

**พฤติกรรมการออกกำลังกายและการรับรู้อุปสรรคต่อการออกกำลังกาย
ของอาจารย์สตรี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่**

ปริญญา ดาสา

**วิทยานิพนธ์นี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา**

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลสตรี

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ตุลาคม 2544

พฤติกรรมกรรมการออกกำลังกายและการรับรู้อุปสรรคต่อการออกกำลังกาย
ของอาจารย์สตรี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ปริญญา คาสา

วิทยานิพนธ์นี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลสตรี

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์ ดร. สุกัญญา ปรีชญกุล

.....กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เบญจวรรณ แก้วเวทวงศ์

.....กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุจิตรา เทียนสวัสดิ์

.....กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทวีลักษณ์ วรรณฤทธิ์

.....กรรมการ
อาจารย์ ดร. ศิริรัตน์ ปานอุทัย

18 ตุลาคม 2544

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความรู้และความกรุณาและช่วยเหลืออย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.สุกัญญา ปรีชญญกุลและผู้ช่วยศาสตราจารย์เบญจวรรณ แก้วเวทวงศ์ อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์ที่กรุณาให้คำแนะนำ คำปรึกษา ความรู้ที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนช่วย ตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องของวิทยานิพนธ์และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่งจึงขอกราบขอบพระคุณมา ณ ที่นี้ รวมทั้งอาจารย์ที่ปรึกษาทั่วไป ผู้ช่วยศาสตราจารย์จันทร์รัตน์ เจริญสันติ และคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทความรู้ในระหว่างการศึกษา

ขอกราบขอบพระคุณท่านอธิการบดี มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ คณบดีทุกคณะและอาจารย์สตรีทุกท่านในสังกัดของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ รวมทั้งเจ้าหน้าที่ธุรการของแต่ละภาควิชาที่กรุณาให้ความร่วมมือ ตลอดจนช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณท่านผู้อำนวยการและหัวหน้ากลุ่มงานการพยาบาลโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชเชียงใหม่ ที่ให้โอกาสและสนับสนุนการศึกษาต่อระดับบัณฑิตศึกษา ขอขอบคุณ พี่เพื่อนร่วมสาขาวิชาการพยาบาลสตรี และเพื่อนร่วมรหัส 41 ทุกท่านที่คอยให้กำลังใจและช่วยเหลือในทุกๆด้าน และขอขอบคุณอย่างยิ่งสำหรับคุณจรรยา คำแสนพร้อมครอบครัวและคุณโรชนี อุปราพีและเพื่อนผู้ซึ่งคอยให้กำลังใจและช่วยเหลือด้วยดีมาตลอด

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดาผู้ล่วงลับไปแล้วที่ทำให้มีทุกวันนี้ รวมถึงพี่ชาย หลานทุกคน เพื่อนร่วมงานทุกท่าน ตลอดจนผู้เกี่ยวข้องที่ไม่ได้เอ่ยนามในที่นี้ที่ให้ความรัก ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจด้วยดีเสมอมาจนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้

คุณความดีและประโยชน์ทั้งหลายที่เกิดจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ขอบแต่ บิดา มารดา คณาจารย์และทุกท่านที่ได้ให้ความช่วยเหลือในการศึกษาตลอดมา

ปริญญดา ดาสา