

ผลของโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคม  
ต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

จันทิรา ชัยสุขโกศล

พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย  
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เมษายน 2552

ผลของโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคม  
ต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

จันทิรา ชัยสุขโกศล

วิทยานิพนธ์นี้เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยเพื่อเป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา  
พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

เมษายน 2552

ผลของโปรแกรมการส่งเสริมสมรรถนะแห่งตนและการสนับสนุนทางสังคม  
ต่อพฤติกรรมการออกกำลังกายในผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง

จันทิรา ชัยสุข โสภค

วิทยานิพนธ์นี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



ประธานกรรมการ

รองศาสตราจารย์ ม.ล. อัครอนงค์ ปราโมช



กรรมการ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. กนกพร สุขคำวัง



กรรมการ

รองศาสตราจารย์ ดร. ภัทราภรณ์ ทุงปิ่นคำ



กรรมการ

รองศาสตราจารย์สมบัติ ไชยวัฒน์

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

17 เมษายน 2552

© ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสำเร็จ ความเมตตา กรุณา และความช่วยเหลืออย่างดียิ่ง จากรองศาสตราจารย์ ม.ล.อักรอนงค์ ปราโมช และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศิริรัตน์ ปานอุทัย อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ที่กรุณาให้คำปรึกษา แนะนำ เสนอข้อคิดเห็น และช่วยตรวจสอบ แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ทุกกระบวนการของการทำวิทยานิพนธ์ ตลอดจนให้กำลังใจ และเอาใจใส่ แก่ผู้วิจัยตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง ขอกราบขอบพระคุณอย่าง สูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอบพระคุณกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้ข้อเสนอแนะในการแก้ไข และ ปรับปรุงวิทยานิพนธ์ ขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิที่กรุณาตรวจสอบเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เสนอ ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการปรับปรุง และขอบพระคุณคณาจารย์คณะ พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่กรุณาประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ ซึ่งสามารถนำมาใช้ในการ ทำวิทยานิพนธ์ ในครั้งนี้

ขอบคุณ โรงพยาบาลเชียงรายประชานุเคราะห์ที่ให้โอกาสลาศึกษาต่อ และให้ความ ร่วมมือในการเก็บข้อมูล ขอบคุณหัวหน้าฝ่ายการพยาบาล และคณะพยาบาลที่ร่วมงานซึ่งได้ เอื้ออำนวยความสะดวกและช่วยแบ่งเบาภาระการปฏิบัติงาน ขณะที่ผู้วิจัยลาศึกษาต่อ และขอบคุณ ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรังพร้อมทั้งสมาชิกในครอบครัวที่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมการวิจัย

ท้ายสุดนี้ขอกราบขอบพระคุณทุกท่านที่มีส่วนร่วม ให้ความช่วยเหลือและเป็นกำลังใจ ให้สามารถดำเนินการวิจัยได้สำเร็จ คุณงามความดีและสิ่งที่เป็นประโยชน์อันเกิดจากวิทยานิพนธ์ ฉบับนี้ ขอมอบให้แก่บุพการี คณาจารย์ ผู้สูงอายุโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุก ท่านที่ทำให้การวิจัยครั้งนี้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี