

การจัดการความเครียดของนักกีฬามหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย

เปรม วาทบัณฑิตกุล

ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เมษายน 2552

การจัดการความเครียดของนักกีฬามหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย

เปรม วาทบัตติกุล

วิทยานิพนธ์นี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เมษายน 2552

การจัดการความเครียดของนักกีฬามหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย

เปรม วาทยานันท์กุล

วิทยานิพนธ์นี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์มนัส ขอดคำ



กรรมการ

รองศาสตราจารย์พลสิทธิ์ สิทธิชมภู



กรรมการ

อาจารย์ ดร. แสนย์ สายสุภลักษณ์

30 เมษายน 2552

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จได้ด้วยความรู้ความกรุณาเป็นอย่างสูงจาก รองศาสตราจารย์มนัส ยอดคำ ประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ อาจารย์ สามารถ ศรีจ้านงค์ โดยมี อาจารย์ ดร. แสนย์ สายสกุลลักษณ์ และ รองศาสตราจารย์พลสิทธิ์ สิทธิชมภู เป็น กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ความรู้ คำแนะนำ ตลอดจนตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องของ วิทยานิพนธ์ เพื่อให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จด้วยความสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณในความ กรุณาของท่านเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณ คณะอาจารย์สาขาวิชาส่งเสริมสุขภาพทุกท่าน ได้ถ่ายทอดความรู้ที่ทำให้กำลังใจ ให้คำแนะนำและแนวทางปฏิบัติที่เป็นประโยชน์ตลอดระยะเวลาการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิ ดังรายนามใน ภาคผนวก ก ทุกท่านที่ได้กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญ ตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย พร้อมทั้งให้คำแนะนำปรับปรุงแก้ไขจนเครื่องมือมีความพร้อม สมบูรณ์ สามารถนำไปใช้ในการวิจัยได้ในที่สุด

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการกองพัฒนานักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ที่อนุมัติให้ เก็บข้อมูล ตลอดจนเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องทุกท่านที่ประสานงานและให้ความช่วยเหลือเป็นอย่างดี พร้อมกันนี้ขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ทุกท่านที่ให้ความร่วมมือ ในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณนักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ รุ่น 14 ภาคปกติและ ภาคพิเศษทุกท่านรวมถึงรุ่นพี่ส่งเสริมสุขภาพ ที่ให้ความช่วยเหลือ และเป็นกำลังใจที่ดีต่อกัน ตลอดมา

ขอกราบขอบพระคุณ คุณแม่ปวร ศิริศรีเพ็ชร คุณแม่จำเรียง แก้วจิโน คุณพ่อสมศักดิ์ วาทบั้นทิตกุล ครูบาอาจารย์ที่เคารพทั้งด้านวิชาการและด้านการกีฬา รวมทั้งครอบครัวและญาติพี่น้อง ที่เป็นกำลังใจและส่งเสริมสนับสนุนให้ได้เข้ารับการศึกษาดังแต่ต้น จนกระทั่งวิทยานิพนธ์ ฉบับนี้สำเร็จเรียบร้อยด้วยดี

ท้ายที่สุดนี้ หากมีสิ่งขาดตกบกพร่องหรือผิดพลาดประการใด ผู้วิจัยขอภัยเป็นอย่างสูงใน ข้อบกพร่องและความผิดพลาดนั้น

เปรม วาทบั้นทิตกุล