

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 2 ข้อ คือ 1) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ความสามารถของตนเองและการสนับสนุนทางสังคมกับวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาหญิงระดับอาชีวศึกษาเอกชน 2) เพื่อศึกษาความสามารถในการทำนายของการรับรู้ความสามารถของตนเองและการสนับสนุนทางสังคม ที่มีต่อวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพของนักศึกษาหญิงระดับอาชีวศึกษาเอกชน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาหญิงระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ ชั้นปีที่ 1-3 ของโรงเรียนอาชีวศึกษาเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวนทั้งหมด 298 คน ประกอบด้วย นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 จำนวน 122 คน ชั้นปีที่ 2 จำนวน 90 คน และชั้นปีที่ 3 จำนวน 86 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 3 ชนิด ได้แก่ 1) แบบวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง 2) แบบวัดการสนับสนุนทางสังคม และ 3) แบบวัดวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพ หาค่าความเชื่อมั่นตามสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .86, .91 และ .93 ตามลำดับ

ผลการวิจัยพบดังนี้

สมมุติฐานของการวิจัยได้รับการยอมรับ

1. การรับรู้ความสามารถของตนเองและการสนับสนุนทางสังคม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $r = .26$  และ  $.66$  ตามลำดับ)
2. การรับรู้ความสามารถของตนเองและการสนับสนุนทางสังคมมีอำนาจร่วมกันในการทำนาย วิถีดำเนินชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพได้ร้อยละ 44.70 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ( $R^2 = .447$ ,  $F = 119.218$ ) และพบว่า การสนับสนุนทางสังคมสามารถทำนายวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพได้มากกว่าการรับรู้ความสามารถของตนเอง ( $\beta = .637$  และ  $.102$  ตามลำดับ )

นอกจากนี้ได้มีการวิเคราะห์เพิ่มเติมในแต่ละตัวแปร การรับรู้ความสามารถของตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และวิถีชีวิตที่ส่งเสริมสุขภาพ เพื่อดูความแตกต่างกันในตัวแปรรายได้ของนักศึกษา และสถานที่พักอาศัยในระหว่างที่ศึกษา

The purpose of this research was two folds 1) to study relationship between Perceived Self – Efficacy and Social Support and Health - Promoting Life Style of a private vocational school female students. 2) to study Perceived Self – Efficacy and Social Support as predictors of Health - Promoting Life Style of a private vocational school female students. The samples were 298 vocational certificate female students at level 1 – 3 of a private vocational school in Chiang Mai Province. The materials were 3 measures, namely, 1) Perceived Self - Efficacy Questionnaire 2) Social Support Questionnaire 3) Health – Promoting Life Style Profile Questionnaire. Reliability were obtained at .86, .91 and .93 by means of Cronbach's Alpha Coefficient, respectively.

The results of the study were as follows :

The research hypotheses were accepted.

1. Perceived Self – Efficacy and Social Support had positive relationship with Health - Promoting Life Style at the .01 level of significance (  $r = .26$  and  $.66$  respectively ).

2. Perceived Self – Efficacy and Social Support could predict Health – Promoting Life Style at the .001 (  $R^2 = .447$ ,  $F = 119.218$  ), and it was found that Social Support could predict Health – Promoting Life Style better than Perceived Self – Efficacy (  $\beta = .637$  and  $.102$ , respectively ).

In addition, additional analyses were perform in each variable, Perceived Self – Efficacy, Social Support and Health – Promoting Life Style to see the differences in these variables, student income and place of stay during study.