

สารบัญแผนภาพ

	หน้า
แผนภาพที่	
1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย	11
2.1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อในสมรรถนะตนเอง	35
3.1 แสดงการสรุปขั้นตอนการดำเนินการวิจัย	82
4.1 ความคาดหวังผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นจากการกระทำ (Bandura, 1997) แสดงค่าเฉลี่ยการรับรู้สมรรถนะแห่งตนในการควบคุมอาการหายใจลำบาก ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง 3 สัปดาห์ และ ระยะหลังการทดลอง 6 สัปดาห์	105
4.2 แสดงค่าเฉลี่ยความทนทานในการออกกำลังกาย ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง 3 สัปดาห์ และระยะหลังการทดลอง 6 สัปดาห์ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	106
4.3 แสดงค่าเฉลี่ยของ FEV ₁ ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง 3 สัปดาห์ และระยะหลังการทดลอง 6 สัปดาห์ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	106
4.4 แสดงค่าเฉลี่ยของ FVC ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลังการทดลอง 3 สัปดาห์ และระยะหลังการทดลอง 6 สัปดาห์ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มเปรียบเทียบ	107
4.5 แสดงค่าเฉลี่ยอาการหายใจลำบาก ระยะก่อนการทดลอง ระยะหลัง การทดลอง 3 สัปดาห์และระยะหลังการทดลอง 6 สัปดาห์ ของกลุ่มทดลอง และกลุ่มเปรียบเทียบ	107