

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	(2)
กิตติกรรมประกาศ.....	(5)
สารบัญตาราง.....	(8)
สารบัญภาพประกอบ	(9)
 บทที่	
1. บทนำ	1
ความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์และขอบเขตของการวิจัย	6
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
ตัวแปรที่ศึกษา.....	7
นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย	8
กรอบแนวคิดในการวิจัย	9
 2. บรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	 10
2.1 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ	10
ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ.....	10
พฤติกรรมด้านอาหารและโภชนาการ	12

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
พฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย	23
2.2 แนวคิดการสร้างเสริมสุขภาพ	31
ความหมายของทัศนคติ	31
นโยบายกับการสร้างเสริมสุขภาพของคนในองค์กร	33
ความหมายของสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน	36
2.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	44
3. วิธีดำเนินการวิจัย	55
ลักษณะของประชากร	55
กลุ่มตัวอย่าง	55
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	55
การเก็บรวบรวมข้อมูล	58
การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง	60
การวิเคราะห์ข้อมูล	61
4. ผลการวิจัย	62
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	62
อภิปรายผล	82
5. สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ	89
สรุปผลการวิจัย.....	89
ข้อเสนอแนะ	93

สารบัญ (ต่อ)

รายการอ้างอิง.....	95
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก.....	103
ภาคผนวก ข.....	104
ภาคผนวก ค.....	106
ภาคผนวก ง.....	107
ประวัติการศึกษา.....	114