูง มีค่าเฉลี่ย 4.78 3.78 และ 3.70 (SD 0.94 0.68 และ 0.76 ตามลำดับ) และมีค่าเฉลี่ยทักษะการปกป้องสิทธิในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย 3.01 (SD 0.69)

ผลการศึกษาทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา 3 ด้านคือ 1) การคิดตัดสินใจ 2) การคิดแก้ปัญหา และ 3) การคิดวิเคราะห์ พบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยทักษะการคิดแก้ปัญหา การคิดตัดสินใจ และการคิดวิเคราะห์ในระดับสูง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.90 3.82 และ 3.79 (SD 0.64 0.60 และ 0.58 ตามลำดับ)

ผลการศึกษาทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษา 3 ด้านคือ 1) การจัดการความเครียด 2) การจัดการความรู้สึกและอารมณ์ และ 3) การควบคุมตนเอง พบว่า ในภาพรวมนิสิต/นักศึกษามีทักษะทางการควบคุมอารมณ์ในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 3.74 (SD 0.57) เมื่อจำแนกรายด้านพบว่า การจัดการความเครียดมีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากับ 3.79 (SD 0.62) รองลงมาคือ การควบคุมตนเอง มีค่าเฉลี่ย 3.73 (SD 0.66) ด้านการจัดการความรู้สึกและอารมณ์ เท่ากับ 3.70 (SD 0.64)

ผลการศึกษาการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ 4 ด้านคือ 1) ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย 2) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง 3) ด้านเพศสัมพันธ์ และ 4) ด้านสิ่งเสพติด พบว่า นิสิต/นักศึกษามีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพทุกด้านในระดับต่ำ ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย ด้านสิ่งเสพติด มีค่าเฉลี่ย 2.10 (SD 1.07 และ 1.08 ตามลำดับ) ด้านเพศสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ย 2.02 (SD 1.07) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง มีค่าเฉลี่ย 2.01 (SD 1.08)

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา 3 ด้านคือ 1) ด้านโภชนาการ 2) ด้านการควบคุมน้ำหนัก และ 3) ด้านการออกกำลังกาย พบว่า นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมสุขภาพทุกด้านในระดับต่ำถึงปานกลาง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านการควบคุมน้ำหนัก มีค่าเฉลี่ย 3.00 (SD 1.25) รองลงมาคือ ด้านโภชนาการ มีค่าเฉลี่ย 2.93 (SD 1.02) และด้านการออกกำลังกาย มีค่าเฉลี่ย 2.03 (SD 1.14)

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา 5 ด้านคือ 1) อุบัติเหตุและความรุนแรง 2) การดื่มเหล้า 3) การสูบบุหรี่ 4) การใช้สิ่งเสพติด และ 5) การมีเพศสัมพันธ์ พบว่า นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมเสี่ยงทุกด้านในระดับต่ำ การดื่มเหล้า มีค่าเฉลี่ย 2.01 (SD = 1.12) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง มีค่าเฉลี่ย 1.62 (SD 0.87) การสูบบุหรี่ มีค่าเฉลี่ย 1.98 (SD 1.11) การมีเพศสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ย 1.55 (SD 0.88) การใช้สิ่งเสพติด มีค่าเฉลี่ย 1.25 (SD 0.67)

ผลการศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิลำเนา 8 ด้านได้แก่ 1) เพศ 2) อายุ 3) ลำดับการเกิด 4) ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง 5) ชั้นปีการศึกษา 6) ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา 7) สาขาวิชาที่ศึกษา และ 8) มหาวิทยาลัยที่ศึกษา ที่แตกต่างกัน พบว่า ปัจจัยภูมิลำเนาที่มีผลต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 6 ด้าน คือ เพศ อายุ ลำดับการเกิด ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา และมหาวิทยาลัยที่ศึกษา ปัจจัยภูมิลำเนาที่มีผลต่อทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 3 ด้าน คือ เพศ ลำดับการเกิด และความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง ปัจจัยภูมิลำเนาที่มีผลต่อทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 3 ด้าน คือ เพศ อายุ ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง และสาขาวิชา



ปัจจัยภูมิหลังที่มีผลต่อการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 1 ด้าน คือ มหาวิทยาลัย แต่ยังไม่พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลให้นิสิต/นักศึกษามีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ปัจจัยภูมิหลังที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 3 ด้าน คือ เพศ ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองและมหาวิทยาลัย ปัจจัยภูมิหลังที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 5 ด้าน คือ เพศ ลำดับการเกิด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชาและมหาวิทยาลัย

ผลการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาด้วยการวิเคราะห์ LISREL ซึ่งพบว่า โมเดลที่มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์มากที่สุดที่ผู้วิจัยนำมาพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดล ประกอบด้วย ตัวแปรอิสระที่เป็นตัวแปรแฝงมี 5 ตัวแปร คือ 1) ตัวแปรภูมิหลัง (ATT) 2) ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) 3) ตัวแปรทักษะชีวิต (LS) 4) ตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และ 5) ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) ตัวแปรตามที่เป็นตัวแปรแฝงมี 2 ระดับ ตัวแปรแฝงระดับแรกมี 1 ตัวแปร คือ ตัวแปรทักษะชีวิต (LS) ตัวแปรแฝงระดับที่สอง มี 2 ตัวแปร คือ 1) ตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และ 2) ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) ( $\chi^2 = 574.07$ ,  $df = 179$ ,  $RMSEA = 0.023$ ,  $CFI = 0.99$ ,  $GFI = 0.99$ ,  $AGFI = 0.98$ ,  $PGFI = 0.64$ ,  $\chi^2/df = 3.21$ )

เมื่อพิจารณาลักษณะของความสัมพันธ์และอิทธิพลของตัวแปรในโมเดลตามแนวคิดของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาแล้วพบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษามากที่สุดคือ ตัวแปรทักษะชีวิต มีขนาดอิทธิพลทางลบเท่ากับร้อยละ 20 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา รองลงมาคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีขนาดอิทธิพลเท่ากับร้อยละ 4 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษามากที่สุดคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 73 รองลงมาคือ ตัวแปรทักษะชีวิตซึ่งมีขนาดอิทธิพลทางบวก เท่ากับร้อยละ 15 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปรภูมิหลังมากที่สุดคือ ตัวแปรชั้นปีการศึกษา มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 54 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพมากที่สุดคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพด้านเพศสัมพันธ์ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 72 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปรทักษะชีวิตมากที่สุดคือ ตัวแปรทักษะการควบคุมอารมณ์ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 47

ข้อเสนอแนะทางการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาและการสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษา 5 ประการ ดังนี้

### 1. การดำเนินการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาจะต้องควบคู่กับการลดพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกในครอบครัว

จากผลการศึกษาที่พบว่า พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่พบมากที่สุดคือ การดื่มเหล้า ร้อยละ 39.06 รองลงมาคือ การใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา ร้อยละ 19.88 และสูบบุหรี่ ร้อยละ 11.56 พฤติกรรมเสี่ยงดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว กล่าวคือ พฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของบิดามากที่สุด ( $r = 0.35$ ) พฤติกรรมการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมของผู้ปกครองมากที่สุด รองมาคือ พฤติกรรมของมารดา ( $r = 0.38$  และ  $0.29$  ตามลำดับ) และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของน้องมากที่สุด ( $r = 0.27$ ) ดังนั้น การดำเนินการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาจึงจำเป็นต้องควบคู่กับการลดพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งการลดการดื่มแอลกอฮอล์ของนิสิต/นักศึกษาควควบคู่กับการลดการดื่มแอลกอฮอล์ของบิดา ซึ่งควรดำเนินการอย่างรวดเร็วเพราะมีระดับความสัมพันธ์สูงกว่าพฤติกรรมเสี่ยงอื่นๆ

### 2. ควรส่งเสริมให้บิดามารดาเสริมสร้างความสัมพันธ์กับนิสิต/นักศึกษา แบบที่ 1 เพื่อพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์แก่นิสิต/นักศึกษา

จากผลการศึกษาที่พบว่า นิสิต/นักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาหรือผู้ปกครอง ความสัมพันธ์แบบ 1 คือ บิดามารดาหรือผู้ปกครองจะยอมรับนิสิต/นักศึกษาได้ทุกอย่าง ให้นิสิต/นักศึกษามีอิสระในการคิดและตัดสินใจไม่คาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษาสูง จะมีทักษะการควบคุมอารมณ์ในภาพรวมและในด้านย่อยอีก 2 ด้าน คือ ด้านการจัดการความเครียดและด้านการจัดการความรู้สึกและอารมณ์ดีกว่านิสิต/นักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาหรือผู้ปกครองแบบ 4 คือ ไม่คาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษา ไม่ค่อยให้ความสนใจหรือเอาใจใส่ ถ้ามีปัญหาจะใช้วิธีการลงโทษ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ดังนั้น ควรส่งเสริมให้บิดามารดาเสริมสร้างความสัมพันธ์กับนิสิต/นักศึกษา แบบที่ 1 จะมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษาทั้งในด้านการจัดการความเครียดและการจัดการความรู้สึกและอารมณ์

### 3. การกำหนดแนวทางการพัฒนานิสิต/นักศึกษาควรคำนึงถึงความต้องการที่มีความแตกต่างกันด้านภูมิหลัง

จากผลการศึกษาที่พบว่า นิสิต/นักศึกษาเพศหญิงมีทักษะทางสังคม ทักษะทางการคิด และทักษะการควบคุมอารมณ์ดีกว่านิสิต/นักศึกษาเพศชาย แต่มีพฤติกรรมเสี่ยงด้านการดื่มเหล้า บุหรี่ สิ่งเสพติดสูงกว่านิสิต/นักศึกษาชาย ในขณะที่ไม่มีความแตกต่างกันในด้านของพฤติกรรมเสี่ยงด้านเพศสัมพันธ์ แสดงให้เห็นว่า ภูมิหลังด้านเพศส่งผลต่อการมีทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยง ดังนั้น สถาบันอุดมศึกษาควรมีการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตและการป้องกันการมีพฤติกรรมเสี่ยงที่คำนึงถึงความแตกต่างทางเพศ

#### **4. ควรส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาโดยการสนับสนุนให้มีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น**

จากผลการศึกษาที่พบว่า นิสิต/นักศึกษายังมีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพทุกด้านในระดับต่ำ คือ ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย และด้านสิ่งแวดล้อม มีค่าเฉลี่ย 2.10 ด้านเพศสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ย 2.02 ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง มีค่าเฉลี่ย 2.01 ในขณะที่ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีขนาดอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาถึงร้อยละ 73 ดังนั้นวิธีการส่งเสริมให้นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มสูงขึ้น ควรจะใช้วิธีการเพิ่มการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพผ่านกิจกรรมการอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการให้นิสิต/นักศึกษาได้รับความรู้จากประสบการณ์ตรง

#### **5. ควรพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาด้านทักษะการควบคุมอารมณ์และทักษะการคิดเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง การสูบบุหรี่ และด้านเพศสัมพันธ์**

จากผลการศึกษาที่พบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปรทักษะชีวิตมากที่สุดคือ ตัวแปรทักษะการควบคุมอารมณ์ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 47 รองลงมาคือ ทักษะการคิดมีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 40 โดยที่ตัวแปรทักษะชีวิตมีขนาดอิทธิพลทางลบต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาเท่ากับร้อยละ 20 และเป็นอิทธิพลทางตรง แสดงให้เห็นว่า ถ้านิสิต/นักศึกษามีการควบคุมอารมณ์และทักษะการคิดเพิ่มสูงขึ้น จะส่งผลให้มีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้น ทักษะชีวิตที่เพิ่มสูงขึ้นนี้จะช่วยนิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมเสี่ยงลดน้อยลง ดังนั้น สถาบันอุดมศึกษาควรส่งเสริมให้มีกิจกรรมพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์และทักษะการคิดให้มากขึ้น เพื่อส่งเสริมการที่ทักษะชีวิตให้เพิ่มสูงขึ้นและการมีพฤติกรรมเสี่ยงลดลง ซึ่งพฤติกรรมเสี่ยงที่มีแนวโน้มที่จะลดลงได้โดยเร็วคือ พฤติกรรมเสี่ยงด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง การสูบบุหรี่ และด้านเพศสัมพันธ์ตามลำดับ

#### **ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้**

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า นิสิต/นักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ มหาวิทยาลัยในกำกับ และมหาวิทยาลัยเอกชนของประเทศไทย ยังเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงที่จะส่งผลกระทบทางลบในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคม ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีพฤติกรรมเสี่ยง ประกอบด้วยปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก การได้รับการพัฒนาทักษะชีวิตจะเป็นแนวทางหนึ่งในการลดพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อสังคมไทยต่อไปในอนาคต ดังนั้น จึงควรมีการนำข้อเสนอแนะทาง 5 ประการไปใช้ในการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาและสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษาต่อไป ข้อเสนอแนะทาง 5 ประการประกอบด้วย 1) การดำเนินการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาจะต้องควบคู่กับการลดพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกในครอบครัว 2) ควรส่งเสริมการเลี้ยงดูของบิดามารดาแบบที่ 1 เพื่อพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์แก่นิสิต/นักศึกษา 3) การกำหนดแนวทางการพัฒนานิสิต/นักศึกษาควรคำนึงถึงความต้องการที่มีความแตกต่าง

กันด้านภูมิหลัง 4) ควรส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาโดยการสนับสนุนให้มีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น และ 5) ควรพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา ด้านทักษะการควบคุมอารมณ์ และทักษะการคิด เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง การสูบบุหรี่ และด้านเพศสัมพันธ์

#### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า นิสิต/นักศึกษาไทยยังมีพฤติกรรมเสี่ยงหลายด้าน นอกจากนี้ยังพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา ประกอบด้วยทั้งปัจจัยภายในบุคคลและปัจจัยจากสภาพแวดล้อมภายนอก อีกทั้งยังพบว่า นิสิต/นักศึกษายังมีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพในระดับต่ำ ดังนั้น จึงควรมีการวิจัยครั้งต่อไปดังนี้

1. ควรมีการวิจัยเพื่อประเมินความต้องการในการส่งเสริมการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาที่มีปัจจัยภายในบุคคลและปัจจัยจากสภาพแวดล้อมภายนอกที่แตกต่างกัน
2. ควรมีการวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมกับนิสิต/นักศึกษาที่มีปัจจัยภายในบุคคลและปัจจัยจากสภาพแวดล้อมภายนอกที่แตกต่างกัน

## สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
บทคัดย่อ	ข
บทสรุปสำหรับผู้บริหาร	ง
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหาการวิจัย	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
1.3 ขอบเขตของการวิจัย	4
1.4 นิยามศัพท์เฉพาะ	5
1.5 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย	6
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	7
2.1 ทักษะชีวิต	7
2.2 พฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา	13
2.3 การสร้างเสริมสุขภาพ	20
2.4 การวิเคราะห์กลุ่มพหุโดยใช้โมเดลลิสเรด	27
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	28
2.6 กรอบแนวคิดในการวิจัย	31
2.7 กรอบแนวคิดในการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา	32
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	33
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	33
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	35
3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล	36
3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล	37

## สารบัญ

	หน้า
<b>บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล</b>	<b>38</b>
4.1 ข้อมูลทั่วไปของนิสิต/นักศึกษาผู้ตอบแบบสอบถาม	38
4.2 ผลการศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ และ พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน	66
4.3 ผลการพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดล ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับพฤติกรรม เสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา	95
4.4 ข้อเสนอแนะทางการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา และการสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษา	106
<b>บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ</b>	<b>108</b>
5.1 สรุปผลการวิจัย	108
5.2 อภิปรายผล	112
5.3 ข้อเสนอแนะ	114
<b>บรรณานุกรม</b>	<b>116</b>
<b>ภาคผนวก</b>	<b>119</b>
แบบสอบถามทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา	120

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
2.1	องค์ประกอบ นิยาม และองค์ประกอบย่อยของทักษะชีวิต	10
2.2	เปรียบเทียบองค์ประกอบของทักษะชีวิตของหน่วยงานและองค์การ ภายในประเทศและต่างประเทศ	12
3.1	ขนาดตัวอย่างนิสิต/นักศึกษาตามสัดส่วนของมหาวิทยาลัยกลุ่มและ สาขาวิชา	34
3.2	คุณภาพด้านความเชื่อมั่นของแบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บรวบรวม ข้อมูล	36
4.1	ข้อมูลทั่วไปของนิสิต/นักศึกษาผู้ตอบแบบสอบถาม	39
4.2	สถานภาพด้านการศึกษานิสิต/นักศึกษาผู้ตอบแบบสอบถาม	41
4.3	ข้อมูลทั่วไปของสมาชิกในครอบครัว	43
4.4	พฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรง แก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัว	45
4.5	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนิสิต/ นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัว	46
4.6	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมดื่มแอลกอฮอล์ของ นิสิต/นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัว	47
4.7	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้ความรุนแรง แก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัว	47
4.8	ความสัมพันธ์ระหว่างกับนิสิต/นักศึกษากับบิดา มารดา ผู้ปกครอง	48
4.9	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา	49
4.10	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะทางสังคมและ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้านการติดต่อสื่อสารของนิสิต/นักศึกษา	50
4.11	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะทางสังคมและ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้านการปกป้องสิทธิของนิสิต/นักศึกษา	51
4.12	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะทางสังคมและ ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้านการเข้าใจผู้อื่นของนิสิต/นักศึกษา	52

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
4.13	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้านการปฏิเสธของนิสิต/นักศึกษา	53
4.14	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา	55
4.15	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษา	58
4.16	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา	60
4.17	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา	61
4.18	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา	63
4.19	การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิหลังที่มีต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษา	67
4.20	การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษา	68
4.21	การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของภูมิหลังที่มีต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษา	70
4.22	การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิหลังที่มีต่อทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา	73
4.23	การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา	74
4.24	การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของภูมิหลังที่มีต่อทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา	76
4.25	การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิหลังที่มีต่อทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษา	77



## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
4.26	การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อทักษะการควบคุมอารมณ์ของ นิสิต/นักศึกษา	78
4.27	การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของภูมิภาค ที่มีต่อทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษา	80
4.28	การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิภาคที่มีต่อการรับรู้ ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา	81
4.29	การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ พฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา	82
4.30	การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของการรับรู้ ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา	85
4.31	การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิภาคที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพ ของนิสิต/นักศึกษา	86
4.32	การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/ นักศึกษา	87
4.33	การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของภูมิภาค ที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา	89
4.34	การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิภาคที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยง ของนิสิต/นักศึกษา	90
4.35	การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา	91
4.36	การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของภูมิภาค ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา	93
4.37	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเมทริกซ์สหสัมพันธ์ของตัวแปร สังเกตได้ในโมเดล	96
4.38	การประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์ $\Lambda X$ และ $\Lambda Y$	99
4.39	การประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์ $\gamma$ และ $\beta$	100

## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
4.40	การประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์ $\Phi$	100
4.41	การประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์ $\Psi$	101
4.42	การประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์ $\Phi\varepsilon$ และ $\Phi\delta$	102
4.43	การวิเคราะห์ความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ ของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา	104

## สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
2.1	แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพฉบับปรับปรุง	22
2.2	กรอบแนวคิดในการวิจัย	31
2.3	กรอบแนวคิดในการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่าง ทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา	32
4.1	โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยง ของนิสิต/นักศึกษา	105

## บทที่ 1

### บทนำ

การวิจัยเรื่องโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษามีความสำคัญและที่มาของปัญหาการวิจัย วัตถุประสงค์การวิจัย ขอบเขตการวิจัย ประโยชน์ที่ได้รับ และนิยามศัพท์เฉพาะดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### 1.1 ความสำคัญและที่มาของปัญหาการวิจัย

จากรายงานสถานการณ์ประชากรโลกในปัจจุบันพบว่า การกระจายตัวของประชากรโลกอยู่ในภาวะขาดความสมดุล ประชากรประมาณ 1 ใน 3 ของโลก อยู่ในประเทศจีนและอินเดีย ร้อยละ 60 ของประชากรโลกอาศัยอยู่ในทวีปเอเชีย สำหรับประเทศไทยเป็นประเทศที่มีจำนวนประชากรมากเป็นอันดับที่ 19 ของโลก และมีการคาดประมาณว่าจะมีประชากร 70 ล้านคน ในอีก 23 ปีข้างหน้าคือ ปี 2562 การเพิ่มขึ้นของประชากรไทยเป็นการเพิ่มในอัตราที่ลดลง ประเทศไทยมีอัตราเจริญพันธุ์โดยรวมลดลงต่ำกว่าระดับทดแทนถึงประมาณ 1.8 คนหรือกล่าวได้ว่าสตรี 1 คนจะมีบุตรน้อยกว่า 2 คน ในขณะที่อายุของคนไทยยืนยาวขึ้น ฉะนั้นสิ่งสำคัญที่จะเกิดขึ้นต่อไปในอนาคต คือ ประเทศไทยจะมีประชากรสูงอายุมากกว่าประชากรวัยเด็ก ประเทศไทยจะมีประชากรสูงอายุ (60 ปี ขึ้นไป) เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ และเป็นการเพิ่มขึ้นในสัดส่วนที่รวดเร็วมากจากร้อยละ 5.70 ในปี 2527 เป็นร้อยละ 9.60 ในปี 2546 และคาดว่าจะเพิ่มเป็นร้อยละ 14.70 ในปี 2562 การเปลี่ยนโครงสร้างประชากรเป็นประชากรสูงอายุนี้อาจเกิดขึ้นในหลายๆ ประเทศทั่วโลก ซึ่งอาจมีผลกระทบต่อทุกคนในสังคมทั้งทางด้านเศรษฐกิจและสังคม เช่น การบริโภค การลงทุน การออม ตลาดแรงงาน ระบบการจ่ายเบี้ยบำนาญ การเก็บภาษี การให้บริการสาธารณสุข สถาบันครอบครัว แบบแผนการอยู่อาศัย การย้ายถิ่น เป็นต้น (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2551) ดังนั้นคุณภาพของเยาวชนโดยเฉพาะอย่างยิ่งในระดับอุดมศึกษา จึงเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาประเทศ

จากรายงานการสังเคราะห์งานกรณีศึกษาจากผลการวิจัยโครงการติดตามสถานการณ์เด็กและเยาวชนของประเทศไทย พบว่า เยาวชนไทยตกเป็นเหยื่อของการพัฒนาเศรษฐกิจที่เสียหลักยึดทางสังคม สถาบันครอบครัวอ่อนแอ ก่อให้เกิดผลกระทบในระยะยาวคือ เยาวชนจะผลิตซ้ำสิ่งที่พบเห็นและทำอยู่ในปัจจุบัน ทั้งในเรื่องการบริโภค ความรุนแรง การดื่มเหล้า และสูบบุหรี่ ทำให้สังคมในอนาคตมีแนวโน้มอ่อนแอยิ่งขึ้น โดยเฉพาะสถาบันครอบครัว (จุฬารักษ์ มาเสถียรวงศ์, 2550) จากรายงานสถานการณ์ความอยู่เย็นเป็นสุขร่วมกันในสังคมไทย และการรายงานภาวะสังคมไตรมาส 3 ปี 2550 (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2550) ในมิติด้านพฤติกรรมและความเป็นอยู่ของคน พบว่า เยาวชนมีการกระทำผิดเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สินและยาเสพติด จากผลการประมวลข้อมูลและรวบรวมความคิดเห็นเกี่ยวกับเยาวชนไทยของ 18 เครือข่ายเยาวชน ได้สะท้อนให้เห็นถึงทิศทางของวิถีชีวิตที่ด้อยคุณภาพหรือการขาด

ซึ่งทักษะในการดำเนินชีวิตของเยาวชนไทยที่เพิ่มมากขึ้น เนื่องจากมีชีวิตอยู่ท่ามกลางสังคมแออัดแอ่งแอ่งจึงดี มีความเครียดจากการแข่งขันเพื่อให้ชนะผู้อื่น และเพื่อให้ได้ในสิ่งที่คนอื่นทำไม่ได้ ด้านสุขภาพ พบว่า ในระดับอุดมศึกษามีอัตราการบริโภคเหล้าสูงสุดถึงร้อยละ 49.72 ขณะที่ระดับอาชีวศึกษามีอัตราการสูบบุหรี่ สูงสุดถึงร้อยละ 23.95 ด้านสุขภาพจิต มีเยาวชนอายุต่ำกว่า 25 ปี พยายามฆ่าตัวตายเพิ่มขึ้นจากจำนวน 29.73 เป็น 33.98 คนต่อแสนคน ส่วนข้อมูลด้านสภาพการณ์ปัญหาพบว่า พฤติกรรมของเยาวชนที่เป็นปัญหา ระดับประเทศมี 8 ประเด็น คือ 1) ดื่มสุราและสูบบุหรี่ 2) เล่นการพนัน 3) มีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยและการขาย บริการทางเพศ 4) ตกเป็นเหยื่อการบริโภคสินค้าฟุ่มเฟือย 5) ทะเลาะวิวาทและใช้ความรุนแรง 6) ติดเกมส์ ออนไลน์ 7) เทียวเตรนในสถานบันเทิงที่ไม่เหมาะสม และ 8) ติดยาเสพติด (ยุพดี ศิริวรรณ, 2551)

ปัญหาทั้ง 8 ประการข้างต้นมีความสัมพันธ์กันและส่งผลกระทบให้เกิดความรุนแรงของสภาพปัญหา มากยิ่งขึ้น และยังนำไปสู่การสูญเสียทางเศรษฐกิจของประเทศ ทั้งในแง่ของการใช้จ่ายเพื่อบริโภค การใช้จ่ายใน การป้องกันและเยียวยาผลกระทบจากปัญหา และการรักษาสุขภาพ เช่น ผลการสำรวจความสัมพันธ์ระหว่างการ ดื่มแอลกอฮอล์กับปัจจัยอื่นที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชนพบว่า การดื่มแอลกอฮอล์กระตุ้นให้เกิด ความต้องการทางเพศและนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ (วารุณี พองแก้ว และคณะ, 2549) รวมทั้งการสูบบุหรี่ (ประกิต วาทีสาธกิจ, 2547) และการใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา จากการศึกษาโดยกองทุนสนับสนุนการ สร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาจนถึงนักศึกษาระดับปริญญาตรี ทั่วประเทศ จำนวนประมาณ 5,200,000 คน พบว่า มีพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์สูงสุด ร้อยละ 32.70 ก่อเหตุ ทะเลาะวิวาท ร้อยละ 31.50 ใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ร้อยละ 28.80 เทียวสถานบันเทิง ร้อยละ 26.90 มีเพศสัมพันธ์ ร้อยละ 23.80 เล่นการพนัน ร้อยละ 15.70 สูบบุหรี่ ร้อยละ 11.70 และใช้ยาเสพติด ร้อยละ 1.70 (จรวยพร ธรณินทร์, 2549) การดื่มแอลกอฮอล์ยังก่อให้เกิดความสูญเสียทางเศรษฐกิจจากอุบัติเหตุด้านการจราจร ในปี พ.ศ. 2545 มูลค่าความสูญเสียทางเศรษฐกิจจากอุบัติเหตุจราจรเท่ากับ 122,400-189,040 ล้านบาทหรือร้อยละ 2.25-3.48 และ ยังเป็นภาระต่อความเข้มแข็งทางเศรษฐกิจของประเทศจากความเสียหายที่เกิดขึ้น สถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนา ประเทศไทยวิเคราะห์ว่า หากสามารถลดอุบัติเหตุจากผู้ดื่มแอลกอฮอล์ได้ ร้อยละ 50 จะลดการเสียชีวิตได้ปีละ 29,000 ราย ลดการบาดเจ็บได้ปีละ 29,625 ราย และลดการสูญเสียทางเศรษฐกิจได้ประมาณปีละ 13,975 ล้านบาท

ความเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมในยุคโลกาภิวัตน์ได้พบว่า ปัญหาการใช้ชีวิตไม่เหมาะสมใน วัยเรียนและมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศสัมพันธ์ได้ปรากฏทั่วไป อาทิ การใช้ชีวิตในวัยเรียนในลักษณะมั่วสุมทาง เพศ การอยู่ด้วยกันเป็นคู่ๆ การตั้งครกัรวรวมทั้งการขายบริการทางเพศ ปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาในด้านพฤติกรรม ของบุคคลซึ่งมีความจำเป็นที่จะต้องทำการฝึกฝนในทักษะการคิด การตัดสินใจและทักษะเพื่อการสังคม จากการ วิเคราะห์ความสัมพันธ์ทางสถิติระหว่างตัวบ่งชี้ด้านต่างๆ ยังพบอีกว่า จังหวัดใดมีอัตราการดื่มสุราของวัยรุ่นสูง ก็จะมีอัตราการเสพยาเสพติดและการมีเพศสัมพันธ์สูงตามไปด้วย และยังถูกดึงเข้าไปติดสุรา ติดเสพติด ติดการ

พนักเป็นจำนวนมาก จากข้อมูลโครงการ Child Watch ล่าสุดในระหว่างปี 2548-2549 พบว่า เด็กวัยรุ่นยังมีการดื่มเหล้า สูบบุหรี่ในอัตราสูง ในระดับมัธยมต้นขึ้นมาถึงอุดมศึกษา ดื่มเหล้าเป็นครั้งคราวถึงเป็นประจำ ร้อยละ 36 และสูบบุหรี่ร้อยละ 17 ระดับอาชีวศึกษารองแชมป์เรื่องสูบบุหรี่ร้อยละ 23 ส่วนระดับมหาวิทยาลัยรองแชมป์เรื่องกินเหล้าร้อยละ 47 นอกจากนี้ยังเสเพลสื่อกลามกประเภทวีซีดีไปและเว็บไปเป็นครั้งคราวถึงเป็นประจำ เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 39 และ 27 เป็นร้อยละ 41 และ 30 ส่วนด้านการพนันพบว่า การพนันและหอบบนดินยังคงที่จากปีที่แล้ว ร้อยละ 17 และ 20 ขณะที่อุบัติเหตุจากการดื่มเหล้ายังคงสูงอยู่ มีเยาวชนอายุต่ำกว่า 25 ปี เสียชีวิตเฉพาะจากอุบัติเหตุมอเตอร์ไซค์อย่างเดียวเกือบวันละ 20 ราย หรือปีละกว่า 7,000 คน เกือบครึ่งหนึ่งดื่มสุรามึนเมามาก่อนเกิดเหตุ สิ่งเหล่านี้ล้วนชี้ให้เห็นถึงการขาดทักษะการใช้ชีวิตอย่างปลอดภัย (โครงการติดตามสถานการณ์เด็กและเยาวชนรายจังหวัด, 2550)

“ปัจจุบันครอบครัวเห็นห่วงลูกมากขึ้น... และยิ่งโตขึ้นอยู่ในระดับอาชีวศึกษาและอุดมศึกษา ยิ่งใช้ชีวิตอิสระมากขึ้น กลายเป็นเด็กสลัดกเสรีภาพ ใช้เสรีภาพเกินความเหมาะสม จนสร้างปัญหาให้แก่ตนเอง... จึงจำเป็นต้องหันมาช่วยส่งเสริมเรื่องทักษะการใช้ชีวิต...” (โครงการติดตามสถานการณ์เด็กและเยาวชนรายจังหวัด, 2550)

จากการศึกษาโดย Mangrulkar และคณะ (2001) พบว่า การมีทักษะชีวิต (life skills) จะทำให้บุคคลสามารถพัฒนาเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมทางบวกและมีความสามารถในการแก้ไขปัญหาชีวิตที่ต้องเผชิญอย่างมีประสิทธิภาพ ทักษะชีวิตดังกล่าว มี 3 ด้าน ได้แก่ 1) ทักษะด้านสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (social and interpersonal skills) ได้แก่ การติดต่อสื่อสาร การปฏิเสธ การพิทักษ์สิทธิ และการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น 2) ทักษะทางการคิด (cognitive skills) ได้แก่ การตัดสินใจ การคิดวิเคราะห์ และการประเมินตนเองและ 3) ทักษะด้านอารมณ์หรือทักษะในการควบคุมอารมณ์ (emotional coping skills) ได้แก่ การจัดการความเครียด และการควบคุมตนเอง ผลการศึกษาครั้งนี้มีส่วนสอดคล้องกับคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของเยาวชนไทยใน 10 ปีข้างหน้า ที่สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2550) กำหนดไว้ คือ “เด็กและเยาวชนต้องมีวุฒิทางอารมณ์ คุณธรรม จริยธรรม สุขภาวะ ทักษะในการเรียนรู้ ความรัก ความผูกพันกับครอบครัว และรู้จักสิทธิ หน้าที่ของตนเองและผู้อื่น”

ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นทำให้เยาวชนด้อยคุณภาพลง ศักยภาพในการพัฒนาไม่ถูกใช้อย่างเต็มที่ ขาดทักษะในการดำเนินชีวิต ส่งผลต่ออนาคตของประเทศที่ต้องใช้ความรู้เป็นฐานในการพัฒนาและจำเป็นต้องมีกำลังคนที่มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระดับอุดมศึกษาที่กำลังจะเข้าสู่ตลาดแรงงาน ซึ่งมีโอกาสเป็นได้ทั้งปัจจัยเสี่ยงหรือปัจจัยเสริมในการพัฒนาประเทศ แม้ว่าภาครัฐและหน่วยงาน/องค์กรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องต่างก็ร่วมศึกษาหาแนวทางการแก้ปัญหาและพัฒนาศักยภาพของนิสิต/นักศึกษาในสถาบันอุดมศึกษา แต่ผล

การศึกษาต่างๆ ที่ผ่านมาแสดงให้เห็นว่า ยังไม่สามารถลดปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างแท้จริง ปัญหาที่เกิดขึ้นกับนิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรีมีแนวโน้มที่มีความรุนแรงและซับซ้อนมากขึ้น สะท้อนให้เห็นถึงความบกพร่องด้านการมีทักษะชีวิตที่จะนำไปสู่การพัฒนาตนให้เป็นผู้ที่มีความสามารถในการแก้ไขปัญหาชีวิตที่ต้องเผชิญอย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งการพัฒนาตนเองอย่างเต็มศักยภาพ ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรีเพื่อให้ได้องค์ความรู้เกี่ยวกับอิทธิพลของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับทักษะชีวิต การมีพฤติกรรมเสี่ยง ปัจจัยภูมิหลังที่เกี่ยวข้องกับการมีพฤติกรรมเสี่ยง และพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา จะเป็นฐานข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาทักษะชีวิต และสภาวะที่ดีของนิสิต/นักศึกษา เพื่อเป็นกำลังสำคัญต่อการพัฒนาอนาคตของประเทศต่อไป

## 1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1.2.1 เพื่อศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน
- 1.2.2 เพื่อพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา
- 1.2.3 เพื่อเสนอแนวทางที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาและการสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษา

## 1.3 ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยศึกษาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี ในสถาบันอุดมศึกษา 3 สังกัด โดยแบ่งมหาวิทยาลัยออกเป็นสังกัดได้แก่ 1) สังกัดมหาวิทยาลัยของรัฐ 2) สังกัดมหาวิทยาลัยในกำกับ และ 3) สังกัดมหาวิทยาลัยเอกชน และแบ่งสาขาวิชาออกเป็น 3 สาขาวิชา ได้แก่ 1) สาขาวิทยาศาสตร์ 2) สาขาสังคมศาสตร์ และ 3) สาขามนุษยศาสตร์

ในการพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุครั้งนี้ ประกอบด้วย ตัวแปรเชิงสาเหตุและตัวแปรเชิงผลที่เป็นตัวแฝงและตัวแปรสังเกตได้ เป็นตัวแปรแฝง 5 ตัวแปร และตัวแปรสังเกตได้ 23 ตัวแปร ดังนี้

- 1.3.1 ภูมิหลัง ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 8 ตัวแปร คือ 1) เพศ 2) อายุ 3) เชื้อชาติ 4) ศาสนา 5) ชั้นปีการศึกษา 6) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 7) ลำดับการเกิด และ 8) ความสัมพันธ์ในครอบครัว
- 1.3.2 การรับรู้ประโยชน์จากการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 4 ตัวแปร คือ 1) ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย 2) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง 3) ด้านเพศสัมพันธ์ และ 4) ด้านสิ่งเสพติด

**1.3.3 ทักษะชีวิต** ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร คือ 1) ทักษะการคิด 2) ทักษะทางสังคม และ 3) ทักษะการควบคุมอารมณ์

**1.3.4 พฤติกรรมสุขภาพ** ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร คือ 1) โภชนาการ 2) การควบคุมน้ำหนัก และ 3) การออกกำลังกาย

**1.3.5 พฤติกรรมเสี่ยง** ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวแปรคือ 1) อุบัติภัยและความรุนแรง 2) การดื่มเหล้า 3) การสูบบุหรี่ 4) การใช้สิ่งเสพติด และ 5) การมีเพศสัมพันธ์

#### **1.4 นิยามศัพท์เฉพาะ**

1.4.1 ทักษะชีวิต หมายถึง ความชัดเจนและความชำนาญในการดำรงชีวิต เพื่อให้มีชีวิตที่ดี สามารถดำรงชีพอยู่ในสังคมได้ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ 1) ทักษะด้านสังคม ได้แก่ ความชัดเจนและความชำนาญที่เกี่ยวข้องกับการติดต่อสื่อสาร (communication) การปฏิเสธ (refusal) การรักษาสติ (assertiveness) และ ความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น (empathy) 2) ทักษะด้านการคิด ได้แก่ ความชัดเจนและความชำนาญที่เกี่ยวข้องกับทักษะการแก้ปัญหา (problem solving) การคิดตัดสินใจ (decision making) และการคิดวิเคราะห์ (critical thinking) และ 3) ทักษะการควบคุมอารมณ์ ได้แก่ ความชัดเจนและความชำนาญที่เกี่ยวข้องกับการจัดการกับความเครียด (managing stress) การจัดการความรู้สึก (managing feelings) และการจัดการตนเอง (self-management)

1.4.2 พฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา หมายถึง การปฏิบัติที่ส่งเสริมสุขภาพตามแบบจำลองของเฟนเดอร์ ซึ่งพัฒนาแนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม เน้นการให้ความสำคัญของกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดจากการรับรู้ปัจจัยที่สำคัญ 4 ด้าน ด้านหนึ่งคือ ปัจจัยด้านการรับรู้ประโยชน์จากการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ 4 ด้าน คือ 1) ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย 2) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง 3) ด้านเพศสัมพันธ์ และ 4) ด้านสิ่งเสพติด และการมีพฤติกรรมสุขภาพ 3 ด้านคือ 1) ด้านโภชนาการ 2) การควบคุมน้ำหนัก และ 3) การออกกำลังกาย

1.4.3 พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา หมายถึง การปฏิบัติที่เป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงจากพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ พัฒนาทางความคิด และสังคมซึ่งส่งผลทางลบต่อภาวะสุขภาพ 5 ด้านคือ 1) อุบัติภัยและความรุนแรง 2) การดื่มเหล้า 3) การสูบบุหรี่ 4) การใช้สิ่งเสพติด และ 5) การมีเพศสัมพันธ์



### 1.5 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

- 1.5.1 ได้องค์ความรู้เป็นฐานในการพัฒนาทักษะชีวิต และสุขภาวะที่ดีของนิสิต/นักศึกษา เพื่อเป็นกำลังสำคัญต่อการพัฒนาอนาคตของประเทศต่อไป
- 1.5.2 นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรีจะได้รับการพัฒนาทักษะชีวิตและสุขภาวะที่ดี ทำให้เป็นผู้ที่ได้รับการพัฒนาเต็มศักยภาพ มีคุณภาพ สามารถขับเคลื่อนการพัฒนาอนาคตของประเทศได้อย่างเต็มความสามารถ

## บทที่ 2

### การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การนำเสนอการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องมี 4 ตอน ประกอบด้วย ตอนที่หนึ่ง ทักษะชีวิต ตอนที่สอง พฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา ตอนที่สาม การสร้างเสริมสุขภาพ ตอนที่สี่ การวิเคราะห์กลุ่มพหุ โดยใช้โมเดลลิשראל ตอนที่ห้า งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตอนที่หก กรอบแนวคิดในการวิจัย และตอนที่เจ็ด กรอบแนวคิดในการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### 2.1 ทักษะชีวิต

คำว่า ทักษะ (Skill) หมายถึง ความชัดเจน และความชำนาญในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ซึ่งบุคคลสามารถสร้างขึ้นได้จากการเรียนรู้ ได้แก่ ทักษะการอาชีพ การกีฬา การทำงานร่วมกับผู้อื่น การอ่าน การสอน การจัดการ ทักษะทางคณิตศาสตร์ ทักษะทางภาษา ทักษะทางการใช้เทคโนโลยี ฯลฯ ซึ่งเป็นทักษะภายนอกที่สามารถมองเห็นได้ชัดเจน จากการกระทำ หรือจากการปฏิบัติ (วุฒิพงศ์ ลิ้มปวีโรจน์, 2551) ซึ่งทักษะดังกล่าวนี้เป็นทักษะที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตที่จะทำให้ผู้ที่มีทักษะเหล่านั้น มีชีวิตที่ดี สามารถดำรงชีพอยู่ในสังคมได้ โดยมีโอกาสที่ดีกว่าผู้ไม่มีทักษะ เป็นความสามารถของบุคคลที่จะคิด ตัดสินใจ แก้ปัญหาและปรับตัวให้มีพฤติกรรมที่ถูกต้อง สามารถจัดการกับความต้องการ ปัญหาและสถานการณ์ต่างๆ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตอย่างเหมาะสมกับสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ให้มีสุขภาพดีทั้งด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์และสังคม ร่วมสร้างสรรค์สังคมให้เป็นสังคมที่มีสุขภาพดี (กรมวิชาการ, 2543) องค์การอนามัยโลก (WHO) ให้ความหมายว่าเป็นความสามารถอันประกอบด้วย ความรู้ เจตคติ และทักษะ ซึ่งสามารถจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัว ให้อยู่รอดในสภาพสังคมและวัฒนธรรมยุคปัจจุบันได้อย่างมีความสุขและเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ทักษะชีวิตที่กำหนดโดยองค์การอนามัยโลก มี 3 ด้าน 10 องค์ประกอบ ดังนี้

##### 2.1.1 องค์การอนามัยโลก

องค์การอนามัยโลกได้จำแนกองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 ด้าน (WHO, 1994) ดังนี้

1) องค์ประกอบด้านพุทธิพิสัย หมายถึงการรู้จักใช้เหตุและผล โดยรู้สาเหตุของสิ่งที่เกิดขึ้น ผลย่อมมาจากเหตุ เมื่ออยากได้ผลของการกระทำออกมาดีเป็นที่พึงประสงค์แก่ทั้งของตนเองและส่วนรวมก็ควรคิดกระทำเหตุที่จะทำให้เกิดผลที่ดี เพื่อจุดประสงค์ที่จะพัฒนาชีวิตให้มีความเจริญก้าวหน้าสามารถอยู่ร่วมกันอย่างสงบสุขในสังคมของมนุษย์ ประกอบด้วย

**1.1) ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (creative thinking)** เป็นความสามารถในการคิดที่จะเป็นส่วนช่วยในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหาโดยการคิดสร้างสรรค์ เพื่อค้นหาทางเลือกต่างๆ รวมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก และสามารถนำประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

**1.2) ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (critical thinking)** เป็นความสามารถในการคิดออกไปอย่างกว้างขวางโดยไม่ยึดติดอยู่ในกรอบ

**2) องค์ประกอบด้านจิตพิสัย หรือ เจตคติ** หมายถึง การฝึกฝนควบคุมนึกคิดให้อยู่ในสภาพที่มั่นคง ใสสะอาดในความดีงามประกอบด้วยคุณธรรมต่าง ๆ เช่นความรัก ความมีเมตตา กรุณาความเป็นมิตร ความมีน้ำใจ ความมีสัมมาคารวะ ความรู้จักยอมรับ และ เห็นความสำคัญของผู้อื่นความกตัญญู ความเพียรพยายาม ความซื่อสัตย์สุจริต

**2.1) ทักษะการตระหนักรู้ในตน (self awareness)** เป็นความสามารถในการค้นหารู้จักและเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดี ข้อเสียของตนเอง รู้ความต้องการ และสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้เรารู้ตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่น การสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

**2.2) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (empathy)** เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สติปัญญา ฯลฯ ช่วยให้สามารถยอมรับบุคคลอื่นที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลอื่นที่ด้อยกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน เช่น ผู้ติดยาเสพติด ผู้ติดเชื่อเอดส์

**3) องค์ประกอบด้านทักษะพิสัย หรือทักษะสังคม** หมายถึง การฝึกฝนตนเองให้มีทักษะด้านวินัยให้ตนเองเพื่อควบคุมพฤติกรรมของตนเองให้เหมาะสมไม่เบียดเบียน ไม่สร้างความรำคาญ ไม่สร้างความเดือดร้อน ไม่สร้างความลำบาก ให้แก่ตนเอง และ สังคมสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ด้วยดี เป็นประโยชน์ต่อสังคมเน้น ความสุจริตทางกายและวาจา

**3.1) ทักษะการตัดสินใจ (decision making)** เป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีระบบ เช่น ถ้าบุคคลสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตนเองที่เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านสุขภาพ หรือความปลอดภัยในชีวิต โดยประเมินทางเลือกและผลที่ได้จากการตัดสินใจเลือกทางที่ถูกต้องเหมาะสม ก็จะมีผลต่อการมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ

**3.2) ทักษะการแก้ปัญหา (problem solving)** เป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างมีระบบ ไม่เกิดความเครียดทางกายและจิตใจ จนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตเกินแก้ไข

**3.3) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (effective communication)** เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรม และ

สถานการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความคิดเห็น การแสดงความต้องการ การแสดงความชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การดักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ ฯลฯ

**3.4) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (interpersonal relationship)** เป็นความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน และสามารถรักษาสัมพันธภาพไว้ได้ยืนยาว

**3.5) ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (coping with emotion)** เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์โกรธ และความเศร้าโศก ที่ส่งผลทางลบต่อร่างกาย และจิตใจได้อย่างเหมาะสม

**3.10) ทักษะการจัดการกับความเครียด (coping with stress)** เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียด เพื่อให้เกิดการเบี่ยงเบนพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสมและไม่เกิดปัญหาด้านสุขภาพ

#### **2.1.2 องค์การช่วยเหลือเด็กแห่งสหประชาชาติ**

องค์การช่วยเหลือเด็กแห่งสหประชาชาติ ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 9 ด้าน (UNICEF, 2005) ได้แก่

- 1) ทักษะการวิเคราะห์และประเมินสถานการณ์
- 2) ทักษะในการประเมินศักยภาพของตนเองในสถานการณ์เฉพาะหน้า
- 3) ทักษะในการคิดหาทางเลือกและวิเคราะห์จัดลำดับ
- 4) ทักษะในการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลในการเลือกทางที่เหมาะสมที่สุด
- 5) ทักษะในการสื่อสารเพื่อถ่ายทอดและการตัดสินใจ
- 6) ทักษะในการปฏิเสธการเจรจาต่อรองเพื่อรักษาน้ำใจและเพื่อประโยชน์อันชอบธรรมของตนเอง
- 7) ทักษะการควบคุมอารมณ์ ความคิดเห็นและพฤติกรรมภายใต้แรงกดดัน
- 8) ทักษะการพัฒนาและปรับเปลี่ยนทัศนคติของตนเองและผู้เกี่ยวข้อง
- 9) ทักษะการใช้เหตุผลโน้มน้าวใจผู้อื่นให้คล้อยตามและสนับสนุนแนวคิดและการกระทำที่ถูกต้อง

**2.1.3 กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข** ในประเทศไทย กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข และกระทรวงศึกษาธิการ ได้มีการนำเอาทักษะชีวิตไปใช้ในการจัดการเรียนการสอน และการจัดกิจกรรมการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด อย่างแพร่หลายตั้งแต่ปี 2538 ด้วยเหตุนี้เอง ได้มีการพัฒนาทักษะชีวิตโดยการปรับโครงสร้างและองค์ประกอบของทักษะชีวิตให้สอดคล้องกับการดำเนินงานด้านการป้องกันเอดส์ โดยกำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 12 ทักษะ ได้แก่

- 1) ทักษะความคิดวิเคราะห์วิจารณ์
- 2) ทักษะความคิดสร้างสรรค์
- 3) ทักษะความตระหนักรู้ในตน
- 4) ทักษะความเห็นใจผู้อื่น
- 5) ทักษะความภูมิใจในตนเอง
- 6) ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม
- 7) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ
- 8) ทักษะการสื่อสาร
- 9) ทักษะการตัดสินใจ
- 10) ทักษะการแก้ไขปัญหา
- 11) ทักษะการจัดการกับอารมณ์
- 12) ทักษะในการจัดการกับความเครียด

องค์ประกอบ นิยาม และองค์ประกอบย่อยของทักษะชีวิต มีรายละเอียดแสดงในตารางที่ 2.1

**ตารางที่ 2.1** องค์ประกอบ นิยาม และองค์ประกอบย่อยของทักษะชีวิต

องค์ประกอบ / นิยาม	องค์ประกอบย่อย
<b>1. การคิดวิเคราะห์</b> <b>นิยาม :</b> ความสามารถในการวิเคราะห์แยกแยะข้อมูลข่าวสาร ปัญหาและสถานการณ์ต่าง ๆ อย่างมีจุดหมาย	1.1 ความสามารถวิเคราะห์และระบุปัญหา 1.2 ความสามารถจำแนกหรือเลือกข้อมูล 1.3 ความสามารถสร้างความเข้าใจและสร้างข้อสรุป 1.4 ความสามารถตั้งสมมุติฐาน 1.5 ความสามารถอ้างอิงหรือตัดสินใจสรุป
<b>2. ความคิดสร้างสรรค์</b> <b>นิยาม:</b> ความสามารถในการคิดได้ตรงตรงหลากหลาย	2.1 ความคิดริเริ่ม 2.2 ความคิดคล่องแคล่ว 2.3 ความคิดยืดหยุ่น 2.4 ความคิดละเอียดละออ
<b>3. ความตระหนักรู้ในตน</b> <b>นิยาม :</b> การรับรู้และเข้าใจความรู้สึก ความคิดและอารมณ์ของตนเองได้ตามความเป็นจริงและสามารถควบคุมอารมณ์และความรู้สึกของตนเองได้	3.1 ความสามารถรู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง 3.2 ความสามารถจัดการกับความรู้สึกภายในตนเองได้ 3.3 ความสามารถประเมินตนเองได้ตามความเป็นจริง 3.4 การรับรู้ในความสามารถและคุณค่าของตนเอง
<b>4. ความเห็นใจผู้อื่น</b> <b>นิยาม:</b> การรับรู้และเข้าใจอารมณ์ ความต้องการ	4.1 ความสามารถในการเข้าใจและตระหนักรู้ในความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่น

องค์ประกอบ / นิยาม	องค์ประกอบย่อย
ของผู้อื่นเอาใจเขามาใส่ใจเรา และสามารถแสดงออกอย่างเหมาะสม	4.2 ความสามารถในการรับรู้ คาดคะเน และตอบสนองความต้องการของผู้อื่น 4.3 ความสามารถในการส่งเสริมช่วยเหลือผู้อื่นอย่างเหมาะสม 4.4 การให้โอกาสผู้อื่นในวาระต่าง ๆ
<b>5. ความภูมิใจในตนเอง</b> <b>นิยาม:</b> ความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ค้นพบและภูมิใจในความสามารถด้านต่าง ๆ ของตน มีความเชื่อมั่นและนำสิ่งเหล่านี้มาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่นได้	5.1 รับรู้คุณค่าของตนเองตามความเป็นจริง 5.2 การเปิดใจกว้างยอมรับสิ่งต่าง ๆ ตามความเป็นจริง 5.3 เชื่อมั่นในความสามารถหรือศักยภาพของตนเอง 5.4 แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ อย่างเหมาะสม
<b>6. ความรับผิดชอบต่อสังคม</b> <b>นิยาม:</b> ตระหนักว่าตนเองเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และพยายามทำหน้าที่ให้สำเร็จและได้ผลดี และรับผิดชอบต่อผลที่เกิดขึ้น	6.1 ปฏิบัติตามกฎระเบียบของสังคม 6.2 ให้ความร่วมมือกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์ 6.3 การกระทำตามหน้าที่เพื่อประโยชน์ส่วนรวม 6.4 รักษาทรัพยากร หรือสมบัติของส่วนรวม
<b>7-8 การสร้างสัมพันธภาพและการสื่อสาร</b> <b>นิยาม:</b> ความสามารถในการติดต่อหรือสัมพันธ์กับผู้อื่นเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่ดี และความสามารถในการแสวงหาความร่วมมือ	1) ความสามารถโน้มน้าวและจูงใจผู้อื่น 2) ความสามารถสื่อความที่ดี 3) ความสามารถสร้างความร่วมมือกับผู้อื่น 4) ความสามารถทำงานเป็นทีม 5) ความสามารถปรับตัวในสถานการณ์ต่าง ๆ
<b>9-10 การตัดสินใจและการแก้ปัญหา</b> <b>นิยาม:</b> ความสามารถในการรับรู้ปัญหา สาเหตุทางเลือกและลงมือปฏิบัติอย่างถูกต้องเหมาะสม	1) ความสามารถรับรู้และเข้าใจปัญหา 2) ตัดสินใจและแก้ไขปัญหาเป็นระบบ ตามขั้นตอน 3) ความสามารถสรุปผลและประเมินผลการตัดสินใจ 4) ความสามารถแก้ไขปัญหาอย่างยืดหยุ่นและมีสติ
<b>11-12 การจัดการกับอารมณ์และความเครียด</b> <b>นิยาม:</b> ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม	1) ความสามารถควบคุมอารมณ์และจัดการกับอารมณ์ของตนเองในเหตุการณ์เฉพาะหน้า 2) ความสามารถผ่อนคลายอารมณ์และมีเทคนิคในการคลายเครียด 3) ความสามารถในการสร้างแนวคิดหรือกิจกรรมใหม่ ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต

สรุปความแตกต่างระหว่างองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่กำหนดโดยหน่วยงานและองค์การภายในประเทศและต่างประเทศดังแสดงในตารางที่ 2.2

**ตารางที่ 2.2** เปรียบเทียบองค์ประกอบของทักษะชีวิตของหน่วยงานและองค์การภายในประเทศและต่างประเทศ

องค์การอนามัยโลก	หน่วยงานซึ่งใช้ทักษะชีวิต 9 ทักษะ	หน่วยงานซึ่งใช้ทักษะชีวิต 12 ทักษะ
1. ทักษะความคิดสร้างสรรค์	1. ทักษะการวิเคราะห์และประเมินสถานการณ์	1. ทักษะความคิดวิเคราะห์วิจารณ์
2. ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ	2. ทักษะในการประเมินศักยภาพของ ตนเองในสถานการณ์เฉพาะหน้า	2. ทักษะความคิดสร้างสรรค์
3. ทักษะการตระหนักรู้ในตน	3. ทักษะในการคิดหาทางเลือกและการวิเคราะห์จัดลำดับ	3. ทักษะความตระหนักรู้ในตน
4. ทักษะการเข้าใจผู้อื่น	4. ทักษะในการตัดสินใจอย่างมีเหตุผลในการเลือกทางที่เหมาะสมที่สุด	4. ทักษะความเห็นใจผู้อื่น
5. ทักษะการตัดสินใจ	5. ทักษะในการสื่อสารเพื่อถ่ายทอดและการตัดสินใจ	5. ทักษะความภูมิใจในตนเอง
6. ทักษะการแก้ปัญหา	6. ทักษะในการปฏิเสธการเจรจาต่อรอง เพื่อรักษาน้ำใจและเพื่อ ประโยชน์อันชอบธรรมของตนเอง	6. ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม
7. ทักษะการสื่อสารได้อย่างมีประสิทธิภาพ	7. ทักษะการควบคุมอารมณ์ความคิด เห็นและพฤติกรรมภายใต้แรงกดดัน	7. ทักษะการสร้างสัมพันธภาพ
8. ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล	8. ทักษะการพัฒนาและปรับเปลี่ยนทัศนคติของตนเองและผู้เกี่ยวข้อง	8. ทักษะการสื่อสาร
9. ทักษะการจัดการเกี่ยวกับภาวะอารมณ์	9. ทักษะการใช้เหตุผลโน้มน้าวใจผู้อื่นให้คล้อยตามและสนับสนุนแนวคิดและการกระทำที่ถูกต้อง	9. ทักษะการตัดสินใจ
10. ทักษะการจัดการเกี่ยวกับความเครียด		10. ทักษะการแก้ปัญหา
		11. ทักษะการจัดการกับอารมณ์
		12. ทักษะในการจัดการกับความเครียด

#### 2.1.4 ทักษะชีวิตที่พัฒนาโดย Pan American Health Organization

ได้สร้างขึ้นเพื่อใช้ในการจัดโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตของเยาวชนอายุ 10-19 ปี ซึ่งกำลังจะเป็นประชากรที่มีจำนวนสูงสุดของประเทศในกลุ่มลาตินอเมริกาและแคริบเบียน (LAC Region) ประกอบด้วย ทักษะชีวิต 3 ด้าน (Mangrulkar, Whitman and Posner, 2001) คือ

1) **ทักษะด้านสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (social and interpersonal skills)** เป็นทักษะที่เกี่ยวข้องกับการติดต่อสื่อสาร (communication) การปฏิเสธ (refusal) การรักษาสีทิ (assertiveness) และความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น (empathy)

2) **ทักษะด้านพุทธิพิสัยหรือด้านการคิด (cognitive skills)** ได้แก่ ทักษะการแก้ปัญหา (problem solving) ความเข้าใจในการสรุปผล (understanding consequences) การตัดสินใจ (decision making) การคิดวิเคราะห์ (critical thinking) และการประเมินตนเอง (self evaluation)

3) **ทักษะด้านการควบคุมอารมณ์ (emotional coping skills)** ได้แก่ ทักษะการจัดการกับความเครียด (managing stress) การจัดการความรู้สึก (managing feelings) การจัดการตนเอง (self-management) และการกำกับตนเอง (self-monitoring)

### 2.2 พฤติกรรมเสี่ยงและปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

นิสิต/นักศึกษาเป็นผู้ที่อยู่ในวัยรุ่น ดังที่กองทุนเพื่อกิจกรรมประชากรแห่งสหประชาชาติ หรือ UNFPA (United Nations Fund for Population Activities) ได้ให้คำจำกัดความของวัยรุ่นไว้ว่า วัยรุ่น (adolescence) คือ บุคคลในช่วงอายุตั้งแต่ 10 ถึง 19 ปี โดยแบ่งเป็น วัยรุ่นตอนต้นอายุ 10 ถึง 14 ปี และวัยรุ่นตอนปลายอายุ 15 ถึง 19 ปี และเยาวชน (youth) มีช่วงอายุตั้งแต่ 15 ถึง 24 ปี (UNFPA, 2005) ทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และได้รับอิทธิพลจากสภาพแวดล้อมรอบตัว ได้แก่ ครอบครัวและสังคมภายนอก ดังนี้

#### 2.2.1 พัฒนาการของวัยรุ่น

พัฒนาการที่สำคัญของวัยรุ่นสามารถแบ่งออกเป็น 4 ประการ (พรพิมล เจียมนาคินทร์, 2539) ได้แก่

1) **พัฒนาการทางด้านร่างกาย** ร่างกายของวัยรุ่นจะมีความเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นต่อระบบอวัยวะภายใน เช่น ในระบบการย่อยอาหาร ระบบการไหลเวียนของโลหิต และระบบการผลิตฮอร์โมนของต่อมไร้ท่อ และลักษณะโครงสร้างภายนอกร่างกาย เช่น การเปลี่ยนแปลงของเสียง การขยายตัวของกล้ามเนื้อและกระดูก การมีขนขึ้นตามร่างกาย และการเปลี่ยนแปลงของอวัยวะสืบพันธุ์

ทั้งนี้เพื่อให้ร่างกายของวัยรุ่นเจริญเติบโตได้เต็มที่ ผู้ใหญ่ควรเตรียมความพร้อมให้แก่เด็กในการก้าวเข้าสู่วัยรุ่นโดยการให้ความรู้ และคำแนะนำเกี่ยวกับความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้น และการปฏิบัติตัวให้ถูกต้อง เช่น การรักษาความสะอาดร่างกาย การบริหารร่างกายเพื่อให้มีสัดส่วนงดงาม แนะนำเรื่องการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ การใช้เวลาว่างให้เหมาะสม และการพักผ่อนให้พอเพียง



2) **พัฒนาการทางด้านอารมณ์** อารมณ์ของวัยรุ่นจะมีลักษณะอ่อนไหวง่าย มีอารมณ์รุนแรงอารมณ์ไม่คงที่ ไม่สม่ำเสมอ และเกิดความเครียดได้ง่าย ทั้งนี้ เนื่องจากวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายอย่างเห็นได้ชัด จึงทำให้เกิดความกังวลและขาดความมั่นใจในบุคลิกภาพของตนเอง การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน และการทำงานของต่อมไร้ท่อจะทำให้วัยรุ่นมีพลังงานมาก และอาจไม่ได้ใช้พลังงานที่มีให้เกิดประโยชน์จนทำให้ผู้ใหญ่ไม่พอใจ เช่น ใช้เวลาส่วนตัวอยู่กับเพื่อน หรือเที่ยวเตร่เตรตามศูนย์การค้า นอกจากนี้ เมื่อต่อมเพศถูกพัฒนาเต็มที่ วัยรุ่นจะเริ่มสนใจในเพศตรงข้าม และมีพฤติกรรมเรียกร้องความสนใจจากเพศตรงข้ามซึ่งบางครั้งก็อาจจะขัดใจผู้ใหญ่ และทำให้ถูกผู้ใหญ่ต่อว่าจนทำให้เกิดความเครียดได้

3) **พัฒนาการทางด้านสังคม** วัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงทางเจตคติ และพฤติกรรมทางสังคมในทุกด้าน วัยรุ่นจะต้องการอิสระเสรีภาพในการคิด การปฏิบัติตัว การคบเพื่อน และต้องการความเป็นส่วนตัว จึงทำให้บางครั้งอาจเกิดปัญหาความไม่เข้าใจกันกับผู้ใหญ่ และส่งผลให้วัยรุ่นหันไปใกล้ชิดกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าครอบครัว วัยรุ่นจะให้ความสำคัญกับการคบเพื่อน และต้องการเลือกกลุ่มเพื่อนที่มีค่านิยม และมีความสนใจในสิ่งเดียวกันเพื่อให้ตนเองได้รับการยอมรับ มีความรู้สึกมั่นใจ และปลอดภัย ทั้งนี้การคบเพื่อนจะช่วยให้วัยรุ่นรู้จักการปรับตัวให้เข้ากับสังคม เรียนรู้การรักษามิตรภาพ มีความเข้าใจตัวเอง และรู้จักรับฟังความเห็นของผู้อื่น การปรับตัวให้เข้ากับสังคมนับว่าเป็นพัฒนาการที่ยากที่สุดของวัยรุ่น

4) **พัฒนาการทางด้านสติปัญญา** ช่วงวัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาระดับสติปัญญาเป็นอย่างมาก นักจิตวิทยาพัฒนาการทางสติปัญญาของมนุษย์หลายท่านมีความเห็นตรงกันว่า สติปัญญาของมนุษย์จะเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ระหว่างอายุ 18 ถึง 20 ปี โดยในวัยนี้มนุษย์จะสามารถให้นิยามของวัตถุสิ่งของต่างๆ ได้ อย่างชัดเจน สามารถแบ่งแยกคุณลักษณะของสิ่งของต่างๆ ได้ดี มีพัฒนาการทางความคิดรวบยอด และมีความคิดในระดับที่เป็นนามธรรม พัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นปรากฏในหลายรูปแบบ เช่น รู้จักลองตั้งสมมุติฐานหลายๆ แบบเพื่อหาข้อสรุปที่ดี สามารถแก้ปัญหาหลายๆ แบบ โดยมีกระบวนการคิดที่มีระบบและมีเหตุผล มีความจำดีสามารถจดจำสิ่งที่ตนสนใจได้อย่างแม่นยำแต่ยังไม่นำไปใช้ในเรื่องการเรียนรู้ มีความคิดกว้างไกล มีจินตนาการคิดฝันถึงสิ่งต่างๆ อยากรู้ อยากเห็น อยากทดลอง และมีความเชื่อมั่นในความเชื่อหรือความเห็นของตนเองอย่างรุนแรง

### 2.2.2 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่น

พัฒนาการของวัยรุ่นในแต่ละท้องถิ่นอาจมีลักษณะบางอย่างคล้ายกัน เช่นการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและจิตใจ แต่ในขณะเดียวกันสภาพแวดล้อมก็มีส่วนสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นมีความแตกต่างกัน (UNFPA, 2005) ดังนั้น ในการศึกษาเกี่ยวกับวัยรุ่น นอกจากจะศึกษาโดยตรงที่ตัววัยรุ่นเองแล้ว การศึกษาบริบทแวดล้อมที่สำคัญต่อพัฒนาการ และลักษณะนิสัยของวัยรุ่นก็เป็นสิ่งจำเป็นที่ควรศึกษาประกอบไปด้วยร่วมกัน

ด้วยเหตุผลนี้ Steinberg (1996) (พรพิมล เจริญนาคินทร์, 2539) จึงเสนอให้ศึกษาบริบทแวดล้อมที่สำคัญ 4 ประการ ที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นอันได้แก่ ครอบครัว กลุ่มเพื่อน สถานศึกษา และกิจกรรมของวัยรุ่น เพื่อให้การศึกษาเกี่ยวกับวัยรุ่นมีความถูกต้องตามจริง และไม่เกิดความคลาดเคลื่อน

**1) วัยรุ่นกับครอบครัว** ครอบครัวเป็นสถาบันพื้นฐานที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาการของมนุษย์มากที่สุดนับตั้งแต่เด็กจนโต ครอบครัวจะเป็นเสมือนเบ้าหลอมให้คนมีพื้นฐานที่ดีหรือไม่ดีต่างกันไป จากการศึกษาปัญหาสังคมจะพบว่า ปัญหาของวัยรุ่นส่วนใหญ่ล้วนมีสาเหตุเบื้องต้นมาจากปัญหาภายในครอบครัวทั้งสิ้น ดังนั้นในการแก้ปัญหาวัยรุ่น หนทางหนึ่งที่สามารถเป็นไปได้คือการเริ่มแก้ปัญหาของครอบครัวก่อน และเมื่อครอบครัวมีปัญหาน้อยลง ปัญหาของวัยรุ่นก็จะลดน้อยลงตามไปด้วย

ในปัจจุบัน ครอบครัวในสังคมไทยมีแนวโน้มที่จะมีขนาดลดลงจากครอบครัวขยาย กลายมาเป็นครอบครัวเดี่ยว หรือเป็นครอบครัวที่ขาดพ่อหรือแม่เนื่องจากปัญหาการหย่าร้างที่เพิ่มมากขึ้น โดยผลกระทบของการหย่าร้างจะปรากฏในพฤติกรรมทางสังคมของวัยรุ่นเช่น วัยรุ่นที่เติบโตขึ้นภายในครอบครัวที่มีความสัมพันธ์ไม่ดีมีแนวโน้มที่จะไม่สามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวใหม่ของตน เนื่องจากขาดต้นแบบของครอบครัวที่อบอุ่น ครอบครัวที่ขาดความอบอุ่น พ่อแม่ขาดการดูแลเอาใจใส่ และขาดความรับผิดชอบจะสร้างปัญหาให้แก่ลูก โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับลูกที่อยู่ในวัยรุ่น ดังนั้น เพื่อเป็นการช่วยลดปัญหาสังคมที่มีพื้นฐานมาจากปัญหาครอบครัว พ่อแม่จึงควรวางตัวเป็นเพื่อนที่ดีของลูก หลีกเลี่ยงการโต้เถียงกันต่อหน้าลูก อบรมสั่งสอนลูกโดยมีความเมตตาเป็นพื้นฐาน

เมื่อลูกย่างเข้าสู่วัยรุ่น ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูกจะเริ่มห่างเหินขึ้นเรื่อยๆ เนื่องจากวัยรุ่นต้องการเป็นอิสระ พ่อแม่ควหาโอกาสพูดคุยกับลูกในเรื่องต่างๆ เช่นการวางตัวในสังคม การเคารพในสิทธิของผู้อื่น การคบเพื่อน และการรู้จักคุณค่าของเงิน หรืออบรมสั่งสอนโดยยึดหลักของเหตุผล และใช้การแนะนำแทนการออกคำสั่ง

**2) วัยรุ่นกับสถานศึกษา** นอกเหนือจากสถาบันครอบครัวแล้ว สถานศึกษาเป็นอีกหนึ่งสถาบันที่มีความสำคัญต่อการพัฒนาการหรือการเจริญเติบโตของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก วัยรุ่นใช้เวลากว่าหนึ่งในสามของวันอยู่ภายในสถานศึกษา เป็นสถานที่พบปะเพื่อนรุ่นเดียวกัน ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ทั้งที่เป็นวิชาความรู้ และเป็นประสบการณ์ชีวิต ได้เรียนรู้การใช้ชีวิตร่วมกับผู้อื่น การทำงานเป็นหมู่คณะ ความรับผิดชอบงานต่างๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย การช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ความมีน้ำใจ เรียนรู้บทบาทการเป็นผู้ให้และผู้รับ รู้จักสิทธิและหน้าที่ของตนเองและผู้อื่น และยังได้เรียนรู้ความสัมพันธ์กับเพื่อนต่างเพศ โดยสิ่งต่างๆ ที่เรียนรู้ในจะเป็นรากฐานของการใช้ชีวิตในสังคมเมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ (พรพิมล เจริญนาคินทร์, 2539)

**3) วัยรุ่นกับเพื่อน** วัยรุ่นกับกลุ่มเพื่อนถือเป็นสิ่งที่คู่กัน การคบเพื่อนมีความสำคัญมากสำหรับวัยรุ่น กลุ่มเพื่อนจะมีอิทธิพลต่อทัศนคติ และพฤติกรรมของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก วัยรุ่นมักจะเลือกเพื่อนที่มี

รสนิยมตรงกัน มีทัศนคติคล้ายคลึงกัน และมีขนาดของร่างกายเท่าๆ กัน (สุชา จันทน์เอม และสุรางค์ จันทน์เอม, 2521) โดยเด็กชายจะรวมกลุ่มกับเด็กชายด้วยกันก่อน ในทำนองเดียวกัน เด็กหญิงก็จะรวมกลุ่ม และมีกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน (Steinberg, 1996 อ้างถึงใน พรพิมล เจียมนาคินทร์, 2539) จากนั้นเมื่ออย่างเข้าสู่วัยรุ่นเด็กจะเริ่มมีความรู้สึกอยากคบเพื่อนต่างเพศบ้าง ลักษณะการคบเพื่อนของวัยรุ่นจะมีการเปลี่ยนแปลงไปเมื่อวัยรุ่นเติบโตขึ้น ซึ่ง Grimder (1966 อ้างถึงใน พรพิมล เจียมนาคินทร์, 2539) ได้แบ่งขั้นตอนการพัฒนาการเป็นกลุ่มของวัยรุ่นไว้ดังนี้

ขั้นที่ 1 การพัฒนาการของกลุ่มวัยรุ่นชาย-หญิง เป็นแบบอิสระต่อกัน

ขั้นที่ 2 มีการรวมกลุ่มอย่างมีโครงสร้าง โดยมีการแยกเพศของกลุ่มชายและกลุ่มหญิงแม้ว่าจะรวมอยู่ในกลุ่มเดียวกัน

ขั้นที่ 3 การปฏิสัมพันธ์ของวัยรุ่นชายหญิงมีลักษณะเป็นกลุ่มย่อยหลายกลุ่มและแต่ละกลุ่มยังคงมีความสัมพันธ์ต่อกัน หมายถึง มีลักษณะของการจับคู่แต่ยังอยู่ภายในกลุ่ม

ขั้นที่ 4 เริ่มแบ่งแยกจากคู่ที่อยู่ในกลุ่มมาเป็นคู่เดี่ยว

การเข้ากลุ่มของวัยรุ่นนั้นเกิดจากวัยรุ่นมีความกังวลใจในการเปลี่ยนแปลงของรูปร่าง ทำให้เกิดความไม่มั่นใจจึงต้องการการยอมรับจากสังคมและกลุ่มเพื่อน วัยรุ่นต้องการให้เพื่อนยอมรับตนเข้าเป็นสมาชิกของกลุ่ม โดยอาจทำกิจกรรมร่วมกัน แต่งกายแบบเดียวกัน พูดจาโดยใช้ภาษาระดับเดียวกัน การเข้ากลุ่มจะช่วยให้วัยรุ่นมีความเชื่อมั่นในตนเอง มีสังคมกว้างขวางขึ้น และยังช่วยให้เข้าใจชีวิตมากขึ้นเมื่อได้เห็นปัญหาของผู้อื่น

ความสัมพันธ์ในครอบครัวก็มีความเกี่ยวข้องกับการคบเพื่อนของวัยรุ่น ในครอบครัวที่ไม่อบอุ่น วัยรุ่นจำเป็นต้องรวมกลุ่มกับเพื่อนเพื่อหาเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ อาศัยความเข้าใจและความอบอุ่นจากเพื่อนมาเป็นสิ่งทดแทนความรักจากครอบครัว โดยวัยรุ่นจะยอมทำตามเพื่อนทุกอย่างซึ่งเป็นเรื่องที่น่ากังวล หากกลุ่มเพื่อนมีพฤติกรรมเกร่ สร้างความเดือดร้อนให้ผู้อื่นก็อาจทำให้หลงทำในสิ่งที่ผิด และสูญเสียอนาคตได้

**4) วัยรุ่นกับกิจกรรม** ตามธรรมชาติของวัยรุ่นนั้น วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความอยากรู้อยากเห็น อยากทดลองสิ่งใหม่ๆ ที่ตนสนใจ ทั้งในเรื่องหลักการและแนวคิดต่างๆ เรื่องที่ท้าทาย รวมถึงเรื่องเร้นลับ นอกจากนี้วัยรุ่นยังมีความพยายามที่จะปรับปรุงตนเอง แก้ไขข้อบกพร่องของตน และมีความมุ่งมั่นในงานที่รับผิดชอบ วัยรุ่นจึงมักใช้เวลาว่างในการตอบสนองความต้องการเหล่านั้น ทางเลือกของวัยรุ่นในการใช้เวลาว่างอาจเป็นไปในทางที่เกิดประโยชน์ หรือเกิดโทษต่อตัววัยรุ่นเอง หรือต่อสังคม พรพิมล เจียมนาคินทร์ (2539) กล่าวว่า กิจกรรมบันเทิงที่วัยรุ่นเลือกปฏิบัตินั้น เกิดขึ้นจากเหตุผลเพียงข้อเดียว นั่นคือเพื่อให้ร่างกายผ่อนคลายความตึงเครียด และความกดดันที่เกิดขึ้นในโรงเรียน หรือจากงานที่ได้รับมอบหมายจากที่บ้าน

กิจกรรมนันทนาการต่างๆ ที่วัยรุ่นสนใจ มักจะเกี่ยวข้องกับความถนัดของตัวเองวัยรุ่นเอง เช่นการประดิษฐ์สิ่งของ การวาดภาพ การเล่นเกม หรือการเล่นกีฬา ซึ่งกิจกรรมเหล่านี้มีประโยชน์ต่อการพัฒนาการทั้ง 4 ด้านของวัยรุ่นอันได้แก่ ทางร่างกาย เช่น วัยรุ่นสามารถเสริมสร้างความแข็งแรงทางกาย และพัฒนารูปร่างให้สมส่วนจากการเล่นกีฬา ทางอารมณ์ เช่น กิจกรรมดนตรีหรือศิลปะจะช่วยให้วัยรุ่นมีช่องทางปลดปล่อยพลังงานในตัว และทำให้วัยรุ่นรู้สึกผ่อนคลายจากความตึงเครียด ทางสังคม เช่น กิจกรรมที่ต้องร่วมกันทำกับผู้อื่น จะช่วยให้วัยรุ่นพัฒนาบุคลิกภาพ และเรียนรู้วิธีการเข้าสังคม และทางสติปัญญา เช่น กิจกรรมการประดิษฐ์สิ่งของ หรือการค้นคว้าต่างๆ จะช่วยให้วัยรุ่นได้เรียนรู้ประสบการณ์ที่อยู่นอกเหนือตำราเรียน

### 2.2.3 พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาและผลกระทบด้านเศรษฐกิจและสุขภาพ

จากการศึกษาพบว่า นิสิต/นักศึกษา ซึ่งเป็นผู้ที่อยู่ในวัยรุ่นเป็นกลุ่มที่มีโอกาสมีพฤติกรรมเสี่ยงสูง เป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงจากพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ พัฒนาทางความคิด และสังคม สามารถจำแนกพฤติกรรมเสี่ยงที่มีสาเหตุจากปัจจัยต่างๆ ได้ 2 ปัจจัยใหญ่ๆ คือ

1) **ปัจจัยส่วนบุคคล** จากการค้นคว้าจากฐานข้อมูลงานวิจัยทางการแพทย์ และจิตวิทยาพบว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีการแสวงหาความตื่นเต้นสนุกสนาน (sensation seeking) ทำให้มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงทั้งการดื่ม การขับรถ และการมีเพศสัมพันธ์ โดยมีเหตุเริ่มต้นจากความอยากรทดลองในวัยที่ยังไม่มีวุฒิภาวะ ชอบทำสิ่งที่ผิดแปลกแตกต่างจากมาตรฐานสังคมในวัยเดียวกัน เช่น การทดลองดื่มแอลกอฮอล์ ขับรถแบบอันตราย มีเพศสัมพันธ์เร็ว ผลของการดื่มแอลกอฮอล์ ทำให้กระบวนการคิดบกพร่อง เกิดพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ มีพฤติกรรมก้าวร้าว เมื่อพิจารณาปัจจัยที่เกี่ยวข้อง มี 5 ปัจจัย (Corte & Sommers, 2005 อ้างถึงใน ศวส, ม.ป.ป.) คือ

- 1) มีความคึกคัก/ทนทานสูงต่อการตอบสนองพฤติกรรมเสี่ยง
- 2) มีทัศนคติและพฤติกรรมที่ผิดแปลกแตกต่างจากมาตรฐานสังคม
- 3) อยู่ในกลุ่มเพื่อนที่นิยมพฤติกรรมเสี่ยง
- 4) มีความต้องการสูงในแสวงหาความตื่นเต้น สนุกสนาน
- 5) มีการรับรู้ผิดๆ เกี่ยวกับพฤติกรรมเสี่ยงและเชื่อในอรรถประโยชน์ของแอลกอฮอล์

2) **ปัจจัยจากสภาพแวดล้อมในครอบครัวและสังคมภายนอก** กองตรวจและรายงานกระทรวงศึกษาธิการ (2526) ได้สรุปผลการศึกษาวิจัยเรื่องสภาพปัญหาการใช้สารเสพติดของนักเรียนนักศึกษาในสถานศึกษาอาชีวศึกษาและอุดมศึกษา สังกัดกระทรวงศึกษาธิการไว้ว่า สภาพและสาเหตุของการใช้และติดยาเสพติด พบว่า เยาวชนอายุระหว่าง 15-25 ปี ที่ติดเฮโรอีนมักจะมีมาจากครอบครัวที่มีปัญหา ขาดความอบอุ่น ใช้เวลาว่างในทางไม่ก่อประโยชน์ มีความวิตกกังวลและมีความโน้มเอียงที่จะมีอารมณ์รุนแรง และทำสิ่งต่างๆ อย่างพลุ่งพล่านได้โดยง่าย องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการใช้และติดยาเสพติด ได้แก่ 1) การขยายตัวของแหล่ง

ยาเสพติดในชุมชน ซึ่งสภาพสังคมปัจจุบันยาเสพติดได้แพร่ระบาดโดยทั่วไป และผู้ใช้สามารถหาซื้อได้โดยง่าย 2) สภาพครอบครัวขาดความสมดุล บางครอบครัวตามใจหรือเข้มงวดกับลูกๆ จนเกินไป ขาดความเสมอต้นเสมอปลาย ให้ความสำคัญกับเงินและวัตถุสิ่งของมากเกินไป ลูกจึงเกิดความสับสน ขาดที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจทำให้ถูกชักจูงหรือหาทางออกโดยการใช้อยาเสพติดได้ง่าย 3) สภาพจิตใจของเยาวชนวัยรุ่น เป็นวัยที่อ่อนไหวง่าย มีความอยากรู้อยากเห็น ดังนั้น เยาวชนเป็นจำนวนไม่น้อยใช้อยาเสพติด เพราะต้องการทดลอง และต้องการให้เป็นที่ยอมรับและเข้ากับเพื่อนฝูงที่ใช้อยาเสพติดได้ 4) สภาพแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม มีความบีบรัด คับแค้น การว่างงานมีเพิ่มมากขึ้น หากวัยรุ่นมีที่พักอาศัยอยู่ในแหล่งที่มียาเสพติดมาก อาจนำไปสู่การทดลองและใช้อยาเสพติดได้เป็นอย่างดี 5) อิทธิพลจากเพื่อน มีส่วนผลักดันให้เยาวชนทดลองใช้อยาเสพติดได้ 6) การขาดที่ปรึกษา และขาดความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา ด้วยสภาพเศรษฐกิจและสังคม บังคับให้พ่อแม่ต้องออกไปทำงานนอกบ้าน ไม่มีเวลาให้คำปรึกษาให้ความรักความอบอุ่นแก่ลูก ทำให้ลูกต้องหันไปหาเพื่อน ซึ่งหากไปเข้ากลุ่มเพื่อนไม่ดีก็อาจทำให้มีการผิดพลาดได้ง่ายขึ้น แล้วก็เกิดเป็นปัญหาของครอบครัวและสังคมตามมา

ปัจจัยจากสภาพสังคมภายนอก เช่น อิทธิพลของสื่อ ผลการวิจัยยืนยันทั้งจากในและต่างประเทศว่า สื่อมีอิทธิพลต่อเด็ก และเยาวชน ทั้งในด้านของความรุนแรง การมีเพศสัมพันธ์ และการมีพฤติกรรมอันธพาลทั้งในระยะสั้น และระยะยาว ดังนั้น พ่อแม่ผู้ปกครองควรเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดในการเลือกเปิดรับสื่อของบุตรหลาน เสริมสร้างความผูกพัน ทางอารมณ์ ฝึกทักษะชีวิตด้านวินัย และการควบคุมตนเองที่ดีไม่ประจานหรือลงโทษรุนแรงเมื่อเยาวชนแสดงออกซึ่งพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ประกอบกับผู้ผลิตสื่อ ควรมีการจัดอันดับหรือเรตติ้งรายการ โทรทัศน์สำหรับเด็กและเยาวชนก่อนเผยแพร่สู่สายตาประชาชน ทั้งนี้เยาวชนควรต้องตระหนักถึงข้อดีข้อเสียของการแสดงออกซึ่งพฤติกรรม การใช้ความรุนแรงที่ทำให้ต้องถูกตราหน้า/ปฏิเสธจากสังคม สูญเสียโอกาสที่ดีในอนาคต ตลอดจนพึงตระหนักว่าสิ่งที่พบและเห็นผ่านสื่อมีไว้เพื่อเรียนรู้และหลีกเลี่ยงไม่ใช่เลียนแบบ (สมชาย จักรพันธุ์, 2549)

จากอิทธิพลของปัจจัยดังกล่าวส่งผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น ดังนี้

1) **การใช้อยาเสพติด** ยาเสพติดเป็นสิ่งที่เร้าใจและมีอันตรายอย่างใหญ่หลวงต่อวัยรุ่น โดยเฉพาะวัยรุ่นที่มีความซื่อซื่อจะมอง วัยรุ่นจะมีความอยากรู้อยากทดลองเสพลิงเสพลิตชนิดต่างๆ เมื่อตนมีโอกาส โดยมองข้ามโทษภัยของสิ่งเสพลิตเหล่านั้นไป สาเหตุสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นติดยาเสพลิตนอกจากความซื่อซื่อจะอยากรลองนั้นได้แก่ การแสวงหาทางออกเมื่อเกิดปัญหาในชีวิต สิ่งแวดล้อมภายในและภายนอกครอบครัวที่มีผู้ติดยาหรือมียาเสพลิต การใช้เวลาว่างในทางที่ผิด และการถูกชักชวนหรือล่อลวงโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ (สุชา จันทน์เฒ และสุรางค์ จันทน์เฒ, 2521) ปัจจุบันยาเสพลิตมีมากมายหลายชนิด ทั้งยากระตุ้นประสาท ยาหลอนประสาท ยาถ่วงประสาท และยาที่ช่วยกระตุ้นความรู้สึกทางเพศ ซึ่งล้วนแต่เป็นอันตรายต่อผู้เสพลิตทั้งสิ้น การปลูกฝังความเข้าใจเรื่องโทษภัยของยาเสพลิต การรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ รวมถึงการนำหลักธรรมมาเป็นเครื่อง

ยึดเหนี่ยวจิตใจจะสามารถช่วยให้วัยรุ่นห่างไกลจากยาเสพติดได้ อย่างไรก็ดี ความรักและความเข้าใจภายในครอบครัวถือเป็นเกราะป้องกันยาเสพติดที่ดีที่สุด

**2) การใช้ความรุนแรง** ปัญหาการทะเลาะวิวาทในหมู่วัยรุ่น หรืออาจเรียกว่าการยกพวกตีกันเป็นปัญหาที่เกิดขึ้นเป็นประจำในสังคมไทย โดยรูปแบบของการทะเลาะวิวาทมีแนวโน้มที่จะทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ จากอดีตนักเรียนที่ทะเลาะกันจะใช้เพียงการชกต่อย หรือตีกันด้วยไม้ แต่ในระยะหลังมีการใช้อาวุธ เช่น มีด ปืน หรือท่อนเหล็กเป็นอาวุธในการต่อสู้กัน วัยรุ่นส่วนใหญ่ที่ยกพวกตีกันมักจะเป็นกลุ่มนักเรียนอาชีวศึกษา ซึ่งมักเป็นนักเรียนชาย มีอายุประมาณ 15 ถึง 18 ปี ในกลุ่มช่างกลกับช่างก่อสร้าง (พรพิมล เจริญนาคนินทร์, 2539) กลุ่มวัยรุ่นเหล่านี้มักจะตีกันในสถานที่สาธารณะ เช่น ตามป้ายรถเมล์ บนรถเมล์ หรือในการแสดงคอนเสิร์ต ซึ่งทำให้มีผู้ที่ไม่เกี่ยวข้องได้รับบาดเจ็บ หรือเสียชีวิตจากเหตุทะเลาะวิวาทอยู่เสมอ อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันพบว่า เด็กนักเรียนหญิงในชั้นมัธยมศึกษามีแนวโน้มการก่อเหตุทะเลาะวิวาท และใช้ความรุนแรงเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากไม่พอใจที่เพื่อนดีเด่นกว่าตนหรือหลงรักชายหนุ่มคนเดียวกัน นอกจากนี้ประเด็นปัญหาวัยรุ่นที่สังคมให้ความสนใจมากยิ่งขึ้นได้แก่ ปัญหาการใช้ความรุนแรงในการรับน้องใหม่ของรุ่นพี่ในสถาบันการศึกษา และปัญหาแก๊งมอเตอร์ไซด์ซึ่ง เป็นต้น

**3) พฤติกรรมทางเพศที่ไม่เหมาะสม** ปัจจุบันวัยรุ่นได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้ารอบตัว ไม่ว่าจะเป็นทางหนังสือ สื่อโทรทัศน์ ภาพยนตร์ หรือทางอินเทอร์เน็ต ทำให้อายุรุ่นคิดกับเรื่องเพศมากขึ้น เมื่อวัยรุ่นชายหญิงเกิดความพึงพอใจในกันและกันและคิดว่านั้นคือความรักก็อาจจะมีเพศสัมพันธ์กัน หรืออาจร้ายแรงไปกว่านั้นหากวัยรุ่นมีเพศสัมพันธ์โดยที่ไม่ได้สมัครใจ เช่น การถูกล่วงละเมิดทางเพศ การมีเพศสัมพันธ์เพียงเพราะความอยากรู้อยากทดลองอาจส่งผลให้เกิดการตั้งครรภ์ในวัยเรียน เนื่องจากขาดความรู้เรื่องการคุมกำเนิด และเกิดจากความรู้น้อยไม่ถึงการฉีดยา ซึ่งเป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ต้องหยุดพักการศึกษากลางคัน และจะนำมาซึ่งปัญหาในอนาคต เช่น ขาดโอกาสทางการศึกษาทำให้ไม่สามารถหางานที่ดีได้ และมีรายได้ไม่พอเลี้ยงชีพ เป็นต้น นอกจากนี้ วัยรุ่นยังไม่มีวุฒิภาวะพอที่จะทำหน้าที่พ่อแม่ได้ การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นจึงเป็นอันตรายอย่างยิ่งทั้งต่อตัวแม่ และทารกในครรภ์หากแม่ขาดความรู้ในการดูแลตนเองระหว่างตั้งครรภ์ก็จะส่งผลให้เกิดโรคแทรกซ้อนต่างๆ เช่น ภาวะครรภ์เป็นพิษ ซึ่งอาจจะทำให้แม่และทารกในครรภ์พิการหรือเสียชีวิต การตั้งครรภ์ในวัยรุ่นอาจส่งผลให้เด็กคลอดก่อนกำหนด ซึ่งทารกที่คลอดก่อนกำหนดมีแนวโน้มที่จะมีสติปัญญาต่ำกว่าเกณฑ์ หรือพิการ และตกเป็นภาระของสังคมต่อไป

อีกหนึ่งปัญหาสำคัญที่สืบเนื่องมาจากปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นก็คือ ปัญหาการทำแท้ง เนื่องจากวัยรุ่นที่ตั้งครรภ์จะเกิดความเครียดที่ทำให้พ่อแม่ และตนเองเดือดร้อน เกิดความอับอาย บางสถานศึกษาก็มีระเบียบให้นักเรียนที่ตั้งท้องต้องลาออก สิ่งเหล่านี้จึงเป็นความกดดันทำให้อายุรุ่นหลายคนตัดสินใจทำแท้งทั้งที่รู้ว่าการทำแท้งมีอันตรายต่อชีวิต และจิตใจเป็นอย่างมาก ความรักความเข้าใจภายในครอบครัว และความดูแล

เอาใจใส่ของพ่อแม่ รวมถึงการสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางเพศที่ถูกต้องจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุดในการป้องกันปัญหาทางเพศของวัยรุ่น

4) **ปัญหาการอาชญากรรม และการกระทำผิดกฎหมาย** วัยรุ่นที่ประกอบอาชญากรรม หรือกระทำความผิดกฎหมายมักจะมาจากครอบครัวที่แตกแยก ขาดความอบอุ่น เมื่อมาพบกับเพื่อนที่มีพื้นฐานครอบครัวใกล้เคียงกันจึงพากันใช้เวลาว่างในทางที่ไม่เกิดประโยชน์ โดยเริ่มจากการทำตัวเกร่ หนีโรงเรียน ต่อมาก็หนีออกจากบ้านมาอยู่ร่วมกัน และอาจมีการรวมกลุ่มกันมั่วสุมทางเพศ หรือเสพยาเสพติด วัยรุ่นเหล่านี้ยังขาดความรู้ และทักษะในการประกอบอาชีพเพื่อหารายได้เลี้ยงตนเอง ดังนั้น จึงจำเป็นต้องเลี้ยงชีพโดยการประกอบอาชญากรรม เช่น การลักขโมย การปล้นจี้ชิงทรัพย์ การค้ายาเสพติด หรือขายบริการทางเพศ เป็นต้น

## 2.3 การสร้างเสริมสุขภาพ

การสร้างเสริมสุขภาพ หมายถึง การใดๆ ที่มุ่งกระทำเพื่อเสริมสร้างให้บุคคลมีสุขภาพะทางกาย จิต สังคม โดยสนับสนุนพฤติกรรมของบุคคล สภาพสังคม และสิ่งแวดล้อมที่จะนำไปสู่การมีร่างกายที่แข็งแรง สภาพจิตที่สมบูรณ์ อายุยืนยาวและคุณภาพชีวิตที่ดี (พระราชบัญญัติกองทุน การสร้างเสริมสุขภาพ, 2544) มีความหมายที่สอดคล้องกับการส่งเสริมสุขภาพแนวใหม่ ซึ่งจะเน้นที่กระบวนการเพิ่มสมรรถนะให้คนสามารถควบคุมปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดสุขภาพและเป็นผลให้บุคคลมีสุขภาพดี รวมถึงการปรับสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดี การสร้างเสริมสุขภาพจะเป็นเรื่องของกระบวนการ หรือ ยุทธศาสตร์ที่จะทำให้เกิดการมีสุขภาพดี โดยการดำเนินการร่วมกันของระบบต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง ไม่ใช่เพียงระบบการแพทย์และสาธารณสุขเท่านั้น เป็นกระบวนการส่งเสริมให้ประชาชนเพิ่มความสามารถในการควบคุมและสร้างสุขภาพของตนเองให้ดีขึ้น เพื่อให้บรรลุการมีสุขภาพดีทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม (WHO, 1986) เป็นกระบวนการดำเนินงานที่อาศัยศาสตร์และศิลป์ในการช่วยให้ประชาชนได้ปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตไปสู่การมีสุขภาพที่สมบูรณ์และสมดุลทั้งทางด้านสติปัญญาร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจิตวิญญาณ (O'Donnell, 1989) ยกระดับสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดีและมีความมีศักยภาพสูงสุดทั้งในบุคคล ครอบครัว ชุมชน ตลอดจนสังคม โดยมุ่งให้บุคคล ครอบครัวและชุมชนมีค่านิยมทางบวกกับสุขภาพ (Mereay & Zentner, 1993)

โดยสรุป การสร้างเสริมสุขภาพจะมีความหมายที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติตนของบุคคล ครอบครัว ชุมชน ตลอดจนสังคม ให้สามารถควบคุมปัจจัยที่เป็นตัวกำหนดสุขภาพเพื่อนำไปสู่ภาวะที่มีสุขภาพดี หรืออีกลักษณะหนึ่งจะหมายถึง กระบวนการส่งเสริมศักยภาพของ บุคคล ครอบครัว ชุมชน ตลอดจนสังคม เพื่อปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตไปสู่การมีสุขภาพที่สมบูรณ์และสมดุลทั้งทางด้านสติปัญญาร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและจิตวิญญาณนั่นเอง

### 2.3.1 ทฤษฎีการสร้างเสริมสุขภาพ

การสร้างเสริมสุขภาพและการป้องกันการเจ็บป่วย จะเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมสุขภาพส่วนบุคคล โดยมีองค์ประกอบอื่นๆ เป็นส่วนสนับสนุนหรือขัดขวางให้เกิดพฤติกรรมนั้น แนวคิดและทฤษฎีมีการแบ่งตามการยึดหลักปัจจัยภายใน/ภายนอกตัวบุคคล สามารถแบ่งเป็น 3 กลุ่ม (เบญจมาศ สุขศรีเพ็ญ, ม.ป.ป.) ดังนี้

#### 1) กลุ่มที่เชื่อปัจจัยภายในบุคคล เชื่อว่า สาเหตุของการเกิดพฤติกรรมหรือปัจจัยที่มีอิทธิพล

ต่อพฤติกรรมมาจากองค์ประกอบภายในบุคคล เช่น ความรู้ เจตคติ ความเชื่อ ค่านิยม แรงจูงใจ ทฤษฎีในกลุ่มนี้ เช่น แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ (Health Belief Model) และ ทฤษฎีความสามารถแห่งตน (Self-efficacy theory) เป็นต้น ส่วนการนำไปใช้ จะเป็นการให้ความรู้ การเปลี่ยนแปลงเจตคติ การสร้างแรงจูงใจ การสร้างค่านิยม

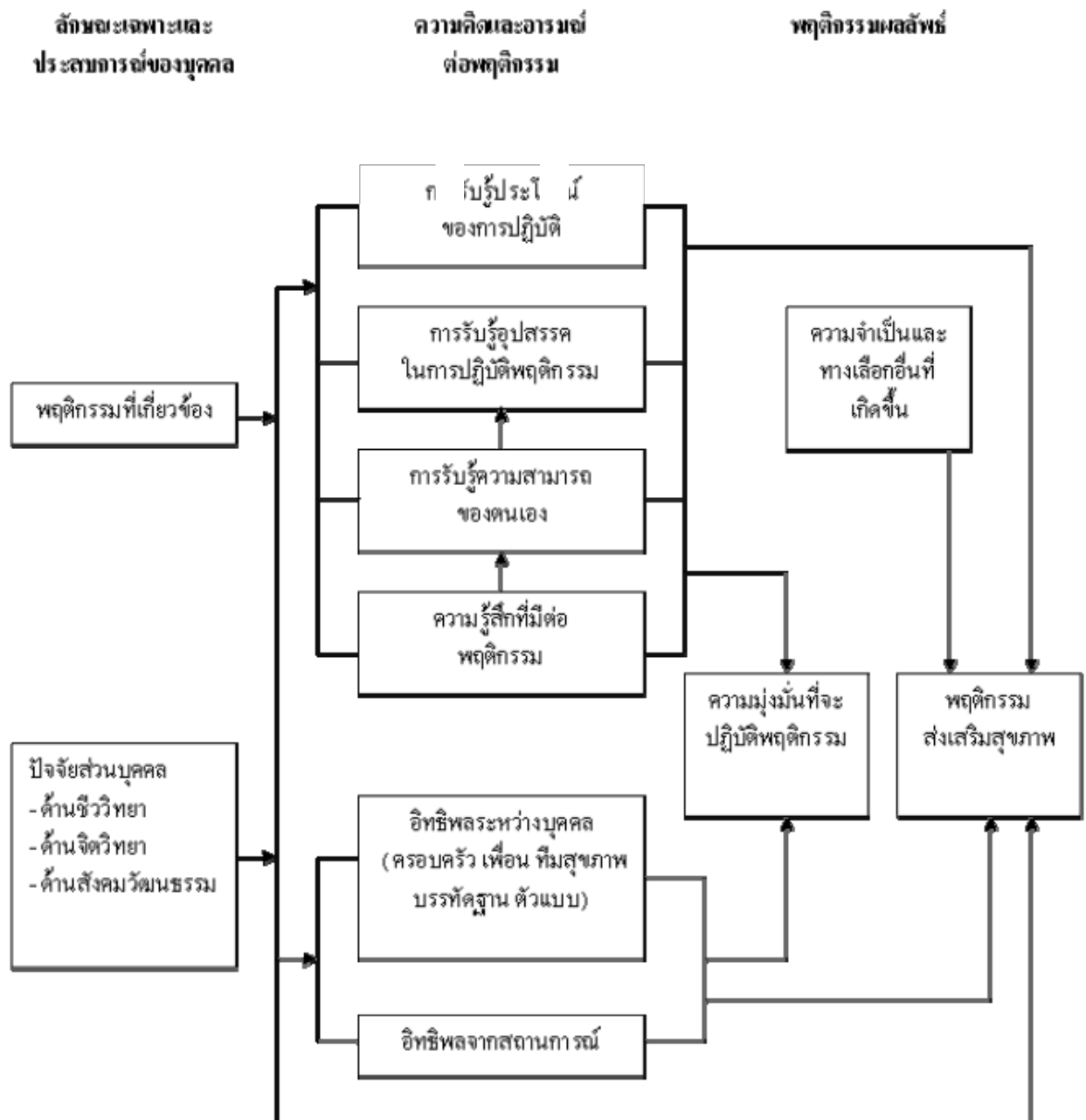
#### 2) กลุ่มที่เชื่อในปัจจัยภายนอกบุคคล เชื่อว่า สาเหตุของการเกิดพฤติกรรมมาจากปัจจัยภายนอกบุคคล โดยจะสนใจสิ่งแวดล้อม ระบบโครงสร้างของสังคม เศรษฐกิจ การเมือง การศึกษา ศาสนา ฯลฯ ว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมนุษย์ ซึ่งมีทฤษฎีที่นำมาประยุกต์ เช่น การสนับสนุนทางสังคม (social support)

#### 3) กลุ่มที่เชื่อในปัจจัยหลายปัจจัย พฤติกรรมของมนุษย์เกิดมาจากปัจจัยภายในบุคคลและปัจจัยภายนอกบุคคล โดยสนใจความยากง่ายในการเข้าถึงของสถานบริการ ความรู้ องค์ประกอบทางด้านประชากร องค์ประกอบทางสังคม เครือข่ายทางสังคม ฯลฯ ซึ่งมีทฤษฎีที่นำมาประยุกต์ใช้ เช่น PRECEDE Model เป็นต้น

### 2.3.2 แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender's Health Promotion Model) แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ (Pender, 1996 อ้างถึงใน เบญจมาศ สุขศรีเพ็ญ, ม.ป.ป.) ได้พัฒนาแนวคิดจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม เน้นการให้ความสำคัญของกระบวนการเรียนรู้ และการเกิดพฤติกรรมรูปแบบการส่งเสริมสุขภาพมีโครงสร้างคล้ายคลึงกับแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพของเพนเดอร์ สามารถสะท้อนให้เห็นถึงความสัมพันธ์เชิงเหตุผลระหว่างมโนทัศน์ต่างๆ ที่อธิบายปรากฏการณ์ที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่ทำให้บุคคลเกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ

เพนเดอร์ กล่าวว่า การที่บุคคลจะลงมือกระทำกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพ ตลอดจนปฏิบัติการกิจอย่างต่อเนื่องจนกลายเป็นแบบแผนในการดำเนินชีวิตเป็นผลมาจากการได้รับอิทธิพลของปัจจัย 3 ด้าน คือ 1) ปัจจัยด้านความรู้-การรับรู้ (cognitive-perceptual factors) ของบุคคล 2) ปัจจัยร่วม (modifying factors) และ 3) ตัวชี้แนะการกระทำ (cues to action)





ภาพที่ 2.1 แบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพฉบับปรับปรุง (Health Promotion Model Revised)

ที่มา (Pender, N.J., Murdaugh, C.L. & Parsons, M.A., 2006: 50)

### 2.3.3 มโนทัศน์หลักของแบบจำลอง

มโนทัศน์หลักของแบบจำลองส่งเสริมสุขภาพ ดังภาพประกอบที่ 1 ประกอบด้วย 3 มโนทัศน์หลัก ได้แก่ ประสบการณ์และคุณลักษณะของปัจเจกบุคคล อารมณ์และการคิดที่เฉพาะเจาะจงกับพฤติกรรม และผลลัพธ์ด้านพฤติกรรมโดยอธิบายปัจจัยที่มีความสำคัญหรือมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (Pender, Murdaugh & Parsons, 2006) ดังนี้

#### 1) ลักษณะเฉพาะและประสบการณ์ของบุคคล (Individual Characteristics and Experiences)

ลักษณะเฉพาะและประสบการณ์ของบุคคลที่มีผลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมในมโนทัศน์หลักนี้เพนเดอร์ได้เสนอ มโนทัศน์ย่อย คือ พฤติกรรมที่เกี่ยวข้อง และปัจจัยส่วนบุคคล โดยมีมโนทัศน์ทั้งสองมีความเกี่ยวข้องกับ พฤติกรรมสุขภาพบางพฤติกรรมหรือในบางกลุ่มประชากรเท่านั้น

**1.1) พฤติกรรมที่เกี่ยวข้อง (Prior related behavior)** จากการทบทวนงานวิจัยเรื่องปัจจัยด้าน พฤติกรรมนั้น พบว่าพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องนี้จะมียู่ประมาณ ร้อยละ 75 ของการวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริม สุขภาพ โดยพบว่า ตัวทำนายการเกิดพฤติกรรมที่ดีที่สุดตัวหนึ่ง คือ ความบ่อยของการปฏิบัติพฤติกรรมที่เหมือน คล้ายกับพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติในอดีตมีอิทธิพลโดยตรงต่อการปฏิบัติพฤติกรรม ส่งเสริมสุขภาพ เนื่องจากพฤติกรรมที่เคยปฏิบัติมานั้นได้กลายเป็นนิสัย (habit formation) และบุคคลปฏิบัติ พฤติกรรมนั้นได้โดยอัตโนมัติโดยอาศัยความตั้งใจเพียงเล็กน้อยก็ปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพได้

**1.2) ปัจจัยส่วนบุคคล (Personal Factors)** ในแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพ ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้

- ปัจจัยด้านชีววิทยา ได้แก่ อายุ ดัชนีมวลกาย สภาวะวัยรุ่น สภาวะหมดประจำเดือน ความจุปอด ความแข็งแรงของร่างกาย ความกระตือรือร้น และความสมดุลของร่างกาย
- ปัจจัยด้านจิตวิทยา ได้แก่ ความมีคุณค่าในตนเอง แรงจูงใจในตนเอง การรับรู้ภาวะสุขภาพ ของตนเอง
- ปัจจัยด้านสังคมวัฒนธรรม ได้แก่ สัญชาติ ชาติพันธุ์ วัฒนธรรม วัฒนธรรม การศึกษา และ สถานะทางสังคมเศรษฐกิจ โดยปัจจัยส่วนบุคคลดังกล่าวมีอิทธิพลโดยตรงต่อปัจจัยด้าน อารมณ์และ การคิดที่เฉพาะกับพฤติกรรมและมีอิทธิพลโดยตรงต่อพฤติกรรมส่งเสริม สุขภาพ

**2) ความคิดและอารมณ์ต่อพฤติกรรม (Behavior-Specific Cognition and Affect)** เป็นมโนทัศน์หลัก ในการสร้างแรงจูงใจให้บุคคลมีการพัฒนาหรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเอง มโนทัศน์หลักนี้ ประกอบด้วย มโนทัศน์ย่อยทั้งหมด 5 มโนทัศน์ ดังนี้

**2.1) การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรม (Perceived Benefits of Action)** จากการทบทวนงานวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ผ่านมาพบว่าการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมนี้มีอิทธิพลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพถึงร้อยละ 61 ซึ่งการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมนี้เป็นความเชื่อของบุคคลโดยคาดหวังประโยชน์ที่จะได้รับภายหลังการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพมโนทัศน์นี้มีพื้นฐานความเชื่อมาจากทฤษฎีความคาดหวัง การให้คุณค่า (Expectancy-value theory) การรับรู้ประโยชน์จากการปฏิบัติพฤติกรรมเป็นแรงเสริมทำให้บุคคลเกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติพฤติกรรมนั้น บุคคลจะปฏิบัติตามพฤติกรรมตามประสบการณ์ในอดีตที่พบว่าพฤติกรรมนั้นให้ผลทางบวกต่อตนเอง ประโยชน์จากการปฏิบัติพฤติกรรมอาจจะเป็นทั้งประโยชน์ภายนอกและภายใน ยกตัวอย่างเช่น ประโยชน์จากภายใน เช่น การเพิ่มความตื่นตัว หรือการลดความรู้สึกเมื่อล่า ส่วนประโยชน์จากภายนอกนั้น เช่น การได้รับรางวัลเงินทอง หรือความเป็นไปได้ของการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่เกิดจากผลของการปฏิบัติพฤติกรรม ในระยะแรกนั้นประโยชน์จากภายนอกจะเป็นที่รับรู้มากกว่า แต่ประโยชน์ภายในนั้นจะส่งผลให้เกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติพฤติกรรมอย่างต่อเนื่องมากกว่า ขนาดของความคาดหวังและความสัมพันธ์ชั่วคราวของประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมนั้นก็เป็นผลกระทบอย่างหนึ่งต่อพฤติกรรมสุขภาพ ความเชื่อในประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมหรือความคาดหวังผลที่เกิดขึ้นในทางบวกก็เป็นสิ่งจำเป็น แม้ว่าอาจจะไม่สำคัญแต่ก็จำเป็นในพฤติกรรมเฉพาะบางอย่าง

**2.2) การรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรม (Perceived Barriers to Action)** จากการทบทวนงานวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ผ่านมาพบว่าการรับรู้อุปสรรคของการปฏิบัติพฤติกรรมนี้มีอิทธิพลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพถึงร้อยละ 79 ซึ่งการรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ หมายถึง ความเชื่อหรือการรับรู้ถึงสิ่งขัดขวางที่ทำให้บุคคลไม่สามารถปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งอุปสรรคดังกล่าวประกอบด้วย อุปสรรคภายในและภายนอกของบุคคล อุปสรรคภายใน ได้แก่ ความขี้เกียจ ความไม่รู้ ไม่มีเวลา ไม่พึงพอใจ ถ้าต้องปฏิบัติพฤติกรรมและความเข้าใจผิดเกี่ยวกับพฤติกรรม เป็นต้น อุปสรรคภายนอก ได้แก่ สถานภาพทางเศรษฐกิจ ขาดแคลนสิ่งอำนวยความสะดวกในการปฏิบัติพฤติกรรม เช่น ค่าใช้จ่ายสูง การรับรู้ว่ายาก สภาพอากาศ และความไม่สะดวก เป็นต้น อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพนี้อาจเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจริงหรือเป็นสิ่งที่บุคคลคาดคิดก็ได้ ซึ่งมีผลต่อความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรม และมีผลต่อแรงจูงใจของบุคคลให้หลีกเลี่ยงที่จะปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

**2.3) การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Perceived Self-Efficacy)** การรับรู้ความสามารถของตนเอง หมายถึง ความเชื่อมั่นของบุคคล เกี่ยวกับความสามารถของตนเองในการบริหารจัดการและกระทำพฤติกรรมใดๆ ภายใต้อุปสรรคหรือสถานะต่างๆในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ เมื่อบุคคลเชื่อว่าตนเองสามารถปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพภายใต้อุปสรรคหรือสถานการณ์ต่างๆได้และรับรู้ว่าตนเองมีความสามารถในการปฏิบัติพฤติกรรมในระดับสูงจะมีอิทธิพลต่อการรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพลดลง

ได้และการรับรู้ความสามารถของตนเองในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ มีอิทธิพลโดยตรงต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและมีอิทธิพลโดยอ้อมต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ โดยผ่านการรับรู้อุปสรรคในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและความมุ่งมั่นต่อแผนการปฏิบัติพฤติกรรมที่วางไว้

**2.4) ความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรม (Activity-Related Affect)** ความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรม หมายถึง ความรู้สึกในทางบวกหรือลบที่เกิดขึ้นก่อน ระหว่าง และหลังการปฏิบัติพฤติกรรม การตอบสนองความรู้สึกนี้อาจมีน้อย ปานกลาง หรือมาก การตอบสนองความรู้สึกต่อพฤติกรรมใดๆ ประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ ความน่าสนใจของกิจกรรมหรือพฤติกรรม (activity-related) ความรู้สึกต่อตนเองเมื่อปฏิบัติพฤติกรรม (self-related) หรือสภาพแวดล้อมหรือบริบทที่เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรม (context-related) ความรู้สึกที่ดีหรือความรู้สึกทางบวกมีผลต่อแรงจูงใจของบุคคลในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ แต่ถ้าบุคคลเกิดความรู้สึกต่อการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพในทางลบก็จะมีผลให้บุคคลหลีกเลี่ยงในการปฏิบัติพฤติกรรมดังกล่าว เพราะเมื่อเร็วๆ นี้ได้มีการเพิ่มเติมความรู้สึกที่มีต่อพฤติกรรมลงในแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพ มีการศึกษาจำนวนน้อยที่ได้ค้นพบและช่วยสนับสนุนในการอธิบายและอำนาจในการทำนายของแบบจำลอง การศึกษาในอนาคตข้างหน้าจำเป็นต้องใส่ในในความสำคัญของความรู้สึกที่มีพฤติกรรมที่ต้องนำมาพิจารณาในพฤติกรรมสุขภาพด้านต่างๆ

**2.5) อิทธิพลระหว่างบุคคล (Interpersonal Influences)** อิทธิพลระหว่างบุคคล หมายถึง พฤติกรรม ความเชื่อ หรือทัศนคติของคนอื่นที่มีอิทธิพลต่อความคิดของบุคคล แหล่งของอิทธิพลระหว่างบุคคลที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ ครอบครัว (พ่อ แม่ พี่ น้อง) เพื่อน และบุคลากรทางสุขภาพ นอกจากนี้ อิทธิพลระหว่างบุคคล หมายความว่าบรรทัดฐาน (ความคาดหวังหรือความเชื่อของบุคคลที่สำคัญ กลุ่มบุคคล ชุมชน ซึ่งได้วางมาตรฐานของการปฏิบัติพฤติกรรมเอาไว้) การสนับสนุนทางสังคม (การรับรู้ของบุคคลว่าเครือข่ายทางสังคมของตนเองให้การสนับสนุนทั้งด้านวัตถุ ข้อมูลข่าวสาร และอารมณ์มากน้อยเพียงใด) และการเห็นแบบอย่าง (การเรียนรู้จากการสังเกตผู้อื่นที่กระทำพฤติกรรมนั้นๆ) อิทธิพลระหว่างบุคคลมีอิทธิพลโดยตรงต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพและมีผลทางอ้อมต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพโดยผ่านแรงผลักดันทางสังคม (social pressure) หรือความมุ่งมั่นต่อแผนการปฏิบัติพฤติกรรม ซึ่งจากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าอิทธิพลระหว่างบุคคลนั้นมีอิทธิพลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ร้อยละ 57 ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับกลางๆ

**2.6) อิทธิพลจากสถานการณ์ (Situational Influences)** อิทธิพลจากสถานการณ์ หมายถึง การรับรู้ และความคิดของบุคคลเกี่ยวกับสถานการณ์หรือบริบทที่สามารถเอื้อหรือขัดขวางการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ อิทธิพลสถานการณ์ที่มีต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ หมายความว่ารวมถึง การรับรู้เงื่อนไขที่มาสนับสนุนความต้องการ และความราบรื่นสุขสบายของสภาพแวดล้อมในการปฏิบัติพฤติกรรม บุคคลมักจะเลือกทำกิจกรรมที่ทำให้เขารู้สึกว่าเข้ากับวิถีชีวิต สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมของตนเอง รู้สึกปลอดภัยและมั่นคงเมื่อ

ปฏิบัติพฤติกรรมในสภาพแวดล้อมนั้น ไม่ใช่สิ่งที่มาคุกคามซึ่งสภาพแวดล้อมหรือสถานการณ์ที่น่าตื่นตาตื่นใจ น่าสนใจ รู้สึกคุ้นเคย จึงเป็นสิ่งที่ดึงดูดหรือทำให้บุคคลเกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพซึ่งจากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าอิทธิพลจากสถานการณ์นั้นมีอิทธิพลต่อการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ร้อยละ 50

#### 2.3.4 พฤติกรรมผลลัพธ์ (Behavioral Outcome) การเกิดพฤติกรรมผลลัพธ์ ประกอบด้วย 3 อย่าง ได้แก่

1) **ความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติพฤติกรรม (Commitment to a Plan of Actions)** ความมุ่งมั่นต่อแผนการปฏิบัติพฤติกรรม เป็นกระบวนการคิดที่ประกอบด้วยความตั้งใจที่จริงจังที่จะกระทำพฤติกรรมซึ่งสอดคล้องกับเวลา บุคคล สถานที่ โดยอาจทำร่วมกับผู้อื่น รวมทั้งมีกลยุทธ์ที่ชัดเจนในการปฏิบัติพฤติกรรมและการให้แรงเสริมทางบวกในการปฏิบัติพฤติกรรม ความตั้งใจและกลยุทธ์นี้จะเป็นตัวผลักดันให้บุคคลเกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ ดังนั้นในแบบจำลองการส่งเสริมสุขภาพ ความมุ่งมั่นต่อแผนการปฏิบัติพฤติกรรมมีอิทธิพลโดยตรงต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

2) **ความจำเป็นอื่นและทางเลือกอื่นที่เกิดขึ้น (Immediate Competing Demands and Preferences)** ความจำเป็นอื่นและทางเลือกอื่นที่เกิดขึ้น หมายถึง พฤติกรรมอื่นที่เกิดขึ้นทันทีทันใดก่อนที่จะเกิดพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตามที่วางแผนไว้และอาจทำให้บุคคลไม่สามารถปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพตามที่ได้วางแผนไว้ พฤติกรรมอื่นเกิดขึ้นเนื่องจากบุคคลไม่สามารถควบคุมตนเอง (self-regulation) จากความชอบ ความพอใจของตนเองและความต้องการของบุคคลอื่น พฤติกรรมที่เกิดขึ้นโดยทันทีโดยการมุ่งกระทำตามความจำเป็นอื่นถูกมองว่าเป็นพฤติกรรมที่อยู่เหนือตนเอง เป็นสิ่งที่บุคคลสามารถควบคุมได้น้อยเนื่องจากเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม ดังนั้น ความจำเป็นและทางเลือกอื่น เป็นปัจจัยส่งผลโดยตรงต่อการเกิดพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ และมีอิทธิพลในระดับปานกลางต่อความมุ่งมั่นต่อแผนการปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ อย่างไรก็ตามความจำเป็นอื่นและทางเลือกอื่นที่เกิดขึ้นไม่ควรจะเกิดขึ้นบ่อย เพราะถ้าเกิดขึ้นบ่อยจะแสดงว่าบุคคลพยายามมาหาเหตุผลมาอ้างเพื่อจะไม่ปฏิบัติพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ

3) **พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ (Health-Promoting Behavior)** พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นผลลัพธ์สุดท้ายและผลจากการปฏิบัติพฤติกรรมในแบบจำลองส่งเสริมสุขภาพ อย่างไรก็ตามพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพเป็นตัวบ่งชี้โดยตรงต่อผลลัพธ์ทางสุขภาพที่ประสบผลสำเร็จในผู้รับบริการ พฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพนั้นบางส่วนก็ได้บูรณาการเข้ากับการใช้ชีวิตประจำวัน ผลที่ได้ก็คือการปรับภาวะสุขภาพ การเพิ่มความสามารถในการทำหน้าที่ของร่างกาย และการมีคุณภาพชีวิตที่ดีในทุกช่วงพัฒนาการของมนุษย์

## 2.4 การวิเคราะห์กลุ่มพหุโดยใช้โมเดลลิสเรล

การวิเคราะห์โมเดลลิสเรล สำหรับกรณีที่มีกลุ่มประชากร/กลุ่มตัวอย่างหลายกลุ่มนั้นมีชื่อเฉพาะเรียกว่า การวิเคราะห์กลุ่มตัวอย่างพหุ หรือ การวิเคราะห์กลุ่มพหุ (multiple sample or multi-group analysis) Joreskog และ Sorbom (1989) (นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2538) ได้พัฒนาโปรแกรมลิสเรลให้สามารถวิเคราะห์ข้อมูลที่ประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่างหลายกลุ่มพร้อมกันได้ โดยที่กลุ่มตัวอย่างหรือกลุ่มประชากรนั้นอาจจะเป็นกลุ่มที่เกิดจากการจัดแบ่งกลุ่มประชากรมาจากประเทศหรือพื้นที่ที่มีวัฒนธรรมต่างกัน หรืออาจเป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเชิงทดลอง ซึ่งประกอบด้วยกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง กล่าวได้ว่าการวิเคราะห์กลุ่มพหุใช้ได้กับการวิจัยที่มีการแบ่งกลุ่มทุกประเภท โดยมีเงื่อนไขในการแบ่งกลุ่มว่าหน่วยตัวอย่างทุกหน่วยต้องเป็นสมาชิกของกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งเพียงกลุ่มเดียว โดยไม่เป็นสมาชิกร่วมกันในสองกลุ่ม (mutually exclusive)

จุดมุ่งหมายที่สำคัญในการวิเคราะห์กลุ่มพหุ คือ การตรวจสอบว่าโมเดลลิสเรล ซึ่งเป็นกรอบความคิด (conceptual framework) ที่นักวิจัยสร้างขึ้นจากทฤษฎีนั้น สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ของแต่ละกลุ่มหรือไม่ อย่างไร ถ้ามีความสอดคล้องกลมกลืนกัน นักวิจัยจะสามารถนำโมเดลลิสเรลที่ตรวจสอบแล้วมาใช้อธิบายความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร และนำข้อค้นพบไปใช้ประโยชน์ได้ต่อไป หัวใจสำคัญของการวิเคราะห์กลุ่มพหุ คือ การวิเคราะห์ข้อมูลที่รวบรวมมาจากกลุ่มตัวอย่างทุกกลุ่ม โดยมีการกำหนดเงื่อนไขบังคับ (constraints) ให้โมเดลลิสเรลที่เป็นกรอบความคิดในการวิจัยนั้น มีลักษณะเป็นแบบเดียวกันสำหรับการตรวจสอบ ความสอดคล้องกลมกลืนระหว่างโมเดล และข้อมูลเชิงประจักษ์ ถ้าผลการวิเคราะห์ให้ผลว่าค่าไค-สแควร์ในการทดสอบความกลมกลืนมีค่าต่ำกว่าค่าวิกฤตอย่างไร ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ จะสรุปได้ว่า โมเดลลิสเรลที่สร้างขึ้นตามทฤษฎีสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ทุกกลุ่ม และโมเดลมีลักษณะเป็นแบบเดียวกัน เรียกตามศัพท์สถิติวิเคราะห์ลิสเรลว่า โมเดลลิสเรลไม่แปรเปลี่ยน หรือมีความยืนยงระหว่างกลุ่ม (invariance across groups)

การทดสอบความไม่แปรเปลี่ยนของโมเดลลิสเรลระหว่างกลุ่ม เป็นการทดสอบสมมติฐานทางสถิติว่าโมเดลลิสเรลมีเมทริกซ์พารามิเตอร์ไม่แปรเปลี่ยนระหว่างกลุ่มประชากร โดยพิจารณาจากค่าสถิติทดสอบความกลมกลืน คือ ค่าไค-สแควร์ ซึ่งเป็นค่าสถิติทดสอบในภาพรวมทุกกลุ่ม ในที่นี้เรียกว่า ไค-สแควร์รวม (overall chi-square) ถ้าค่าไค-สแควร์รวมมีค่าต่ำกว่าค่าวิกฤตอย่างไร ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าโมเดลลิสเรลในภาพรวมของกลุ่มประชากรทุกกลุ่มหรือกลุ่มพหุสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ในกรณีตรงกันข้าม ถ้าค่าไค-สแควร์รวมมีค่าสูงกว่าค่าวิกฤตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าโมเดลลิสเรลในภาพรวมของกลุ่มประชาชนทุกกลุ่มหรือกลุ่มพหุไม่สอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ นอกจากการพิจารณาแปลความหมายจากค่าไค-สแควร์รวมแล้ว นักวิจัยยังต้องพิจารณาแปลความจากค่าสถิติที่เป็นดัชนีวัดความกลมกลืนของโมเดลด้วย ค่าดัชนีที่ควรนำมาพิจารณาร่วมด้วย ได้แก่ ดัชนี GFI ดัชนี RMSE ดัชนี RMR และดัชนี critical N เป็นต้น

เนื่องจากเมทริกซ์พารามิเตอร์ในโมเดลมีทั้งหมด 8 เมทริกซ์ การกำหนดสมมติฐานทางสถิติในการทดสอบความไม่แปรเปลี่ยนของโมเดลอิสระระหว่างกลุ่ม จึงสามารถตั้งสมมติฐานทางสถิติในการทดสอบได้หลายสมมติฐานตามจำนวนเมทริกซ์พารามิเตอร์ วิธีการตั้งสมมติฐานทางสถิตินิยมตั้งเป็นชุดของสมมติฐาน (family of hypotheses) เรียงกันตั้งแต่สมมติฐานที่มีเงื่อนไขบังคับ (constraints) น้อยที่สุดไปจนถึงสมมติฐานที่มีเงื่อนไขบังคับมากที่สุด และการทดสอบสมมติฐานก็ทำการทดสอบเรียงไปตามลำดับ เรียกว่าเป็นการทดสอบเป็นลำดับลดหลั่น (hierarchical testing) การแปลความหมายผลการทดสอบ นอกจากจะแปลความหมายผลการทดสอบค่า ไค-สแควร์ และแปลความหมายเช่นเดียวกับการแปลความหมาย ค่า ไค-สแควร์ โดยทั่วไป นั่นคือ ถ้าผลต่างของค่า ไค-สแควร์ ระหว่างสมมติฐานข้อ 1 และข้อ 2 ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยที่ค่า ไค-สแควร์รวมของสมมติฐานข้อ 1 และ ข้อ 2 ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติด้วย แสดงว่าการทดสอบความไม่แปรเปลี่ยนของโมเดลตามสมมติฐานข้อ 1 และข้อ 2 ให้ผลเป็นแบบเดียวกัน คือ โมเดลไม่แปรเปลี่ยนระหว่างกลุ่ม (นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2538)

## 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ชาตวิวุฒิ ธนบัตร (2547) ได้ศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีในกลุ่มนักเรียนที่ศึกษาอยู่ในระบบการศึกษานอกโรงเรียนกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547 เพื่อศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี ความรู้และเจตคติเกี่ยวกับการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวี ความสัมพันธ์ของปัจจัยส่วนบุคคลกับพฤติกรรมเสี่ยง และศึกษาความสัมพันธ์ของระดับความรู้และเจตคติกับพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวี ของกลุ่มนักเรียนที่ศึกษาในระบบการศึกษานอกโรงเรียนกรุงเทพมหานคร เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามชนิดตอบด้วยตนเองที่ดัดแปลงมาจากโครงการเฝ้าระวังพฤติกรรมที่สัมพันธ์กับการติดเชื้อเอชไอวี ของสำนักกระบวนวิทยากรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข จำนวนตัวอย่าง 400 คน เป็นนักเรียนชาย 200 คน นักเรียนหญิง 200 คน โดยทำการศึกษาระหว่าง วันที่ 15 ธันวาคม 2547-15 กุมภาพันธ์ 2548 ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ศึกษาในระบบการศึกษานอกโรงเรียนกรุงเทพมหานครมีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อเอชไอวีด้านประสิทธิภาพการมีเพศสัมพันธ์โดยรวม (ร้อยละ 72.2) ความรู้ในการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีอยู่ในระดับดี แต่ระดับเจตคติในการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีอยู่ในระดับต่ำ ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมเสี่ยง ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรสของบิดามารดา และบุคคลที่พักอาศัยอยู่ด้วย ( $p < 0.05$ )

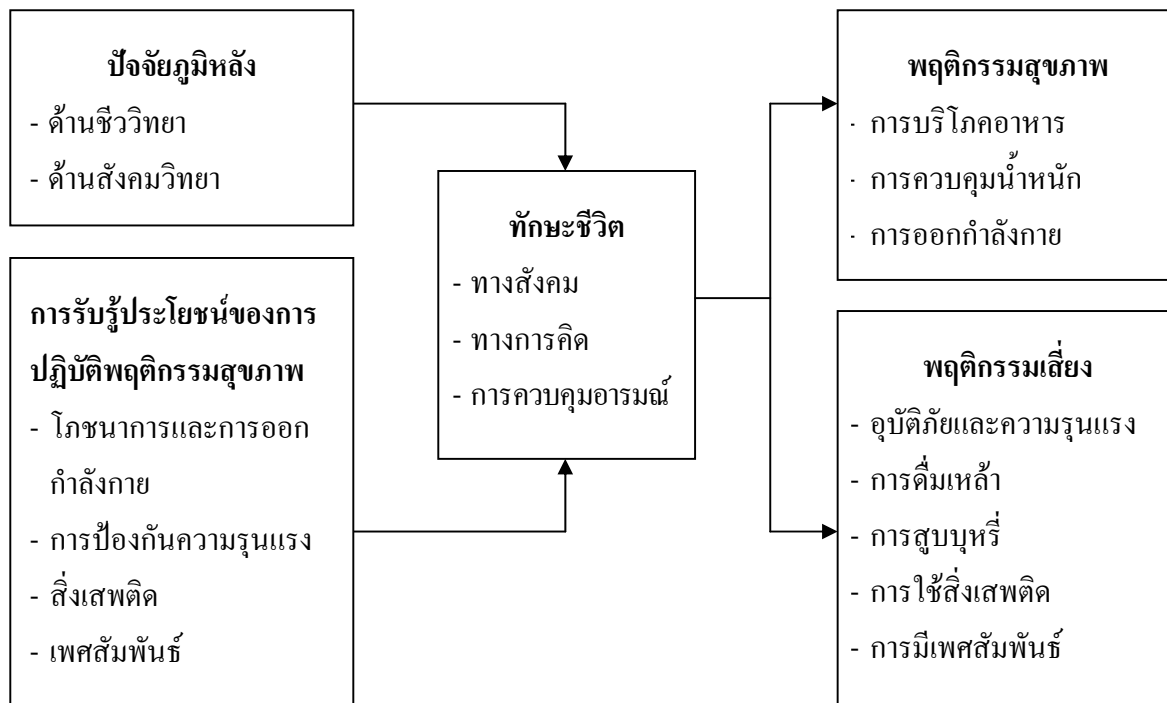
จากรายงานการทบทวนสถานการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของเด็กวัยรุ่นเพื่อการเสริมสร้างทักษะชีวิตและการให้การศึกษา (2547) โดยสำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต พบว่า ผลจากการศึกษาวัยรุ่นทั้งในระบบและนอกระบบ พบว่า วัยรุ่นที่มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ใช้ถุงยางอนามัยหรือไม่มีการป้องกันตัวเอง เกิดจากการขาดทักษะในการประเมินสถานการณ์เสี่ยง การมีเพศสัมพันธ์จึงเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นอย่างกะทันหัน ไม่ได้เตรียมตัวและขาดความยับยั้งรังสติ และส่วนหนึ่งไม่รู้วิธีใช้ถุงยางอนามัยหรือใช้ถุงยางอนามัยไม่เป็น

(ดารินทร์ อารีย์โชคชัย และคณะ, 2546) นิสิต/นักศึกษาในระดับอุดมศึกษา ร้อยละ 49.6 และ 33.8 เห็นด้วยและเห็นด้วยอย่างยิ่งที่การสอนเพศศึกษาในมหาวิทยาลัย ในระดับอาชีวศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่มีความรู้เรื่องเพศศึกษาในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน มีร้อยละ 4.1 มีความรู้ดีเรื่องถุงยางอนามัยและสามารถอธิบายได้ถูกต้อง ส่วนวัยรุ่นระดับอุดมศึกษา พบว่า นักศึกษาชายร้อยละ 72 และนักศึกษาหญิงร้อยละ 21.6 มีความรู้ดีเกี่ยวกับการใช้ถุงยางอนามัย (ศิริกุล อิศรานุรักษ์ และ วรณา เทวณิชย์พงศ์, 2543) ส่วนความรู้เรื่องยาเม็ดคุมกำเนิดและผลข้างเคียง พบว่า วัยรุ่นทั้งหญิงและชายขาดความรู้ในเรื่องนี้ ทั้ง ๆ ที่วัยรุ่นนิยมใช้ยา Prostinor หรือ Madonna แต่ก็ไม่รู้เลยว่ายาดังกล่าวมีประสิทธิภาพต่ำและมีผลข้างเคียงมาก ทำให้มีเลือดออก ประจำเดือนมาไม่สม่ำเสมอ อาเจียน ทำลายการทำงานของตับ เป็นต้น ทำให้วัยรุ่นต้องเสี่ยงต่อสุขภาพในหลาย ๆ ด้าน จากผลข้างเคียงของยาและการใช้ยาที่ไม่ถูกต้อง (พิมพ์วัลย์ บุญมงคล, 2544) วัยรุ่นส่วนใหญ่มักได้รับความรู้เรื่องเพศและการคุมกำเนิดจากเพื่อน ซึ่งเพื่อนก็มีความรู้ที่ไม่ดีพอ นอกจากนั้นคนขายยาก็คือเป็นอีกกลุ่มหนึ่งที่วัยรุ่นหญิงขอความรู้เกี่ยวกับยาคุมกำเนิด ซึ่งก็อาจได้รับข้อมูลอย่างผิด ๆ ได้ (พิมพ์วัลย์ บุญมงคล, 2544) วัยรุ่นในระดับอุดมศึกษายอมรับการอยู่ด้วยกันโดยไม่หวังจะต้องแต่งงานกันในอนาคต นักศึกษาชายมีทรรศนะว่าการใช้ชีวิตร่วมกับผู้หญิงที่เป็นแฟน เป็นเพราะผู้หญิงเต็มใจ เป็นการอยู่ด้วยกันแบบไม่ผูกมัด พร้อมทั้งจะยุติความสัมพันธ์ได้ตลอดเวลา ในขณะที่เดียวกันระหว่างที่อยู่กับแฟนก็สามารถไปมีผู้หญิงอื่นได้ ทศนคติเหล่านี้ได้รับอิทธิพลมาจากบิดา ที่มองว่าช่วงเรียนมหาวิทยาลัยเป็นช่วงที่สบายที่สุด เกี่ยวกับผู้หญิงโดยไม่ต้องเสียเงิน ผู้ชายไม่เป็นฝ่ายเสียหาย มัวอย่างไรก็ไม่ท้อง ไม่มีใครจริงจัง และคิดว่าเป็นกำไรของชีวิต ส่วนหนึ่งได้รับอิทธิพลมาจากดารา นักร้องด้วย นอกจากนั้น นักศึกษาชายยังมีทัศนคติว่าการมีแฟนและมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องของศักดิ์ศรี การไม่มีแฟนหรือมีแฟนแต่ไม่มีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องน่าอาย และมีร้อยละ 67 ยอมรับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน ในขณะที่นักศึกษาหญิงเองก็มีทัศนคติว่า การอยู่ร่วมกันเป็นเพราะความรัก มีความความสุขที่ได้อยู่ด้วยกันและไม่หวังแต่งงาน ที่ยอมเสียตัวก็เพราะตามใจแฟน อารมณ์พาไปและเมา ไม่รู้สึกกลัวว่าจะท้องหรือพ่อแม่จะรู้เพราะมองว่าความรักทำให้ทุกอย่างถูกต้องเสมอ และไม่ปิดกั้นตัวเองในการคบผู้ชายคนใหม่ การมีความสัมพันธ์กับผู้ชายพร้อมกันที่เดียวสองคนไม่ใช่เรื่องเสียหาย และมีนักศึกษาหญิงร้อยละ 9.8 ยอมรับการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงาน ทั้งนักศึกษาชายและหญิงต่างก็มีทัศนคติว่าความบริสุทธิ์ของผู้หญิงไม่ใช่เรื่องสำคัญและถ้าท้องแล้วทำแท้งก็ไม่ใช่เรื่องผิด (โสพิน หนูแก้ว, 2545) ในนักเรียนหญิงชั้นมัธยมปลายก็มองว่า ถ้าตั้งครรภ์โดยไม่ตั้งใจก็ควรมีบริการทำแท้ง (ศิริกุล อิศรานุรักษ์ และคณะ, 2543) จากการศึกษาวิจัยในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยที่อยู่ร่วมกันโดยไม่แต่งงาน พบว่าสาเหตุของการอยู่ด้วยกันคือเรื่องเซ็กซ์เป็นหลัก และต่างก็ไม่ปิดกั้นตัวเองในการคบคนใหม่ (โสพิน หนูแก้ว, 2545) ปัจจัยภายในที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศของวัยรุ่นคือ 1) กลุ่มที่รู้สึกตัวของตัวเองต่ำด้อยอยู่แล้ว คนที่รู้สึกต่ำด้อยกว่าเพื่อนจะหาสิ่งชดเชย เช่น ฐานะแตกต่างจากเพื่อน ไม่ถูกยอมรับจากเพศตรงข้ามแล้วคิดว่าไหน ๆ ก็ไม่ดีแล้ว ถ้าขายบริการทางเพศเพิ่มขึ้นก็คงไม่เลวมากไปกว่าเดิม 2) มีลักษณะต่อต้านกฎเกณฑ์



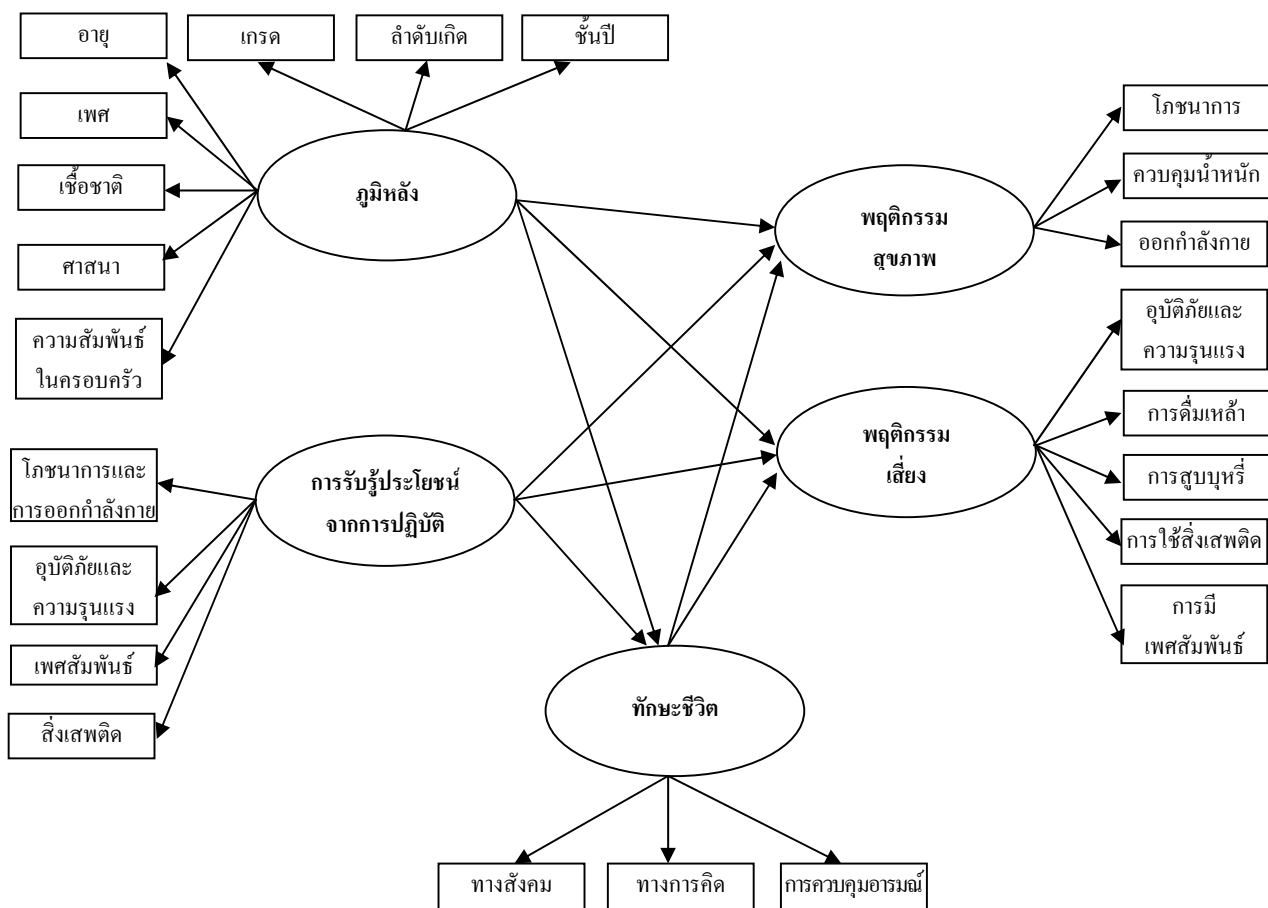
ทางสังคม เกิดจากครอบครัวถูกกดดันจากสภาพแวดล้อม จนทำให้ขาดกฎเกณฑ์ในการดำเนินชีวิตแบบพ่อแม่ลูก  
 ทั่วไป ซึ่งส่วนมากมักพบว่า พ่อมีภรรยาน้อย แม่คบชู้ จึงทำให้กลุ่มนี้เลือกปฏิบัติเพื่อสะท้อนความสะใจของ  
 ตัวเองเพื่อเรียกร้องความสนใจจากกลุ่มสังคมเพศ 3) สูญเสียความมั่นใจในตัวเอง กลุ่มนี้มักเกิดขึ้นในกลุ่มที่อก  
 หักหรือถูกทอดทิ้งซึ่งจะเข้าสู่วงจรการขายบริการทางเพศได้ 2 ทาง คือ ส่วนหนึ่งจะหันไปเกี่ยวกับกลุ่มเพื่อนที่  
 เกี่ยวกลางคืนแล้วเสียตัวในที่สุด อีกส่วนหนึ่งจะพึ่งยาเสพติด/เหล้า ซึ่งเมื่อดื่มเหล้าหรือเสพยาเสพติดแล้วก็จะทำ  
 ให้ขาดสติ และมีเพศสัมพันธ์แบบเลยตามเลยที่นำไปสู่ค่านิยมสลับคู่สลับกลุ่มหรือที่เรียกว่าสวิงกิ้ง โดยสิ่ง  
 เหล่านี้ทำเพื่อทดแทนความเจ็บปวดทางใจซึ่งนำไปสู่หนทางการเข้าสู่การขายตัว 4) อยากสนุก อยากหาความ  
 ตื่นเต้น ประเภทยี้จะมาจากครอบครัวที่มีฐานะดี มีพร้อมทุกอย่าง แต่อยากหาความแปลกใหม่ จากการมีเช็กส์  
 มองว่าเช็กส์เป็นกิจกรรมบันเทิงระหว่างบุคคล ส่วนใหญ่มักเป็นผลมาจากการไม่รู้รักตนเอง (สุกมล วิภาวิพลกุล,  
 2544) ปัจจัยภายนอก ได้แก่ 1) ความจำเป็นด้านฐานะมักจะมีปัญหาเรื่องเงินค่าเล่าเรียนที่สูงลิ่ว ค่าเช่าอพาร์ต  
 เมนต์ หอพัก เมินชั่น ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ซึ่งจะพบมากในเด็กต่างจังหวัด ทั้งนี้เป็นผลสืบเนื่องมาจาก  
 เศรษฐกิจตกต่ำเมื่อปี 2541 และปัญหาเศรษฐกิจของประเทศตกต่ำนี้ยังทำให้เกิดความอ่อนแอทางสถาบัน  
 ครอบครัวและสถาบันการศึกษาอีกด้วย 2) หลงใหลในวัตถุนิยมอยากใช้ของฟุ้งเฟ้อตามแฟชั่น โดยกลุ่มเพื่อนมี  
 อิทธิพลอย่างมากคือเพื่อนใช้อะไรก็ต้องมีเหมือนเพื่อน เพื่อที่จะได้รับการยอมรับจากเพื่อน ดังนั้นเมื่อรสนิยม  
 สูงขึ้น แต่รายได้ต่ำ ผลสุดท้ายต้องหารายได้จากการขายบริการทางเพศ (สุกมล วิภาวิพลกุล, 2544) ซึ่งในปัจจุบัน  
 เพื่อนที่มีเงินและตามแฟชั่นจะเป็นที่ชื่นชอบ 3) ผลจากการเสพยาวัยรุ่นนิยมเสพยา 3 ชนิด คือ ยาอี ยาเค ยาบ้า ซึ่ง  
 เมื่อเสพยาจะไม่สามารถควบคุมร่างกายของตัวเองได้ ทำให้เกิดความต้องการทางเพศสูงขึ้น ยาบางตัวมีราคาแพงจึง  
 ต้องรวมกลุ่มกันซื้อเพื่อมาเสพยา ซึ่งเป็นที่มาของการมีเช็กส์หมู่ในวัยรุ่นดังที่กล่าวแล้วข้างต้น 4) ค่านิยมเรื่องเพศ  
 แบบญี่ปุ่นและตะวันตกการเลียนแบบหนุ่มสาวชาวญี่ปุ่น และเนื้อหาในการ์ตูนญี่ปุ่นที่เน้นถึงการยอมเสียตัวเพื่อ  
 ความทรงจำครั้งแรกกับคนที่ตนเองรัก และวัฒนธรรมตะวันตกที่เลือกมีเช็กส์กับคนแปลกหน้าเพื่อความตื่นเต้น  
 ฉากเลิฟซีนในภาพยนตร์ฮอลลีวูดที่เน้นการมีเพศสัมพันธ์สำหรับการออกเดทครั้งแรก 5) ผลจากการพนันและการ  
 ดินหนี่นศึกษาขายตัวเพราะดินหนี่นจากการพนันบอล นอกจากนั้นยังพบว่าค่าโทรศัพท์ก็เป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่  
 เป็นแรกกดดันให้เด็ก ม.ต้นต้องเข้าสู่การขายบริการทางเพศ 6) สังคมละทิ้งวัฒนธรรมไทยที่ดิงามสังคมไทยละ  
 ทิ้งความสำคัญของเครื่องมือทางวัฒนธรรมที่จะยับยั้งปัญหา และสร้างเครื่องมือทางวัฒนธรรมใหม่คือการมี  
 เพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันสมควรไม่ถือเป็นการเสียตัวยี้ดถือวัตถุเป็นสำคัญ (วรพล พรหมกบุตร, 2545)

## 2.6 กรอบแนวคิดในการวิจัย



ภาพที่ 2.2 กรอบแนวคิดในการวิจัย

## 2.6 กรอบแนวคิดในการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา



ภาพที่ 2.3 กรอบแนวคิดในการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเพื่อศึกษา พัฒนา และตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิต กับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษามีประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

#### 3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

**3.1.1 ประชากร** ที่ศึกษาในครั้งนี้ คือ นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา (สกอ.) 3 กลุ่ม คือ 1) มหาวิทยาลัยของรัฐ 2) มหาวิทยาลัยในกำกับ และ 3) มหาวิทยาลัยเอกชน ในปีการศึกษา 2553 ทุกสาขาวิชา ทุกชั้นปี มีจำนวนประมาณ 1,500,000 คน

**3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง** คือ นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา (สกอ.) 3 กลุ่มคือ 1) มหาวิทยาลัยของรัฐ 2) มหาวิทยาลัยในกำกับ และ 3) มหาวิทยาลัยเอกชน ในปีการศึกษา 2553 ทุกสาขาวิชา ทุกชั้นปี คัดเลือกโดยการสุ่มแบบหลายชั้น (stratified random sampling) กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยการใช้ตารางสำเร็จรูป Yamane (1967) ด้วยความเชื่อมั่นที่ 95% มีจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 6,000 คน

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้มีการกระจายของกลุ่มตัวอย่างตามลักษณะของประชากร ผู้วิจัยใช้วิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (stratified random sampling) ตามสัดส่วนของนิสิต/นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในสาขาวิชาและมหาวิทยาลัยที่แตกต่างกัน การจัดกลุ่มสาขาวิชาแบ่งออกเป็น 3 สาขาวิชา คือ

- (1) วิทยาศาสตร์ (Natural science) ศึกษาเกี่ยวกับธรรมชาติ ได้แก่ สาขาวิทยาศาสตร์กายภาพ และวิทยาศาสตร์ชีวภาพ เป็นต้น
- (2) สังคมศาสตร์ (Social science) ศึกษาเกี่ยวกับการอยู่ร่วมกันของมนุษย์ ได้แก่ สาขาเศรษฐศาสตร์ รัฐศาสตร์ สังคมวิทยา มานุษยวิทยา พฤติกรรมศาสตร์ จิตวิทยา และประวัติศาสตร์ เป็นต้น
- (3) มนุษยศาสตร์ (Humanities science) ศึกษาเกี่ยวกับความรู้สึนึกคิดของคน ได้แก่ สาขาภาษา วรรณคดี ปรัชญา ศาสนา ศิลปะ ดนตรี จิตรกรรม และประติมากรรม เป็นต้น

ในการจัดกลุ่มมหาวิทยาลัยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

- (1) มหาวิทยาลัยในกำกับ
- (2) มหาวิทยาลัยรัฐ
- (3) มหาวิทยาลัยเอกชน

ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยดำเนินการเลือกตามขั้นตอนดังนี้

- (1) แบ่งกลุ่มมหาวิทยาลัยออกตามสังกัดคือ มหาวิทยาลัยของรัฐ มหาวิทยาลัยในกำกับ และมหาวิทยาลัยเอกชน
- (2) แบ่งกลุ่มสาขาวิชาภายใต้มหาวิทยาลัยออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มสาขาวิทยาศาสตร์ กลุ่มสาขาสังคมศาสตร์ และกลุ่มสาขามนุษยศาสตร์
- (3) คำนวณขนาดตัวอย่างนิสิต/นักศึกษาตามสัดส่วนของกลุ่มสาขาและกลุ่มมหาวิทยาลัย โดยใช้สูตร

$$n_h = (N_h / N) * n$$

โดย	$n_h$	คือ	ขนาดของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละชั้น
	$N_h$	คือ	ขนาดของประชากรในแต่ละชั้น
	$N$	คือ	ขนาดของประชากรทั้งหมด
	$n$	คือ	ขนาดของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

ขนาดตัวอย่างนิสิต/นักศึกษาดังปรากฏในตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 ขนาดตัวอย่างนิสิต/นักศึกษิตตามสัดส่วนของกลุ่มมหาวิทยาลัยและสาขาวิชา

มหาวิทยาลัย	วิทยาศาสตร์	สังคมศาสตร์	มนุษยศาสตร์	รวม
รัฐเดิม	701	1202	100	2003
รัฐใหม่	848	1454	121	2423
ในกำกับ	273	468	39	780
เอกชน	278	476	40	793
<b>รวม</b>	<b>2,100</b>	<b>3,600</b>	<b>300</b>	<b>6,000</b>

- (4) สุ่มนิสิต/นักศึกษาเป็นลำดับขั้น โดยจำแนกนิสิต/นักศึกษิตตามชั้นปีการศึกษา แล้วจึงทำการสุ่มมหาวิทยาลัย สาขาวิชา และชั้นปีการศึกษาด้วยการสุ่มอย่างเป็นระบบ (system random sampling)

### 3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

#### 3.2.1 การพัฒนาเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแบบสอบถามมาตรฐานของต่างประเทศ ประกอบด้วย 5 ตอน คือ 1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบสอบถามทักษะชีวิต 3) แบบสอบถามการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ 4) แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพ และ 5) แบบสอบถามพฤติกรรมเสี่ยง มีรายละเอียด ดังนี้

1) แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบ่งออกเป็น อายุ เพศ ลำดับการเกิด เชื้อชาติ ศาสนา ชั้นปี การศึกษา สาขาที่ศึกษา มหาวิทยาลัยที่ศึกษา พฤติกรรมของบุคคลในครอบครัว ความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว

2) แบบสอบถามทักษะชีวิต พัฒนาจากแบบสอบถามทักษะชีวิตของ Pan American Health Organization แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ

2.1) ทักษะด้านสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (social and interpersonal skills) หรือทักษะทางสังคม เป็นทักษะที่เกี่ยวข้องกับการติดต่อสื่อสาร (communication) การรักษาสติ (assertiveness) และความสามารถในการเข้าใจผู้อื่น (empathy) ประกอบด้วยข้อคำถาม 18 ข้อ แบบมาตรวัด 5 ระดับ จาก “ไม่เคยเลย” ถึง “เป็นประจำ” การปฏิเสธ (refusal) ประกอบด้วยข้อคำถาม 6 ข้อ แบบมาตรวัด 6 ระดับ จาก “ไม่” และ “รู้สึกว่าได้ทำแล้ว” ถึง “ได้ และรู้สึกว่าได้ทำแล้ว”

2.2) ทักษะด้านพุทธิพิสัยหรือด้านการคิด (cognitive skills) ได้แก่ ทักษะการแก้ปัญหา (problem solving) การตัดสินใจ (decision making) และการคิดเชิงวิเคราะห์ (critical thinking) ประกอบด้วยข้อคำถาม 18 ข้อ แบบมาตรวัด 5 ระดับ จาก “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ถึง “เห็นด้วยอย่างยิ่ง”

2.3) ทักษะด้านการควบคุมอารมณ์ (emotional coping skills) ได้แก่ ทักษะการจัดการกับความเครียด (managing stress) การจัดการความรู้สึก (managing feelings) การจัดการตนเอง (self-management) และการกำกับตนเอง (self-monitoring) ประกอบด้วยข้อคำถาม 18 ข้อ แบบมาตรวัด 5 ระดับ จาก “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” ถึง “เห็นด้วยอย่างยิ่ง”

3) แบบสอบถามการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ ที่ปรับจากแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยงของ Adolescent Risk Inventory (ARI) ประกอบด้วยการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ 4 ด้าน คือ ปัจจัยด้านการรับรู้ประโยชน์จากการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ 4 ด้าน คือ 1) ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย 2) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง 3) ด้านเพศสัมพันธ์ และ 4) ด้านสิ่งเสพติด ประกอบด้วยข้อคำถาม 18 ข้อ แบบมาตรวัด 5 ระดับ จาก “ไม่เคยเลย” ถึง “เป็นประจำ”

4) แบบสอบถามพฤติกรรมสุขภาพ ปรับจากแบบวัดสุขภาพกายและจิตใจ mentally and physically healthy ประกอบด้วยการมีพฤติกรรมสุขภาพ 3 ด้านคือ 1) ด้านโภชนาการ 2) การควบคุมน้ำหนัก และ 3) การออกกำลังกาย ประกอบด้วยข้อคำถาม 15 ข้อ แบบมาตรวัด 5 ระดับ จาก “ไม่เคยเลย” ถึง “เป็นประจำ”

5) แบบสอบถามพฤติกรรมเสี่ยง พัฒนาจากแบบปรับจากแบบวัดพฤติกรรมเสี่ยง Adolescent Risk Inventory (ARI) ประกอบด้วยการมีพฤติกรรมเสี่ยง 5 ด้านคือ 1) อุบัติภัยและความรุนแรง 2) การดื่มเหล้า 3) การสูบบุหรี่ 4) การใช้สิ่งเสพติด และ 5) การมีเพศสัมพันธ์ ประกอบด้วยข้อคำถาม 53 ข้อ แบบมาตรวัด 5 ระดับ จาก “ไม่เคยเลย” ถึง “เป็นประจำ”

### 3.2.2 การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ

ผู้วิจัยทำการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้านความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) กับผู้เชี่ยวชาญและผู้ทรงคุณวุฒิ และตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือด้านความเชื่อมั่น (reliability) โดยทดสอบกับกลุ่มที่มีความคล้ายคลึงกับตัวอย่าง จำนวน 100 คน และวิเคราะห์โดยใช้ Alpha Coefficient of Cronbach พบว่า มีความเชื่อมั่นที่ 0.7587-0.9843 ดังแสดงในตารางที่ 3.2

ตารางที่ 3.2 คุณภาพด้านความเชื่อมั่นของแบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือ	คุณภาพของเครื่องมือ
ทักษะทางสังคม	0.8744
ทักษะทางการคิด	0.9497
ทักษะการควบคุมอารมณ์	0.8901
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ	0.9702
พฤติกรรมสุขภาพ	0.7587
พฤติกรรมเสี่ยง	0.9843

### 3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ด้วยวิธีการ 2 วิธี คือ

1) การประสานความร่วมมือไปยังสถาบันอุดมศึกษาที่มีกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาโดยตรง และดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง

2) การประสานความร่วมมือไปยังคณาจารย์นักวิจัยที่เคยร่วมมือกันในการดำเนินการวิจัยในโครงการอื่นๆ

### 3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล 3 ระดับ คือ

- 1) การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานด้วยสถิติบรรยาย ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
- 2) การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิหลังและพฤติกรรมเสี่ยงด้วยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Coefficient)
- 3) การวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมเสี่ยงระหว่างนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกันด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบพหุ (MANOVA)
- 4) วิเคราะห์และตรวจสอบโมเดลด้วยโปรแกรม LISREL 8.72



## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโครงการวิจัยเรื่อง โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา แบ่งออกเป็น 4 ตอนคือ ตอนแรก ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่สอง ผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน ตอนที่สาม ผลการพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา และตอนที่สี่ ข้อเสนอแนะทางการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาและการสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษา

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิต/นักศึกษาศาสนาอิสลามสังกัดสำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา ประกอบด้วยมหาวิทยาลัย 3 สังกัดคือ 1) มหาวิทยาลัยรัฐ 2) มหาวิทยาลัยในกำกับ และ 3) มหาวิทยาลัยเอกชน จำนวน 6,000 คน มีผู้แบบสอบถาม 4,057 คน เท่ากับร้อยละ 67.62 ผลการวิเคราะห์ในแต่ละตอนมีดังนี้

#### 4.1 ข้อมูลทั่วไปของนิสิต/นักศึกษาผู้ตอบแบบสอบถาม

##### 4.1.1 ภูมิหลังของนิสิต/นักศึกษา

นิสิต/นักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีจำนวน 2,588 คน (ร้อยละ 63.79) มีอายุระหว่าง 19-20 ปี จำนวน 1,845 คน (ร้อยละ 45.48) รองลงมามีอายุระหว่าง 21-22 ปี จำนวน 1,398 คน (ร้อยละ 34.46) มีอายุเฉลี่ยเท่ากับ 20.55 ปี (SD 2.07) นิสิต/นักศึกษาเกือบทั้งหมดมีเชื้อชาติไทย จำนวน 3,936 คน (ร้อยละ 97.02) และนับถือศาสนาพุทธ มีจำนวน 3,576 คน (ร้อยละ 88.14) รองลงมานับถือศาสนาอิสลาม มีจำนวน 313 คน (ร้อยละ 7.72) มีภูมิลำเนาในภาคกลาง จำนวน 1,120 คน (ร้อยละ 27.61) รองลงมาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 1,060 คน (ร้อยละ 26.13) ที่พักอาศัยขณะศึกษาในมหาวิทยาลัย ส่วนใหญ่อยู่บ้านกับบิดามารดา มีจำนวน 980 คน (ร้อยละ 24.16) รองลงมาอยู่หอพักในมหาวิทยาลัยกับเพื่อนและอยู่หอพักนอกมหาวิทยาลัยคนเดียว มีจำนวน 889 และ 837 คน (ร้อยละ 21.91 และ 20.63 ตามลำดับ) นิสิต/นักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ เป็นบุตรคนแรกของครอบครัว มีจำนวน 2,097 คน (ร้อยละ 51.69) รองลงมาเป็นบุตรคนที่สองของครอบครัว มีจำนวน 1,299 คน (ร้อยละ 32.02) และส่วนใหญ่มีพี่น้องจากบิดามารดาเดียวกัน 2 คน มีจำนวน 1,875 คน (ร้อยละ 46.22) รองลงมาพี่น้องจากบิดามารดาเดียวกัน 3 คน มีจำนวน 831 คน (ร้อยละ 20.48) ดังแสดงในตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของนิสิต/นักศึกษาผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	1,438	35.44
หญิง	2,588	63.79
ไม่ระบุ	31	0.76
<b>อายุ</b>		
ต่ำกว่า 19 ปี	375	9.24
19-20 ปี	1,845	45.48
21-22 ปี	1,398	34.46
23-24 ปี	298	7.35
ตั้งแต่ 25 ปี ขึ้นไป	107	2.64
ไม่ระบุ	34	0.84
อายุเฉลี่ย	20.55 (2.07)	
<b>เชื้อชาติ</b>		
ไทย	3,936	97.02
จีน	23	0.57
อื่นๆ	10	0.25
ไม่ระบุ	88	2.17
<b>นับถือศาสนา</b>		
พุทธ	3,576	88.14
อิสลาม	313	7.72
คริสต์	81	2.00
ไม่ระบุ	87	2.14
<b>ภูมิภาค</b>		
ภาคเหนือ	604	14.89
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	1,060	26.13
ภาคกลาง	1,120	27.61
ภาคตะวันออก	189	4.66
ภาคตะวันตก	132	3.25
ภาคใต้	806	19.87
ไม่ระบุ	146	3.60

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
<b>ที่พักอาศัยขณะศึกษา</b>		
อยู่บ้านกับบิดามารดา	980	24.16
อยู่บ้านกับพี่/น้อง	89	2.19
อยู่บ้านกับผู้ปกครอง/ญาติ	128	3.16
อยู่หอพักมหาวิทยาลัยคนเดียว	697	17.18
อยู่หอพักมหาวิทยาลัยกับเพื่อน	889	21.91
อยู่หอพักนอกมหาวิทยาลัยคนเดียว	837	20.63
อยู่หอพักนอกมหาวิทยาลัยกับเพื่อน	296	7.30
อยู่หอพักนอกมหาวิทยาลัยกับแฟน	20	0.49
ไม่ระบุ	121	2.98
<b>เป็นบุตรของครอบครัวลำดับที่</b>		
1	2,097	51.69
2	1,299	32.02
3	329	8.11
4	68	1.68
5	61	1.50
6	10	0.25
7	6	0.15
8	2	0.05
ไม่ระบุ	185	4.56
<b>จำนวนพี่น้องบิดามารดาเดียวกัน (คน)</b>		
1	779	19.20
2	1,875	46.22
3	831	20.48
4	259	6.38
5	80	1.97
6	25	0.62
7	11	0.27
8	3	0.07
ไม่ระบุ	194	4.78
<b>รวม</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>

#### 4.1.2 สถานภาพด้านการศึกษานิสิต/นักศึกษาผู้ตอบแบบสอบถาม

นิสิต/นักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ มีจำนวน 2,295 คน (ร้อยละ 56.57) รองลงมาศึกษาอยู่ในสถาบันอุดมศึกษาในกำกับ มีจำนวน 808 คน (ร้อยละ 19.92) สาขาวิชาที่ศึกษาส่วนใหญ่ศึกษาในสาขาวิทยาศาสตร์ มีจำนวน 1,892 คน (ร้อยละ 46.64) รองลงมาศึกษาในสาขาสังคมศาสตร์ มีจำนวน 1,764 คน (ร้อยละ 43.48) สำหรับชั้นปีการศึกษา ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 มีจำนวน 1,245 คน (ร้อยละ 30.69) รองลงมาศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 2 มีจำนวน 1,143 คน (ร้อยละ 28.17) ในด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พิจารณาจากเกรดเฉลี่ยสะสม พบว่า ส่วนใหญ่มีเกรดเฉลี่ยสะสมระหว่าง 2.51-3.00 มีจำนวน 1,333 คน (ร้อยละ 32.86) รองลงมาไม่มีเกรดเฉลี่ยสะสมอยู่ระหว่าง 2.01-2.50 มีจำนวน 920 คน (ร้อยละ 22.68) ดังแสดงในตารางที่ 4.2

**ตารางที่ 4.2** สถานภาพด้านการศึกษานิสิต/นักศึกษาผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
<b>มหาวิทยาลัย</b>		
รัฐ	2,295	56.57
ในกำกับ	808	19.92
เอกชน	954	23.51
<b>สาขาวิชา</b>		
วิทยาศาสตร์	1,892	46.64
สังคมศาสตร์	1,764	43.48
มนุษยศาสตร์	313	7.72
ไม่ระบุ	88	2.17
<b>ชั้นปีที่ศึกษา</b>		
ชั้นปีที่ 1	1,245	30.69
ชั้นปีที่ 2	1,143	28.17
ชั้นปีที่ 3	893	22.01
ชั้นปีที่ 4	618	15.23
ชั้นปีที่ 5	44	1.08
ชั้นปีที่ 6	14	0.35
ไม่ระบุ	100	2.46

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
<b>ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (เกรดเฉลี่ยสะสม)</b>		
ต่ำกว่า 2.01	204	5.03
เกรด 2.01-2.50	920	22.68
เกรด 2.51-3.00	1,333	32.86
เกรด 3.01-3.50	882	21.74
เกรด 3.51-4.00	220	5.42
ไม่ระบุ	498	12.28
<b>รวม</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>

#### 4.1.3 ข้อมูลทั่วไปของสมาชิกในครอบครัว

ผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปของสมาชิกในครอบครัว ได้แก่ บิดา มารดา หรือผู้ปกครอง พบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่มีบิดามารดาอายุระหว่าง 41-50 ปี มีจำนวน 2,281 และ 2,314 คน (ร้อยละ 56.22 และ 57.04 ตามลำดับ) รองลงมา อายุมากกว่า 50 ปี มีจำนวน 1,212 และ 838 คน (ร้อยละ 29.87 และ 20.66 ตามลำดับ) สำหรับนิสิต/นักศึกษาที่อยู่กับผู้ปกครองพบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่อายุระหว่าง 41-50 ปี มีจำนวน 1,022 คน (ร้อยละ 25.19)

ระดับการศึกษาของบิดา มารดา และผู้ปกครองพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่มีบิดา มารดา และผู้ปกครองจบการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรี มีจำนวน 2,248 2,548 และ 860 คน (ร้อยละ 55.41 62.81 และ 21.20 ตามลำดับ) และส่วนใหญ่บิดาและผู้ปกครองมีอาชีพรับราชการ/รัฐวิสาหกิจ มีจำนวน 1,003 และ 491 คน (ร้อยละ 24.72 และ 12.10 ตามลำดับ) มารดามีอาชีพเป็นเจ้าของธุรกิจ มีจำนวน 974 คน (ร้อยละ 24.01)

รายได้ต่อเดือนของบิดา มารดา และผู้ปกครองพบว่า ส่วนใหญ่มีรายได้เดือนละ 10,001 – 20,000 บาท มีจำนวน 1,337 1,179 และ 643 คน (ร้อยละ 32.96 29.06 และ 15.85 ตามลำดับ) รองลงมาบิดาและผู้ปกครองจะมีรายได้สูงขึ้นเป็น 20,001 – 40,000 บาท มีจำนวน 998 และ 504 คน (ร้อยละ 24.60 และ 12.42 ตามลำดับ) แต่มารดาจะมีรายได้ต่ำลง คือต่ำกว่า 10,000 บาท มีจำนวน 1,359 คน (ร้อยละ 33.50) ดังแสดงในตารางที่ 4.3

ตารางที่ 4.3 ข้อมูลทั่วไปของสมาชิกในครอบครัว

ข้อมูลทั่วไป	บิดา		มารดา		ผู้ปกครอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>อายุ</b>						
น้อยกว่า 30 ปี	25	0.62	10	0.25	41	1.01
31-40 ปี	312	7.69	745	18.36	276	6.80
41-50 ปี	2,281	56.22	2,314	57.04	1,022	25.19
มากกว่า 50 ปี	1,212	29.87	838	20.66	486	11.98
ไม่ระบุ	227	5.60	150	3.70	2,232	55.02
<b>ระดับการศึกษา</b>						
ต่ำกว่าปริญญาตรี	2,248	55.41	2,548	62.81	860	21.20
ปริญญาตรี	1,294	31.90	1,125	27.73	816	20.11
สูงกว่าปริญญาตรี	274	6.75	209	5.15	93	2.29
ไม่ระบุ	241	5.94	175	4.31	2,288	56.40
<b>อาชีพ</b>						
รับราชการ/						
รัฐวิสาหกิจ	1,003	24.72	619	15.26	491	12.10
รับจ้าง/เอกชน	928	22.87	811	19.99	421	10.38
รับจ้างรายวัน	461	11.36	522	12.87	141	3.48
เจ้าของธุรกิจ	877	21.62	974	24.01	413	10.18
ไม่ทำงาน	95	2.34	419	10.33	76	1.87
อื่นๆ	442	10.89	501	12.35	149	3.67
ไม่ระบุ	251	6.19	211	5.20	2,366	58.32
<b>รายได้ต่อเดือน</b>						
ต่ำกว่า 10,000 บาท	805	19.84	1,359	33.50	299	7.37
10,001-20,000 บาท	1,337	32.96	1,179	29.06	643	15.85
20,001-40,000 บาท	998	24.60	785	19.35	504	12.42
40,001-60,000 บาท	281	6.93	251	6.19	153	3.77
มากกว่า 60,000 บาท	347	8.55	202	4.98	124	3.06
ไม่ระบุ	289	7.12	281	6.93	2,334	57.53
<b>รวม</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>

#### 4.1.4 พฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัว

ผลการศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัว เป็นการศึกษาจากการรายงานของนิสิต/นักศึกษา ซึ่งในส่วนพฤติกรรมของสมาชิกในครอบครัวเป็นการตอบตามการรับรู้ของนิสิต/นักศึกษาที่มีต่อพฤติกรรมของสมาชิกในครอบครัว ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า พบว่า บิดามีการสูบบุหรี่มากที่สุด มีจำนวน 1,171 คน (ร้อยละ 28.86) รองลงมาคือ นิสิต/นักศึกษา มีจำนวน 469 คน (ร้อยละ 11.56)

ในด้านการดื่มแอลกอฮอล์พบว่า ผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์ที่มีจำนวนมากที่สุดคือ บิดาของนิสิต/นักศึกษา มีจำนวน 2,147 คน (ร้อยละ 52.93) รองลงมาคือ น้องและนิสิต/นักศึกษา มีจำนวน 1,698 และ 1,585 คน (ร้อยละ 41.85 และ 39.06 ตามลำดับ)

ในด้านการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาพบว่า ผู้ที่ใช้ความกราดเกรี้ยว/เจ้าอารมณ์/จี้โมโห มากที่สุดคือ นิสิต/นักศึกษา มีจำนวน 663 คน (ร้อยละ 16.34) รองลงมาคือ บิดา และมารดา มีจำนวน 436 และ 371 คน (ร้อยละ 10.75 และ 9.14 ตามลำดับ) ดังแสดงในตารางที่ 4.4

**ตารางที่ 4.4** พฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษาและสมาชิก  
ในครอบครัว

พฤติกรรม	นิสิต/นักศึกษา		บิดา		มารดา		ผู้ปกครอง		พี่		น้อง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>การสูบบุหรี่</b>												
ไม่สูบ	3,426	84.45	2,599	64.06	3,741	92.21	2,197	54.15	2,314	57.04	2,522	62.16
วันละ 4-5 มวน	293	7.22	801	19.74	63	1.55	89	2.19	210	5.18	93	2.29
ไม่ถึง 1 ซองต่อวัน	133	3.28	317	7.81	8	0.20	46	1.13	45	1.11	37	0.91
สูบจนบุหรี่ติดนิ้ว	43	1.06	53	1.31	10	0.25	29	0.71	11	0.27	0	0.00
ไม่ระบุ	162	3.99	287	7.07	235	5.79	1,696	41.80	1,477	36.41	1,405	34.63
<b>การดื่มแอลกอฮอล์</b>												
ไม่ดื่ม	2,334	57.53	1,644	40.52	3,100	76.41	1,826	45.01	1,878	46.29	2,359	58.15
ดื่มเมื่อเข้าสังคม/งานเลี้ยง	1,427	35.17	1,836	45.26	675	16.64	418	10.30	632	15.58	267	6.58
ดื่มเป็นประจำ	130	3.20	298	7.35	15	0.37	55	1.36	63	1.55	17	0.42
ดื่มแล้วมักก่อเรื่องเสมอ	21	0.52	4	0.10	2	0.05	4	0.10	3	0.07	1	0.02
ดื่มจนติดเหล้า	7	0.17	9	0.22	4	0.10	2	0.05	3	0.07	1,413	34.83
ไม่ระบุ	138	3.40	266	6.56	261	6.43	1,752	43.18	1,478	36.43	0	0.00
<b>การใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา</b>												
ไม่ใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา	3,057	75.35	3,232	79.66	3,395	83.68	2,058	50.73	2,242	55.26	2,243	55.29
กราดกรี้วเจ้าอารมณ์/ขี้โมโห	663	16.34	436	10.75	371	9.14	198	4.88	259	6.38	283	6.98
ข่มขู่ผู้อื่น	3	0.07	12	0.30	8	0.20	5	0.12	9	0.22	5	0.12
ทำร้ายร่างกายผู้อื่น	5	0.12	4	0.10	2	0.05	3	0.07	3	0.07	4	0.10
ทำร้ายจิตใจทำให้ผู้อื่นเสียใจ	38	0.94	18	0.44	8	0.20	4	0.10	5	0.12	20	0.49
ทำร้ายตัวเอง	8	0.20	1	0.02	4	0.10	3	0.07	6	0.15	8	0.20
ออกนอกบ้าน	74	1.82	21	0.52	4	0.10	1,786	44.02	12	0.30	10	0.25
ทำลายข้าวของ	16	0.39	9	0.22	1	0.02	0	0.00	3	0.07	5	0.12
ไม่ระบุ	193	4.76	324	7.99	264	6.51	0	0.00	1,518	37.42	1,479	36.46
<b>รวม</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>



เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรง แก่ปัญหาของนิสิต/นักศึกษา กับสมาชิกในครอบครัวพบว่า พฤติกรรมของนิสิต/นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์กันดังนี้

ด้านพฤติกรรมการสูบบุหรี่พบว่า พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนิสิต/นักศึกษา มีความสัมพันธ์กับ พฤติกรรมการสูบบุหรี่ของบิดา มารดา ผู้ปกครอง พี่ และน้องของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือ ถ้านิสิต/นักศึกษาเป็นผู้ที่สูบบุหรี่จะพบว่าสมาชิกในครอบครัวคือ บิดา มารดา ผู้ปกครอง พี่ และน้องของนิสิต/นักศึกษาเป็นผู้ที่สูบบุหรี่ด้วย สำหรับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของน้องของนิสิต/นักศึกษาพบว่ามีความสัมพันธ์เฉพาะกับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนิสิต/นักศึกษา บิดา มารดา และพี่อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แต่ความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของผู้ปกครองพบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ดังแสดงในตารางที่ 4.5

ตารางที่ 4.5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนิสิต/นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัว

สมาชิกในครอบครัว	นิสิต/นักศึกษา	บิดา	มารดา	ผู้ปกครอง	พี่	น้อง
นิสิต/นักศึกษา	1.00					
บิดา	0.17**	1.00				
มารดา	0.18**	0.25**	1.00			
ผู้ปกครอง	0.34**	0.54**	0.54**	1.00		
พี่	0.23**	0.21**	0.23**	0.22**	1.00	
น้อง	0.27**	-0.03	0.04**	0.04	0.16**	1.00

\*\* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ด้านพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ พบว่า พฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของนิสิต/นักศึกษา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมดื่มแอลกอฮอล์ของบิดา มารดา ผู้ปกครอง พี่ และน้องของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือ ถ้านิสิต/นักศึกษาเป็นผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์จะพบว่าสมาชิกในครอบครัวคือ บิดา มารดา ผู้ปกครอง พี่ และน้องของนิสิต/นักศึกษาเป็นผู้ที่ดื่มแอลกอฮอล์ด้วย ดังแสดงในตารางที่ 4.6

ตารางที่ 4.6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมดื่มแอลกอฮอล์ของนิสิต/นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัว

สมาชิกในครอบครัว	นิสิต/นักศึกษา	บิดา	มารดา	ผู้ปกครอง	พี่	น้อง
นิสิต/นักศึกษา	1.00					
บิดา	0.35**	1.00				
มารดา	0.23**	0.37**	1.00			
ผู้ปกครอง	0.33**	0.53**	0.47**	1.00		
พี่	0.33**	0.34**	0.24**	0.30**	1.00	
น้อง	0.19**	0.11**	0.09**	0.23**	0.23**	1.00

\*\* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ด้านพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา พบว่า พฤติกรรมการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของบิดา มารดา ผู้ปกครอง พี่ และน้องของนิสิต/นักศึกษาย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 คือ ถ้านิสิต/นักศึกษาเป็นผู้ที่ใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา จะพบว่าสมาชิกในครอบครัวคือ บิดา มารดา ผู้ปกครอง พี่ และน้องของนิสิต/นักศึกษาเป็นผู้ที่ใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาคด้วย ดังแสดงในตารางที่ 4.7

ตารางที่ 4.7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษาและสมาชิกในครอบครัว

สมาชิกในครอบครัว	นิสิต/นักศึกษา	บิดา	มารดา	ผู้ปกครอง	พี่	น้อง
นิสิต/นักศึกษา	1.00					
บิดา	0.26**	1.00				
มารดา	0.29**	0.38**	1.00			
ผู้ปกครอง	0.38**	0.43**	0.57**	1.00		
พี่	0.23**	0.21**	0.30**	0.19**	1.00	
น้อง	0.19**	0.13**	0.17**	0.18**	0.32**	1.00

\*\* หมายถึง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

#### 4.1.5 ความสัมพันธ์ของนิสิต/นักศึกษา กับบิดามารดาหรือผู้ปกครอง

การศึกษาความสัมพันธ์ของนิสิต/นักศึกษาที่มีต่อบิดามารดาหรือผู้ปกครองตามการรับรู้ของนิสิต/นักศึกษา ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในด้านความสัมพันธ์ที่มีต่อบิดาและมารดาหรือผู้ปกครองพบว่า ส่วนใหญ่เป็นความสัมพันธ์แบบที่ 1 คือ บิดา มารดา หรือผู้ปกครองจะยอมรับนิสิต/นักศึกษาได้ทุกเรื่อง ให้นิสิต/นักศึกษามีอิสระในการคิดและตัดสินใจไม่คาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษาสูง มีจำนวน 2,174 2,188 และ 1,106 คน (ร้อยละ 53.59 53.93 และ 27.26 ตามลำดับ) รองลงมาเป็นความสัมพันธ์แบบที่ 3 คือ มีความคาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษาสูง คอยกำกับ เน้นการมีระเบียบวินัย ให้ความร่วมมือสนับสนุนให้นิสิต/นักศึกษามีความมั่นใจในตนเอง รับผิดชอบต่อสังคม และควบคุมตนเอง มีจำนวน 778 753 และ 491 คน (ร้อยละ 19.18 18.56 และ 12.10 ตามลำดับ) ดังแสดงในตารางที่ 4.8

ตารางที่ 4.8 ความสัมพันธ์ระหว่างกับนิสิต/นักศึกษา กับบิดา มารดา ผู้ปกครอง

ความสัมพันธ์	บิดา		มารดา		ผู้ปกครอง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
<b>แบบ 1</b> ยอมรับท่านได้ทุกเรื่อง ให้ท่านมีอิสระในการคิดและตัดสินใจ ไม่คาดหวังในตัวท่านสูง	2,174	53.59	2,188	53.93	1,106	27.26
<b>แบบ 2</b> มีความคาดหวังในตัวท่านสูง ดูแลท่านอย่างใกล้ชิด เข้มงวด และตัดสินใจแทนท่าน ถ้ามีปัญหาจะใช้วิธีการลงโทษ	406	10.01	508	12.52	206	5.08
<b>แบบ 3</b> มีความคาดหวังในตัวท่านสูง คอยกำกับ เน้นการมีระเบียบวินัย ให้ความร่วมมือสนับสนุนให้ท่านมีความมั่นใจในตนเอง รับผิดชอบต่อสังคม และควบคุมตนเอง	778	19.18	753	18.56	491	12.10
<b>แบบ 4</b> ไม่คาดหวังในตัวท่านเลย ไม่ค่อยให้ความสนใจ ไม่ค่อยเอาใจใส่ ถ้ามีปัญหาจะใช้วิธีการลงโทษ	86	2.12	39	0.96	65	1.60
อื่นๆ	23	0.57	19	0.47	20	0.49
ไม่ระบุ	590	14.54	550	13.56	2169	53.46
<b>รวม</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>	<b>4,057</b>	<b>100.00</b>

#### 4.1.6 ทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา

การศึกษาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา ประกอบด้วยองค์ประกอบย่อย 3 องค์ประกอบคือ 1) ทักษะทางสังคม 2) ทักษะทางการคิด และ 3) ทักษะการควบคุมอารมณ์ ผลการศึกษาพบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยทักษะชีวิตในระดับสูง มีค่าเฉลี่ย 3.79 (SD 0.43) โดยมีทักษะทางการคิดสูงที่สุด มีค่าเฉลี่ย 3.79 (SD 0.43) รองลงมาคือ ทักษะทางสังคม มีค่าเฉลี่ย 3.81 (SD 0.50) ดังแสดงในตารางที่ 4.9

ตารางที่ 4.9 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา

ทักษะชีวิต	$\bar{X}$	SD
ทักษะทางสังคม	3.81	0.50
ทักษะทางการคิด	3.84	0.54
ทักษะการควบคุมอารมณ์	3.74	0.57
ภาพรวมทักษะชีวิต	<b>3.79</b>	<b>0.43</b>

หมายเหตุ: ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีทักษะชีวิตระดับต่ำ  
ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีทักษะชีวิตระดับปานกลาง  
ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีทักษะชีวิตระดับสูง

#### 4.1.7 ทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษา

การศึกษาทักษะทางสังคมหรือทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนิสิต/นักศึกษาแบ่งออกเป็น 4 ด้านคือ 1) ทักษะการติดต่อสื่อสาร 2) ทักษะการปกป้องสิทธิ 3) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น และ 4) ทักษะการปฏิเสธ ผลการศึกษาพบว่า ในด้านทักษะทางสังคมมีค่าเฉลี่ย 3.81 (SD 0.50) จำแนกรายด้านพบว่า นิสิต/นักศึกษามีทักษะในการติดต่อสื่อสารในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 3.78 (SD 0.68) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยสูงสุดในการแสดงความยินดีกับผู้อื่นโดยการยิ้มให้ เท่ากับ 4.07 (SD 0.93) รองลงมาคือ การแสดงความสนใจและตั้งใจฟังขณะคู่สนทนาเป็นผู้พูด และมองตาผู้ฟังขณะพูด มีค่าเฉลี่ย 3.85 และ 3.78 (SD 0.86 และ 0.96 ตามลำดับ)

เมื่อพิจารณาระดับการปฏิบัติรายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีการปฏิบัติทักษะในการติดต่อสื่อสารเป็นประจำในการแสดงความยินดีกับผู้อื่นโดยการยิ้มให้ มีจำนวน 1,618 คน (ร้อยละ 40.61) สำหรับข้ออื่นๆ นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะปฏิบัติบ่อยครั้ง ดังแสดงในตารางที่ 4.10

**ตารางที่ 4.10** จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้านการติดต่อสื่อสารของนิสิต/นักศึกษา

ทักษะทางสังคม และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	ระดับการปฏิบัติ					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เลย		
<b>การติดต่อสื่อสาร (communication)</b>						<b>3.78</b>	<b>0.68</b>
มองตาผู้ฟังขณะพูด	1,082	1,368	1,202	317	40	3.78	0.96
	26.99	34.12	29.98	7.91	1.00		
พูดโดยใช้น้ำเสียงระดับกลาง ไม่ตะโกน	877	1,567	1,209	324	26	3.74	0.91
หรือพูดเบาจนเกินไป	21.91	39.15	30.20	8.09	0.65		
เป็นผู้เริ่มการสนทนาก่อน	564	1,505	1,476	358	96	3.52	0.92
	14.10	37.63	36.91	8.95	2.40		
แสดงความสนใจและตั้งใจฟังขณะคู่	949	1,745	1,063	216	17	3.85	0.86
สนทนาเป็นผู้พูด	23.78	43.73	26.64	5.41	0.43		
หาประเด็นที่น่าสนใจพูดคุยเพื่อให้การ	803	1,600	1,289	289	20	3.72	0.88
สนทนามีความต่อเนื่อง	20.07	39.99	32.22	7.22	0.50		
แสดงความยินดีกับผู้อื่นโดยการยิ้มให้	1,618	1,299	824	230	13	4.07	0.93
	40.61	32.61	20.68	5.77	0.33		

**หมายเหตุ:** ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีทักษะการติดต่อสื่อสารระดับต่ำ  
 ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีทักษะการติดต่อสื่อสารระดับปานกลาง  
 ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีทักษะการติดต่อสื่อสารระดับสูง

ในด้านการปกป้องสิทธิพบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยทักษะการปกป้องสิทธิในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย 3.01 (SD 0.69) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ นิสิต/นักศึกษาสามารถพูดแสดงความรู้สึกได้อย่างเปิดเผย มีค่าเฉลี่ย 3.35 (SD 0.96) รองลงมาคือ ถ้ามีคนยืมของแล้วลืมคืน นิสิต/นักศึกษาจะทวงของๆ นิสิต/นักศึกษาคืน และนิสิต/นักศึกษากล้าแสดงออกให้เพื่อนเห็นถึงความโมโหหรือความไม่พอใจ ถ้าคิดว่าเหมาะสมแล้ว มีค่าเฉลี่ย 3.18 และ 3.08 (SD 1.06 และ 0.93 ตามลำดับ)

เมื่อพิจารณาระดับการปฏิบัติรายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีการปฏิบัติการปกป้องสิทธิเป็นบางครั้งเท่านั้น ดังแสดงในตารางที่ 4.11

**ตารางที่ 4.11** จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้านการปกป้องสิทธิของนิสิต/นักศึกษา

ทักษะทางสังคม และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	ระดับการปฏิบัติ					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่โดยเลย		
<b>การปกป้องสิทธิ (assertiveness)</b>						<b>3.01</b>	<b>0.69</b>
ถ้ามีคนข่มขู่ของแล้วล้มคืน ท่านจะทวง ของๆ ท่านคืน	474	1,063	1,360	906	194	3.18	1.06
	11.86	26.59	34.03	22.67	4.85		
ถ้าเพื่อนข้างห้องทำเสียงดังรบกวน ท่านจะเตือนเขาทันที	174	544	1,521	892	815	2.59	1.09
	4.41	13.79	38.55	22.61	20.65		
ท่านไม่รู้สึกลำบากอะไรเลยถ้าจะกล่าว คำว่า "ไม่"	226	824	1,672	963	238	2.96	0.96
	5.76	21.00	42.62	24.55	6.07		
ท่านสามารถพูดแสดงความรู้สึกได้อย่าง เปิดเผย	425	1,351	1,425	616	114	3.35	0.96
	10.81	34.37	36.25	15.67	2.90		
ท่านกล้าแสดงออกให้เพื่อนเห็นถึงความโมโห หรือความไม่พอใจถ้าคิดว่าเหมาะสมแล้ว	174	1,134	1,640	748	210	3.08	0.93
	4.45	29.03	41.99	19.15	5.38		
ท่านจะยื่นกรานความคิดเดิมและหาเหตุผลมา สนับสนุนแม้ว่าเพื่อนในกลุ่มจะไม่เห็นด้วย	225	882	1,524	1,041	260	2.94	0.99
	5.72	22.43	38.76	26.48	6.61		
<b>หมายเหตุ:</b>	ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีทักษะการปกป้องสิทธิระดับต่ำ						
	ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีทักษะการปกป้องสิทธิระดับปานกลาง						
	ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีทักษะการปกป้องสิทธิระดับสูง						

ในด้านการเข้าใจผู้อื่นพบว่า นิสิต/นักศึกษามีทักษะการเข้าใจผู้อื่นในระดับสูง มีค่าเฉลี่ย 3.70 (SD 0.76) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ถ้าเห็นคนอื่นข่มขู่นิสิต/นักศึกษาจะข่มตาม เท่ากับ 3.96 (SD 0.99) รองลงมาคือ นิสิต/นักศึกษามีความสุขถ้าเห็นคนอื่นฯ ปฏิบัติสิ่งดีๆ ต่อกัน และการอยู่ใกล้กับคนที่มีความสุขทำให้นิสิต/นักศึกษา มีความสุขไปด้วย มีค่าเฉลี่ย 3.93 และ 3.92 (SD 0.99 และ 1.00 ตามลำดับ)

เมื่อพิจารณาระดับการปฏิบัติรายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีการปฏิบัติทักษะการเข้าใจผู้อื่นเป็นประจำคือนิสิต/นักศึกษามีความสุขถ้าเห็นคนอื่นฯ ปฏิบัติสิ่งดีๆ ต่อกัน มีจำนวน 1,429 คน (ร้อยละ 36.23) รองลงมาคือ ถ้าเห็นคนอื่นข่มขู่นิสิต/นักศึกษาจะข่มตาม มีจำนวน 1,417 คน (ร้อยละ 36.30) และการอยู่ใกล้กับคนที่มีความสุขทำให้นิสิต/นักศึกษามีความสุขไปด้วย มีจำนวน 1,314 คน (ร้อยละ 33.87) สำหรับข้ออื่นๆ นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะปฏิบัติบ่อยครั้ง ดังแสดงในตารางที่ 4.12

**ตารางที่ 4.12** จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้านการเข้าใจผู้อื่นของนิสิต/นักศึกษา

ทักษะทางสังคม และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	ระดับการปฏิบัติ					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่โดยเลย		
<b>การเข้าใจผู้อื่น (empathy)</b>						<b>3.70</b>	<b>0.76</b>
ถ้าท่านดูหนังเศร้าๆ แล้วจะร้องไห้	644 16.32	771 19.54	1,067 27.05	930 23.57	533 13.51	3.02	1.27
ท่านรู้สึกดีถ้าได้ช่วยเหลือหรือทำสิ่งดีๆ แก่ผู้อื่น	1,174 29.77	1,568 39.76	813 20.61	332 8.42	57 1.45	3.88	0.98
ถ้าเห็นคนอื่นยิ้มท่านจะยิ้มตาม	1,417 36.30	1,259 32.25	917 23.49	262 6.71	49 1.26	3.96	0.99
ท่านมีความสุขถ้าเห็นคนอื่นฯปฏิบัติสิ่งดีๆ ต่อกัน	1,429 36.23	1,127 28.58	1,098 27.84	244 6.19	46 1.17	3.93	0.99
ท่านมักจะปรับความรู้สึกให้คล้ายตาม กับคนรอบข้าง	618 15.69	1,314 33.36	1,564 39.71	391 9.93	52 1.32	3.52	0.92
การอยู่ใกล้กับคนที่มีความสุขทำให้ท่าน มีความสุขไปด้วย	1,314 33.87	1,362 35.10	861 22.19	272 7.01	71 1.83	3.92	1.00

**หมายเหตุ:** ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีทักษะการเข้าใจผู้อื่นในระดับต่ำ  
 ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีทักษะการเข้าใจผู้อื่นระดับปานกลาง  
 ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีทักษะการเข้าใจผู้อื่นระดับสูง

ในด้านการปฏิเสธพบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธในระดับสูง มีค่าเฉลี่ย 4.78 (SD 0.94) เมื่อพิจารณารายชื่อพบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ นิสิต/นักศึกษาจะปฏิเสธ "ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนรู้จักที่ไม่ค่อยสนิทกันนักชวนให้ดื่มเหล้าหรือเสพยา" เท่ากับ 5.09 (SD 1.15) รองลงมาคือ นิสิต/นักศึกษาจะปฏิเสธ "ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนที่ท่านกำลังอยากจะทำความรู้จักชวนให้ดื่มเหล้าหรือเสพยา" และนิสิต/นักศึกษาจะปฏิเสธ "ถ้าเพื่อนที่สนิทมากกำลังสูบบุหรี่อยู่แล้วชวนให้ท่านสูบบุหรี่" มีค่าเฉลี่ย 4.98 และ 4.97 (SD 1.27 และ 1.28 ตามลำดับ)

เมื่อพิจารณาระดับการปฏิบัติรายชื่อพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีการปฏิบัติทักษะการปฏิเสธโดยการตอบ "ไม่" และรู้สึกว่าทำถูกแล้ว โดยข้อที่นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่ปฏิบัติมากที่สุดคือ "ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนรู้จักที่ไม่ค่อยสนิทกันนักชวนให้ดื่มเหล้าหรือเสพยา" มีจำนวน 2,164 คน (ร้อยละ 55.08) รองลงมาคือ "ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนที่ท่านกำลังอยากจะทำความรู้จักชวนให้ดื่มเหล้าหรือเสพยา" มีจำนวน 2,067 คน (ร้อยละ 52.73)

และ"ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนที่จะพาท่านกลับบ้านเมาหรือดื่มมากเกินไปและยังดื้อที่จะขับรถพาท่านกลับบ้านให้ได้" มีจำนวน 2,033 คน (ร้อยละ 51.64) ดังแสดงในตารางที่ 4.13

**ตารางที่ 4.13** จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลด้านการปฏิเสธของนิสิต/นักศึกษา

ทักษะทางสังคม และความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	ระดับการปฏิเสธ						$\bar{X}$	SD
	"ไม่"และ	"ไม่"และ	"ไม่"และ	"ได้"และ	"ได้"และ	"ได้"และ		
	รู้สึกว่าการ ถูกแล้ว	รู้สึกว่าการ ไม่ค่อยถูก	รู้สึกว่าการ ผิดมาก	รู้สึกว่าการ ผิดมาก	รู้สึกว่าการ ไม่ค่อยถูก	รู้สึกว่าการ ถูกแล้ว		
<b>การปฏิเสธ (refusal)</b>							<b>4.78</b>	<b>0.94</b>
"ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนที่จะพาท่านกลับบ้านเมาหรือดื่มมากเกินไปและยังดื้อที่จะขับรถพาท่านกลับบ้านให้ได้"	2,033 51.64	584 14.83	827 21.01	234 5.94	202 5.13	57 1.45	4.98	1.29
"ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนรู้จักที่ไม่ค่อยสนิทกันนักชวนให้ดื่มเหล้าหรือเสพยา"	2,164 55.08	470 11.96	902 22.96	298 7.58	84 2.14	11 0.28	5.09	1.15
"ถ้าเพื่อนสนิทกันมากขอลอกข้อสอบของท่าน"	1,005 25.65	578 14.75	464 11.84	644 16.44	1,097 28.00	130 3.32	3.84	1.65
"ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วเพื่อนที่สนิทกันมากชวนให้ดื่มเหล้าหรือเสพยา"	1,879 48.20	460 11.80	909 23.32	320 8.21	288 7.39	42 1.08	4.82	1.36
"ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนที่ท่านกำลังอยากจะทำความรู้จักชวนให้ดื่มเหล้าหรือเสพยา"	2,067 52.73	438 11.17	955 24.36	210 5.36	218 5.56	32 0.82	4.98	1.27
"ถ้าเพื่อนที่สนิทมากกำลังสูบบุหรี่อยู่แล้วชวนให้ท่านสูบบุหรี่"	2,025 51.64	565 14.41	818 20.86	287 7.32	163 4.16	63 1.61	4.97	1.28

**หมายเหตุ:** ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.66 หมายถึง มีทักษะการปฏิเสธระดับต่ำ  
ค่าเฉลี่ย 2.67 – 4.33 หมายถึง มีทักษะการปฏิเสธระดับปานกลาง  
ค่าเฉลี่ย 4.34 – 6.00 หมายถึง มีทักษะการปฏิเสธระดับสูง



#### 4.1.8 ทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา

การศึกษาทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษาแบ่งออกเป็น 3 ด้านคือ 1) การคิดตัดสินใจ 2) การคิดแก้ปัญหา และ 3) การคิดวิเคราะห์ ผลการศึกษาพบว่า ในภาพรวมนิสิต/นักศึกษามีทักษะทางการคิดในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 3.84 (SD 0.54) เมื่อจำแนกรายด้านพบว่า การคิดแก้ปัญหามีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากับ 3.90 (SD 0.64) รองลงมาคือ การคิดตัดสินใจ มีค่าเฉลี่ย 3.82 (SD 0.60) เมื่อพิจารณารายละเอียดรายข้อของแต่ละด้านมีดังนี้

ด้านการคิดตัดสินใจ พบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยการคิดตัดสินใจในระดับสูงทุกข้อ ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ นิสิต/นักศึกษาจะเตรียมการให้พร้อมก่อนลงมือทำงานที่ได้รับมอบหมาย เท่ากับ 3.97 (SD 0.80) รองลงมาคือ ถึงจะมีเรื่องที่ทำให้ไม่สบายใจฉันก็ยังไปเรียนหนังสือ และ แม้จะมีสถานการณ์เร่งด่วน ฉันก็จะไม่ทำงานที่ฉันต้องรับผิดชอบ มีค่าเฉลี่ย 3.95 และ 3.80 (SD 0.99 และ 0.74 ตามลำดับ)

เมื่อพิจารณาระดับการปฏิบัติรายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีทักษะทางการคิดตัดสินใจมากที่สุด 1 ข้อคือ ถึงจะมีเรื่องที่ทำให้ไม่สบายใจนิสิต/นักศึกษาก็ยังไปเรียนหนังสือ มีจำนวน 1,296 คน (ร้อยละ 32.79) สำหรับข้ออื่นๆ นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีทักษะทางการคิดตัดสินใจระดับมาก

ด้านการคิดแก้ปัญหา พบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยการคิดแก้ปัญหาในระดับสูงทุกข้อ ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ การดื่มเหล้าหรือใช้ยาเสพติด ไม่ใช่ทางเลือกในการแก้ปัญหานิสิต/นักศึกษา เท่ากับ 4.01 (SD 0.99) รองลงมาคือ ถ้ามีปัญหาที่แก้ไขไม่ได้นิสิต/นักศึกษาจะปรึกษากับผู้ที่มีประสบการณ์ และการเผชิญหน้ากับปัญหาจะทำให้นิสิต/นักศึกษาแข็งแกร่งขึ้น มีค่าเฉลี่ย 3.94 (SD 0.86 และ 0.87 ตามลำดับ)

เมื่อพิจารณาระดับการปฏิบัติรายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีทักษะทางการคิดแก้ปัญหา มากที่สุด 2 ข้อคือ การดื่มเหล้าหรือใช้ยาเสพติดไม่ใช่ทางเลือกในการแก้ปัญหานิสิต/นักศึกษา มีจำนวน 1,553 คน (ร้อยละ 38.89) และถ้ามีปัญหาที่แก้ไขไม่ได้นิสิต/นักศึกษาจะปรึกษากับผู้ที่มีประสบการณ์มีจำนวน 1,009 คน (ร้อยละ 25.52) สำหรับข้ออื่นๆ นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีทักษะทางการคิดแก้ปัญหา ระดับมาก

ด้านการคิดวิเคราะห์ พบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยการคิดวิเคราะห์ในระดับสูงทุกข้อ ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ นิสิต/นักศึกษาอาจจะเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจได้ ถ้ามีข้อมูลใหม่ที่ชัดเจนกว่าเดิม และนิสิต/นักศึกษาจะรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนที่ขัดแย้งกับนิสิต/นักศึกษาด้วยความตั้งใจ เท่ากับ 3.90 (SD 0.78 และ 0.77 ตามลำดับ) รองลงมาคือ นิสิต/นักศึกษามีความสนใจเรียนรู้ในประเด็นที่หลากหลาย และ นิสิต/นักศึกษาสามารถทำงานร่วมกับเพื่อนที่มีความคิดเห็นแตกต่างกันกับนิสิต/นักศึกษาได้ มีค่าเฉลี่ย 3.82 และ 3.80 (SD 0.81 และ 0.74 ตามลำดับ)

เมื่อพิจารณาระดับการปฏิบัติรายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีทักษะทางการคิดแก้ปัญหาระดับมากทุกข้อ ข้อที่มีจำนวนนิสิต/นักศึกษามากที่สุดคือ นิสิต/นักศึกษาจะรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนที่ขัดแย้งกับ

ฉันด้วยความตั้งใจ มีจำนวน 2,297 คน (ร้อยละ 57.48) รองลงมาคือ นิสิต/นักศึกษาอาจจะเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจได้ ถ้ามีข้อมูลใหม่ที่ชัดเจนกว่าเดิม มีจำนวน 2,162 คน (ร้อยละ 54.09) ดังแสดงในตารางที่ 4.14

**ตารางที่ 4.14** จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา

ทักษะทางการคิด	ระดับความคิดเห็น					$\bar{X}$	SD
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	เห็นด้วยปานกลาง	ไม่เห็นด้วยมาก	ไม่เห็นด้วยมากที่สุด		
<b>การคิดตัดสินใจ</b>						<b>3.82</b>	<b>0.60</b>
ถึงจะมีเรื่องที่ทำให้ไม่สบายใจฉันก็ยังไปเรียนหนังสือ	1,296	1,613	716	221	107	3.95	0.99
ฉันจะเตรียมการให้พร้อมก่อนลงมือทำงานที่ได้รับมอบหมาย	32.79	40.80	18.11	5.59	2.71		
ฉันจะเตรียมการให้พร้อมก่อนลงมือทำงานที่ได้รับมอบหมาย	983	2,030	798	105	36	3.97	0.80
ยังมีความกดดันมากเท่าไร ฉันก็ยังใช้เหตุผลมากเท่านั้น	24.87	51.37	20.19	2.66	0.91		
ฉันพยายามเผชิญหน้ากับทุกสถานการณ์แม้จะรู้สึกหวาดกลัว	852	1,597	1,229	213	62	3.75	0.91
ถึงสถานการณ์ดังเคียดยังมากเท่าไร ฉันก็พร้อมที่จะต่อสู้กับอุปสรรค	21.55	40.40	31.09	5.39	1.57		
ฉันพยายามเผชิญหน้ากับทุกสถานการณ์แม้จะรู้สึกหวาดกลัว	431	2,058	1,330	148	40	3.67	0.75
ถึงสถานการณ์ดังเคียดยังมากเท่าไร ฉันก็พร้อมที่จะต่อสู้กับอุปสรรค	10.76	51.36	33.19	3.69	1.00		
ถึงสถานการณ์ดังเคียดยังมากเท่าไร ฉันก็พร้อมที่จะต่อสู้กับอุปสรรค	499	2,218	1,088	176	26	3.75	0.75
พร้อมที่จะต่อสู้กับอุปสรรค	12.45	55.35	27.15	4.39	0.65		
แม้จะมีสถานการณ์เร่งด่วน ฉันก็จะไม่ทิ้งงานที่ฉันต้องรับผิดชอบ	554	2,298	989	131	29	3.80	0.74
งานที่ฉันต้องรับผิดชอบ	13.85	57.44	24.72	3.27	0.72		
<b>การคิดแก้ปัญหา</b>						<b>3.90</b>	<b>0.64</b>
ฉันจะคิดหาทางแก้ปัญหาไว้หลายๆช่องทาง	698	1,987	1,148	121	27	3.81	0.78
ถ้ามีปัญหาที่แก้ไขไม่ได้ฉันจะปรึกษากับผู้ที่มีประสบการณ์	17.53	49.91	28.84	3.04	0.68		
การดื่มเหล้าหรือใช้ยาเสพติด ไม่ใช่ทางเลือกในการแก้ปัญหของฉัน	1,009	1,964	804	100	77	3.94	0.86
หากฉันดื่มเหล้าหรือใช้ยาเสพติด ไม่ใช่ทางเลือกในการแก้ปัญหของฉัน	25.52	49.67	20.33	2.53	1.95		
หากฉันดื่มเหล้าหรือใช้ยาเสพติด ไม่ใช่ทางเลือกในการแก้ปัญหของฉัน	1,553	1,314	811	253	62	4.01	0.99
หากฉันดื่มเหล้าหรือใช้ยาเสพติด ไม่ใช่ทางเลือกในการแก้ปัญหของฉัน	38.89	32.91	20.31	6.34	1.55		
หากฉันดื่มเหล้าหรือใช้ยาเสพติด ไม่ใช่ทางเลือกในการแก้ปัญหของฉัน	866	1,926	975	157	47	3.86	0.84
หากฉันดื่มเหล้าหรือใช้ยาเสพติด ไม่ใช่ทางเลือกในการแก้ปัญหของฉัน	21.81	48.50	24.55	3.95	1.18		
การเผชิญหน้ากับปัญหา จะทำให้ฉันแข็งแกร่งขึ้น	1,123	1,776	872	202	27	3.94	0.87
การเผชิญหน้ากับปัญหา จะทำให้ฉันแข็งแกร่งขึ้น	28.08	44.40	21.80	5.05	0.68		

ทักษะทางการคิด	ระดับความคิดเห็น					$\bar{X}$	SD
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	เห็นด้วยปานกลาง	ไม่เห็นด้วยมาก	ไม่เห็นด้วยมากที่สุด		
ถ้าวิธีการแก้ปัญหาที่ใช้ไม่ได้ผล ฉันจะหาวิธีการใหม่ทันที	751	2,103	962	151	21	3.86	0.78
<b>การคิดวิเคราะห์</b>						<b>3.79</b>	<b>0.58</b>
ฉันมีความสนใจเรียนรู้ในประเด็นที่หลากหลาย	794	1,905	1,097	167	22	3.82	0.81
ฉันสามารถอธิบายสิ่งต่างๆ ได้อย่างชัดเจนและกระชับ	450	1,647	1,600	252	45	3.55	0.82
ฉันสามารถทำงานร่วมกับเพื่อนที่มีความคิดเห็นแตกต่างกันกับฉันได้	590	2,203	1,058	121	25	3.80	0.74
ฉันอาจจะเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจได้ ถ้ามีข้อมูลใหม่ที่ชัดเจนกว่าเดิม	809	2,162	862	133	31	3.90	0.78
ฉันจะรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนที่ขัดแย้งกับฉันด้วยความตั้งใจ	749	2,297	773	141	36	3.90	0.77
ฉันจะค้นหาหาคำตอบที่ถูกต้องให้ได้แม้ว่าต้องใช้วิธีการใหม่ๆ ที่ไม่คุ้นเคย	687	1,968	1,157	105	43	3.80	0.79
<b>รวมทักษะทางการคิด</b>						<b>3.84</b>	<b>0.54</b>
<b>หมายเหตุ:</b> ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีทักษะทางการคิดระดับต่ำ ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีทักษะทางการคิดระดับปานกลาง ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีทักษะทางการคิดระดับสูง							

#### 4.1.9 ทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษา

การศึกษาทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษาแบ่งออกเป็น 3 ด้านคือ 1) การจัดการความเครียด 2) การจัดการความรู้สึกและอารมณ์ และ 3) การควบคุมตนเอง ผลการศึกษาพบว่า ในภาพรวมนิสิต/นักศึกษามีทักษะทางการควบคุมอารมณ์ในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 3.74 (SD 0.57) เมื่อจำแนกรายด้านพบว่า การจัดการความเครียดมีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากับ 3.79 (SD 0.62) รองลงมาคือ การควบคุมตนเอง มีค่าเฉลี่ย 3.73 (SD 0.66) เมื่อพิจารณารายละเอียดรายข้อของแต่ละด้านมีดังนี้

การจัดการความเครียด พบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยการคิดตัดสินใจในระดับสูงทุกข้อ ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ นิสิต/นักศึกษามักจะหาเรื่องให้ตัวเองได้หัวเราะอยู่เสมอ เท่ากับ 3.92 (SD 0.82) รองลงมาคือ ถ้ามีเรื่องกังวลใจฉันจะปรึกษาเพื่อนหรือผู้ที่มีประสบการณ์ และ ถ้ามีปัญหาไม่สบายใจนิสิต/นักศึกษาก็ผ่อนคลายด้วยการดูหนังหรือการเล่นกีฬา มีค่าเฉลี่ย 3.90 (SD 0.87 และ 0.90 ตามลำดับ) เมื่อพิจารณาระดับการปฏิบัติรายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีทักษะการจัดการความเครียดในระดับปานกลางทุกข้อ ที่มีจำนวนมากที่สุดคือ นิสิต/นักศึกษาคิดถึงตัวเองให้คิดถึงแต่สิ่งดีๆ ในชีวิตแทนเรื่องแย่ๆ มีจำนวน 2,135 คน (ร้อยละ 53.43) รองลงมาคือ ฉันมักจะหาเรื่องให้ตัวเองได้หัวเราะอยู่เสมอ มีจำนวน 1,983 คน (ร้อยละ 49.72)

ด้านการจัดการความรู้สึกและอารมณ์ พบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยการคิดแก้ปัญหาในระดับสูงทุกข้อ ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ นิสิต/นักศึกษาคิดจะทำสิ่งต่างๆ ให้ดีที่สุดถ้าตกอยู่สถานการณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ เท่ากับ 3.76 (SD 0.80) รองลงมาคือ ฉันจะอดทนรอให้สถานการณ์ที่เป็นปัญหามีความชัดเจนก่อนตัดสินใจทำอะไรลงไป มีค่าเฉลี่ย 3.75 (SD 0.82) เมื่อพิจารณาระดับการปฏิบัติรายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีทักษะการจัดการความรู้สึกและอารมณ์ในระดับปานกลางทุกข้อ ที่มีจำนวนมากที่สุดคือ นิสิต/นักศึกษายกปัญหาที่เกิดขึ้นแม้ว่าไม่ต้องการ มีจำนวน 2,026 คน (ร้อยละ 50.83) รองลงมาคือ นิสิต/นักศึกษาคิดจะทำสิ่งต่างๆ ให้ดีที่สุดถ้าตกอยู่สถานการณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ มีจำนวน 1,973 คน (ร้อยละ 49.37)

ด้านการควบคุมตนเอง พบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยการคิดวิเคราะห์ในระดับสูงทุกข้อ ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ นิสิต/นักศึกษาคิดเห็นตามความเหมาะสมของสถานการณ์ เท่ากับ 3.87 (SD 0.85) รองลงมาคือ นิสิต/นักศึกษาคิดเห็นชัดเจนถึงความเป็นมิตรกับเพื่อนใหม่ มีค่าเฉลี่ย 3.85 (SD 0.82) เมื่อพิจารณาระดับการปฏิบัติรายข้อพบว่า นิสิต/นักศึกษาส่วนใหญ่จะมีทักษะการควบคุมตนเองในระดับปานกลางทุกข้อ ที่มีจำนวนมากที่สุดคือ นิสิต/นักศึกษาคิดเห็นตามความเหมาะสมของสถานการณ์ มีจำนวน 2,065 คน (ร้อยละ 51.75) รองลงมาคือ นิสิต/นักศึกษาคิดเห็นชัดเจนถึงความเป็นมิตรกับเพื่อนใหม่ มีจำนวน 1,950 คน (ร้อยละ 48.87) ดังแสดงในตารางที่ 4.15

ตารางที่ 4.15 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษา

ทักษะทางการควบคุมอารมณ์	ระดับความคิดเห็น					$\bar{X}$	SD
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	เห็นด้วยปานกลาง	ไม่เห็นด้วยมาก	ไม่เห็นด้วยมากที่สุด		
<b>การจัดการความเครียด</b>						<b>3.79</b>	<b>0.62</b>
ถ้ามีเรื่องกังวลใจฉันจะปรึกษาเพื่อนหรือผู้ที่มีประสบการณ์	994	1,885	942	96	84	3.90	0.87
	24.84	47.11	23.54	2.40	2.10		
ถ้ามีความกังวลจากปัญหาที่ยังแก้ไขไม่ได้ฉันจะปล่อยวางเพื่อให้เวลาช่วยแก้ปัญหา	577	1,662	1,382	249	126	3.58	0.92
	14.44	41.59	34.58	6.23	3.15		
ฉันจะเตือนตัวเองให้คิดถึงแต่สิ่งดีๆ ในชีวิตแทนเรื่องแย่ๆ	772	2,135	965	86	38	3.88	0.77
	19.32	53.43	24.15	2.15	0.95		
ฉันมักจะหาเรื่องให้ตัวเองได้หัวเราะอยู่เสมอ	946	1,983	886	138	35	3.92	0.82
	23.72	49.72	22.22	3.46	0.88		
หากทะเลาะกันกับเพื่อนฉันก็จะเป็นฝ่ายขอสื่อก่อน	606	1,477	1,537	266	104	3.56	0.92
	15.19	37.02	38.52	6.67	2.61		
ถ้ามีปัญหาไม่สบายใจฉันจะผ่อนคลายด้วยด้วยการดูหนังหรือการเล่นกีฬา	1,014	1,912	795	195	78	3.90	0.90
	25.39	47.87	19.90	4.88	1.95		
<b>การจัดการความรู้สึกและอารมณ์</b>						<b>3.70</b>	<b>0.64</b>
ฉันจะนับหนึ่งถึงสิบหรือผ่อนคลายใจช้าๆเพื่อระงับอารมณ์โกรธ	715	1,526	1341	345	70	3.62	0.93
	17.89	38.18	33.55	8.63	1.75		
ฉันจะทำสิ่งต่างๆให้ดีที่สุดถ้าตกอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ	655	1,973	1,158	185	25	3.76	0.80
	16.39	49.37	28.98	4.63	0.63		
ฉันจะอดทนรอให้สถานการณ์ที่เป็นปัญหามีความชัดเจนก่อนตัดสินใจทำอะไรลงไป	683	1,852	1,281	123	52	3.75	0.82
	17.11	46.40	32.10	3.08	1.30		
ฉันพยายามแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นแม้ว่าไม่ต้องการ	484	2,026	1,266	164	46	3.69	0.78
	12.14	50.83	31.76	4.11	1.15		
แม้จะไม่พอใจหรือโกรธ ฉันก็จะพูดด้วยน้ำเสียงธรรมดาและไม่ตะโกนเสียงดัง	651	1,794	1,277	201	64	3.69	0.86
	16.33	45.00	32.03	5.04	1.61		
ถ้ามีความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อนฉันจะเบี่ยงเบนความสนใจของเพื่อนๆ ไปเรื่องอื่นๆ	547	1,810	1,339	262	32	3.65	0.83
	13.71	45.36	33.56	6.57	0.80		

ทักษะทางการควบคุมอารมณ์	ระดับความคิดเห็น					$\bar{X}$	SD
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยมาก	เห็นด้วยปานกลาง	ไม่เห็นด้วยมาก	ไม่เห็นด้วยมากที่สุด		
การควบคุมตนเอง						3.73	0.66
ฉันจะแสดงความร่าเริงมากกว่าปกติเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน	701	1,750	1,247	237	33	3.72	0.85
ฉันจะแสดงออกให้เห็นชัดเจนถึงความเป็นมิตรกับเพื่อนใหม่	825	1,950	1,082	64	69	3.85	0.82
ฉันจะแสดงความคิดเห็นตามความเหมาะสมของสถานการณ์	844	2,065	851	161	69	3.87	0.85
ฉันเป็นคนที่เพื่อนในกลุ่มอยากคุยด้วย	597	1,749	1,337	179	119	3.63	0.90
	15.00	43.93	33.58	4.50	2.99		
ฉันสามารถโกหกหน้าตายได้ ถ้าจะทำให้เหตุการณ์ที่เลวร้ายนั้นดีขึ้น	637	1,693	1,130	368	163	3.57	1.00
ฉันจะมูานะทำงานให้เสร็จเรียบร้อยก่อนเวลาที่กำหนด	639	1,915	1,174	162	104	3.71	0.87
	16.00	47.95	29.39	4.06	2.60		
ภาพรวมทักษะการควบคุมอารมณ์						3.74	0.57
หมายเหตุ:	ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีทักษะการควบคุมอารมณ์ระดับต่ำ						
	ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีทักษะการควบคุมอารมณ์ระดับปานกลาง						
	ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีทักษะการควบคุมอารมณ์ระดับสูง						

#### 4.1.10 การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ

ผลการวิเคราะห์การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ (perceived benefits of action) ของนิสิต/นักศึกษาตามแนวคิดของ Pender ประกอบด้วย การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรม 4 ด้านคือ 1) ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย 2) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง 3) ด้านเพศสัมพันธ์ และ 4) ด้านสิ่งแวดล้อม พบว่า นิสิต/นักศึกษามีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพทุกด้านในระดับต่ำ โดยด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย มีค่าเฉลี่ย 2.10 (SD 1.07) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย นิสิต/นักศึกษามีการรับรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.31 (SD 1.15) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง มีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติเกี่ยวกับการบาดเจ็บและการป้องกันอุบัติเหตุมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.19 (SD 1.07) ด้านเพศสัมพันธ์ มีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติเกี่ยวกับการติดเชื้อโรคทาง

เพศสัมพันธ์ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.20 (SD = 1.08) ด้านสิ่งเสพติด มีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันการใช้ยาเสพติดมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.14 (SD 1.10) ดังแสดงในตารางที่ 4.16

**ตารางที่ 4.16** จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา

การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ	ระดับการรับรู้					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	เคยบ่อยครั้ง	เคยบางครั้ง	เคยนานๆครั้ง	ไม่เคยเลย		
<b>ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย</b>						<b>2.10</b>	<b>1.07</b>
การอบรมด้านโภชนาการ	55	86	620	814	0	1.88	0.98
	1.36	2.12	15.28	20.06	0.00		
การอบรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	103	393	655	868	0	2.31	1.15
	2.54	9.69	16.14	21.40	0.00		
<b>ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง</b>						<b>2.01</b>	<b>1.08</b>
การอบรมภาวะการบาดเจ็บและการป้องกันอุบัติเหตุ	33	377	620	916	0	2.19	1.07
	0.81	9.29	15.28	22.58	0.00		
การอบรมการป้องกันการใช้ความรุนแรง	55	201	771	698	0	2.06	1.07
	1.36	4.95	19.00	17.20	0.00		
การอบรมการป้องกันการฆ่าตัวตาย	91	143	447	524	0	1.77	1.09
	2.24	3.52	11.02	12.92	0.00		
<b>ด้านเพศสัมพันธ์</b>						<b>2.02</b>	<b>1.07</b>
การอบรมการป้องกันการตั้งครรภ์	48	208	678	664	0	1.99	1.08
	1.18	5.13	16.71	16.37	0.00		
การอบรมเกี่ยวกับการติดเชื้อโรคทางเพศสัมพันธ์	51	271	828	720	0	2.20	1.08
	1.26	6.68	20.41	17.75	0.00		
การอบรมเกี่ยวกับการติดเชื้อเอชไอวีและโรคเอดส์	64	260	818	698	0	2.17	1.09
	1.58	6.41	20.16	17.20	0.00		
การตรวจการติดเชื้อเอชไอวี	34	143	536	466	0	1.73	1.01
	0.84	3.52	13.21	11.49	0.00		
<b>ด้านสิ่งเสพติด</b>						<b>2.10</b>	<b>1.08</b>
การอบรมการป้องกันการสูบบุหรี่	41	216	680	839	0	2.05	1.05
	1.01	5.32	16.76	20.68	0.00		

การรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ	ระดับการรับรู้					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	เคยบ่อยครั้ง	เคยบางครั้ง	เคยนานๆครั้ง	ไม่เคยเลย		
การอบรมการป้องกันการดื่มแอลกอฮอล์และการใช้ยาเสพติด	47	320	683	763	0	2.14	1.10
	1.16	7.89	16.84	18.81	0.00		
<b>รวมการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ</b>						<b>2.04</b>	<b>0.90</b>

หมายเหตุ: ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพระดับต่ำ  
 ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพระดับปานกลาง  
 ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพระดับสูง

#### 4.1.11 พฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา 3 ด้านคือ 1) ด้านโภชนาการ 2) ด้านการควบคุมน้ำหนัก และ 3) ด้านการออกกำลังกาย พบว่า นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมสุขภาพทุกด้านในระดับต่ำถึงปานกลาง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านการควบคุมน้ำหนัก เท่ากับ 3.00 (SD 1.25) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านโภชนาการ นิสิต/นักศึกษามีการรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง 1-2 ชนิด ในแต่ละมื้อมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.67 (SD 1.15) ด้านการควบคุมน้ำหนัก นิสิต/นักศึกษามีการออกกำลังกายเพื่อควบคุม/ลดน้ำหนักมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.49 (SD 1.23) ด้านการออกกำลังกาย นิสิต/นักศึกษามีการเล่นกีฬาเป็นประจำมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.620 (SD 1.27) ดังแสดงในตารางที่ 4.17

ตารางที่ 4.17 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา

พฤติกรรมสุขภาพ	พฤติกรรมสุขภาพ					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	เคยบ่อยครั้ง	เคยบางครั้ง	เคยนานๆครั้ง	ไม่เคยเลย		
<b>โภชนาการ</b>						<b>2.93</b>	<b>1.02</b>
ในแต่ละมื้อรับประทานผักและผลไม้	780	793	471	146	2,190	2.51	1.18
มากกว่า 5 ชนิด	19.23	19.55	11.61	3.60	53.98		
ในแต่ละมื้อรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง	2,226	202	467	952	605	2.67	1.22
1-2 ชนิด	54.87	4.98	11.51	23.47	14.91		
<b>การควบคุมน้ำหนัก</b>						<b>3.00</b>	<b>1.25</b>
คิดว่ามีน้ำหนักเกิน	492	541	480	232	1,745	2.36	1.36
	12.13	13.33	11.83	5.72	43.01		



พฤติกรรมสุขภาพ	พฤติกรรมสุขภาพ					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	เคยบ่อยครั้ง	เคยบางครั้ง	เคยนานๆครั้ง	ไม่เคยเลย		
ตั้งใจลดน้ำหนัก	584	591	472	237	1,884	2.43	1.33
	14.39	14.57	11.63	5.84	46.44		
คุมอาหารเพื่อควบคุม/ลดน้ำหนัก	520	711	444	159	1,834	2.35	1.27
	12.82	17.53	10.94	3.92	45.21		
ออกกำลังกายเพื่อควบคุม/ลดน้ำหนัก	539	805	448	147	1,939	2.49	1.23
	13.29	19.84	11.04	3.62	47.79		
ควบคุม/ลดน้ำหนักด้วยการทำให้้อาเจียนหรือใช้ยาระบาย	915	102	182	271	360	2.02	1.18
	22.55	2.51	4.49	6.68	8.87		
รับประทานอาหารเสริมเพื่อควบคุม/ลดน้ำหนัก	1317	45	249	499	524	1.67	1.14
	32.46	1.11	6.14	12.30	12.92		
<b>การออกกำลังกาย</b>						<b>2.03</b>	<b>1.14</b>
เล่นกีฬาเป็นประจำ	667	865	283	295	2,110	2.62	1.27
	16.44	21.32	6.98	7.27	52.01		
เข้าร่วมกลุ่มออกกำลังกายอย่างหนัก/หักโหม	625	417	167	39	1,248	1.78	1.02
	15.41	10.28	4.12	0.96	30.76		
เข้าร่วมกลุ่มออกกำลังกายระดับปานกลาง	575	708	345	95	1,723	2.24	1.19
	14.17	17.45	8.50	2.34	42.47		
เข้าร่วมกลุ่มออกกำลังกายที่มีการชีดกล้ามเนื้อ เช่น เติ่น ถีบจักรยาน	590	729	304	150	1,773	2.30	1.22
	14.54	17.97	7.49	3.70	43.70		
เข้าร่วมกลุ่มออกกำลังกายที่มีการใช้พลังงานกล้ามเนื้อ เช่น ยกน้ำหนัก	415	418	165	54	1,052	1.72	1.06
	10.23	10.30	4.07	1.33	25.93		
เป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัย	270	220	101	109	700	1.52	1.06
	6.66	5.42	2.49	2.69	17.25		

#### ภาพรวมพฤติกรรมสุขภาพ

หมายเหตุ: ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีพฤติกรรมสุขภาพระดับต่ำ  
ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีพฤติกรรมสุขภาพระดับปานกลาง  
ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีพฤติกรรมสุขภาพระดับสูง

#### 4.1.12 พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา ประกอบด้วยการปฏิบัติพฤติกรรมเสี่ยง 5 ด้านคือ 1) อุบัติภัยและความรุนแรง 2) การดื่มเหล้า 3) การสูบบุหรี่ 4) การใช้สิ่งเสพติด และ 5) การมีเพศสัมพันธ์ พบว่า นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมเสี่ยงทุกด้านในระดับต่ำ ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ การดื่มเหล้า มีค่าเฉลี่ย 2.01 (SD 1.12) เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง นิสิต/นักศึกษามีการขับขี่โดยไม่รัดเข็มขัดนิรภัย/ไม่ใส่หมวกกันน็อกมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 2.59 (SD 1.24) ด้านการดื่มแอลกอฮอล์ นิสิต/นักศึกษามีการดื่มแอลกอฮอล์ครั้งละไม่มากนัก มีค่าเฉลี่ย 2.58 (SD 1.19) ด้านการสูบบุหรี่ นิสิต/นักศึกษามีการสูบบุหรี่ วันละ 1-2 มวน มีค่าเฉลี่ย 1.90 (SD 1.19) ด้านการใช้สิ่งเสพติด นิสิต/นักศึกษามีการสูบกัญชาให้มาเล่นๆ มีค่าเฉลี่ย 1.59 (SD 0.92) ด้านการมีเพศสัมพันธ์ นิสิต/นักศึกษามีการใช้ถุงยางคุมกำเนิดทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ย 2.56 (SD 1.54) ดังแสดงในตารางที่ 4.18

ตารางที่ 4.18 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

พฤติกรรมเสี่ยง	พฤติกรรมเสี่ยง					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	เคยบ่อยครั้ง	เคยบางครั้ง	เคยนานๆครั้ง	ไม่เคยเลย		
<b>อุบัติเหตุและความรุนแรง</b>						<b>1.62</b>	<b>0.87</b>
ขับขี่โดยไม่รัดเข็มขัดนิรภัย/ไม่ใส่หมวกกันน็อก	382	439	1316	859	992	2.59	1.24
	9.58	11.01	33.00	21.54	24.87		
นั่งรถไปกับคนขับที่ดื่ม/เมาเหล้า	63	149	750	944	2,071	1.79	0.98
	1.58	3.75	18.86	23.74	52.07		
เมาเหล้าแล้วขับรถหรือขับขี่ยานอื่นๆ	67	147	482	826	2,451	1.63	0.95
	1.69	3.70	12.13	20.79	61.69		
พกอาวุธ/พกปืน	11	80	440	290	3,122	1.37	0.78
	0.28	2.03	11.16	7.35	79.18		
มีส่วนร่วมเป็นต้นเหตุของการทะเลาะวิวาท	12	74	371	509	3,000	1.38	0.76
	0.30	1.87	9.35	12.83	75.64		
ได้รับบาดเจ็บจากการทะเลาะวิวาท	8	62	347	428	3,106	1.34	0.72
	0.20	1.57	8.78	10.83	78.61		
มีแผนที่จะฆ่าตัวตาย	7	53	174	281	3,457	1.21	0.59
	0.18	1.33	4.38	7.07	87.03		
ทำผิดกฎ/ระเบียบของมหาวิทยาลัย	83	104	424	894	2,422	1.61	0.93
	2.11	2.65	10.80	22.77	61.68		

พฤติกรรมเสี่ยง	พฤติกรรมเสี่ยง					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	เคยบ่อยครั้ง	เคยบางครั้ง	เคยนานๆครั้ง	ไม่เคยเลย		
<b>การดื่มเหล้า</b>						<b>2.01</b>	<b>1.12</b>
ดื่มแอลกอฮอล์	141	263	481	495	2,145	1.80	1.17
	4.00	7.46	13.65	14.04	60.85		
ดื่มแอลกอฮอล์ครั้งละไม่มากนัก	134	332	548	544	449	2.58	1.19
	6.68	16.54	27.30	27.11	22.37		
ดื่มแอลกอฮอล์จัด/ดื่มหนัก	60	133	522	421	804	2.08	1.11
	3.09	6.86	26.91	21.70	41.44		
<b>การสูบบุหรี่</b>						<b>1.98</b>	<b>1.11</b>
สูบบุหรี่	78	140	163	165	3,080	1.34	0.90
	2.15	3.86	4.50	4.55	84.94		
สูบบุหรี่ วันละ 1-2 มวน	58	81	178	168	619	1.90	1.22
	5.25	7.34	16.12	15.22	56.07		
สูบบุหรี่ครึ่งซอง/วัน	19	102	245	99	620	1.89	1.15
	1.75	9.40	22.58	9.12	57.14		
สูบบุหรี่จัด	19	83	230	75	672	1.80	1.12
	1.76	7.69	21.32	6.95	62.28		
พยายามเลิกสูบบุหรี่	554	108	159	110	95	0.53	1.40
	54.00	10.53	15.50	10.72	9.26		
<b>การมีเพศสัมพันธ์</b>						<b>1.55</b>	<b>0.88</b>
มีเพศสัมพันธ์	59	254	471	197	2,645	1.59	1.06
	1.45	6.26	11.61	4.86	65.20		
เปลี่ยนคู่นอน	17	133	283	276	818	1.86	1.07
	0.42	3.28	6.98	6.80	20.16		
เพิ่งจะมีเพศสัมพันธ์เมื่อไม่นานมานี้	155	91	339	175	760	2.15	1.36
	3.82	2.24	8.36	4.31	18.73		
ใช้ยาคุมกำเนิดก่อนการมีเพศสัมพันธ์	80	54	225	326	845	1.82	1.13
	1.97	1.33	5.55	8.04	20.83		
ใช้ถุงยางคุมกำเนิดทำครั้งที่ไม่มีเพศสัมพันธ์	316	95	323	210	602	2.56	1.54
	7.79	2.34	7.96	5.18	14.84		
ดื่มแอลกอฮอล์หรือใช้ยาเสพติดขณะมีเพศสัมพันธ์	8	65	189	219	1,030	1.55	0.91
	0.20	1.60	4.66	5.40	25.39		

พฤติกรรมเสี่ยง	พฤติกรรมเสี่ยง					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	เคยบ่อยครั้ง	เคยบางครั้ง	เคยนานๆครั้ง	ไม่เคยเลย		
ตั้งท้องหรือทำให้ผู้อื่นตั้งท้อง	2 0.05	11 0.27	18 0.44	26 0.64	3,397 83.73	1.03	0.26
ทำแท้ง	1 0.02	8 0.20	20 0.49	30 0.74	738 18.19	1.12	0.48
เคยช่วยเหลือให้ผู้อื่นทำแท้ง	3 0.07	11 0.27	19 0.47	16 0.39	722 17.80	1.13	0.54
ทำแท้ง	1 0.02	8 0.20	20 0.49	30 0.74	738 18.19	1.26	0.71
ช่วยเหลือให้ผู้อื่นทำแท้ง	5 0.12	15 0.37	57 1.40	40 0.99	721 17.77	0.98	0.65
<b>การใช้สิ่งเสพติด</b>						<b>1.25</b>	<b>0.67</b>
สูบกัญชา	8 0.22	23 0.62	87 2.36	169 4.58	3,401 92.22	1.12	0.47
สูบกัญชาให้เมาเล่นๆ	6 0.69	36 4.11	121 13.83	144 16.46	568 64.91	1.59	0.92
สูบกัญชาจนเมาทั้งวัน	5 0.59	25 2.96	81 9.60	28 3.32	705 83.53	1.34	0.82
สูบฝิ่น	5 0.14	21 0.58	32 0.88	24 0.66	3,567 97.75	1.05	0.34
สูบฝิ่นแค่พอมึนๆ	2 0.29	22 3.20	35 5.09	47 6.84	581 84.57	1.28	0.73
สูบฝิ่นจนเมาทั้งวัน	2 0.29	29 4.18	34 4.90	15 2.16	614 88.47	1.26	0.76
เสพยาโคเคน/ใช้ยาฉีดเข้าเส้น	2 0.05	15 0.41	36 0.97	37 1.00	3,605 97.56	1.04	0.30
เสพยาโคเคน/ใช้ยาฉีดเข้าเส้นแค่สนุกๆ	3 0.44	20 2.93	52 7.62	19 2.79	588 86.22	1.29	0.77
เสพยาโคเคน/ใช้ยาฉีดเข้าเส้นจนเมาทั้งวัน	1 0.15	18 2.63	44 6.43	38 5.56	583 85.23	1.27	0.71
ดมกาว ไอระเหย	3635 100.00	28 0.77	28 0.77	19 0.52	3560 97.94	1.04	0.32

พฤติกรรมเสี่ยง	พฤติกรรมเสี่ยง					$\bar{X}$	SD
	เป็นประจำ	เคยบ่อยครั้ง	เคยบางครั้ง	เคยนานๆครั้ง	ไม่เคยเลย		
ดื่มกาไวโอระเหยแก่พอมินๆ	4	25	30	48	583	1.29	0.76
	0.58	3.62	4.35	6.96	84.49		
ดื่มกาไวโอระเหยจนเมาทั้งวัน	4	15	59	27	585	1.30	0.76
	0.58	2.17	8.55	3.91	84.78		
เคี้ยวใบกระท่อม/กินเห็ดเมา	3	17	60	26	594	1.30	0.76
	0.43	2.43	8.57	3.71	84.86		
เคี้ยวใบกระท่อม/กินเห็ดเมาแค่สนุกๆ	2	18	47	39	594	1.28	0.72
	0.29	2.57	6.71	5.57	84.86		
เคี้ยวใบกระท่อม/กินเห็ดเมาจนเมาทั้งวัน	3	24	59	14	600	1.31	0.80
	0.43	3.43	8.43	2.00	85.71		
รวมพฤติกรรมเสี่ยง							

หมายเหตุ: ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง มีพฤติกรรมเสี่ยงระดับต่ำ  
 ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง มีพฤติกรรมเสี่ยงระดับปานกลาง  
 ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง มีพฤติกรรมเสี่ยงระดับสูง

#### 4.2 ผลการศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน

การวิเคราะห์เพื่อเปรียบเทียบทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน ในการศึกษาครั้งนี้ภูมิหลังของนิสิต/นักศึกษามี 8 ด้านได้แก่ 1) เพศ 2) อายุ 3) ลำดับการเกิด 4) ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง 5) ชั้นปีการศึกษา 6) ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา 7) สาขาวิชาที่ศึกษา และ 8) มหาวิทยาลัยที่ศึกษา โดยใช้สถิติทดสอบความแปรปรวนพหุตัวแปร (MANOVA) ทำการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นเกี่ยวกับการกระจายของข้อมูลแบบปกติ ด้วยการพิจารณาค่าความโด่ง (kurtosis) และความเบ้ (skewness) ปรากฏว่าตัวแปรเกือบทั้งหมดมีการกระจายของข้อมูลไม่อยู่ในเกณฑ์ปกติ จึงทำการแปลงค่าเป็นค่ามาตรฐานก่อนดำเนินการทดสอบ

การนำเสนอผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน แบ่งออกเป็น 4 ส่วน คือ 1) ทักษะชีวิต ประกอบด้วย (ก) ทักษะทางสังคม (ข) ทักษะทางการคิด และ (ค) ทักษะการควบคุมอารมณ์ 2) การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา 3) พฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา และ 4) พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา ปรากฏผลดังนี้

#### 4.2.1 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกัน

การนำเสนอผลการเปรียบเทียบทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา แบ่งการนำเสนอเป็น 3 ด้านคือ 1) ด้านทักษะทางสังคม 2) ด้านทักษะทางการคิด และ 3) ด้านทักษะการควบคุมอารมณ์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

##### 4.2.1.1 ด้านทักษะทางสังคม

ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่า ปัจจัยภูมิหลังที่มีผลต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 6 ด้าน คือ เพศ อายุ ลำดับการเกิด ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา และมหาวิทยาลัยที่ศึกษา มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ .05 .02 .02 .03 .02 และ .03 ตามลำดับ และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 21.38 2.43 2.05 3.86 1.39 2.93 และ 5.82 ตามลำดับ นอกจากนี้ภูมิหลังทั้ง 8 ด้าน ยังมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ 2.04 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 1.11 ดังแสดงในตารางที่ 4.19

ตารางที่ 4.19 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิหลังที่มีต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษา

ภูมิหลัง	Pillai's Trace	F	p
เพศ	0.05	21.48	0.000*
อายุ	0.02	2.43	0.004*
ลำดับการเกิด	0.02	2.05	0.017*
ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง	0.03	3.86	0.000*
ชั้นปีการศึกษา	0.02	1.39	0.115*
ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา	0.02	2.93	0.003*
สาขาวิชา	0.01	1.93	0.051
มหาวิทยาลัย	0.03	5.82	0.000*
ปฏิสัมพันธ์ (เพศ*อายุ*ลำดับการเกิด*ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง*ชั้นปีการศึกษา*ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา*สาขาวิชา*มหาวิทยาลัย)	2.04	1.11	0.000*

การเปรียบเทียบทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกันด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนพหุตัวแปร ปรากฏผลดังนี้

นิสิต/นักศึกษาที่มีเพศ อายุ มหาวิทยาลัยที่ศึกษา สาขาวิชาที่ศึกษา ลำดับการเกิด ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่แตกต่างกันจะมีทักษะทางสังคมแตกต่างกัน เมื่อพิจารณาทักษะทางสังคมในแต่ละด้านพบว่า นิสิต/นักศึกษาที่มีเพศแตกต่างกัน มีผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาและมหาวิทยาลัยที่แตกต่างกัน จะมีทักษะทางสังคม 3 ด้าน ได้แก่ การติดต่อสื่อสาร การเข้าใจผู้อื่น และการปฏิเสธ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ นิสิต/นักศึกษาเพศหญิงจะมีทักษะการติดต่อสื่อสาร

การเข้าใจผู้อื่น และการปฏิเสธสูงกว่านิสิต/นักศึกษาเพศชาย นิสิต/นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาดำ (เกรดเฉลี่ยสะสม  $\leq 2.00$ ) จะมีทักษะการติดต่อสื่อสาร การเข้าใจผู้อื่น และการปฏิเสธน้อยกว่านิสิต/นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษาสูงกว่า (เกรดเฉลี่ยสะสม 2.01-3.00) และนิสิต/นักศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชนจะมีทักษะการติดต่อสื่อสารและทักษะการปฏิเสธสูงกว่านิสิต/นักศึกษาในมหาวิทยาลัยรัฐ และมหาวิทยาลัยในกำกับ นิสิต/นักศึกษาที่มีลำดับการเกิดที่แตกต่างกันจะมีทักษะการปกป้องสิทธิแตกต่างกัน คือ คนที่เกิดในลำดับที่ 3 จะมีทักษะการปกป้องสิทธิสูงกว่าคนที่เกิดในลำดับที่ 1 และ 2

ภูมิหลังทั้ง 8 ด้านมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลให้นิสิต/นักศึกษามีทักษะทางสังคมที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทุกด้าน นอกจากนี้ยังพบว่า ทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษาทั้ง 3 ด้านร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของโมเดลได้ร้อยละ 11 ( $R^2 0.106$ ) โดยมีทักษะการปฏิเสธอธิบายความแปรปรวนได้มากที่สุด คือ ร้อยละ 13 ( $R^2 0.127$ ) ดังแสดงในตารางที่ 4.20 และ 4.21

**ตารางที่ 4.20** การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษา

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted $R^2$
<b>Corrected Model</b>						
<b>ทักษะทางสังคม</b>	6228.79	1471	4.23	1.30	0.00*	0.106
1. การติดต่อสื่อสาร	752.38	1471	0.51	1.24	0.00*	0.058
2. การปกป้องสิทธิ	739.30	1471	0.50	1.13	0.01*	0.096
3. การเข้าใจผู้อื่น	966.17	1471	0.66	1.22	0.00*	0.088
4. การปฏิเสธ	1379.70	1471	0.94	1.20	0.00*	0.127
<b>เพศ</b>						
<b>ทักษะทางสังคม</b>	174.62	1	174.62	53.53	0.00*	
1. การติดต่อสื่อสาร	8.86	1	8.86	21.54	0.00*	
2. การปกป้องสิทธิ	0.00	1	0.00	0.00	0.99*	
3. การเข้าใจผู้อื่น	21.23	1	21.23	39.39	0.00*	
4. การปฏิเสธ	31.59	1	31.59	40.36	0.00*	
<b>อายุ</b>						
<b>ทักษะทางสังคม</b>	39.70	3	13.23	4.06	0.01*	
1. การติดต่อสื่อสาร	3.77	3	1.26	3.05	0.03*	
2. การปกป้องสิทธิ	0.77	3	0.26	0.58	0.63*	
3. การเข้าใจผู้อื่น	11.14	3	3.71	6.89	0.00*	
4. การปฏิเสธ	2.66	3	0.89	1.13	0.33*	

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>ลำดับการเกิด</b>						
<b>ทักษะทางสังคม</b>	33.70	3	11.23	3.44	0.02*	
1. การติดต่อสื่อสาร	1.16	3	0.39	0.94	0.42*	
2. การปกป้องสิทธิ	4.76	3	1.59	3.56	0.01*	
3. การเข้าใจผู้อื่น	3.80	3	1.27	2.35	0.07*	
4. การปฏิเสธ	5.49	3	1.83	2.34	0.07*	
<b>ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง</b>						
<b>ทักษะทางสังคม</b>	58.17	3	19.39	5.94	0.00*	
1. การติดต่อสื่อสาร	11.09	3	3.70	8.99	0.00*	
2. การปกป้องสิทธิ	3.35	3	1.12	2.50	0.06	
3. การเข้าใจผู้อื่น	7.33	3	2.44	4.53	0.00*	
4. การปฏิเสธ	4.49	3	1.50	1.91	0.13*	
<b>ชั้นปีการศึกษา</b>						
<b>ทักษะทางสังคม</b>	28.65	5	5.73	1.76	0.12*	
1. การติดต่อสื่อสาร	6.22	5	1.24	3.02	0.01*	
2. การปกป้องสิทธิ	0.83	5	0.17	0.37	0.87*	
3. การเข้าใจผู้อื่น	5.51	5	1.10	2.04	0.07*	
4. การปฏิเสธ	2.99	5	0.60	0.76	0.58*	
<b>ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน</b>						
<b>ทักษะทางสังคม</b>	37.79	2	18.89	5.79	0.00*	
1. การติดต่อสื่อสาร	4.42	2	2.21	5.37	0.00*	
2. การปกป้องสิทธิ	0.06	2	0.03	0.06	0.94*	
3. การเข้าใจผู้อื่น	4.80	2	2.40	4.45	0.01*	
4. การปฏิเสธ	5.53	2	2.77	3.53	0.03*	
<b>สาขาวิชาที่ศึกษา</b>						
<b>ทักษะทางสังคม</b>	31.63	2	15.81	4.85	0.01*	
1. การติดต่อสื่อสาร	0.14	2	0.07	0.17	0.84*	
2. การปกป้องสิทธิ	0.68	2	0.34	0.76	0.47*	
3. การเข้าใจผู้อื่น	3.11	2	1.55	2.88	0.06*	
4. การปฏิเสธ	8.03	2	4.02	5.13	0.01*	



แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>มหาวิทยาลัยที่ศึกษา</b>						
ทักษะทางสังคม	47.27	2	23.64	7.25	0.00*	
1. การติดต่อสื่อสาร	7.19	2	3.59	8.74	0.00*	
2. การปกป้องสิทธิ	2.58	2	1.29	2.89	0.06*	
3. การเข้าใจผู้อื่น	4.31	2	2.15	4.00	0.02*	
4. การปฏิเสธ	12.17	2	6.09	7.78	0.00*	
<b>ปฏิสัมพันธ์</b>						
ทักษะทางสังคม	5573.08	1450	3.84	1.18	0.00*	
1. การติดต่อสื่อสาร	691.81	1450	0.48	1.16	0.00*	
2. การปกป้องสิทธิ	720.49	1450	0.50	1.11	0.02*	
3. การเข้าใจผู้อื่น	889.87	1450	0.61	1.14	0.01*	
4. การปฏิเสธ	1258.77	1450	0.87	1.11	0.02*	

**ตารางที่ 4.21** การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างกลุ่มของภูมิภาคที่มีต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษา

ภูมิภาค	ภูมิภาคที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ	Mean		
		Difference	Std. Error	p
1. ทักษะทางสังคม	เพศ			
	หญิงกับชาย	0.60	0.07	0.00
	อายุ			
	อายุ $\leq 18$ กับ $\geq 23$ ปี	0.55	0.15	0.00
	อายุ 19-20 กับ $\geq 23$ ปี	0.40	0.12	0.01
	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา			
	รัฐ-เอกชน	-0.53	0.08	0.00
	ในกำกับ-เอกชน	-0.51	0.10	0.00
	สาขาวิชาที่ศึกษา			
	วิทย์-สังคม	0.27	0.07	0.00
	ลำดับการเกิด			
	คนที่ 1-คนที่ 3	-0.36	0.12	0.03
	คนที่ 2-คนที่ 3	-0.48	0.13	0.00

ทักษะทางสังคม	ภูมิภาค	คู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05	Mean		
			Difference	Std. Error	p
1.1 ด้านการติดต่อสื่อสาร	ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง	แบบ 1-แบบ 4	0.88	0.22	0.00
		แบบ 3-แบบ 4	0.80	0.23	0.01
		ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)			
		$\leq 2.00$ กับ $2.01-3.00$	-0.32	0.07	0.00
	เพศ	หญิงกับชาย	0.15	0.02	0.00
		อายุ			
		อายุ 19-20 กับ $\geq 23$ ปี	0.13	0.04	0.02
	ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง	แบบ 1-แบบ 4	0.33	0.08	0.00
		แบบ 2-แบบ 4	0.26	0.08	0.01
		ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)			
1.2 ด้านการปกป้องสิทธิ		$\leq 2.00$ กับ $2.01-3.00$	-0.11	0.02	0.00
	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา	รัฐ-เอกชน	-0.14	0.03	0.00
		ในกำกับ-เอกชน	-0.20	0.03	0.00
		ชั้นปีที่ศึกษา			
		2-3	-0.12	0.03	0.02
	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา	ในกำกับ-รัฐ	0.08	0.03	0.04
		ในกำกับ-เอกชน	0.11	0.04	0.01
		ลำดับการเกิด			
		คนที่ 1-คนที่ 3	-0.17	0.05	0.00
		คนที่ 2-คนที่ 3	-0.15	0.05	0.02
1.3 ด้านการเข้าใจผู้อื่น	เพศ	ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง			
		แบบ 1-แบบ 2	-0.08	0.03	0.03
		อายุ			
		อายุ $\leq 18$ กับ $\geq 23$ ปี	0.27	0.06	0.00

ทักษะทางสังคม	ภูมิภาค	คู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05	Mean		
			Difference	Std. Error	p
		อายุ 19-20 กับ $\geq 23$ ปี	0.19	0.05	0.00
		อายุ 21-22 กับ $\geq 23$ ปี	0.15	0.05	0.02
		สาขาวิชาที่ศึกษา			
		วิทย์-สังคม	0.09	0.03	0.01
		ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง			
		แบบ 1-แบบ 4	0.25	0.09	0.05
		ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)			
		$\leq 2.00$ กับ 2.01-3.00	-0.08	0.03	0.01
1.4 ด้านการปฏิเสธ		เพศ			
		หญิงกับชาย	0.26	0.03	0.00
		อายุ			
		อายุ $\leq 18$ กับ 21-22 ปี	0.18	0.06	0.03
		มหาวิทยาลัยที่ศึกษา			
		รัฐ-เอกชน	-0.27	0.04	0.00
		ในกำกับ-เอกชน	-0.24	0.05	0.00
		สาขาวิชาที่ศึกษา			
		วิทย์-สังคม	0.16	0.03	0.00
		ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)			
		$\leq 2.00$ กับ 2.01-3.00	-0.10	0.03	0.01

#### 4.2.1.2 ด้านทักษะทางความคิด

ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่า ปัจจัยภูมิภาคที่มีผลต่อทักษะทางความคิดของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 3 ด้าน คือ เพศ ลำดับการเกิด และความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ .01 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 5.02 2.10 และ 1.98 ตามลำดับ นอกจากนี้ภูมิภาคทั้ง 8 ด้าน ยังมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ 1.54 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 1.13 ดังแสดงในตารางที่ 4.22

**ตารางที่ 4.22** การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิลักษณ์ที่มีต่อทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา

ภูมิลักษณ์	Pillai's Trace	F	p
เพศ	0.01	5.02	0.002*
อายุ	0.01	1.52	0.133
ลำดับการเกิด	0.01	2.10	0.026*
ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง	0.01	1.98	0.037*
ชั้นปีการศึกษา	0.01	1.21	0.255
ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา	0.00	1.03	0.404
สาขาวิชา	0.01	1.33	0.242
มหาวิทยาลัย	0.01	1.93	0.073
ปฏิสัมพันธ์ (เพศ*อายุ*ลำดับการเกิด*ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง*ชั้นปีการศึกษา*ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา*สาขาวิชา*มหาวิทยาลัย)	1.54	1.13	0.000*

การเปรียบเทียบทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิลักษณ์แตกต่างกันปรากฏผลดังนี้

นิสิต/นักศึกษาที่มีเพศ ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองและมหาวิทยาลัยแตกต่างกันจะมีทักษะทางการคิดแตกต่างกัน เมื่อพิจารณาทักษะทางการคิดในแต่ละด้านพบว่า นิสิต/นักศึกษามหาวิทยาลัยที่แตกต่างกันจะมีทักษะการคิดตัดสินใจที่แตกต่างกัน กล่าวคือ นิสิต/นักศึกษามหาวิทยาลัยรัฐและเอกชนจะมีการคิดตัดสินใจสูงกว่านิสิต/นักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับ นิสิต/นักศึกษาเพศหญิงจะมีทักษะการคิดแก้ปัญหาและการคิดวิเคราะห์สูงกว่านิสิต/นักศึกษาเพศชาย นิสิต/นักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองแบบ 1 จะมีทักษะการคิดแก้ปัญหาและการคิดวิเคราะห์สูงกว่านิสิต/นักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองแบบ 2

ภูมิลักษณ์ทั้ง 8 ด้านมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลให้นิสิต/นักศึกษามีทักษะทางการคิดที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทุกด้าน นอกจากนี้ยังพบว่า ทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษาทั้ง 3 ด้านร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของโมเดลได้ร้อยละ 3 ( $R^2$  0.038) โดยมีทักษะการคิดตัดสินใจอธิบายความแปรปรวนได้มากที่สุด คือ ร้อยละ 7 ( $R^2$  0.078) ดังแสดงในตารางที่ 4.23 และ 4.24

ตารางที่ 4.23 การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>Corrected Model</b>						
<b>ทักษะทางการคิด</b>	4279.80	1492	2.87	1.14	0.01	0.038
1. การคิดตัดสินใจ	559.20	1492	0.37	1.08	0.06	0.078
2. การคิดแก้ปัญหา	682.17	1492	0.46	1.17	0.00	0.071
3. การคิดวิเคราะห์	545.57	1492	0.37	1.16	0.00	0.062
<b>เพศ</b>						
<b>ทักษะทางการคิด</b>	12.53	1	12.53	4.97	0.03	
1. การคิดตัดสินใจ	0.06	1	0.06	0.18	0.68	
2. การคิดแก้ปัญหา	3.22	1	3.22	8.26	0.00	
3. การคิดวิเคราะห์	2.25	1	2.25	7.12	0.01	
<b>อายุ</b>						
<b>ทักษะทางการคิด</b>	2.14	3	0.71	0.28	0.84	
1. การคิดตัดสินใจ	1.11	3	0.37	1.07	0.36	
2. การคิดแก้ปัญหา	0.86	3	0.29	0.74	0.53	
3. การคิดวิเคราะห์	0.27	3	0.09	0.29	0.84	
<b>ลำดับการเกิด</b>						
<b>ทักษะทางการคิด</b>	12.06	3	4.02	1.59	0.19	
1. การคิดตัดสินใจ	2.67	3	0.89	2.57	0.06	
2. การคิดแก้ปัญหา	1.87	3	0.62	1.60	0.19	
3. การคิดวิเคราะห์	0.87	3	0.29	0.92	0.43	
<b>ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง</b>						
<b>ทักษะทางการคิด</b>	28.99	3	9.66	3.83	0.01	
1. การคิดตัดสินใจ	1.18	3	0.39	1.13	0.34	
2. การคิดแก้ปัญหา	4.37	3	1.46	3.73	0.01	
3. การคิดวิเคราะห์	4.92	3	1.64	5.20	0.00	

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>ชั้นปีการศึกษา</b>						
ทักษะทางการคิด	6.34	2	3.17	1.26	0.29	
1. การคิดตัดสินใจ	1.22	2	0.61	1.75	0.17	
2. การคิดแก้ปัญหา	0.37	2	0.18	0.47	0.62	
3. การคิดวิเคราะห์	0.88	2	0.44	1.39	0.25	
<b>ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน</b>						
ทักษะทางการคิด	12.41	5	2.48	0.98	0.43	
1. การคิดตัดสินใจ	1.45	5	0.29	0.84	0.52	
2. การคิดแก้ปัญหา	2.94	5	0.59	1.51	0.18	
3. การคิดวิเคราะห์	1.21	5	0.24	0.77	0.57	
<b>สาขาวิชาที่ศึกษา</b>						
ทักษะทางการคิด	5.20	2	2.60	1.03	0.36	
1. การคิดตัดสินใจ	0.23	2	0.11	0.33	0.72	
2. การคิดแก้ปัญหา	1.00	2	0.50	1.28	0.28	
3. การคิดวิเคราะห์	1.12	2	0.56	1.77	0.17	
<b>มหาวิทยาลัยที่ศึกษา</b>						
ทักษะทางการคิด	16.64	2	8.32	3.30	0.04	
1. การคิดตัดสินใจ	3.51	2	1.75	5.06	0.01	
2. การคิดแก้ปัญหา	1.40	2	0.70	1.79	0.17	
3. การคิดวิเคราะห์	1.16	2	0.58	1.84	0.16	
<b>ปฏิสัมพันธ์</b>						
ทักษะทางการคิด	4148.95	1471	2.82	1.12	0.01	
1. การคิดตัดสินใจ	546.70	1471	0.37	1.07	0.09	
2. การคิดแก้ปัญหา	659.88	1471	0.45	1.15	0.00	
3. การคิดวิเคราะห์	528.69	1471	0.36	1.14	0.01	

**ตารางที่ 4.24** การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของภูมิภาคหลังที่มีต่อทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา

ทักษะทางการคิด	ภูมิภาค	คู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05	Mean		
			Difference	Std. Error	p
1. ทักษะทางการคิด	เพศ	หญิงกับชาย	0.13	0.06	0.02
		ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง			
	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา	แบบ 1-แบบ 2	0.24	0.06	0.00
		ในกำกับ-เอกชน	-0.33	0.09	0.00
1.1 การคิดตัดสินใจ	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา	รัฐ-ในกำกับ	0.08	0.03	0.02
		ในกำกับ-เอกชน	-0.12	0.03	0.00
1.2 การคิดแก้ปัญหา	เพศ	หญิงกับชาย	0.07	0.02	0.00
		ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง			
	แบบ 1-แบบ 2		0.09	0.03	0.00
1.3 การคิดวิเคราะห์	เพศ	หญิงกับชาย	0.05	0.02	0.01
		ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง			
	แบบ 1-แบบ 2		0.09	0.02	0.00
		แบบ 1-แบบ 4	0.20	0.07	0.03

#### 4.2.1.3 ด้านทักษะการควบคุมอารมณ์

ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่า ปัจจัยภูมิภาคหลังที่มีผลต่อทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 3 ด้าน คือ เพศ อายุ ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง และสาขาวิชา มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ .01 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 2.74 2.25 2.42 และ 2.43 ตามลำดับ นอกจากนี้ภูมิภาคหลังทั้ง 8 ด้าน ยังมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลต่อทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ 1.53 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 1.12 ดังแสดงในตารางที่ 4.25

ตารางที่ 4.25 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิลักษณ์ที่มีต่อทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษา

ภูมิลักษณ์	Pillai's Trace	F	p
เพศ	0.01	2.74	0.042*
อายุ	0.01	2.25	0.016*
ลำดับการเกิด	0.01	1.78	0.067
ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง	0.01	2.42	0.010*
ชั้นปีการศึกษา	0.01	0.87	0.595
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	0.00	0.99	0.432
สาขาวิชา	0.01	2.43	0.024*
มหาวิทยาลัย	0.01	1.36	0.229
ปฏิสัมพันธ์ (เพศ*อายุ*ลำดับการเกิด*ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง*ชั้นปีการศึกษา*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*มหาวิทยาลัย)	1.53	1.12	0.000*

การเปรียบเทียบทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิลักษณ์แตกต่างกันปรากฏผลดังนี้ นิสิต/นักศึกษาที่มีเพศ อายุ ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองและมหาวิทยาลัยแตกต่างกันจะมีทักษะการควบคุมอารมณ์แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาทักษะการควบคุมอารมณ์ในแต่ละด้านพบว่า นิสิต/นักศึกษาที่มีเพศ อายุ ความสัมพันธ์กับบิดามารดา และสาขาวิชาที่แตกต่างกันจะมีทักษะการจัดการความเครียดที่แตกต่างกัน กล่าวคือ นิสิต/นักศึกษาเพศหญิงจะมีทักษะการจัดการความเครียดสูงกว่านิสิต/นักศึกษาเพศชาย นิสิต/นักศึกษาที่มีอายุน้อยกว่าคือ อายุต่ำกว่า ( $\leq 18$  และ อายุ 19 ถึงอายุ 20 ปี) จะมีทักษะการจัดการความเครียดสูงกว่านิสิต/นักศึกษาที่มีอายุ  $\geq 23$  ปี นิสิต/นักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองแบบ 1 และแบบ 2 จะมีทักษะการจัดการความเครียดและทักษะการจัดการความรู้สึกและอารมณ์สูงกว่านิสิต/นักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองแบบ 4 และนิสิต/นักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์มีทักษะการจัดการความรู้สึกและอารมณ์สูงกว่านิสิต/นักศึกษาสาขาสังคมศาสตร์

ภูมิลักษณ์ทั้ง 8 ด้านมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลให้นิสิต/นักศึกษามีทักษะการควบคุมอารมณ์ที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทุกด้าน นอกจากนี้ยังพบว่า ทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษาทั้ง 3 ด้าน ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของโมเดลได้ร้อยละ 5 ( $R^2$  0.053) โดยมีทักษะการจัดการความรู้สึกและอารมณ์อธิบายความแปรปรวนได้มากที่สุด คือ ร้อยละ 7 ( $R^2$  0.068) ดังแสดงในตารางที่ 4.26 และ 4.27



ตารางที่ 4.26 การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษา

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>Corrected Model</b>						
ทักษะการควบคุมอารมณ์	4510.11	1487	3.03	1.13	0.01	0.053
1. การจัดการความเครียด	603.48	1487	0.41	1.11	0.02	0.058
2. การจัดการความรู้สึกและอารมณ์	608.25	1487	0.41	1.13	0.01	0.068
3. การจัดการตนเอง	694.96	1487	0.47	1.15	0.00	0.060
<b>เพศ</b>						
ทักษะการควบคุมอารมณ์	19.06	1	19.06	7.12	0.01	
1. การจัดการความเครียด	2.64	1	2.64	7.25	0.01	
2. การจัดการความรู้สึกและอารมณ์	1.31	1	1.31	3.60	0.06	
3. การจัดการตนเอง	2.55	1	2.55	6.28	0.01	
<b>อายุ</b>						
ทักษะการควบคุมอารมณ์	19.27	3	6.42	2.40	0.07	
1. การจัดการความเครียด	4.34	3	1.45	3.97	0.01	
2. การจัดการความรู้สึกและอารมณ์	1.66	3	0.55	1.52	0.21	
3. การจัดการตนเอง	1.82	3	0.61	1.50	0.21	
<b>ลำดับการเกิด</b>						
ทักษะการควบคุมอารมณ์	4.42	3	1.47	0.55	0.65	
1. การจัดการความเครียด	0.72	3	0.24	0.66	0.58	
2. การจัดการความรู้สึกและอารมณ์	1.09	3	0.36	1.00	0.39	
3. การจัดการตนเอง	1.40	3	0.47	1.15	0.33	
<b>ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง</b>						
ทักษะการควบคุมอารมณ์	25.74	3	8.58	3.20	0.02	
1. การจัดการความเครียด	3.05	3	1.02	2.79	0.04	
2. การจัดการความรู้สึกและอารมณ์	4.62	3	1.54	4.25	0.01	
3. การจัดการตนเอง	2.05	3	0.68	1.68	0.17	

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>ชั้นปีการศึกษา</b>						
ทักษะการควบคุมอารมณ์	11.68	5	2.34	0.87		0.50
1. การจัดการความเครียด	2.15	5	0.43	1.18		0.32
2. การจัดการความรู้สึกและอารมณ์	1.23	5	0.25	0.68		0.64
3. การจัดการตนเอง	1.48	5	0.30	0.73		0.60
<b>ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน</b>						
ทักษะการควบคุมอารมณ์	7.25	2	3.63	1.35		0.26
1. การจัดการความเครียด	1.09	2	0.54	1.50		0.22
2. การจัดการความรู้สึกและอารมณ์	1.33	2	0.67	1.84		0.16
3. การจัดการตนเอง	0.28	2	0.14	0.35		0.71
<b>สาขาวิชาที่ศึกษา</b>						
ทักษะการควบคุมอารมณ์	17.86	2	8.93	3.33		0.04
1. การจัดการความเครียด	3.61	2	1.81	4.96		0.01
2. การจัดการความรู้สึกและอารมณ์	2.00	2	1.00	2.76		0.06
3. การจัดการตนเอง	1.13	2	0.57	1.40		0.25
<b>มหาวิทยาลัยที่ศึกษา</b>						
ทักษะการควบคุมอารมณ์	4.32	2	2.16	0.81		0.45
1. การจัดการความเครียด	0.10	2	0.05	0.14		0.87
2. การจัดการความรู้สึกและอารมณ์	1.59	2	0.80	2.19		0.11
3. การจัดการตนเอง	0.48	2	0.24	0.59		0.55
<b>ปฏิสัมพันธ์</b>						
ทักษะการควบคุมอารมณ์	4389.46	1466	2.99	1.12		0.01
1. การจัดการความเครียด	585.65	1466	0.40	1.10		0.04
2. การจัดการความรู้สึกและอารมณ์	591.95	1466	0.40	1.11		0.02
3. การจัดการตนเอง	680.66	1466	0.46	1.14		0.00

**ตารางที่ 4.27** การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของภูมิภาคหลังที่มีต่อทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษา

ทักษะทางสังคม	ภูมิภาค	คู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05	Mean		
			Difference	Std. Error	p
1. ทักษะการควบคุมอารมณ์	เพศ	หญิงกับชาย	0.14	0.06	0.01
		อายุ			
		อายุ 19-20 กับ $\geq 23$ ปี	0.32	0.11	0.03
		ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง			
		แบบ 1-แบบ 4	0.65	0.20	0.01
		แบบ 2-แบบ 4	0.58	0.20	0.04
		แบบ 3-แบบ 4	0.60	0.21	0.04
1.1 ด้านการจัดการความเครียด	เพศ	หญิงกับชาย	0.05	0.02	0.01
		อายุ			
		อายุ $\leq 18$ กับ $\geq 23$ ปี	0.16	0.05	0.01
		อายุ 19-20 กับ $\geq 23$ ปี	0.12	0.04	0.02
		ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง			
		แบบ 1-แบบ 4	0.23	0.07	0.02
		แบบ 2-แบบ 4	0.21	0.07	0.05
		สาขาวิชาที่ศึกษา			
1.2 ด้านการจัดการความรู้สึกละแวม	เพศ	หญิงกับชาย	0.07	0.02	0.01
		ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง			
		แบบ 1-แบบ 4	0.26	0.07	0.00
		แบบ 2-แบบ 4	0.22	0.07	0.03
1.3 ด้านการจัดการตนเอง	เพศ	หญิงกับชาย	0.06	0.02	0.01

#### 4.2.1.4 การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ

ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่า ปัจจัยภูมิหลังที่มีผลต่อการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 1 ด้าน คือ มหาวิทยาลัย มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ 0.03 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 3.30 ตามลำดับ นอกจากนี้ภูมิหลังทั้ง 8 ด้าน ยังมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน ส่งผลต่อการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ 2.21 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 1.07 ดังแสดงในตารางที่ 4.28

**ตารางที่ 4.28** การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิหลังที่มีต่อการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา

ภูมิหลัง	Pillai's Trace	F	p
เพศ	0.01	1.34	0.253
อายุ	0.02	1.33	0.192
ลำดับการเกิด	0.01	0.98	0.467
ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง	0.02	1.46	0.133
ชั้นปีการศึกษา	0.01	0.65	0.879
ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา	0.01	0.73	0.662
สาขาวิชา	0.01	0.68	0.705
มหาวิทยาลัย	0.03	3.30	0.001*
ปฏิสัมพันธ์ เพศ*อายุ*ลำดับการเกิด*ความสัมพันธ์กับ บิดามารดาผู้ปกครอง*ชั้นปีการศึกษา*ผลสัมฤทธิ์ ทางการศึกษา*สาขาวิชา*มหาวิทยาลัย)	2.21	1.07	0.015*

การเปรียบเทียบการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกันปรากฏผลดังนี้

นิสิต/นักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยที่แตกต่างกันจะมีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน เมื่อพิจารณาการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพในแต่ละด้านพบว่า นิสิต/นักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยรัฐและในกำกับจะมีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพทั้ง 4 ด้านคือ ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง ด้านเพศสัมพันธ์ และด้านสิ่งแวดล้อมสูงกว่านิสิต/นักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชน

ภูมิหลังทั้ง 8 ด้านมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลให้นิสิต/นักศึกษามีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทุกด้าน นอกจากนี้ยังพบว่า การรับรู้

ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาทั้ง 4 ด้าน ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของโมเดลได้ร้อยละ 3 ( $R^2$  0.030) โดยมีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพด้านเพศสัมพันธ์ อธิบายความแปรปรวนได้มากที่สุด คือ ร้อยละ 4 ( $R^2$  0.045) ดังแสดงในตารางที่ 4.29 และ 4.30

**ตารางที่ 4.29** การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted $R^2$
<b>Corrected Model</b>						
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ	15321.52	1184	12.94	1.05	0.23	0.030
1. ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย	1355.73	1184	1.15	1.06	0.18	0.041
2. ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง	1106.57	1184	0.93	1.08	0.10	0.006
3. ด้านเพศสัมพันธ์	1013.01	1184	0.86	0.99	0.57	0.045
4. ด้านสิ่งเสพติด	1290.34	1184	1.09	1.09	0.09	0.025
<b>เพศ</b>						
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ	7.18	1	7.18	0.58	0.45	
1. ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย	0.01	1	0.01	0.01	0.91	
2. ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง	1.03	1	1.03	1.19	0.28	
3. ด้านเพศสัมพันธ์	1.67	1	1.67	1.93	0.17	
4. ด้านสิ่งเสพติด	0.06	1	0.06	0.06	0.80	
<b>อายุ</b>						
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ	56.45	3	18.82	1.52	0.21	
1. ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย	5.28	3	1.76	1.62	0.18	
2. ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง	4.20	3	1.40	1.62	0.18	
3. ด้านเพศสัมพันธ์	4.29	3	1.43	1.65	0.18	
4. ด้านสิ่งเสพติด	2.87	3	0.96	0.96	0.41	

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>ลำดับการเกิด</b>						
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ						
พฤติกรรมสุขภาพ	12.76	3	4.25	0.34	0.79	
1. ด้าน โภชนาการและการออกกำลังกาย	0.91	3	0.30	0.28	0.84	
2. ด้าน อุบัติภัยและความรุนแรง	2.72	3	0.91	1.05	0.37	
3. ด้าน เพศสัมพันธ์	1.49	3	0.50	0.58	0.63	
4. ด้าน สิ่งเสพติด	0.04	3	0.01	0.01	1.00	
<b>ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง</b>						
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ						
พฤติกรรมสุขภาพ	37.23	3	12.41	1.00	0.39	
1. ด้าน โภชนาการและการออกกำลังกาย	1.05	3	0.35	0.32	0.81	
2. ด้าน อุบัติภัยและความรุนแรง	3.74	3	1.25	1.44	0.23	
3. ด้าน เพศสัมพันธ์	3.79	3	1.26	1.46	0.22	
4. ด้าน สิ่งเสพติด	3.59	3	1.20	1.19	0.31	
<b>ชั้นปีการศึกษา</b>						
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ						
พฤติกรรมสุขภาพ	21.42	5	4.28	0.35	0.88	
1. ด้าน โภชนาการและการออกกำลังกาย	5.24	5	1.05	0.97	0.44	
2. ด้าน อุบัติภัยและความรุนแรง	1.24	5	0.25	0.29	0.92	
3. ด้าน เพศสัมพันธ์	0.77	5	0.15	0.18	0.97	
4. ด้าน สิ่งเสพติด	1.26	5	0.25	0.25	0.94	
<b>ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน</b>						
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ						
พฤติกรรมสุขภาพ	45.72	2	22.86	1.85	0.16	
1. ด้าน โภชนาการและการออกกำลังกาย	3.54	2	1.77	1.63	0.20	
2. ด้าน อุบัติภัยและความรุนแรง	4.54	2	2.27	2.62	0.07	
3. ด้าน เพศสัมพันธ์	2.07	2	1.04	1.20	0.30	
4. ด้าน สิ่งเสพติด	1.78	2	0.89	0.89	0.41	

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>สาขาวิชาที่ศึกษา</b>						
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ						
พฤติกรรมสุขภาพ	4.97	2	2.48	0.20	0.82	
1. ด้าน โภชนาการและการออกกำลังกาย	0.01	2	0.01	0.01	0.99	
2. ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง	0.56	2	0.28	0.32	0.72	
3. ด้านเพศสัมพันธ์	0.41	2	0.21	0.24	0.79	
4. ด้านสิ่งเสพติด	1.34	2	0.67	0.67	0.51	
<b>มหาวิทยาลัยที่ศึกษา</b>						
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ	182.85	2	91.43	7.39	0.00	
พฤติกรรมสุขภาพ						
1. ด้าน โภชนาการและการออกกำลังกาย	25.90	2	12.95	11.96	0.00	
2. ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง	12.74	2	6.37	7.36	0.00	
3. ด้านเพศสัมพันธ์	4.52	2	2.26	2.62	0.07	
4. ด้านสิ่งเสพติด	7.55	2	3.78	3.77	0.02	
<b>ปฏิสัมพันธ์</b>						
การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ	14810.59	1163	12.73	1.03	0.31	
พฤติกรรมสุขภาพ						
1. ด้าน โภชนาการและการออกกำลังกาย	1306.58	1163	1.12	1.04	0.27	
2. ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง	1065.18	1163	0.92	1.06	0.18	
3. ด้านเพศสัมพันธ์	984.11	1163	0.85	0.98	0.64	
4. ด้านสิ่งเสพติด	1263.99	1163	1.09	1.08	0.09	

**ตารางที่ 4.30** การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติ  
พฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา

การรับรู้ประโยชน์	ภูมิภาค	คู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.05	Mean		
			Difference	Std. Error	p
1. การรับรู้ประโยชน์ของ การปฏิบัติพฤติกรรม สุขภาพ	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา รัฐ-เอกชน ในกำกับ-เอกชน	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา			
		รัฐ-เอกชน	0.71	0.17	0.00
		ในกำกับ-เอกชน	0.91	0.22	0.00
1.1 ด้านโภชนาการและ การออกกำลังกาย	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา รัฐ-เอกชน ในกำกับ-เอกชน	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา			
		รัฐ-เอกชน	0.25	0.05	0.00
		ในกำกับ-เอกชน	0.33	0.07	0.00
1.2 ด้านอวัยวะและ ความรุนแรง	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา รัฐ-เอกชน ในกำกับ-เอกชน	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา			
		รัฐ-เอกชน	0.19	0.05	0.00
		ในกำกับ-เอกชน	0.22	0.06	0.00
1.3 ด้านเพศสัมพันธ์	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา รัฐ-เอกชน ในกำกับ-เอกชน	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา			
		รัฐ-เอกชน	0.14	0.05	0.01
		ในกำกับ-เอกชน	0.16	0.06	0.03
1.4 ด้านสิ่งแวดล้อม	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา รัฐ-เอกชน ในกำกับ-เอกชน	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา			
		รัฐ-เอกชน	0.14	0.05	0.02
		ในกำกับ-เอกชน	0.20	0.06	0.01

#### 4.2.1.5 พฤติกรรมสุขภาพ

ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่า ปัจจัยภูมิภาคที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 3 ด้าน คือ เพศ ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองและมหาวิทยาลัย มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ 0.01 0.02 และ 0.05 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 3.40 2.23 และ 7.60 ตามลำดับ นอกจากนี้ภูมิภาคทั้ง 8 ด้าน ยังมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ 1.77 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 1.22 ดังแสดงในตารางที่ 4.31



**ตารางที่ 4.31** การวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิลักษณ์ที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา

ภูมิลักษณ์	Pillai's Trace	F	p
เพศ	0.00	2.47	0.060
อายุ	0.01	1.24	0.263
ลำดับการเกิด	0.01	0.63	0.772
ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง	0.02	2.23	0.018*
ชั้นปีการศึกษา	0.02	1.19	0.273
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	0.00	0.29	0.942
สาขาวิชา	0.01	1.97	0.067
มหาวิทยาลัย	0.05	7.60	0.000*
ปฏิสัมพันธ์ (เพศ*อายุ*ลำดับการเกิด*ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง*ชั้นปีการศึกษา*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*มหาวิทยาลัย)	1.77	1.22	0.000*

การเปรียบเทียบพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิลักษณ์แตกต่างกันปรากฏผลดังนี้

นิสิต/นักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยที่แตกต่างกันจะมีพฤติกรรมสุขภาพแตกต่างกัน เมื่อพิจารณาการมีพฤติกรรมสุขภาพในแต่ละด้านพบว่า นิสิต/นักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยรัฐและในกำกับจะมีพฤติกรรมสุขภาพทั้ง 4 ด้านคือ ด้านโภชนาการ ด้านการควบคุมน้ำหนัก และด้านการออกกำลังกายสูงกว่านิสิต/นักศึกษาที่ศึกษาในมหาวิทยาลัยเอกชน นอกจากนี้ยังพบว่า นิสิต/นักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองแบบ 3 จะมีพฤติกรรมสุขภาพด้านการออกกำลังกายสูงกว่านิสิต/นักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองแบบ 2

ภูมิลักษณ์ทั้ง 8 ด้านมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลให้นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมสุขภาพที่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทุกด้าน นอกจากนี้ยังพบว่า พฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาทั้ง 3 ด้าน ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของโมเดลได้ร้อยละ 32 ( $R^2$  0.319) โดยมีพฤติกรรมสุขภาพด้านการควบคุม น้ำหนัก อธิบายความแปรปรวนได้มากที่สุด คือ ร้อยละ 44 ( $R^2$  0.438) ดังแสดงในตารางที่ 4.32 และ 4.33

ตารางที่ 4.32 การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>Corrected Model</b>						
พฤติกรรมสุขภาพ	38959.09	1130	34.48	1.81	0.00	0.319
1. โภชนาการ	4660.49	1130	4.12	0.56	1.00	0.322
2. การควบคุมน้ำหนัก	13117.88	1130	11.61	1.87	0.00	0.438
3. การออกกำลังกาย	9207.87	1130	8.15	2.43	0.00	0.306
<b>เพศ</b>						
พฤติกรรมสุขภาพ	59.06	1	59.06	3.10	0.08	
1. โภชนาการ	0.01	1	0.01	0.00	0.97	
2. การควบคุมน้ำหนัก	3.17	1	3.17	0.51	0.48	
3. การออกกำลังกาย	33.50	1	33.50	9.98	0.00	
<b>อายุ</b>						
พฤติกรรมสุขภาพ	48.71	3	16.24	0.85	0.47	
1. โภชนาการ	11.56	3	3.85	0.52	0.67	
2. การควบคุมน้ำหนัก	33.56	3	11.19	1.80	0.14	
3. การออกกำลังกาย	14.32	3	4.77	1.42	0.23	
<b>ลำดับการเกิด</b>						
พฤติกรรมสุขภาพ	38.37	3	12.79	0.67	0.57	
1. โภชนาการ	9.66	3	3.22	0.43	0.73	
2. การควบคุมน้ำหนัก	25.91	3	8.64	1.39	0.24	
3. การออกกำลังกาย	0.47	3	0.16	0.05	0.99	
<b>ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง</b>						
พฤติกรรมสุขภาพ	160.64	3	53.55	2.81	0.04	
1. โภชนาการ	4.10	3	1.37	0.18	0.91	
2. การควบคุมน้ำหนัก	30.51	3	10.17	1.64	0.18	
3. การออกกำลังกาย	52.03	3	17.34	5.17	0.00	

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>ชั้นปีการศึกษา</b>						
พฤติกรรมสุขภาพ	128.95	5	25.79	1.35	0.24	
1. โภชนาการ	6.43	5	1.29	0.17	0.97	
2. การควบคุมน้ำหนัก	29.75	5	5.95	0.96	0.44	
3. การออกกำลังกาย	43.95	5	8.79	2.62	0.02	
<b>ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน</b>						
พฤติกรรมสุขภาพ	10.78	2	5.39	0.28	0.75	
1. โภชนาการ	2.60	2	1.30	0.18	0.84	
2. การควบคุมน้ำหนัก	4.21	2	2.11	0.34	0.71	
3. การออกกำลังกาย	2.39	2	1.20	0.36	0.70	
<b>สาขาวิชาที่ศึกษา</b>						
พฤติกรรมสุขภาพ	139.92	2	69.96	3.67	0.03	
1. โภชนาการ	16.69	2	8.34	1.12	0.33	
2. การควบคุมน้ำหนัก	42.12	2	21.06	3.40	0.03	
3. การออกกำลังกาย	12.12	2	6.06	1.81	0.17	
<b>มหาวิทยาลัยที่ศึกษา</b>						
พฤติกรรมสุขภาพ	745.66	2	372.83	19.56	0.00	
1. โภชนาการ	61.55	2	30.77	4.15	0.02	
2. การควบคุมน้ำหนัก	128.67	2	64.34	10.37	0.00	
3. การออกกำลังกาย	76.40	2	38.20	11.38	0.00	
<b>ปฏิสัมพันธ์</b>						
พฤติกรรมสุขภาพ	37386.82	1109	33.71	1.77	0.00	
1. โภชนาการ	4478.11	1109	4.04	0.54	1.00	
2. การควบคุมน้ำหนัก	12818.18	1109	11.56	1.86	0.00	
3. การออกกำลังกาย	8988.85	1109	8.11	2.42	0.00	

**ตารางที่ 4.33** การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของภูมิภาคหลังที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา

พฤติกรรมสุขภาพ	ภูมิภาค	คู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05	Mean		
			Difference	Std. Error	p
1. พฤติกรรมสุขภาพ	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา	รัฐ-เอกชน	1.24	0.22	0.00
		ในกำกับ-เอกชน	1.75	0.28	0.00
1.1 ด้านโภชนาการ	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา	รัฐ-เอกชน	0.43	0.14	0.01
		ในกำกับ-เอกชน	0.58	0.18	0.00
1.2 ด้านการควบคุมน้ำหนัก	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา	รัฐ-เอกชน	0.42	0.12	0.00
		ในกำกับ-เอกชน	0.72	0.16	0.00
1.3 ด้านการออกกำลังกาย	ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง	แบบ 2-แบบ 3	-0.40	0.12	0.01
	มหาวิทยาลัยที่ศึกษา	รัฐ-เอกชน	0.38	0.09	0.00
		ในกำกับ-เอกชน	0.46	0.12	0.00

#### 4.2.1.6 พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่า ปัจจัยภูมิภาคหลังที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 5 ด้าน คือ เพศ ลำดับการเกิด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชาและมหาวิทยาลัย มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ 0.05 0.03 0.02 0.03 และ 0.03 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 15.72 2.47 3.44 4.33 และ 4.81 ตามลำดับ นอกจากนี้ภูมิภาคหลังทั้ง 8 ด้าน ยังมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีค่าสถิติ (Pillai's Trace) เท่ากับ 2.53 และมีค่าสถิติ (F) เท่ากับ 1.05 ดังแสดงในตารางที่ 4.34

ตารางที่ 4.34 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างปัจจัยภูมิลักษณ์ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

ภูมิลักษณ์	Pillai's Trace	F	p
เพศ	0.05	15.72	0.000*
อายุ	0.02	1.74	0.037
ลำดับการเกิด	0.03	2.47	0.001*
ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง	0.01	0.68	0.805
ชั้นปีการศึกษา	0.02	1.17	0.256
ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน	0.02	3.44	0.000*
สาขาวิชา	0.03	4.33	0.000*
มหาวิทยาลัย	0.03	4.81	0.000*
ปฏิสัมพันธ์ (เพศ*อายุ*ลำดับการเกิด*ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง*ชั้นปีการศึกษา*ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน*สาขาวิชา*มหาวิทยาลัย)	2.53	1.05	0.023*

การเปรียบเทียบพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิลักษณ์แตกต่างกันปรากฏผลดังนี้

นิสิต/นักศึกษาที่มีเพศ ลำดับการเกิด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน สาขาวิชาและมหาวิทยาลัยที่แตกต่างกันจะมีพฤติกรรมเสี่ยงแตกต่างกัน เมื่อพิจารณาการมีพฤติกรรมเสี่ยงในแต่ละด้านพบว่า นิสิต/นักศึกษาเพศหญิงจะมีพฤติกรรมเสี่ยงด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง ด้านการดื่มเหล้า ด้านการสูบบุหรี่ ด้านการใช้สิ่งเสพติดสูงกว่า นิสิต/นักศึกษาเพศชาย นิสิต/นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ (GPA น้อยกว่า 2.01) จะมีพฤติกรรมเสี่ยงด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง ด้านการสูบบุหรี่สูงกว่านิสิต/นักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง (GPA 3.01-4.00) นิสิต/นักศึกษาสาขาสังคมศาสตร์จะมีพฤติกรรมเสี่ยงด้านการดื่มเหล้าและการสูบบุหรี่สูงกว่านิสิต/นักศึกษาสาขาวิทยาศาสตร์ และนิสิต/นักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนจะมีพฤติกรรมเสี่ยงด้านการใช้สิ่งเสพติดสูงกว่านิสิต/นักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับ นิสิต/นักศึกษามหาวิทยาลัยรัฐจะมีพฤติกรรมเสี่ยงด้านการมีเพศสัมพันธ์สูงกว่านิสิต/นักศึกษามหาวิทยาลัยในกำกับและมหาวิทยาลัยเอกชน

ภูมิลักษณ์ทั้ง 8 ด้านมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันส่งผลให้นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมเสี่ยงที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทุกด้าน นอกจากนี้ยังพบว่า พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาทั้ง 3 ด้านร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของโมเดลได้ร้อยละ 5 ( $R^2$  0.058) โดยมีพฤติกรรมเสี่ยงด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง อธิบายความแปรปรวนได้มากที่สุด คือ ร้อยละ 11 ( $R^2$  0.109) ดังแสดงในตารางที่ 4.35 และ 4.36

ตารางที่ 4.35 การวิเคราะห์ความแปรปรวนที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
Corrected Model						
พฤติกรรมเสี่ยง	109919.68	1413	77.79	1.25	0.00	0.058
1. อุบัติภัยและความรุนแรง	547.10	1413	0.39	1.14	0.01	0.109
2. การดื่มเหล้า	1135.57	1413	0.80	1.12	0.01	0.026
3. การสูบบุหรี่	561.37	1413	0.40	1.05	0.16	0.002
4. การใช้สิ่งเสพติด	140.06	1413	0.10	1.00	0.54	0.105
5. การมีเพศสัมพันธ์	101887.07	1413	72.11	1.23	0.00	0.066
เพศ						
พฤติกรรมเสี่ยง	359.38	1	359.38	5.75	0.02	
1. อุบัติภัยและความรุนแรง	19.99	1	19.99	58.95	0.00	
2. การดื่มเหล้า	42.11	1	42.11	58.85	0.00	
3. การสูบบุหรี่	16.44	1	16.44	43.59	0.00	
4. การใช้สิ่งเสพติด	1.91	1	1.91	19.16	0.00	
5. การมีเพศสัมพันธ์	6.56	1	6.56	0.11	0.74	
อายุ						
พฤติกรรมเสี่ยง	432.81	3	144.27	2.31	0.07	
1. อุบัติภัยและความรุนแรง	3.65	3	1.22	3.59	0.01	
2. การดื่มเหล้า	4.52	3	1.51	2.11	0.10	
3. การสูบบุหรี่	1.50	3	0.50	1.33	0.26	
4. การใช้สิ่งเสพติด	0.68	3	0.23	2.27	0.08	
5. การมีเพศสัมพันธ์	465.86	3	155.29	2.66	0.05	
ลำดับการเกิด						
พฤติกรรมเสี่ยง	623.93	3	207.98	3.33	0.02	
1. อุบัติภัยและความรุนแรง	4.13	3	1.38	4.06	0.01	
2. การดื่มเหล้า	4.33	3	1.44	2.02	0.11	
3. การสูบบุหรี่	0.40	3	0.13	0.35	0.79	
4. การใช้สิ่งเสพติด	0.20	3	0.07	0.68	0.56	
5. การมีเพศสัมพันธ์	569.86	3	189.95	3.25	0.02	

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง</b>						
<b>พฤติกรรมเสี่ยง</b>	320.30	3	106.77	1.71		0.16
1. อุบัติภัยและความรุนแรง	0.43	3	0.14	0.42		0.74
2. การดื่มเหล้า	0.11	3	0.04	0.05		0.98
3. การสูบบุหรี่	0.10	3	0.03	0.09		0.97
4. การใช้สิ่งเสพติด	0.22	3	0.07	0.74		0.53
5. การมีเพศสัมพันธ์	283.18	3	94.39	1.62		0.18
<b>ชั้นปีการศึกษา</b>						
<b>พฤติกรรมเสี่ยง</b>	1034.84	5	206.97	3.31		0.01
1. อุบัติภัยและความรุนแรง	1.41	5	0.28	0.83		0.53
2. การดื่มเหล้า	0.55	5	0.11	0.15		0.98
3. การสูบบุหรี่	1.63	5	0.33	0.87		0.50
4. การใช้สิ่งเสพติด	0.11	5	0.02	0.23		0.95
5. การมีเพศสัมพันธ์	1163.12	5	232.62	3.98		0.00
<b>ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน</b>						
<b>พฤติกรรมเสี่ยง</b>	310.57	2	155.29	2.49		0.08
1. อุบัติภัยและความรุนแรง	3.03	2	1.51	4.47		0.01
2. การดื่มเหล้า	5.71	2	2.85	3.99		0.02
3. การสูบบุหรี่	7.15	2	3.57	9.48		0.00
4. การใช้สิ่งเสพติด	0.20	2	0.10	0.98		0.37
5. การมีเพศสัมพันธ์	517.57	2	258.78	4.43		0.01
<b>สาขาวิชาที่ศึกษา</b>						
<b>พฤติกรรมเสี่ยง</b>	729.69	2	364.85	5.84		0.00
1. อุบัติภัยและความรุนแรง	0.67	2	0.33	0.98		0.37
2. การดื่มเหล้า	14.88	2	7.44	10.40		0.00
3. การสูบบุหรี่	4.60	2	2.30	6.09		0.00
4. การใช้สิ่งเสพติด	0.47	2	0.23	2.34		0.10
5. การมีเพศสัมพันธ์	1017.43	2	508.72	8.71		0.00

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	Adjusted R <sup>2</sup>
<b>มหาวิทยาลัยที่ศึกษา</b>						
พฤติกรรมเสี่ยง	2150.59	2	1075.29	17.21	0.00	
1. อุบัติภัยและความรุนแรง	1.91	2	0.96	2.82	0.06	
2. การดื่มเหล้า	4.17	2	2.09	2.91	0.05	
3. การสูบบุหรี่	0.39	2	0.19	0.51	0.60	
4. การใช้สิ่งเสพติด	0.50	2	0.25	2.50	0.08	
5. การมีเพศสัมพันธ์	2100.59	2	1050.30	17.98	0.00	
<b>ปฏิสัมพันธ์</b>						
พฤติกรรมเสี่ยง	99086.45	1392	71.18	1.14	0.01	
1. อุบัติภัยและความรุนแรง	507.53	1392	0.36	1.08	0.09	
2. การดื่มเหล้า	1049.71	1392	0.75	1.05	0.16	
3. การสูบบุหรี่	524.39	1392	0.38	1.00	0.51	
4. การใช้สิ่งเสพติด	135.13	1392	0.10	0.97	0.69	
5. การมีเพศสัมพันธ์	91016.43	1392	65.39	1.12	0.02	

**ตารางที่ 4.36** การทดสอบพหุคูณเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคู่ของภูมิภาคที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

พฤติกรรมเสี่ยง	ภูมิภาค	คู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05	Mean		
			Difference	Std. Error	p
1. พฤติกรรมเสี่ยง	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)	≤ 2.00 กับ 2.01-3.00	-1.04	0.31	0.00
		<b>มหาวิทยาลัยที่ศึกษา</b>			
		รัฐ-ในกำกับ	2.52	0.38	0.00
		รัฐ-เอกชน	1.69	0.36	0.00
	สาขาวิชาที่ศึกษา	<b>วิทยาลัยที่ศึกษา</b>			
		วิทย์-มนุษย์	2.18	0.60	0.00
		วิทย์-สังคม	1.26	0.31	0.00
	ลำดับการเกิด	<b>ลำดับการเกิด</b>			
		คนที่ 1-ตั้งแต่ 4 ขึ้นไป	-3.26	0.76	0.00
		คนที่ 2-ตั้งแต่ 4 ขึ้นไป	-2.64	0.78	0.01
		คนที่ 3-ตั้งแต่ 4 ขึ้นไป	-3.36	0.90	0.00



พฤติกรรมเสี่ยง	ภูมิภาค	คู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05	Mean		
			Difference	Std. Error	p
1.1 ด้านอุปนิสัยและความรุนแรง	เพศ	หญิงกับชาย	0.21	0.02	0.00
		ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)			
		≤ 2.00 กับ 3.01-4.00	0.17	0.06	0.02
1.2 ด้านการดื่มเหล้า	เพศ	หญิงกับชาย	0.29	0.03	0.00
		ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)			
		≤ 2.00 กับ 2.01-3.00	0.25	0.09	0.02
		≤ 2.00 กับ 3.01-4.00	0.29	0.09	0.01
		สาขาวิชาที่ศึกษา			
1.3 ด้านการสูบบุหรี่	เพศ	หญิงกับชาย	-0.14	0.03	0.00
		ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)			
		≤ 2.00 กับ 2.01-3.00	0.27	0.07	0.00
		≤ 2.00 กับ 3.01-4.00	0.31	0.07	0.00
		สาขาวิชาที่ศึกษา			
1.4 ด้านการใช้สิ่งเสพติด	เพศ	หญิงกับชาย	0.06	0.01	0.00
		มหาวิทยาลัยที่ศึกษา			
		เอกชน-ในกำกับ	0.04	0.02	0.04
1.5 ด้านการมีเพศสัมพันธ์	ลำดับการเกิด	คนที่ 1-ตั้งแต่ 4 ขึ้นไป	-3.26	0.74	0.00
		คนที่ 2-ตั้งแต่ 4 ขึ้นไป	-2.76	0.75	0.00
		คนที่ 3-ตั้งแต่ 4 ขึ้นไป	-3.27	0.87	0.00
		มหาวิทยาลัยที่ศึกษา			
		รัฐ-ในกำกับ	2.33	0.37	0.00
		รัฐ-เอกชน	1.63	0.35	0.00

พฤติกรรมเสี่ยง	ภูมิภาค	คู่ที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05	Mean		
			Difference	Std. Error	p
	สาขาวิชาที่ศึกษา				
	วิทย์-สังคม		1.53	0.30	0.00
	วิทย์-มนุษย์		2.22	0.58	0.00
	ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (GPA)				
	2.01-3.00 กับ 3.01-4.00		-1.17	0.30	0.00

#### 4.3 ผลการพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

การนำเสนอผลการวิเคราะห์กลุ่มพหุ ผู้วิจัยนำเสนอเป็น 2 ตอน ตอนแรกเป็นการนำเสนอผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้โมเดล และตอนที่สองเป็นการนำเสนอผลการพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดล

##### 4.3.1 ผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้

การวิเคราะห์ในส่วนนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ว่ามีความสัมพันธ์กันทุกตัวแปรหรือไม่ มีทิศทางและขนาดของความสัมพันธ์อย่างไร โดยใช้สถิติวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation) ผลการวิเคราะห์พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งหมด 529 คู่ มีค่าแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 112 คู่

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ภายในระหว่างตัวแปรสังเกตได้พบว่า ตัวแปรสังเกตได้จากตัวแปรแฝงเดียวกัน ส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์ระหว่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทุกคู่ โดยตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.12-0.24 ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.36-0.60 ตัวแปรทักษะชีวิต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง -0.09 ถึง -0.20 และตัวแปรภูมิหลัง มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง -0.01 ถึง 0.10 และเมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ข้ามตัวแปรแฝงพบว่า มีความสัมพันธ์ในทิศทางบวกและลบที่ค่อนข้างต่ำ ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.37

ตารางที่ 4.37 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเมทริกซ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ในโมเดล

	diet	bdw	exc	alc	smok	add	sexb	viol	soc	cog	self	age
diet	1.00											
bdw	0.24**	1.00										
exc	0.03	0.12**	1.00									
alc	0.03	0.08**	-0.03**	1.00								
smok	-0.02	0.04*	-0.02	0.56**	1.00							
add	0.00	0.11**	-0.01	0.44**	0.63**	1.00						
sexb	0.06**	0.18**	0.00	0.43**	0.47**	0.36**	1.00					
viol	0.00	0.04**	-0.04*	0.60**	0.53**	0.45**	0.36**	1.00				
soc	0.04*	0.04*	0.00	-0.19**	-0.16**	-0.14**	-0.14	-0.20**	1.00			
cog	0.07**	0.09**	0.00	-0.07**	-0.08**	-0.10**	-0.03	-0.09**	0.41	1.00		
self	0.08**	0.10**	-0.02	-0.09**	-0.05**	-0.08**	-0.03	-0.10**	0.31	0.56**	1.00	
age	-0.02	-0.03**	0.01	0.03	0.02	0.00	0.07	0.02	-0.04	-0.03**	-0.04**	1.00
sex	-0.02	0.02	-0.01	-0.15**	-0.13**	-0.08**	-0.13	-0.16	0.13	0.05	0.04	-0.05**
race	-0.01	-0.03	-0.01	-0.02	-0.01	-0.01	-0.02	-0.02	-0.01	0.00	0.00	0.00
rel	0.02	-0.03**	0.00	-0.01	0.00	-0.01	0.00	-0.02	-0.01	-0.01	-0.02	-0.02
edyr	-0.02	-0.01	-0.02	0.00	0.00	0.01	0.03	-0.01	0.02	-0.02	-0.02	0.49**
gpa	0.02	0.01	-0.01	-0.07	-0.08	-0.03	-0.08**	-0.08**	0.08**	0.03	0.01	0.02
order	-0.01	-0.01	0.00	0.01	0.01	0.01	0.00	0.02	0.01	0.02	0.00	0.06**
link	0.00	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	0.00	-0.03	-0.04**	-0.04**	0.00
km	0.22*	0.38*	0.02	-0.06*	-0.06*	0.03	0.18*	-0.03	0.05**	0.10**	0.14**	-0.01
kmv	0.21*	0.44*	0.08*	-0.04*	-0.04*	0.07*	0.15*	0.03**	0.03**	0.09**	0.13**	-0.03
kms	0.24*	0.42*	0.07*	0.00	-0.07*	0.07*	0.14*	0.04**	0.05**	0.10**	0.13**	-0.03**
kmad	0.27*	0.42*	0.03	-0.03	-0.03*	0.07*	0.17*	0.05**	0.06**	0.12**	0.18**	-0.03**
MEAN	2.67	2.55	3.34	1.65	1.25	1.08	1.35	1.62	3.83	3.85	3.71	20.55
SD	2.08	0.70	4.68	0.86	0.61	0.33	0.62	0.62	0.53	0.57	0.59	2.07

ตารางที่ 4.37 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และเมทริกซ์สหสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ในโมเดล (ต่อ)

	sex	race	rel	edyr	gpa	order	link	km	kmv	kms	kmad
sex	1.00										
race	-0.01	1.00									
rel	0.00	0.10**	1.00								
edyr	0.03	0.02	0.00	1.00							
gpa	0.13	0.02	0.03	0.05**	1.00						
order	0.01	0.00	0.04**	0.04**	0.03	1.00					
link	0.01	0.00	0.00	0.02	0.01	-0.02	1.00				
km	-0.01	-0.02	0.00	-0.02	-0.02	0.01	0.01	1.00			
kmv	-0.04**	-0.01	0.00	-0.04**	-0.02	0.01	0.03	0.80**	1.00		
kms	-0.05**	0.00	-0.02	-0.04**	0.00	0.02	0.03	0.66**	0.80**	1.00	
kmad	-0.05**	-0.01	-0.03	-0.04**	0.00	0.00	0.01	0.66**	0.73**	0.77**	1.00
MEAN	1.64	1.01	1.12	2.27	2.78	1.65	1.65	2.11	2.01	2.03	2.10
SD	0.48	0.12	0.38	1.10	0.45	0.88	0.76	0.89	0.81	0.79	0.87

#### 4.3.2 ผลการพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดล

การวิเคราะห์ในส่วนนี้ เป็นการนำเสนอผลการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาด้วยการวิเคราะห์ LISREL ซึ่งพบว่า โมเดลที่มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์มากที่สุดที่ผู้วิจัยนำมาพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดล ประกอบด้วย ตัวแปรอิสระที่เป็นตัวแปรแฝงมี 5 ตัวแปร คือ 1) ตัวแปรภูมิหลัง (ATT) 2) ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) 3) ตัวแปรทักษะชีวิต (LS) 4) ตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และ 5) ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) ตัวแปรตามที่เป็นตัวแปรแฝงมี 2 ระดับ ตัวแปรแฝงระดับแรกมี 1 ตัวแปร คือ ตัวแปรทักษะชีวิต (LS) ตัวแปรแฝงระดับที่สอง มี 2 ตัวแปร คือ 1) ตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และ 2) ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) ( $\chi^2 = 574.07$ ,  $df = 179$ ,  $RMSEA = 0.023$ ,  $CFI = 0.99$ ,  $GFI = 0.99$ ,  $AGFI = 0.98$ ,  $PGFI = 0.64$ ,  $\chi^2/df = 3.21$ )

ผู้วิจัยดำเนินการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาเป็นลำดับขั้นตอน ดำเนินการเปรียบเทียบดัชนีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และตรวจสอบความตรงของโมเดลอย่างต่อเนื่องจากข้อมูลเสนอแนะในการปรับโมเดลด้วยโปรแกรม LISREL ผลการพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลจำนวน 44 โมเดล จากการเปรียบเทียบดัชนีความกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับดี โดยมีค่าไคสแควร์ เท่ากับ 2547.78 ที่องศาอิสระ 221 ค่า  $p$  เท่ากับ 0.00 ไม่เป็นไปตามที่กำหนดคือ  $p$ -value มีค่าต่ำกว่า 0.05 ใดๆก็ดี

เนื่องจากโมเดลที่พัฒนาขึ้นนี้มีตัวแปรจำนวนมาก และมีความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ส่งอิทธิพลถึงกันจำนวนมาก หลายเส้น จัดได้ว่าเป็นโมเดลที่มีขนาดใหญ่และมีความซับซ้อน ดังนั้น ดัชนีที่ผู้วิจัยให้ความสำคัญต่อการพิจารณาความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์จึงพิจารณาจาก ค่าสัดส่วนระหว่างไคสแควร์ ต่อองศาอิสระ ( $\chi^2/df$ ) ภายหลังจากปรับโมเดลเป็นที่เรียบร้อยแล้วมีค่าเท่ากับ 3.21 ค่า RMR เข้าใกล้ศูนย์ (0.022) ค่า CFI GFI และ AGFI เข้าใกล้ 1 (CFI = 0.99, GFI = 0.99, AGFI = 0.98)

ผลการพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลพบว่า ในการประมาณค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้จำนวน 23 ตัวแปร แบ่งเป็นตัวแปรสังเกตได้ภายนอก 12 ตัวแปร (ชุดตัวแปรสังเกตได้ในการวัดครั้งที่ 1) และตัวแปรสังเกตได้ภายใน 11 ตัวแปร (ชุดตัวแปรสังเกตได้ในการวัดครั้งที่ 2) ในการประมาณค่าน้ำหนักองค์ประกอบมีค่าเป็นบวก 21 ตัวแปร และแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ยกเว้นตัวแปรเชื้อชาติ (race) ศาสนา (rel) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน (gpa) และความสัมพันธ์ในครอบครัว (link) ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติสำหรับการเป็นตัวบ่งชี้ภูมิหลัง **การวัดครั้งที่หนึ่ง** ตัวแปรที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุดคือตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพด้านเพศสัมพันธ์ (kms) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ 0.92 รองลงมาคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง (kmv) มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงเท่ากับ 0.87 ตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงสูงสุดคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพด้านเพศสัมพันธ์ (kms) มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงเท่ากับ 0.85 รองลงมาคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง (kmv) มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงเท่ากับ 0.76 [ไม่รวมค่าน้ำหนักองค์ประกอบและค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของตัวแปรอายุ (age) เนื่องจากผู้วิจัยได้กำหนดตัวแปรค่าตั้งต้นความคลาดเคลื่อนในการวิเคราะห์เป็น 0.1 ทำให้ค่าที่ได้ไม่ใช่ค่าที่แท้จริง] **การวัดครั้งที่สอง** ตัวแปรที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุดคือ ตัวแปรทักษะในการคิด (cog) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ 0.82 และมีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงสูงสุดเท่ากับ 0.67 **การวัดครั้งที่สาม** ตัวแปรที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุดคือ ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยงด้านการดื่มแอลกอฮอล์ (alc) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ 0.84 รองลงมาคือ ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยงด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง (viol) มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบ 0.70 ตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงสูงสุดคือ ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยงด้านการดื่มแอลกอฮอล์ (alc) มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงเท่ากับ 0.71 รองลงมาคือ ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยงด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง (viol) มีค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงเท่ากับ 0.50 ดังรายละเอียดแสดงในตารางที่ 4.38

ตารางที่ 4.38 การประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์  $\Lambda_X$  และ  $\Lambda_Y$

ตัวแปร	ATT					HKM										R <sup>2</sup>
	b	SE	t	SS	SC	b	SE	t	SS	SC	b	SE	t	SS	SC	
age	2.04	0.02	87.99	2.04	0.99											0.98
sex	-0.02	0.01	-3.12	-0.02	-0.05											0.00
race	0.00	0.00	-0.05	0.00	0.00											0.00
rel	-0.01	0.01	-1.19	-0.01	-0.02											0.00
edyr	0.54	0.02	32.98	0.54	0.49											0.24
gpa	0.01	0.01	1.16	0.01	0.02											0.00
order	0.05	0.01	3.86	0.05	0.06											0.00
link	0.00	0.01	0.07	0.00	0.00											0.00
km						0.71	0.01	53.87	0.71	0.79						0.63
kmv						0.70	0.01	67.77	0.70	0.87						0.76
kms						0.72	0.01	74.49	0.72	0.92						0.85
kmad						0.71	0.01	63.21	0.71	0.83						0.68
ตัวแปร	HBE					RBE					LS					R <sup>2</sup>
	b	SE	t	SS	SC	b	SE	t	SS	SC	b	SE	t	SS	SC	
diet	0.75	-	-	0.74	0.35											0.13
bdw	0.48	0.03	15.9	0.48	0.68											0.47
exc	0.54	0.11	4.85	0.53	0.11											0.01
alc						-	-	-	0.72	0.84						0.71
smok						0.35	0.01	27.68	0.41	0.66						0.44
add						0.19	0.01	33.30	0.22	0.65						0.43
sexb						0.28	0.01	26.93	0.33	0.53						0.28
viol						0.37	0.01	30.57	0.43	0.70						0.50
soc											0.26	-	-	0.26	0.49	0.24
cog											0.47	0.02	23.43	0.47	0.82	0.67
self											0.40	0.02	25.27	0.40	0.68	0.46

เมื่อพิจารณาการประมาณค่าพารามิเตอร์ในโมเดลสมการโครงสร้างพบว่า อิทธิพลระหว่างตัวแปรแฝงภายนอก (ตัวแปรแฝงจากการวัดครั้งที่ 1) ไปยังตัวแปรแฝงภายใน (ตัวแปรแฝงจากการวัดครั้งที่ 2 และครั้งที่ 3) มีค่าเป็นบวกจำนวน 5 ค่า เป็นลบ 3 ค่า แตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 6 ค่า ขนาดอิทธิพลจากตัวแปรแฝงการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) ต่อพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) มีขนาดใหญ่ที่สุดในโมเดลและมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มีค่าเท่ากับ 0.74 รองลงมาคือ อิทธิพลจากตัวแปรแฝงทักษะชีวิต (HBE) ต่อพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) และอิทธิพลจากตัวแปรแฝงการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) ต่อทักษะชีวิต (HBE) มีค่าเท่ากับ -0.17 และ 0.15 ตามลำดับ แสดงว่า ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) สามารถอธิบายความ

แปรปรวนของพฤติกรรมสุขภาพได้ร้อยละ 74 และอธิบายความแปรปรวนของทักษะชีวิตได้ร้อยละ 15 ในขณะที่ตัวแปรทักษะชีวิตสามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมเสี่ยงได้ร้อยละ 17 แต่เป็นอิทธิพลเชิงลบ

ผลการวิเคราะห์สรุปได้ว่า ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) สามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมสุขภาพได้ร้อยละ 74 อธิบายความแปรปรวนของทักษะชีวิตได้ร้อยละ 15 และอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมเสี่ยงได้ร้อยละ 4 ตัวแปรทักษะชีวิตสามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมสุขภาพได้ร้อยละ 5 และอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมเสี่ยงได้ร้อยละ 17 แต่เป็นอิทธิพลเชิงลบ ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.39

**ตารางที่ 4.39** การประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์  $\gamma$  และ  $\beta$

ตัวแปร	ATT					HKM									
	b	SE	t	SS	SC	b	SE	t	SS	SC					
HBE	-0.02	0.02	-1.27	-0.02	-0.02	0.72	0.04	16.48	0.74	0.74					
RBE	0.03	0.02	1.27	0.02	0.02	0.04	0.02	2.06	0.04	0.04					
LS	-0.05	0.02	-2.62	-0.05	-0.05	0.15	0.02	8.16	0.15	0.15					
ตัวแปร	HBE					RBE					LS				
	b	SE	t	SS	SC	b	SE	t	SS	SC	b	SE	t	SS	SC
HBE	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.05	0.02	2.21	0.05	0.05
RBE	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-0.20	0.02	-8.93	-0.17	-0.17
LS	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

เมื่อพิจารณาผลการประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์ความแปรปรวน-ความแปรปรวนร่วม (variance-covariance metrix) ระหว่างตัวแปรแฝงภายนอก พบว่า ตัวแปรแฝงการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) กับตัวแปรแฝงภูมิหลัง (ATT) มีค่าความสัมพันธ์เท่ากับ -0.03 ซึ่งเป็นอิทธิพลเชิงลบ ดังรายละเอียดแสดงในตารางที่ 4.40

**ตารางที่ 4.40** การประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์  $\Phi$

ตัวแปร	ATT					HKM				
	b	SE	t	SS	SC	b	SE	t	SS	SC
ATT	1.00	-	-	1.00	1.00	-	-	-	-	-
HKM	-0.03	0.02	-2.12	-0.03	-0.03	1.00	-	-	1.00	1.00

เมื่อพิจารณาผลการประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์ความแปรปรวน-ความแปรปรวนร่วมของความคลาดเคลื่อน (error variance-covariance matrix) ระหว่างตัวแปรแฝงภายใน จำนวน 3 ค่า (พบว่า มีค่าเป็นบวกทุกตัวแปรและมีนัยสำคัญทางสถิติทุกตัวแปรที่ระดับ 0.05 ความสัมพันธ์ระหว่างความคลาดเคลื่อนของตัวแปรแฝงภายในที่มีค่ามากที่สุดคือตัวแปรแฝงทักษะชีวิต (HBE) และตัวแปรแฝงพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) มีค่าความสัมพันธ์เท่ากับ 0.97 ดังรายละเอียดในตารางที่ 4.41

**ตารางที่ 4.41** การประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์  $\Psi$

ตัวแปร	HBE					RBE					LS				
	b	SE	t	SS	SC	b	SE	t	SS	SC	b	SE	t	SS	SC
HBE	0.43	0.06	7.27	0.44	0.44										
RBE						1.31	0.06	23.61	0.97	0.97					
LS											0.96	0.07	14.20	0.97	0.97

เมื่อพิจารณาค่าความคลาดเคลื่อนพารามิเตอร์ในการวัดตัวแปรสังเกตได้ภายนอกจำนวน 22 ค่า (ไม่รวมค่าความคลาดเคลื่อนจำนวน 1 ค่าที่ถูกกำหนดค่าตั้งต้นในการวิเคราะห์เป็น 0.01) พบว่า ตัวแปรมีความคลาดเคลื่อนในการวัดอยู่ระหว่าง 0.15-1.00 ทุกตัวแปรมีความแตกต่างจากศูนย์มีนัยสำคัญทางสถิติทุกตัวแปรที่ระดับ 0.05 ตัวแปรที่มีค่าความคลาดเคลื่อนในการวัดมากที่สุดคือ ตัวแปรเพศ (sex) เชื้อชาติ (race) ศาสนา (rel) ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา (gpa) ลำดับการเกิด (order) และความสัมพันธ์กับบิดามารดาและผู้ปกครอง (link) มีค่าความคลาดเคลื่อนเท่ากับ 1.00 รองลงมาคือ ตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพด้านการออกกำลังกาย (exc) มีค่าความคลาดเคลื่อนเท่ากับ 0.99 ดังรายละเอียดแสดงในตารางที่ 4.42



ตารางที่ 4.42 การประมาณค่าพารามิเตอร์ในเมทริกซ์  $\Phi\epsilon$  และ  $\Phi\delta$

ตัวแปร	TE				ตัวแปร	TD			
	b	SE	t	SC		b	SE	t	SC
diet	3.78	0.09	42.01	0.87	age	0.10	-	-	0.02
bdw	0.26	0.02	16.48	0.53	sex	0.23	0.01	45.06	1.00
exc	21.63	0.49	44.41	0.99	race	0.02	0.00	45.03	1.00
alc	0.21	0.02	13.19	0.29	rel	0.14	0.00	45.03	1.00
smok	0.21	0.01	29.24	0.56	edyr	0.92	0.02	44.71	0.76
add	0.06	0.00	27.39	0.57	gpa	0.20	0.00	45.03	1.00
sexb	0.28	0.01	40.50	0.72	order	0.77	0.02	45.03	1.00
viol	0.19	0.01	28.68	0.50	link	0.57	0.01	45.03	1.00
soc	0.21	0.01	39.91	0.76	km	0.30	0.01	27.11	0.37
cog	0.11	0.01	13.45	0.33	kmv	0.16	0.01	29.97	0.24
self	0.19	0.01	27.13	0.54	kms	0.09	0.00	19.19	0.15
					kmad	0.23	0.01	35.65	0.32
<p style="text-align: center;"><b>Goodness of Fit Statistics</b></p> <p>Chi-Square = 574.07, df = 179</p> <p>CFI = 0.99, GFI = 0.99, AGFI = 0.98</p> <p>PGFI = 0.64, NFI = 0.98, NNFI = 0.98</p> <p>RMSEA = 0.023, RMR = 0.022</p>									

จากการพัฒนาและตรวจสอบโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา ซึ่งเป็นโมเดลที่ผู้วิจัยคัดเลือกจากโมเดลหลายโมเดลที่มีค่าไคสแควร์ต่ำสุด สรุปได้ว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ในระดับดี แม้ว่าจะมีค่า p ค่าต่ำกว่า 0.05 อย่างไรก็ดี เนื่องจากโมเดลที่พัฒนาขึ้นนี้มีตัวแปรจำนวนมาก และมีความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ส่งอิทธิพลถึงกันจำนวนหลายเส้น จัดได้ว่าเป็นโมเดลที่มีขนาดใหญ่และมีความซับซ้อน ดังนั้น ดัชนีที่ผู้วิจัยให้ความสำคัญต่อการพิจารณาความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์จึงพิจารณาจากค่าดัชนีหลายค่าคือ ค่าสัดส่วนระหว่างไคสแควร์ต่อองศาอิสระ ( $\chi^2/df$ ) ภายหลังการปรับโมเดลเป็นที่เรียบร้อยแล้วมีค่าเท่ากับ 3.21 (จากเดิมมีค่าเท่ากับ 11.53) ค่า RMR เข้าใกล้ศูนย์ (มีค่าเท่ากับ 0.22) ค่า CFI GFI และ AGFI เข้าใกล้ 1 (CFI = 0.99, GFI = 0.99, AGFI = 0.98) ผู้วิจัยจึงสามารถสรุปผลการพัฒนาและตรวจสอบโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาได้ว่าโมเดลดังกล่าวมีความตรงหรืออิกนัยหนึ่งคือ โมเดลมีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์

โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์มากที่สุด ประกอบด้วย ตัวแปรอิสระที่เป็นตัวแปรแฝงมี 2 ตัวแปร คือ ตัวแปรภูมิหลัง (ATT) ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) ตัวแปรตามที่เป็นตัวแปรแฝงมี 2 ระดับ ตัวแปรแฝงระดับแรกมี 1 ตัวแปร คือ ตัวแปรทักษะชีวิต (LS) ตัวแปรแฝงระดับที่สอง มี 2 ตัวแปร คือ ตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) ( $\chi^2 = 574.07$ ,  $df = 179$ ,  $RMSEA = 0.023$ ,  $CFI = 0.99$ ,  $GFI = 0.99$ ,  $AGFI = 0.98$ ,  $PGFI = 0.64$ ,  $\chi^2/df = 3.21$ )

เมื่อพิจารณาผลรวมอิทธิพล (TE) ของตัวแปรแฝงแต่ละตัว พบว่า ตัวแปรภูมิหลัง (ATT) ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) ต่างก็มีอิทธิพลทางตรงต่อตัวแปรทักษะชีวิต (LS) และตัวแปรภูมิหลัง (ATT) ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) และตัวแปรทักษะชีวิต (LS) ต่างก็มีอิทธิพลทางตรงต่อตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) นอกจากนี้ ตัวแปรภูมิหลัง (ATT) ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) ยังมีอิทธิพลทางอ้อมต่อตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) โดยตัวแปรภูมิหลัง (ATT) มีอิทธิพลทางลบต่อตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และมีอิทธิพลทางบวกต่อตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) มีอิทธิพลทางบวกต่อตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) และตัวแปรทักษะชีวิต (LS) ในขณะที่ตัวแปรทักษะชีวิต (LS) มีอิทธิพลทางบวกต่อตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และมีอิทธิพลทางลบต่อตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) ดังแสดงในตารางที่

4.43

ตารางที่ 4.43 การวิเคราะห์ความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของ  
นิสิต/นักศึกษา

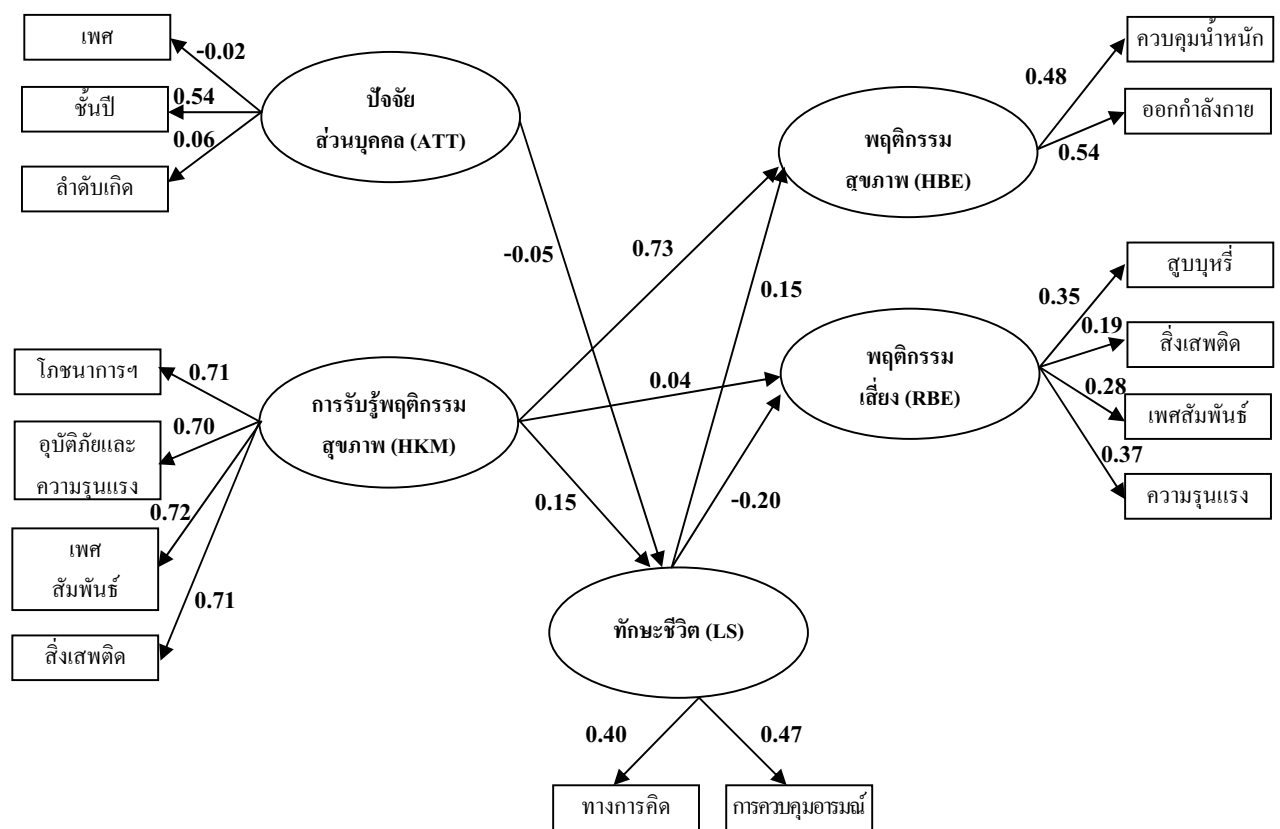
ตัวแปรผล/ ตัวแปรเหตุ	ATT			HKM			LS		
	TE	IE	DE	TE	IE	DE	TE	IE	DE
HBE	-0.03 (-1.39)	0.00 (-1.69)	-0.03	0.73 (16.56)	0.01 (2.19)	0.73	0.05 (2.21)	-	0.05
RBE	0.03 (1.72)	0.01 (2.52)	0.02	0.01 (0.58)	-0.03 (-6.13)	0.04	-0.20 (-8.39)	-	-0.20
LS	-0.05 (-2.62)	-	-0.05	0.15 (8.16)	-	0.15	-	-	-
ค่าสถิติ $\chi^2 = 574.07$ , df = 179, p = 0.00, GFI = 0.99, AGFI = 0.98, RMR = 0.022									
ตัวแปร	diet		bdw	exc		alc	smok		add
ความเที่ยง	0.13		0.47	0.01		0.71	0.44		0.43
ตัวแปร	sexb		viol	soc		cog	self		
ความเที่ยง	0.28		0.50	0.24		0.67	0.46		
สมการโครงสร้าง	HBE		RBE	LS					
R <sup>2</sup>	0.56		0.03	0.03					
เมตริกสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร									
	HBE		RBE	ATT		HKM	LS		
HBE	1.00								
RBE	0.00		1.00						
ATT	0.17		-0.17	1.00					
HKM	-0.05		0.03	-0.05		1.00			
LS	0.75		0.01	0.16		-0.03	1.00		

เมื่อพิจารณาลักษณะของความสัมพันธ์และอิทธิพลของตัวแปรในโมเดลตามแนวคิดของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาแล้วมีดังนี้

ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษามากที่สุดคือ ตัวแปรทักษะชีวิต มีขนาดอิทธิพลทางลบเท่ากับร้อยละ 20 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา รองลงมาคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีขนาดอิทธิพลเท่ากับร้อยละ 4

ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษามากที่สุดคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 73 รองลงมาคือ ตัวแปรทักษะชีวิตซึ่งมีขนาดอิทธิพลทางบวก เท่ากับร้อยละ 15

ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปรภูมิหลังมากที่สุดคือ ตัวแปรชั้นปีการศึกษา มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 54 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพมากที่สุดคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพด้านเพศสัมพันธ์ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 72 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปรทักษะชีวิตมากที่สุดคือ ตัวแปรทักษะการควบคุมอารมณ์ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 47 ดังรายละเอียดแสดงในภาพที่ 4.1



ภาพที่ 4.1 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

#### 4.4 ข้อเสนอแนะแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาและการสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษา

ผลการศึกษาในครั้งนี้ มีข้อค้นพบที่นำไปสู่ ข้อเสนอแนะแนวทางการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา และการสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษา 5 ประการ ดังนี้

##### 4.4.1 การดำเนินการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาจะต้องควบคู่กับการลดพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกในครอบครัว

จากผลการศึกษาที่พบว่า พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่พบมากที่สุดคือ การดื่มเหล้า ร้อยละ 39.06 รองลงมาคือ การใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา ร้อยละ 19.88 และสูบบุหรี่ ร้อยละ 11.56 พฤติกรรมเสี่ยงดังกล่าวมีความสัมพันธ์กับสมาชิกในครอบครัว กล่าวคือ พฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของบิดามากที่สุด ( $r = 0.35$ ) พฤติกรรมการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหานิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมของปู่ป้าหรือคุณตาคุณยายมากที่สุด รองลงมาคือ พฤติกรรมของมารดา ( $r = 0.38$  และ  $0.29$  ตามลำดับ) และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของน้องมากที่สุด ( $r = 0.27$ ) ดังนั้น การดำเนินการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาจึงจำเป็นต้องควบคู่กับการลดพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะอย่างยิ่งการลดการดื่มแอลกอฮอล์ของนิสิต/นักศึกษา ควบคู่กับการลดการดื่มแอลกอฮอล์ของบิดา ซึ่งควรดำเนินการอย่างรวดเร็วเพราะมีระดับความสัมพันธ์สูงกว่า พฤติกรรมเสี่ยงอื่นๆ

##### 4.4.2 ควรส่งเสริมให้บิดามารดาเสริมสร้างความสัมพันธ์กับนิสิต/นักศึกษา แบบที่ 1 เพื่อพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์แก่นิสิต/นักศึกษา

จากผลการศึกษาที่พบว่า นิสิต/นักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาหรือผู้ปกครอง ความสัมพันธ์แบบ 1 คือ บิดามารดาหรือผู้ปกครองจะยอมรับนิสิต/นักศึกษาได้ทุกอย่าง ให้นิสิต/นักศึกษามีอิสระในการคิดและตัดสินใจไม่คาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษาสูง จะมีทักษะการควบคุมอารมณ์ในภาพรวมและในด้านย่อยอีก 2 ด้าน คือ ด้านการจัดการความเครียดและด้านการจัดการความรู้สึกและอารมณ์ดีกว่านิสิต/นักศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาหรือผู้ปกครองแบบ 4 คือ ไม่คาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษา ไม่ค่อยให้ความสนใจหรือเอาใจใส่ ถ้ามีปัญหาจะใช้วิธีการลงโทษ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 ดังนั้น ควรส่งเสริมให้บิดามารดาเสริมสร้างความสัมพันธ์กับนิสิต/นักศึกษา แบบที่ 1 จะมีส่วนสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษาทั้งในด้านการจัดการความเครียดและการจัดการความรู้สึกและอารมณ์

##### 4.4.3 การกำหนดแนวทางการพัฒนานิสิต/นักศึกษควรคำนึงถึงความต้องการที่มีความแตกต่างกันด้านภูมิหลัง

จากผลการศึกษาที่พบว่า นิสิต/นักศึกษาเพศหญิงมีทักษะทางสังคม ทักษะทางการคิด และทักษะการควบคุมอารมณ์ดีกว่านิสิต/นักศึกษาเพศชาย แต่มีพฤติกรรมเสี่ยงด้านการดื่มเหล้า บุหรี่ สิ่งเสพติดสูงกว่านิสิต/

นักศึกษาชาย ในขณะที่ไม่มีความแตกต่างกันในด้านของพฤติกรรมเสี่ยงด้านเพศสัมพันธ์ แสดงให้เห็นว่า ภูมิหลังด้านเพศส่งผลต่อการมีทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยง ดังนั้น สถาบันอุดมศึกษาควรมีการจัดกิจกรรมพัฒนาทักษะชีวิตและการป้องกันการมีพฤติกรรมเสี่ยงที่คำนึงถึงความแตกต่างทางเพศ

#### **4.4.4 ควรส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาโดยการสนับสนุนให้มีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น**

จากผลการศึกษาที่พบว่า นิสิต/นักศึกษายังมีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพทุกด้านในระดับต่ำ คือ ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย และด้านสิ่งแวดล้อม มีค่าเฉลี่ย 2.10 ด้านเพศสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ย 2.02 ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง มีค่าเฉลี่ย 2.01 ในขณะที่ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีขนาดอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาถึงร้อยละ 73 ดังนั้น วิธีการส่งเสริมให้นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มสูงขึ้น ควรจะใช้วิธีการเพิ่มการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพผ่านกิจกรรมการอบรมให้ความรู้เชิงปฏิบัติการเพื่อให้นิสิต/นักศึกษาได้รับความรู้จากประสบการณ์ตรง

#### **4.4.5 ควรพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาด้านทักษะการควบคุมอารมณ์และทักษะการคิดเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง การสูบบุหรี่ และด้านเพศสัมพันธ์**

จากผลการศึกษาที่พบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปรทักษะชีวิตมากที่สุดคือ ตัวแปรทักษะการควบคุมอารมณ์ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 47 รองลงมาคือ ทักษะการคิดมีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 40 โดยที่ตัวแปรทักษะชีวิตมีขนาดอิทธิพลทางลบต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาเท่ากับร้อยละ 20 และเป็นอิทธิพลทางตรง แสดงให้เห็นว่า ถ้านิสิต/นักศึกษามีการควบคุมอารมณ์และทักษะการคิดเพิ่มสูงขึ้น จะส่งผลให้มีทักษะชีวิตเพิ่มขึ้น ทักษะชีวิตที่เพิ่มสูงขึ้นนี้จะช่วยนิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมเสี่ยงลดน้อยลง ดังนั้น สถาบันอุดมศึกษาควรส่งเสริมให้มีกิจกรรมพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์และทักษะการคิดให้มากขึ้นเพื่อส่งเสริมการมีทักษะชีวิตให้เพิ่มสูงขึ้นและการมีพฤติกรรมเสี่ยงลดลง ซึ่งพฤติกรรมเสี่ยงที่มีแนวโน้มที่จะลดลงได้โดยเร็วคือ พฤติกรรมเสี่ยงด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง การสูบบุหรี่ และด้านเพศสัมพันธ์ตามลำดับ

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษามี การสรุปผลการวิจัย การอภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### 5.1 สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มี ภูมิหลังแตกต่างกัน เพื่อพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตกับ พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา และเพื่อเสนอแนวทางที่เหมาะสมในการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา และการสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษา ประชากรและกลุ่มตัวอย่างศึกษาในครั้งนี้ คือ นิสิต/นักศึกษาระดับปริญญาตรี ที่ศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา 3 สังกัด คือ 1) มหาวิทยาลัยของรัฐ 2) มหาวิทยาลัยในกำกับ และ 3) มหาวิทยาลัยเอกชน ในปีการศึกษา 2553 คัดเลือกโดยวิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้นตามสัดส่วนของนิสิต/นักศึกษาที่ศึกษาอยู่ในสาขาวิชาและมหาวิทยาลัยที่แตกต่างกัน การจัดกลุ่มสาขาวิชาแบ่งออกเป็น 3 สาขาวิชาคือ 1) สาขาวิทยาศาสตร์ 2) สาขาสังคมศาสตร์ และ 3) สาขามนุษยศาสตร์ มีจำนวน 6,000 คน การพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุครั้งนี้ ประกอบด้วย ตัวแปรเชิงสาเหตุและตัวแปรเชิงผลที่เป็นตัวแฝงและตัวแปรสังเกตได้ เป็นตัวแปรแฝง 5 ตัวแปร และตัวแปรสังเกตได้ 23 ตัวแปร คือ 1) ตัวแปรภูมิหลัง ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 8 ตัวแปร คือ 1.1) เพศ 1.2) อายุ 1.3) เชื้อชาติ 1.4) ศาสนา 1.5) ชั้นปีการศึกษา 1.6) ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน 1.7) ลำดับการเกิด และ 1.8) ความสัมพันธ์ในครอบครัว 2) ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์จากการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 4 ตัวแปร คือ 2.1) ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย 2.2) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง 2.3) ด้านเพศสัมพันธ์ และ 2.4) ด้านสิ่งเสพติด 3) ตัวแปรทักษะชีวิต ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร คือ 3.1) ทักษะการคิด 3.2) ทักษะทางสังคม และ 3.3) ทักษะการควบคุมอารมณ์ 4) ตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร คือ 4.1) โภชนาการ 4.2) การควบคุมน้ำหนัก และ 4.3) การออกกำลังกาย และ 5) ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง ประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวแปร คือ 5.1) อุบัติเหตุและความรุนแรง 5.2) การดื่มเหล้า 5.3) การสูบบุหรี่ 5.4) การใช้สิ่งเสพติด และ 5.5) การมีเพศสัมพันธ์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ปรับจากเครื่องมือของต่างประเทศ ผลการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือพบว่า มีความเชื่อมั่นที่ 0.7587-0.9843 วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานด้วยสถิติบรรยาย การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิหลังและพฤติกรรมเสี่ยงด้วยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน วิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของพฤติกรรมเสี่ยงระหว่างนิสิต/

นักศึกษาที่มีภูมิหลังแตกต่างกันด้วยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบพหุ และการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างเชิงเส้น ในการวิจัยครั้งนี้ มีผู้แบบสอบถาม 4,057 คน เท่ากับร้อยละ 67.62 ผลการวิจัยพบว่า นิสิต/นักศึกษาที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีจำนวน 2,588 คน (ร้อยละ 63.79) มีอายุระหว่าง 19-20 ปี จำนวน 1,845 คน (ร้อยละ 45.48) มีเชื้อชาติไทย จำนวน 3,936 คน (ร้อยละ 97.02) และนับถือศาสนาพุทธ มีจำนวน 3,576 คน (ร้อยละ 88.14) มีภูมิลำเนาในภาคกลาง จำนวน 1,120 คน (ร้อยละ 27.61) เป็นบุตรคนแรกของครอบครัว มีจำนวน 2,097 คน (ร้อยละ 51.69) ศึกษาอยู่ในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐ มีจำนวน 2,295 คน (ร้อยละ 56.57) ส่วนใหญ่ศึกษาในสาขาวิทยาศาสตร์ มีจำนวน 1,892 คน (ร้อยละ 46.64) สำหรับชั้นปีการศึกษา ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในชั้นปีที่ 1 มีจำนวน 1,245 คน (ร้อยละ 30.69) มีเกรดเฉลี่ยสะสมระหว่าง 2.51–3.00 มีจำนวน 1,333 คน (ร้อยละ 32.86)

นักศึกษาส่วนใหญ่มีบิดาและมารดาอายุระหว่าง 41-50 ปี มีจำนวน 2,281 และ 2,314 คน (ร้อยละ 56.22 และ 57.04 ตามลำดับ) รายได้ต่อเดือนของบิดาและมารดาพบว่า ส่วนใหญ่มีรายได้เดือนละ 10,001-20,000 บาท มีจำนวน 1,337 และ 1,179 คน (ร้อยละ 32.96 และ 29.06 ตามลำดับ)

ผลการศึกษาพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษา และสมาชิกในครอบครัว พบว่า บิดาของนิสิต/นักศึกษามีการดื่มแอลกอฮอล์และสูบบุหรี่มากที่สุดในครอบครัว คือ มีจำนวน 2,147 และ 1,171 คน (ร้อยละ 52.93 และ 28.86) ผู้ที่มีพฤติกรรมการใช้ความกราดเกรี้ยว/เจ้าอารมณ์/ขี้โมโหมากที่สุดคือ นิสิต/นักศึกษา มีจำนวน 663 คน (ร้อยละ 16.34) เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการสูบบุหรี่ ดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษากับสมาชิกในครอบครัวพบว่า พฤติกรรมการสูบบุหรี่ การดื่มแอลกอฮอล์ และการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของบิดา มารดา ผู้ปกครอง พี่ และน้องของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ของนิสิต/นักศึกษาที่มีต่อบิดามารดาหรือผู้ปกครองตามการรับรู้ของนิสิต/นักศึกษาพบว่า มารดามีความสัมพันธ์กับนิสิต/นักศึกษาเป็นแบบที่ 1 มากที่สุด คือ ยอมรับนิสิต/นักศึกษาได้ทุกเรื่อง ให้นิสิต/นักศึกษามีอิสระในการคิดและตัดสินใจไม่คาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษาสูง มีจำนวน 2,174 คน (ร้อยละ 53.93) และบิดามีจำนวน 2,188 คน (ร้อยละ 53.59)

ผลการศึกษาทักษะทางสังคมหรือทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลของนิสิต/นักศึกษา 4 ด้านคือ 1) ทักษะการติดต่อสื่อสาร 2) ทักษะการปกป้องสิทธิ 3) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น และ 4) ทักษะการปฏิเสธ พบว่า นิสิต/นักศึกษานิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยทักษะการปฏิเสธ การติดต่อสื่อสาร และการเข้าใจผู้อื่นในระดับสูง มีค่าเฉลี่ย



4.78 3.78 และ 3.70 (SD 0.94 0.68 และ 0.76 ตามลำดับ) และมีค่าเฉลี่ยทักษะการปกป้องสิทธิในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย 3.01 (SD 0.69)

ผลการศึกษาทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษา 3 ด้านคือ 1) การคิดตัดสินใจ 2) การคิดแก้ปัญหา และ 3) การคิดวิเคราะห์ พบว่า นิสิต/นักศึกษามีค่าเฉลี่ยทักษะการคิดแก้ปัญหา การคิดตัดสินใจ และการคิดวิเคราะห์ ในระดับสูง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.90 3.82 และ 3.79 (SD 0.64 0.60 และ 0.58 ตามลำดับ)

ผลการศึกษาทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษา 3 ด้านคือ 1) การจัดการความเครียด 2) การจัดการความรู้สึกและอารมณ์ และ 3) การควบคุมตนเอง พบว่า ในภาพรวมนิสิต/นักศึกษามีทักษะทางการควบคุมอารมณ์ในระดับสูง ค่าเฉลี่ย 3.74 (SD 0.57) เมื่อจำแนกรายด้านพบว่า การจัดการความเครียดมีค่าเฉลี่ยสูงสุด เท่ากับ 3.79 (SD 0.62) รองลงมาคือ การควบคุมตนเอง มีค่าเฉลี่ย 3.73 (SD 0.66) ด้านการจัดการความรู้สึกและอารมณ์ เท่ากับ 3.70 (SD 0.64)

ผลการศึกษาการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ 4 ด้านคือ 1) ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย 2) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง 3) ด้านเพศสัมพันธ์ และ 4) ด้านสิ่งเสพติด พบว่า นิสิต/นักศึกษามีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพทุกด้านในระดับต่ำ ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านโภชนาการและการออกกำลังกาย ด้านสิ่งเสพติด มีค่าเฉลี่ย 2.10 (SD 1.07 และ 1.08 ตามลำดับ) ด้านเพศสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ย 2.02 (SD 1.07) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง มีค่าเฉลี่ย 2.01 (SD 1.08)

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา 3 ด้านคือ 1) ด้านโภชนาการ 2) ด้านการควบคุมน้ำหนัก และ 3) ด้านการออกกำลังกาย พบว่า นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมสุขภาพทุกด้านในระดับต่ำถึงปานกลาง ด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ ด้านการควบคุมน้ำหนัก มีค่าเฉลี่ย 3.00 (SD 1.25) รองลงมาคือ ด้านโภชนาการ มีค่าเฉลี่ย 2.93 (SD 1.02) และด้านการออกกำลังกาย มีค่าเฉลี่ย 2.03 (SD 1.14)

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา 5 ด้านคือ 1) อุบัติเหตุและความรุนแรง 2) การดื่มเหล้า 3) การสูบบุหรี่ 4) การใช้สิ่งเสพติด และ 5) การมีเพศสัมพันธ์ พบว่า นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมเสี่ยงทุกด้านในระดับต่ำ การดื่มเหล้า มีค่าเฉลี่ย 2.01 (SD = 1.12) ด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง มีค่าเฉลี่ย 1.62 (SD 0.87) การสูบบุหรี่ มีค่าเฉลี่ย 1.98 (SD 1.11) การมีเพศสัมพันธ์ มีค่าเฉลี่ย 1.55 (SD 0.88) การใช้สิ่งเสพติด มีค่าเฉลี่ย 1.25 (SD 0.67)

ผลการศึกษาเปรียบเทียบทักษะชีวิต พฤติกรรมสุขภาพ และพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาที่มีภูมิลำเนา 8 ด้าน ได้แก่ 1) เพศ 2) อายุ 3) ลำดับการเกิด 4) ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง 5) ชั้นปีการศึกษา 6) ผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา 7) สาขาวิชาที่ศึกษา และ 8) มหาวิทยาลัยที่ศึกษา ที่แตกต่างกัน พบว่า ปัจจัยภูมิลำเนาที่มีผลต่อทักษะทางสังคมของนิสิต/นักศึกษามีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 6 ด้าน คือ เพศ อายุ ลำดับ

การเกิด ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองผลสัมฤทธิ์ทางการศึกษา และมหาวิทยาลัยที่ศึกษา ปัจจัยภูมิหลังที่มีผลต่อทักษะทางการคิดของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 3 ด้าน คือ เพศ ลำดับการเกิด และความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง ปัจจัยภูมิหลังที่มีผลต่อทักษะการควบคุมอารมณ์ของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 3 ด้าน คือ เพศ อายุ ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครอง และสาขาวิชา

ปัจจัยภูมิหลังที่มีผลต่อการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 1 ด้าน คือ มหาวิทยาลัย แต่ยังไม่พบว่ามีผลต่อทักษะการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ปัจจัยภูมิหลังที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 3 ด้าน คือ เพศ ความสัมพันธ์กับบิดามารดาผู้ปกครองและมหาวิทยาลัย ปัจจัยภูมิหลังที่มีผลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 5 ด้าน คือ เพศ ลำดับการเกิด ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสาขาวิชาและมหาวิทยาลัย

ผลการพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาด้วยการวิเคราะห์ LISREL ซึ่งพบว่า โมเดลที่มีความกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์มากที่สุดที่ผู้วิจัยนำมาพัฒนาและตรวจสอบความตรงของโมเดล ประกอบด้วย ตัวแปรอิสระที่เป็นตัวแปรแฝงมี 5 ตัวแปร คือ 1) ตัวแปรภูมิหลัง (ATT) 2) ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของพฤติกรรมสุขภาพ (HKM) 3) ตัวแปรทักษะชีวิต (LS) 4) ตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และ 5) ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) ตัวแปรตามที่เป็นตัวแปรแฝงมี 2 ระดับ ตัวแปรแฝงระดับแรกมี 1 ตัวแปร คือ ตัวแปรทักษะชีวิต (LS) ตัวแปรแฝงระดับที่สอง มี 2 ตัวแปร คือ 1) ตัวแปรพฤติกรรมสุขภาพ (HBE) และ 2) ตัวแปรพฤติกรรมเสี่ยง (RBE) ( $\chi^2 = 574.07$ ,  $df = 179$ ,  $RMSEA = 0.023$ ,  $CFI = 0.99$ ,  $GFI = 0.99$ ,  $AGFI = 0.98$ ,  $PGFI = 0.64$ ,  $\chi^2/df = 3.21$ )

เมื่อพิจารณาลักษณะของความสัมพันธ์และอิทธิพลของตัวแปรในโมเดลตามแนวคิดของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาแล้วพบว่า ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษามากที่สุดคือ ตัวแปรทักษะชีวิต มีขนาดอิทธิพลทางลบเท่ากับร้อยละ 20 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา รองลงมาคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีขนาดอิทธิพลเท่ากับร้อยละ 4 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษามากที่สุดคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 73 รองลงมาคือ ตัวแปรทักษะชีวิตซึ่งมีขนาดอิทธิพลทางบวก เท่ากับร้อยละ 15 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปร

ภูมิหลังมากที่สุดคือ ตัวแปรชั้นปีการศึกษา มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 54 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพมากที่สุดคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพด้านเพศสัมพันธ์ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 72 ตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อตัวแปรทักษะชีวิตมากที่สุดคือ ตัวแปรทักษะการควบคุมอารมณ์ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 47

ข้อเสนอแนะทางการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาและการสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษา 5 ประการ ดังนี้ 1) การดำเนินการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาจะต้องควบคู่กับการลดพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกในครอบครัว 2) ควรส่งเสริมให้บิดามารดาเสริมสร้างความสัมพันธ์กับนิสิต/นักศึกษา แบบที่ 1 เพื่อพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์แก่นิสิต/นักศึกษา 3) การกำหนดแนวทางการพัฒนานิสิต/นักศึกษาควรคำนึงถึงความต้องการที่มีความแตกต่างกันด้านภูมิหลัง 4) ควรส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาโดยการสนับสนุนให้มีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น 5) ควรพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาด้านทักษะการควบคุมอารมณ์และทักษะการคิดเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง การสูบบุหรี่ และด้านเพศสัมพันธ์

## 5.2 อภิปรายผล

### 5.2.1 พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาและความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษากับพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกในครอบครัว

ผลการศึกษาในครั้งนี้พบว่า นิสิต/นักศึกษามีพฤติกรรมเสี่ยงด้านการดื่มแอลกอฮอล์มากที่สุดถึงร้อยละ 39 รองลงมาคือ การสูบบุหรี่ มีร้อยละ 13 และการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา ร้อยละ 12 การดื่มแอลกอฮอล์ที่พบมากที่สุดคือ ดื่มเมื่อเข้าสังคม/งานเลี้ยง เท่ากับร้อยละ 35 สำหรับจำนวนนิสิต/นักศึกษาที่สูบบุหรี่ พบว่ายังมีจำนวนน้อยกว่า ผลการศึกษาพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นในประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งทำการสำรวจโดย Centers for Disease Control and Prevention (CDC) ร่วมกับ Ohio State University ในปี 2550 พบว่ามีการสูบบุหรี่ ร้อยละ 13 แต่อย่างไรก็ตามผลการศึกษาครั้งนี้ต่ำกว่าผลการศึกษาของโครงการ Child Watch ในระหว่างปี 2548-2549 ที่พบว่า เด็กวัยรุ่นไทยในระดับมัธยมต้นถึงอุดมศึกษาสูบบุหรี่ถึงร้อยละ 17 (โครงการติดตามสถานการณ์เด็กและเยาวชนรายจังหวัด, 2550) ผลการศึกษาในครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกในครอบครัว กล่าวคือ พฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของบิดามากที่สุด ( $r = 0.35$ ) พฤติกรรมการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมของผู้ปกครองมากที่สุด รองมาคือ พฤติกรรมของมารดา ( $r = 0.38$  และ  $0.29$  ตามลำดับ) และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของนิสิต/นักศึกษามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการสูบบุหรี่ของน้องมากที่สุด ( $r = 0.27$ ) ผลการศึกษานี้มีความสอดคล้องกับผลการศึกษาที่ผ่านมาจำนวนมาก ที่สะท้อนให้เห็นว่า พฤติกรรมของบิดามารดามีความสัมพันธ์และมีอิทธิพลต่อ

พฤติกรรมของวัยรุ่น ครอบครัวมีส่วนสำคัญในการทำหน้าที่ยกย่องทางสังคมต่อวัยรุ่น บิดามารดาไม่เพียงแต่จะทำหน้าที่ในการเป็นต้นแบบที่ดีแต่ยังมีบทบาทในการสนับสนุนให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมและควบคุมพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่นอีกด้วย (Brown, 2004; Dawson, 1991; Manning & Lamb, 2003; McLanahan & Sandefur, 1994 อ้างถึงใน Brown & Rinelli, 2010) นอกจากนี้ การเข้าไปมีส่วนในการมีพฤติกรรมเสี่ยงอาจเกิดจากอิทธิพลของปัจจัยภายใน นั่นคือ ความต้องการในการพิสูจน์ความเป็นอิสระจากครอบครัว โดยการพิสูจน์ให้เห็นถึงความสามารถในการดูแลตนเองได้ (Irwin & Millstein, 1992; Schulenberg, Maggs, & Hurrelmann, 1997 อ้างถึงใน Brown & Rinelli, 2010) แต่อย่างไรก็ตามผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่า พฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของบิดามีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการดื่มแอลกอฮอล์ของนิสิต/นักศึกษามากกว่าพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกคนอื่นๆ ในครอบครัว และพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของมารดา มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของนิสิต/นักศึกษามากกว่าพฤติกรรมพฤติกรรมการใช้ความรุนแรงแก้ปัญหาของบิดา แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้จากเป็นตัวแบบที่เป็นบิดามารดา สอดคล้องกับทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ของ Bandura (1963) ซึ่งมีความเชื่อว่าการเรียนรู้ของมนุษย์ส่วนมากเป็นการเรียนรู้โดยการสังเกตหรือการเลียนแบบเนื่องจากมนุษย์มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบๆ ตัวอยู่เสมอ เพราะการเรียนรู้เกิดจากปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมในสังคม ซึ่งทั้งผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน ดังนั้นการมีพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาล้วนอาจเกิดจากอิทธิพลของปัจจัยภายนอก คือ การเรียนรู้จากตัวแบบในครอบครัว ซึ่งเป็นผลจากการเรียนรู้ในสังคมระดับครอบครัวนั่นเอง

### 5.2.2 ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดากับนิสิต/นักศึกษามีอิทธิพลต่อการมีทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา

ผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่า ความสัมพันธ์กับบิดามารดาหรือผู้ปกครองความสัมพันธ์แบบ 1 (แบบ 1 คือ บิดามารดาหรือผู้ปกครองจะยอมรับนิสิต/นักศึกษาได้ทุกอย่าง ให้นิสิต/นักศึกษามีอิสระในการคิดและตัดสินใจไม่คาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษาสูง) ส่งผลให้นิสิต/นักศึกษามีทักษะการคิดแก้ปัญหาสูงกว่าความสัมพันธ์แบบ 2 (แบบ 2 คือ มีความคาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษาสูง ดูแลนิสิต/นักศึกษาอย่างใกล้ชิด เข้มงวด และตัดสินใจแทนนิสิต/นักศึกษา ถ้ามีปัญหาจะใช้วิธีการลงโทษ) และมีทักษะการคิดวิเคราะห์สูงกว่าความสัมพันธ์แบบ 2 และ แบบ 4 (แบบ 4 คือ ไม่คาดหวังในตัวนิสิต/นักศึกษาเลย ไม่ค่อยให้ความสนใจ ไม่ค่อยเอาใจใส่ ถ้ามีปัญหาจะใช้วิธีการลงโทษ) ผลการศึกษานี้ มีความสอดคล้องกับผลการวิจัยและแนวคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาและวัยรุ่นในด้านของความสัมพันธ์แบบสนับสนุน แบบควบคุม และแบบอิสระ (Barber, 1997; Barber, Thomas, และ Maughan, 1998 อ้างถึงใน Miller และ Benson, 2001) ผลการศึกษานี้ พบว่ามีความสอดคล้องกับแนวคิดเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาและวัยรุ่น กล่าวคือ ลักษณะความสัมพันธ์สามารถพยากรณ์สมรรถนะทางสังคม ผลการเรียนรู้ การพัฒนาทางจิต และการมีพฤติกรรม

เสียงต่างๆ ของวัยรุ่นได้ ถ้าบิดามารดาไม่เอาใจใส่จะทำให้พัฒนาการในด้านต่างๆ เลวลง (Darling, 1999) พ่อแม่ที่มีความสัมพันธ์กับวัยรุ่นแบบเข้มงวดและลงโทษ จะทำให้วัยรุ่นเป็นคนที่มีความวิตกกังวล และถอยหนี ต้องพึ่งพาคนที่มีความบุคลิกภาพที่เข้มแข็งกว่า ในขณะที่วัยรุ่นที่มีความสัมพันธ์กับบิดามารดาแบบตามใจ ก็จะไม่อดทนต่อแรงกดดัน Bronstein (1993 อ้างถึงใน Gonzalez, Greenwood, และ Wenhsu, 2001) จากการศึกษาของ Baumrind (1991) Lamborn และคณะ (1991) Steinberg และคณะ (1992 และ 1994) พบว่า ความสัมพันธ์กับบิดามารดาที่มีความสัมพันธ์กับการคิดตัดสินใจของวัยรุ่น (Gonzalez, Greenwood และ Wenhsu, 2001) และจากการศึกษาของ Miller และ Benson (2001) พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างบิดามารดาและวัยรุ่นแบบสนับสนุนและมีความใกล้ชิดจะช่วยลดอัตราเสี่ยงของการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นได้

### 5.2.3 การรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษา

ผลการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่าตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษามากที่สุดคือ ตัวแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพ มีขนาดอิทธิพลทางบวกเท่ากับร้อยละ 73 และเป็นอิทธิพลทางตรง ในขณะที่มีขนาดอิทธิพลต่อพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาทางบวก เพียงร้อยละ 4 ผลการศึกษานี้ สอดคล้องกับแนวคิดของ Pender (1975) เกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งมีความเชื่อพื้นฐานจากทฤษฎีความคาดหวังการให้คุณค่า (Expectancy-value theory) คือ การรับรู้ประโยชน์จากการปฏิบัติพฤติกรรมจะเป็นแรงเสริมทำให้บุคคลเกิดแรงจูงใจในการปฏิบัติพฤติกรรมนั้น ข้อค้นพบจากอิทธิพลของแปรการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพที่มีต่อพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาในครั้งนี้ มีขนาดอิทธิพลสูงถึงร้อยละ 73 ซึ่งสูงกว่าผลการวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพที่ผ่านมา ที่พบว่าการรับรู้ประโยชน์จากการปฏิบัติพฤติกรรมมีขนาดอิทธิพลต่อพฤติกรรมสุขภาพร้อยละ 61 ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมอาจจะเป็นทั้งประโยชน์ภายในและประโยชน์ภายนอก หรืออาจจะเกิดปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่เป็นผลจากการปฏิบัติพฤติกรรมนั้น (เบญจมาศ สุขศรีเพ็ง, ม.ป.ป.)

### 5.3 ข้อเสนอแนะ

การวิจัยในครั้งนี้มีข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ และข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### 5.3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า นิสิต/นักศึกษาในมหาวิทยาลัยของรัฐ มหาวิทยาลัยในกำกับ และมหาวิทยาลัยเอกชนของประเทศไทย ยังเป็นผู้ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงที่จะส่งผลกระทบต่อทางลบในระดับบุคคล ครอบครัว และสังคม ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการมีพฤติกรรมเสี่ยง ประกอบด้วยปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก

การได้รับการพัฒนาทักษะชีวิตจะเป็นแนวทางหนึ่งในการลดพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา ซึ่งจะส่งผลกระทบเชิงบวกต่อสังคมไทยต่อไปในอนาคต ดังนั้น จึงควรมีการนำเสนอแนวทาง 5 ประการไปใช้ในการพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษาและสร้างเสริมสุขภาพนิสิต/นักศึกษาต่อไป ข้อเสนอแนวทาง 5 ประการประกอบด้วย 1) การดำเนินการเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษาจะต้องควบคู่กับการลดพฤติกรรมเสี่ยงของสมาชิกในครอบครัว 2) ควรส่งเสริมการเลี้ยงดูของบิดามารดาแบบที่ 1 เพื่อพัฒนาทักษะการควบคุมอารมณ์แก่นิสิต/นักศึกษา 3) การกำหนดแนวทางการพัฒนานิสิต/นักศึกษาควรคำนึงถึงความต้องการที่มีความแตกต่างกันด้านภูมิหลัง 4) ควรส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาโดยการสนับสนุนให้มีความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพเพิ่มมากขึ้น และ 5) ควรพัฒนาทักษะชีวิตของนิสิต/นักศึกษา ด้านทักษะการควบคุมอารมณ์ และทักษะการคิด เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงที่สำคัญด้านอุบัติเหตุและความรุนแรง การสูบบุหรี่ และด้านเพศสัมพันธ์

### 5.3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ผลการวิจัยครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า นิสิต/นักศึกษาไทยยังมีพฤติกรรมเสี่ยงหลายด้าน นอกจากนี้ยังพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมีพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา ประกอบด้วยทั้งปัจจัยภายในบุคคลและปัจจัยจากสภาพแวดล้อมภายนอก อีกทั้งยังพบว่า นิสิต/นักศึกษายังมีการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพในระดับต่ำ ดังนั้น จึงควรมีการวิจัยครั้งต่อไปดังนี้

1. ควรมีการวิจัยเพื่อประเมินความต้องการในการส่งเสริมการรับรู้ประโยชน์ของการปฏิบัติพฤติกรรมสุขภาพของนิสิต/นักศึกษาที่มีปัจจัยภายในบุคคลและปัจจัยจากสภาพแวดล้อมภายนอกที่แตกต่างกัน
2. ควรมีการวิจัยเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสมกับนิสิต/นักศึกษาที่มีปัจจัยภายในบุคคลและปัจจัยจากสภาพแวดล้อมภายนอกที่แตกต่างกัน

## บรรณานุกรม

- กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ. (2543). *คู่มือการจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตสำหรับเด็ก*. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์ (ร.ส.พ.).
- โครงการติดตามสถานการณ์เด็กและเยาวชนรายจังหวัด. (2550). *รายงานสถานการณ์เด็กและเยาวชนปี 2549-2550 รายตัวบ่งชี้/รายจังหวัด*. กรุงเทพฯ: สถาบันรามจิตติ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)
- จรรยาพร ธรณินทร์. (2549). *สถานการณ์เด็กและเยาวชนใช้ความรุนแรงต่างๆ ในปี พ.ศ. 2547-2549*. ค้นคืนเมื่อ 20 ธันวาคม 2551 จาก <http://www.giggog.com/education/cat7/news3837/>
- จุฬารักษ์ มาเสถียรวงศ์. (2550). *เด็กไทยบนทางสามแพร่ง: บทสังเคราะห์กรณีศึกษาเด็กและเยาวชนรายจังหวัด*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)
- ชาตวิบูลย์ ชนบัตร. (2547). *พฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเชื้อไอวีในกลุ่มนักเรียนที่ศึกษาอยู่ในระบบการศึกษานอกโรงเรียนกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547*. วิทยานิพนธ์หลักสูตร วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (วท.ม.) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2538). *ความสัมพันธ์โครงสร้างเชิงเส้น (LISREL): สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- เบญจมาศ สุขศรีเพ็ง. (ม.ป.ป.). *รูปแบบการส่งเสริมสุขภาพของเฟ้นเดอร์*. ค้นคืนเมื่อ 2 มกราคม 2552 จาก <http://www.gotoknow.org/blog/benbenblogtheory?locale=th>
- ประภิต วาทีสาทกกิจ และกรรณทอง วาทีสาทกกิจ. (2547). *ปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีการเริ่มสูบบุหรี่*. สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน เล่มที่ 28. วันที่ค้นข้อมูล 11 มกราคม 2552, ค้นคืนเมื่อ 10 มีนาคม 2552 จาก <http://guru.sanook.com/>
- ประณีต ส่งวัฒนา. (2548). *พฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีของวัยรุ่นและเยาวชนในสถานศึกษาภาคใต้*. ค้นคืนเมื่อ 20 ธันวาคม 2551 จาก [http://rdo.psu.ac.th/rdo/thai/rdo-content/qa/49/evidence/nurs-05-10-2007/2.1\(7\).doc](http://rdo.psu.ac.th/rdo/thai/rdo-content/qa/49/evidence/nurs-05-10-2007/2.1(7).doc)
- พรพิมล เจียมนาคินทร์. (2539) *พัฒนาการวัยรุ่น = Adolescence development*. กรุงเทพฯ: คอมพิวเตอร์.
- ยุพดี ศิริวรรณ. (2551). *แฉ 8 ปัญหาวัยโจ๋ สลดพบ! เด็กคิดดับชีวิตพุ่ง*. ค้นคืนเมื่อ 10 มีนาคม 2552 จาก <http://www.thaihealth.or.th/healthcontent/article/4399>

วารุณี ฟองแก้ว พิมพ์พรรณ กลั่นกลิ่น ประณีต ส่งวัฒนา สุชาดา ทวีสิทธิ์ พิสมัย หอมจำปา และ ฤาเดช เกิดวิชัย. (2549). *พฤติกรรมทางเพศของเด็กวัยรุ่น*. วารสารโรคเอดส์, 18(4): 186-200. ค้นคืนเมื่อ 10 มีนาคม 2552 จาก [http://medinfo.psu.ac.th/smj2/25\\_5/pdf25-5/13abst.pdf](http://medinfo.psu.ac.th/smj2/25_5/pdf25-5/13abst.pdf)

วุฒิพงศ์ ลิ้มปวีโรจน์. (2550). *เอกสารทักษะชีวิต*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์.

ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา (ศวส.). (ม.ป.ป.). *การดื่มแอลกอฮอล์สัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศและการขับขี่ยานพาหนะ*. ค้นคืนเมื่อ 10 มีนาคม 2552 จาก <http://cas.or.th/index.php/alcoholdb/read/105>

สมชาย จักรพันธ์. (2549). *เยาวชนไทยน่าห่วง พบมีปัญหาทางจิตเพิ่ม ปีเดียวพุ่ง 9 พันราย*. ค้นคืนเมื่อ 10 มีนาคม 2552 จาก [http://www.backtohome.org/autopagev4/show\\_page.php?topic\\_id=985&auto\\_id=4&TopicPk=](http://www.backtohome.org/autopagev4/show_page.php?topic_id=985&auto_id=4&TopicPk=)

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.). (2544). *พระราชบัญญัติกองทุนการส่งเสริมสุขภาพ, 2544*. ค้นคืนเมื่อ 10 มีนาคม 2552 จาก <http://www.thaihealth.or.th/about/agenda/7040>

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.). (2550). *คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของเยาวชนไทยใน 10 ปีข้างหน้า*. ค้นคืนเมื่อ 15 มิถุนายน 2552 จาก <http://www.nesdb.go.th/>

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2551). *ประชากรโลก: ประชากรไทย*. [http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/service/indi\\_popworld.html](http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/service/indi_popworld.html)

สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต. (2547). *รายงานการทบทวนสถานการณ์เกี่ยวกับพฤติกรรมทางเพศของเด็กวัยรุ่น การเสริมสร้างทักษะชีวิตและการให้การปรึกษา*. ค้นคืนเมื่อ 15 มิถุนายน 2552 จาก [http://203.157.56.11/factsheet/text\\_show.php?chapter\\_id=28&book\\_id=16](http://203.157.56.11/factsheet/text_show.php?chapter_id=28&book_id=16)

สุชา จันท์เอม และสุรางค์ จันท์เอม. (2521). *สุขภาพจิต*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แพรวพิทยา.

Brown, S. L. and Rinelli, L. N. (2010). *Family Structure, Family Processes, and Adolescent Smoking and Drinking*. Retrieved June 11, 2009, from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2882304/> J Res Adolesc. 2010 June 1; 20(2): 259–273.

Gonzalez, A., Greenwood, G., and Wenhsu, J. (2001). *Undergraduate Students' Goal Orientations and Their Relationship to Perceived Parenting Styles - Statistical Data Included*. Retrieved June 11, 2009, from [http://findarticles.com/p/articles/mi\\_m0FCR/is\\_2\\_35/ai\\_77399625/](http://findarticles.com/p/articles/mi_m0FCR/is_2_35/ai_77399625/)

Mangrulkar, L. M., Whitman, C. V. and Posner, M. (2001). *Life Skills Approach to Child and Adolescent Healthy Human Development*. Retrieved June 11, 2009, from <http://www.paho.org/english/hpp/hpf/adol/lifeskills.pdf>



- Miller, B. C. Benson, B. and Galbraith, K. A. (2001). *Family Relationships and Adolescent Pregnancy Risk: A Research Synthesis*. Retrieved March 20, 2009, from <http://www.lib.jmu.edu/psychology/psyc tutor/article3.pdf>
- Murray, R.B., & Zentner, J.P. (1993). *Nursing assessment and health promotion atrategies through the life span*. (5<sup>th</sup> ed.). CT: Stamford.
- O'Donnell MP. (1989). Definition of health promotion, part III: expanding the definition. *American Journal of Health Promotion*. 3 (3), 5.
- Pender, N. J. (1996). *Health Promotion in Nursing Practice*. 3<sup>rd</sup> ed. Stanford, Connecticut: Appleton & lange.
- Newby, K. and Snyder, A. (na). *Teen Risk Behavior*. Retrieved March 20, 2009, from <http://ohioline.osu.edu/hyg-fact/5000/pdf/5240.pdf>
- United Nations Fund for Population Activities (UNFPA). (2005). *Adolescents Fact Sheet*. Retrieved March 20, 2009, from [http://www.unfpa.org/swp/2005/presskit/factsheets/facts\\_adolescents.htm](http://www.unfpa.org/swp/2005/presskit/factsheets/facts_adolescents.htm)
- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2005). *Life Skills-Based Education in South Asia: A Regional Overview prepared for:The South Asia Life Skills-Based Education Forum, 2005*. Retrieved March 20, 2009, from [http://www.unicef.org/rosa/Life\\_skills-based\\_education\\_in\\_south\\_asia.pdf](http://www.unicef.org/rosa/Life_skills-based_education_in_south_asia.pdf)
- World Health Organization (WHO). (1986). *The Ottawa Charter for Health Promotion: First International Conference on Health Promotion, Ottawa, 21 November 1986*. Retrieved March 20, 2009, from <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en/>
- World Health Organization (WHO). (1994). *Life Skills Education for Childrens and Aldolescent in School. Geneva: World Health Organization, 1994*. Retrieved March 20, 2009, from [http://www.asksource.info/pdf/31181\\_lifeskillsed\\_1994.pdf](http://www.asksource.info/pdf/31181_lifeskillsed_1994.pdf)
- Yamane, T. (1967). *Elementary Sampling Theory*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.

ກາດຟນວກ

## แบบสอบถามทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา

แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยเรื่องโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างทักษะชีวิตและพฤติกรรมเสี่ยงของนิสิต/นักศึกษา ที่ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ร่วมกับสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (สกอ.) แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 แบบสอบถามทักษะชีวิต และตอนที่ 3 แบบสอบถามพฤติกรรมของนิสิต/นักศึกษา

การตอบแบบสอบถามของท่านในครั้งนี้ มีความสำคัญและมีคุณค่าสำหรับงานวิจัยนี้เป็นอย่างยิ่ง โดยข้อมูลของท่านจะถือเป็นผู้วิจัยจะนำมาวิเคราะห์และเสนอผลในภาพรวมเท่านั้น จะไม่มีการเปิดเผยข้อมูลรายบุคคล และผู้ตอบจะไม่ได้รับผลกระทบใดๆ จากการตอบคำถามในครั้งนี้ ดังนั้นจึงขอความกรุณาให้ท่านตอบแบบสอบถามตามสภาพที่เป็นจริงของท่านให้ครบทุกข้อ เพื่อให้ผลการวิจัยเป็นประโยชน์สูงสุดสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการมีพฤติกรรมเสี่ยงในกลุ่มนิสิต/นักศึกษาต่อไป

ขอขอบพระคุณอย่างสูง

ดร. วิชุดา กิจจรธรรม

ผู้วิจัย

### ตอนที่ 1 ข้อมูลผู้ตอบ

1.1 อายุ ..... ปี

1.2 ภูมิลำเนา จังหวัด .....

1.3 เพศ ☐ 1. ชาย ☐ 2. หญิง

1.4 เชื้อชาติ ☐ 1. ไทย ☐ 2. จีน ☐ 3. อื่นๆ ระบุ .....

1.5 ศาสนา ☐ 1. พุทธ ☐ 2. อิสลาม ☐ 3. คริสต์ ☐ 4. อื่นๆ ระบุ .....

1.6 มหาวิทยาลัย ..... คณะ ..... สาขาวิชา .....

1.7 ชั้นปีที่ศึกษา

☐ 1. ปี 1 ☐ 2. ปี 2 ☐ 3. ปี 3 ☐ 4. ปี 4 ☐ 5. ปี 5 ☐ 6. ปี 6

1.8 เข้ามาศึกษาอยู่ในสถาบันนี้เป็นปีที่ .....

1.9 เกรดเฉลี่ยสะสม .....

1.10 ที่พักอาศัยปัจจุบัน

- ☐ 1. อยู่บ้านกับพ่อแม่ ☐ 2. อยู่บ้านกับพี่น้อง ☐ 3. อยู่บ้านกับญาติ
- ☐ 4. อยู่หอพักมหาวิทยาลัยคนเดียว ☐ 4. อยู่หอพักมหาวิทยาลัยกับเพื่อน ☐ 5. อยู่หอพักนอกมหาวิทยาลัยคนเดียว
- ☐ 6. อยู่หอพักนอกมหาวิทยาลัยกับเพื่อน ☐ 7. อยู่หอพักนอกมหาวิทยาลัยกับแฟน

1.11 ข้อมูลของพ่อแม่หรือผู้ปกครอง

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

ข้อมูล	พ่อ	แม่	ผู้ปกครอง
<b>1. อายุ (ปี)</b>			
1) น้อยกว่า 30 ปี			
2) 31-40 ปี			
3) 41-50 ปี			
4) มากกว่า 50 ปี			
<b>2. การศึกษา</b>			
1) ต่ำกว่าปริญญาตรี			
2) ปริญญาตรี			
3) สูงกว่าปริญญาตรี			
<b>3. อาชีพ</b>			
1) รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ			
2) รับจ้าง/เอกชน			
3) รับจ้างรายวัน			
4) เจ้าของธุรกิจ			
5) ไม่ทำงาน			
6) อื่นๆ			

ข้อมูล	พ่อ	แม่	ผู้ปกครอง
<b>4. รายได้ต่อเดือน</b>			
1) ต่ำกว่า 10,000 บาท			
2) 10,001-20,000 บาท			
3) 20,001-40,000 บาท			
4) 40,001-60,000 บาท			
5) มากกว่า 60,000 บาท			

#### 1.12 พฤติกรรมเสี่ยงของท่าน พี่ น้อง พ่อ แม่ ผู้ปกครอง

1. จำนวนพี่น้องพ่อแม่เดียวกันรวมตัวท่านด้วย มีทั้งหมด ..... คน ท่านเป็นคนที่ .....
2. มีพี่ ..... คน ☐ 2.1 เพศชาย ..... คน ☐ 2.2 เพศหญิง ..... คน
3. มีน้อง ..... คน ☐ 3.1 เพศชาย ..... คน ☐ 3.2 เพศหญิง ..... คน

**คำชี้แจง** โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับพฤติกรรมที่ท่าน พี่ น้อง พ่อ แม่ ผู้ปกครองปฏิบัติบ่อยที่สุด

พฤติกรรมเสี่ยง	ตัวท่านเอง	พ่อ	แม่	ผู้ปกครอง	พี่	น้อง
<b>1. การสูบบุหรี่</b>						
1) ไม่สูบ						
2) สูบวันละ 4-5 มวน						
3) สูบไม่ถึง 1 ซองต่อวัน						
4) สูบจนบุหรี่ติดนิ้ว						
<b>2. การดื่มเหล้า/แอลกอฮอล์</b>						
1) ไม่ดื่ม						
2) ดื่มเฉพาะเมื่อเข้าสังคม/งานเลี้ยง						
3) ดื่มเป็นประจำ						
4) ดื่มแล้วมักก่อเรื่องเสมอ						
5) เป็นโรคติดเหล้า						
<b>3. การใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา</b>						
1) ใจเย็น/ไม่ใช้ความรุนแรงแก้ปัญหา						
2) กราดเกรี้ยว/เจ้าอารมณ์/ จี้โมโห						
3) ชอบข่มขู่คนอื่น						
4) ทำร้ายร่างกายผู้อื่น						
5) ทำร้ายจิตใจ/ ทำให้ผู้อื่นเสียใจ						
6) ทำร้ายตัวเอง						
7) ออกนอกบ้าน						
8) ทำลายข้าวของ						
<b>4. พฤติกรรมทางเพศ/การใช้ยา</b>						
1) มีเพศสัมพันธ์กับคู่นอนหลายคน						
2) มีเพศสัมพันธ์โดยไม่ป้องกัน						

พฤติกรรมเสี่ยง	ตัวท่านเอง	พ่อ	แม่	ผู้ปกครอง	พี่	น้อง
3) มีคู่นอนหลายคน						
4) เปลี่ยนแฟนบ่อย						
5) ชอบเที่ยวกลางคืน						
6) ดมกาว สูดดมไอระเหย						
7) เสพยาเสพติด						

#### 1.14 ความสัมพันธ์ระหว่างท่านกับพ่อแม่หรือผู้ปกครอง

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างท่านกับพ่อแม่หรือผู้ปกครองมากที่สุด  
(เลือกตอบเพียงคำตอบเดียวเท่านั้น)

ลักษณะความสัมพันธ์	พ่อ (เลือก 1 คำตอบ)	แม่ (เลือก 1 คำตอบ)	ผู้ปกครอง (เลือก 1 คำตอบ)
1. ยอมรับท่านได้ทุกอย่าง ให้ท่านมีอิสระในการคิดและตัดสินใจ ไม่ใช้ความรุนแรง			
2. มีความคาดหวังในตัวท่านสูง ดูแลท่านอย่างใกล้ชิด เข้มงวด และตัดสินใจแทนท่าน ถ้ามีปัญหาจะใช้วิธีการลงโทษ			
3. มีความคาดหวังในตัวท่านสูง คอยกำกับ เน้นการมีระเบียบวินัย ให้ความร่วมมือ สนับสนุนให้ท่านมีความมั่นใจในตนเอง รับผิดชอบต่อสังคม และควบคุมตนเอง			
4. ไม่คาดหวังในตัวท่านเลย ไม่คอยให้ความสนใจ ไม่คอยเอาใจใส่ ถ้ามีปัญหาจะใช้วิธีการลงโทษ			
5. อื่นๆ ที่ไม่ตรงกับข้อ 1 – 4 (กรุณาอธิบายลักษณะของความสัมพันธ์ ลงในช่องว่าง)			

#### 1.16 พฤติกรรมของเพื่อนในกลุ่มเดียวกัน

เพื่อนในกลุ่มเดียวกันมีจำนวน ..... คน โปรดระบุจำนวนเพื่อนในกลุ่มที่มีพฤติกรรมดังต่อไปนี้ (ไม่รวมตัวท่าน)

พฤติกรรมของเพื่อนในกลุ่ม	มีจำนวนกี่คน	พฤติกรรมของเพื่อนในกลุ่ม	มีจำนวนกี่คน
1. ขโมยของไม่มีมูลค่า/มีราคาแพง	.....คน	10. เรียนเก่ง/ผลการเรียนดี	.....คน
2. ตั้งใจหรือถ้าโมโหแล้วทำลายข้าวของ	.....คน	11. ชอบสั่งสอน/ทำตัวเหมือนครู	.....คน
3. ชักชวนให้ทำผิดกฎระเบียบของสถาบัน	.....คน	12. ขยันเรียน/รับผิดชอบการเรียน	.....คน
4. หาเรื่อง/ทำร้ายคนอื่นโดยไม่มีเหตุผล	.....คน	13. ชอบทำประโยชน์แก่ส่วนรวม/สังคม	.....คน
5. ทูรติการสอบ	.....คน	14. ชอบช่วยเหลือเพื่อนๆ ที่มีปัญหาเดือดร้อน	.....คน
6. ชอบทำร้ายตัวเอง/พยายามฆ่าตัวตาย	.....คน	15. ชอบเข้าร่วมกิจกรรมของคณะ/มหาวิทยาลัย	.....คน
7. ดื่มแอลกอฮอล์	.....คน	16. คุยสนุก เฮฮา	.....คน
8. สูบบุหรี่	.....คน	17. อารมณ์ดี เพื่อนๆ ชื่นชอบ	.....คน
9. ชอบทดลองเสพยา/ ใช้นาเสพติด	.....คน	18. รักธรรมชาติ ชอบเที่ยวชมธรรมชาติ	.....คน

## 2. แบบสอบถามทักษะชีวิต

### 2.1 ทักษะทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล

คำชี้แจง: โปรดสำรวจการปฏิบัติของตัวท่านเองและกรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านมากที่สุด

ทักษะทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	ไม่เคย เลย	เคย นานๆ ครั้ง	เคย บางครั้ง	เคย บ่อย ครั้ง	เป็นประจำ
<b>การติดต่อสื่อสาร (communication)</b>					
1. มองหาผู้ฟังขณะพูด					
2. พูดโดยใช้น้ำเสียงระดับกลาง ไม่ตะโกน หรือพูดเบาจนเกินไป					
3. เป็นผู้เริ่มการสนทนาก่อน					
4. แสดงความสนใจและตั้งใจฟัง ขณะคู่สนทนาเป็นผู้พูด					
5. หาประเด็นที่น่าสนใจพูดคุยเพื่อให้การสนทนามีความต่อเนื่อง					
6. แสดงความยินดีกับผู้อื่น โดยการยิ้มให้					
<b>การปกป้องสิทธิ (assertiveness)</b>					
7. ถ้ามีคนข่มขู่แล้วล้มคืน ท่านจะทวงของๆ ท่านคืน					
8. ถ้าเพื่อนข้างห้องทำเสียงดังรบกวน ท่านจะเตือนเขาทันที					
9. ท่านไม่รู้สึกลำบากอะไรเลยถ้าจะกล่าวคำว่า “ไม่”					
10. ท่านสามารถพูดแสดงความรู้สึกได้อย่างเปิดเผย					
11. ท่านกล้าแสดงออกให้เพื่อนเห็นถึงความไม่พอใจถ้าคิดว่าเหมาะสมแล้ว					
12. ท่านจะยืนกรานความคิดเดิมและหาเหตุผลสนับสนุน แม้ว่าเพื่อนในกลุ่มจะไม่เห็นด้วย					
<b>การเข้าใจผู้อื่น (empathy)</b>					
13. ถ้าท่านดูหนังเศร้าๆ แล้วจะร้องไห้					
14. ท่านรู้สึกดี ถ้าได้ช่วยเหลือหรือทำสิ่งดีๆ แก่ผู้อื่น					
15. ถ้าเห็นคนอื่นขี้ม ท่านจะขี้ตาม					
16. ท่านมีความสุขถ้าเห็นคนอื่นฯ ปฏิบัติสิ่งดีๆ ต่อกัน					
17. ท่านมักจะปรับความรู้สึกให้คล้ายตามกับคนรอบข้าง					
18. การอยู่ใกล้กับคนที่มีความสุขทำให้ท่านมีความสุขไปด้วย					

คำตอบ และความรู้สึกที่เกิดขึ้นในใจ	“ไม่” และ รู้สึกว่า ทำถูกแล้ว	“ไม่” และ รู้สึกว่า ทำไม่ ค่อยถูก	“ไม่” และ รู้สึกว่าทำ ผิดมาก	“ได้” และรู้สึก ว่าทำผิด มาก	“ได้” และ รู้สึกว่า ทำไม่ ค่อยถูก	“ได้” และ รู้สึกว่า ทำถูก แล้ว
<b>การปฏิเสธ (refusal)</b>						
19. “ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนที่พาท่านกลับบ้านเมาหรือ คึ้มมากเกินไปและยังต้องจะขับรถพาท่านกลับบ้านให้ได้” ท่านจะตอบว่าอะไร และจะมีความรู้สึกอย่างไร						

คำตอบ และความรู้สึกที่เกิดขึ้นในใจ	“ไม่” และ รู้สึก ทำถูกแล้ว	“ไม่” และ รู้สึก ทำไม่ ค่อยถูก	“ไม่” และ รู้สึก ทำผิด ผิดมาก	“ได้” และรู้สึก ว่าทำผิด มาก	“ได้” และ รู้สึก ทำไม่ ค่อยถูก	“ได้” และ รู้สึก ทำถูก แล้ว
<b>การปฏิเสธ (refusal)</b>						
20. “ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนรู้จักที่ไม่ค่อยสนิทกันนักชวนให้ดื่มเหล้าหรือเสพยา” ท่านจะตอบว่าอะไร และจะมีความรู้สึกอย่างไร						
21. “ถ้าเพื่อนสนิทกันมากขอลอกข้อสอบของท่าน” ท่านจะตอบว่าอะไร และจะมีความรู้สึกอย่างไร						
22. “ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วเพื่อนที่สนิทกันมากชวนให้ดื่มเหล้าหรือเสพยา” ท่านจะตอบว่าอะไร และจะมีความรู้สึกอย่างไร						
23. “ถ้าไปงานเลี้ยงแล้วคนที่ท่านกำลังอยากจะทำความรู้จักชวนให้ดื่มเหล้าหรือเสพยา” ท่านจะตอบว่าอะไร และจะมีความรู้สึกอย่างไร						
24. “ถ้าเพื่อนที่สนิทมากกำลังสูบบุหรี่อยู่แล้วชวนให้ท่านสูบด้วย” ท่านจะตอบว่าอะไร และจะมีความรู้สึกอย่างไร						

## 2.2 ทักษะทางการคิด

**คำชี้แจง:** โปรดสำรวจความคิดเห็นของ**ตัวท่านเอง**และกรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ทักษะทางการคิด	ไม่ เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่ เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
<b>การตัดสินใจ/แก้ไขปัญหา</b>					
1. ถึงจะมีเรื่องที่ทำให้ไม่สบายใจฉันก็ยังไปเรียนหนังสือ					
2. ฉันจะเตรียมการให้พร้อมก่อนลงมือทำงานที่ได้รับมอบหมาย					
3. ยิ่งมีความกดดันมากเท่าไร ฉันจะยิ่งใช้เหตุผลมากเท่านั้น					
4. ฉันพยายามเผชิญหน้ากับทุกสถานการณ์แม้จะรู้สึกหวาดกลัว					
5. ถึงสถานการณ์ตึงเครียดมากเท่าไร ฉันก็พร้อมที่จะต่อสู้กับอุปสรรค					
6. แม้จะมีสถานการณ์เร่งด่วน ฉันก็จะไม่ทิ้งงานที่ฉันต้องรับผิดชอบ					
7. ฉันจะคิดหาทางแก้ปัญหาไว้มากมาย ช่องทาง					
8. ถ้ามีปัญหาที่แก้ไขไม่ได้ฉันจะปรึกษากับผู้ที่มีประสบการณ์					
9. การดื่มเหล้าหรือใช้ยาเสพติด ไม่ใช่ทางเลือกในการแก้ปัญหาของฉัน					
10. ทุกครั้งที่มีความเครียด ฉันจะคิดทบทวนหาสาเหตุเพื่อใช้แก้ปัญหา					
11. การเผชิญหน้ากับปัญหา จะทำให้ฉันแข็งแกร่งขึ้น					
12. ถ้าวิธีการแก้ปัญหาที่ใช้ไม่ได้ผล ฉันจะหาวิธีการใหม่ทันที					



ทักษะทางการคิด	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
การคิดวิเคราะห์					
13. ฉันมีความสนใจเรียนรู้ในประเด็นที่หลากหลาย					
14. ฉันสามารถอธิบายสิ่งต่างๆ ได้อย่างชัดเจนและกระชับ					
15. ฉันสามารถทำงานร่วมกับเพื่อนที่มีความคิดเห็นแตกต่างกับฉันได้					
16. ฉันอาจจะเปลี่ยนแปลงการตัดสินใจได้ ถ้ามีข้อมูลใหม่ที่ชัดเจนกว่าเดิม					
17. ฉันจะรับฟังความคิดเห็นของเพื่อนที่ขัดแย้งกับฉันด้วยความตั้งใจ					
18. ฉันจะค้นหาหาคำตอบที่ถูกต้องให้ได้แม้ว่าต้องใช้วิธีการใหม่ๆ ที่ไม่คุ้นเคย					

## 2.2 ทักษะการควบคุมอารมณ์

คำชี้แจง: โปรดสำรวจความคิดเห็นของ**ตัวท่านเอง**และกรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด

ทักษะทางการควบคุมอารมณ์	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	เห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
การจัดการกับความเครียด					
1. ถ้ามีเรื่องกังวลใจฉันจะปรึกษาเพื่อนหรือผู้ที่มีประสบการณ์					
2. ถ้ามีความกังวลจากปัญหาที่ยังแก้ไขไม่ได้ ฉันจะปล่อยวางเพื่อให้เวลาช่วยแก้ปัญหา					
3. ฉันจะเตือนตัวเองให้คิดถึงสิ่งดีๆ ในชีวิตแทนเรื่องแย่ๆ					
4. ฉันมักจะหาเรื่องให้ตัวเองได้หัวเราะอยู่เสมอ					
5. หากทะเลาะกันกับเพื่อนฉันก็จะเป็นฝ่ายขอคืนดีก่อน					
6. ถ้ามีปัญหาไม่สบายใจฉันจะผ่อนคลายด้วยการดูหนังหรือเล่นกีฬา					
การจัดการความรู้สึกและอารมณ์					
7. ฉันจะนับหนึ่งถึงสิบ หรือผ่อนคลายใจช้าๆ เพื่อระงับอารมณ์โกรธ					
8. ฉันจะทำสิ่งต่างๆ ให้ดีที่สุดถ้าตกอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ					
9. ฉันจะอดทนรอให้สถานการณ์ที่เป็นปัญหามีความชัดเจนก่อนตัดสินใจทำอะไรลงไป					
10. ฉันพยายามแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นแม้ว่าไม่ต้องการ					
11. แม้จะไม่พอใจหรือโกรธ ฉันก็จะพูดด้วยน้ำเสียงธรรมดาและไม่ตะโกนเสียงดัง					
12. ถ้ามีความขัดแย้งในกลุ่มเพื่อนฉันจะเบี่ยงเบนความสนใจของเพื่อนๆ ไปเรื่องอื่นๆ					
การควบคุมตนเอง					
13. ฉันจะแสดงความร่าเริงมากกว่าปกติเมื่ออยู่ในกลุ่มเพื่อน					
14. ฉันจะแสดงออกให้เห็นชัดเจนถึงความเป็นมิตรกับเพื่อนใหม่					
15. ฉันจะแสดงความคิดเห็นตามความเหมาะสมของสถานการณ์					
16. ฉันเป็นคนที่เป็นคนในกลุ่มอยากคุยด้วย					
17. ฉันสามารถโกหกหน้าตาได้ ถ้าจะทำให้เหตุการณ์ที่เลวร้ายนั้นดีขึ้น					
18. ฉันจะมูานะทำงานให้เสร็จเรียบร้อยก่อนเวลาที่กำหนด					

### 3. แบบสอบถามพฤติกรรม

คำชี้แจง: โปรดสำรวจการปฏิบัติของตัวท่านเองและกรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับกรปฏิบัติของท่านมากที่สุด

ทักษะทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	ไม่เคยเลย	เคย นานๆครั้ง	เคย บางครั้ง	เคย บ่อยครั้ง	เป็น ประจำ
<b>การก่อเหตุรุนแรง</b>					
1. ขับขี่โดยไม่รัดเข็มขัดนิรภัย/ ไม่ใส่หมวกกันน็อก					
2. นักรดไปกับคนขับที่ดื่ม/เมาเหล้า					
3. เมาเหล้าแล้วขับรถหรือขับขี่ยานอื่นๆ					
4. พกอาวุธ/พกปืน					
5. มีส่วนร่วมเป็นต้นเหตุของการทะเลาะวิวาท					
6. ได้รับบาดเจ็บจากการทะเลาะวิวาท					
7. มีแผนการที่จะฆ่าตัวตาย					
8. ทำผิดกฎ/ระเบียบของมหาวิทยาลัย					
<b>การดื่มเหล้า</b>					
9. หัดดื่มแอลกอฮอล์ตั้งแต่อายุไม่ถึง 13 ปี					
10. ดื่มแอลกอฮอล์					
11. ดื่มแอลกอฮอล์ครั้งละ ไม่มากนัก					
12. ดื่มแอลกอฮอล์จัด/ดื่มหนัก					
<b>การสูบบุหรี่</b>					
13. หัดสูบบุหรี่ตั้งแต่อายุไม่ถึง 13 ปี					
14. สูบบุหรี่จนหมดมวนตั้งแต่อายุไม่ถึง 13 ปี					
15. สูบบุหรี่					
16. สูบบุหรี่ วันละ 1-2 มวน					
17. สูบบุหรี่ครึ่งซอง/วัน					
18. สูบบุหรี่จัด					
19. พยายามเลิกสูบบุหรี่					
<b>การใช้ยา</b>					
20. หัด/ทดลองสูบกัญชาตั้งแต่อายุต่ำกว่า 13 ปี					
21. สูบกัญชา					
22. สูบกัญชาให้เมาเล่นๆ					
23. สูบกัญชาจนเมาทั้งวัน					
24. หัด/ทดลองสูบฝิ่นตั้งแต่อายุต่ำกว่า 13 ปี					
25. สูบฝิ่น					
26. สูบฝิ่นให้เมาเล่นๆ					
27. สูบฝิ่นจนเมาทั้งวัน					
28. หัด/ทดลองเสพยาโคเคน/ ใช้นาฬิกาเข้าเส้นตั้งแต่อายุต่ำกว่า 13 ปี					
29. เสพ โคเคน/ ใช้นาฬิกาเข้าเส้น					
30. เสพ โคเคน/ ใช้นาฬิกาเข้าเส้นแค่สนุกๆ					
31. เสพ โคเคน/ ใช้นาฬิกาเข้าเส้นจนเมาทั้งวัน					

ทักษะทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	ไม่เคยเลย	เคย นานๆครั้ง	เคย บางครั้ง	เคย บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
32. หัด/ทดลองดมกาว ไอร่เหยตั้งแต่อายุน้อยกว่า 13 ปี					
33. ดมกาว ไอร่เหย					
34. ดมกาว ไอร่เหยแค่สนุกๆ					
35. ดมกาว ไอร่เหยจนเมาทั้งวัน					
36. หัด/ทดลองเคี้ยวใบกระท่อม/ กินเห็ดเมาดั้งแต่อายุน้อยกว่า 13 ปี					
37. เคี้ยวใบกระท่อม/ กินเห็ดเมา					
38. เคี้ยวใบกระท่อม/ กินเห็ดเมาแค่สนุกๆ					
39. เคี้ยวใบกระท่อม/ กินเห็ดเมาจนเมาทั้งวัน					
การมีเพศสัมพันธ์					
40. มีเพศสัมพันธ์					
41. เคยมีเพศสัมพันธ์ตั้งแต่อายุน้อยกว่า 13 ปี					
42. ถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุน้อยกว่า 13 ปี					
43. ถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุ 13-18 ปี					
44. ถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์เมื่ออายุมากกว่า 19 ปี					
45. เปลี่ยนคู่นอน					
46. เพิ่งจะมีเพศสัมพันธ์เมื่อไม่นานมานี้					
47. ใช้ยาคุมกำเนิดก่อนการมีเพศสัมพันธ์					
48. ใช้ถุงยางคุมกำเนิดทุกครั้งที่มีเพศสัมพันธ์					
49. คืมแอลกอฮอล์หรือใช้ยาเสพติดขณะมีเพศสัมพันธ์					
50. ดึงท้องหรือทำให้ผู้อื่นดึงท้อง					
51. ทำแท้ง					
52. เคยช่วยเหลือให้คู่นอนทำแท้ง					
53. เคยช่วยเหลือให้ผู้อื่นทำแท้ง					
การเข้ารับการจัดอบรมจากมหาวิทยาลัยที่ท่านศึกษาอยู่					
54. การอบรมด้านโภชนาการ					
55. การอบรมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ					
56. การอบรมภาวะการบาดเจ็บและการป้องกันอุบัติเหตุ					
57. การอบรมการป้องกันการใช้ความรุนแรง					
58. การอบรมการป้องกันการฆ่าตัวตาย					
59. การอบรมการป้องกันการตั้งท้อง					
60. การอบรมเกี่ยวกับการติดเชื้อโรคทางเพศสัมพันธ์					
61. การอบรมเกี่ยวกับการติดเชื้อเอชไอวีและโรคเอดส์					
62. การตรวจการติดเชื้อเอชไอวี					
63. การอบรมการป้องกันการสูบบุหรี่					
64. การอบรมการป้องกันการคืมแอลกอฮอล์และการใช้ยาเสพติด					
การรับประทานอาหาร					
64. ในแต่ละมื้อรับประทานผักและผลไม้มากกว่า 5 ชนิด					
65. ในแต่ละมื้อรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง 1-2 ชนิด					

ทักษะทางสังคมและความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล	ไม่เคยเลย	เคย นานๆครั้ง	เคย บางครั้ง	เคย บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
66. คิดว่ามีน้ำหนักเกิน					
67. ตั้งใจลดน้ำหนัก					
68. คุมอาหารเพื่อควบคุม/ลดน้ำหนัก					
69. ออกกำลังกายเพื่อควบคุม/ลดน้ำหนัก					
70. ควบคุม/ลดน้ำหนักด้วยการทำให้อาเจียนหรือใช้ยาระบาย					
71. รับประทานอาหารเสริมเพื่อควบคุม/ลดน้ำหนัก					
<b>ความรับผิดชอบต่อสุขภาพ</b>					
73. เล่นกีฬาเป็นประจำ					
74. เข้าร่วมกลุ่มออกกำลังกายอย่างหนัก/หักโหม					
75. เข้าร่วมกลุ่มออกกำลังกายระดับปานกลาง					
76. เข้าร่วมกลุ่มออกกำลังกายที่มีการยืดกล้ามเนื้อ เช่น เคน ถีบจักรยาน					
77. เข้าร่วมกลุ่มออกกำลังกายที่มีการใช้พลังกล้ามเนื้อ เช่น ยกน้ำหนัก					
78. เป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัย					

ขอขอบคุณท่านเป็นอย่างสูงที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถาม