



รายงานวิจัย

เรื่อง

บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับ

การศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี

Integrated The Teachers' Role to Prevention for

Overweight Students of Primary Education in Bang Kruai

District, Nonthaburi Province

โดย

นนทรี สัจจารธรรม

การวิจัยครั้งนี้ได้รับเงินทุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยราชภัฏ

ปีการศึกษา 2558

ชื่องานวิจัย: บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับ
การศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี

ชื่อผู้วิจัย : นนทรี สัจจารธรรม

ปีที่ทำงานวิจัยแล้วเสร็จ : 2561

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ด้านอารมณ์ ข้อมูลข่าวสาร การสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ และการประเมิน กับการปฏิบัติของครูที่มีต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู กับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน กลุ่มตัวอย่าง คือ ครู 10 โรงเรียน ในอำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี 125 คน และนักเรียน 31 คน เครื่องมือ คือ แบบสอบถาม และแบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน วิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สหสัมพันธ์เพียร์สัน และการถดถอยพหุคูณ ผลการวิจัยพบว่า 1) ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน กับการปฏิบัติของครู ที่มีต่อระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r=0.520$ ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนทางสังคม กับการปฏิบัติของครูที่มีต่อการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r= 0.333$ ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนทางสังคม กับการปฏิบัติของครูที่มีต่อ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r= 0.466$ ที่ระดับ 0.05 และ แรงสนับสนุนทางสังคม กับการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียน ความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r= 0.304$ ที่ ระดับ 0.05 ตัวแปรพยากรณ์การปฏิบัติของครู ที่มีต่อระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน มีค่า $R = 0.526$ สามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปรการปฏิบัติของครูที่มีต่อระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ร้อยละ $27.7 (R^2 = 0.277)$ และตัวแปรอิสระที่ส่งผลต่อ การปฏิบัติของครูที่มีต่อระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือ แรงสนับสนุนทางสังคม ด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ (Beta = 0.350) ตัวแปรพยากรณ์ แรงสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ มีค่า $R=0.505$ สามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปร การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ร้อยละ $22.5 (R^2 =0.255)$ ตัวแปรอิสระที่ส่งผลต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ คือ แรงสนับสนุนทางสังคม ด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ (Beta = 0.640) และ 2) ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู กับการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบความสัมพันธ์ทางบวก อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และนักเรียนมีภาวะโภชนาการ ท้วม และอ้วน ร้อยละ 19.35 ซึ่ง กระทรวงสาธารณสุขกำหนด ไม่เกิน ร้อยละ 10

คำสำคัญ: บทบาทของครู การป้องกันภาวะโภชนาการเกิน นักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน

Research Title: The Teachers' Role to Prevention for Overweight Students of Primary Education in Bang Krui District, Nonthaburi Province

Researcher: Nontraree Sajjathram

Year: 2018

Abstract

The purpose of this research was to study 1) the study of relationship between social support from school administrator such as emotionally, information, support of equipment, and evaluation of teachers' role to prevention for overweight students of primary education in bang krui district, nonthaburi province, and 2) to study the relationship between teacher motivation and over-nutritional protection. The sample consisted of 10 schools 125 teachers and 31 elementary students in bang krui district, nonthaburi province. The instruments used were questionnaire and student nutrition assessment form. Statistics for data analysis are percentage, frequency, standard deviation, Pearson correlation coefficient, and Multiple Regression Analysis. The research findings were summarized as follows: 1) The relationship between social support from school administrators and teachers' role to prevention of child nutrition there were statistically significant positive correlations $r = 0.520$ at 0.05 level, social support and teachers' role for student nutritional surveillance there were statistically significant positive correlations $r = 0.333$ at 0.05 level, the relationship between social support and teachers' role toward the school health promotion there were statistically significant positive correlations $r = 0.466$ at 0.05 level, and the relationship between social support and teachers' role for prevention overweight students there were statistically significant positive correlations $r = 0.304$ at 0.05 level. The prediction variable of social support effected of school administrators and teachers' role to prevention of child nutrition on were $R = 0.526$, that can explain the variation of school administrators and teachers' role to prevention of child nutrition variables were 27.7% ($R^2 = 27.77$) and the independent variables that toward the school administrators and teachers' role to prevention of child nutrition there were statistical significance was social support, support of

equipment (Beta=0.350), in addition, the relationship between social support and teachers' role toward the school health promotion there were statistically significant positive correlations $R = 0.505$, that can explain the variation of teachers' roles toward the school health promotion was 22.5% ($R^2 = 0.255$) and the independent variables that predicted the teachers' role toward the school health promotion were social support in the support of equipment (Beta = 0.640), and 2) The relationship between teachers' role motivation and the prevention of overweight students such as were statistically no significant positive correlations based on the nutritional status of the overweight students found that 19.35%, which was determined by the Ministry of Public Health with obesity not more than 10%.

Keywords: teachers' role, prevention for overweight, students of primary education



กิตติกรรมประกาศ

การวิจัยเรื่อง บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับการศึกษา
ขั้นพื้นฐาน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี เสร็จสมบูรณ์ได้ ด้วยความกรุณาจาก ท่านอธิการบดี
มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์ ประธานคณะกรรมการการวิจัย และคณะกรรมการทุกท่านที่ได้พิจารณา
ทุนอุดหนุนการวิจัยให้แก่ผู้วิจัย รวมถึง ที่ปรึกษาโครงการวิจัย รศ.ดร.สุรีย์ จันทร์โมลี ที่ให้คำแนะนำ
ช่วยแก้ไขปรับปรุงงานวิจัย ให้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ขอขอบคุณ รศ.ดร.สมถวิล วิจิตรวรรณา ที่
ปรึกษาด้านสถิติ และขอขอบคุณอาจารย์ชฎาภรณ์ ประสาทกุล และ น.ส. สุนิสา บุญคล่อง ที่ช่วยในการ
วิเคราะห์ข้อมูล อีกทั้งขอขอบคุณ คุณครู โรงเรียนประถมศึกษา อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ซึ่ง
เป็นกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยที่ได้กรุณาเสียสละเวลาให้ข้อมูลแบบสอบถามของการทำวิจัย เป็นผลให้
การวิจัยเรื่องนี้ได้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี



นนทรี สัจจาธรรม

มิถุนายน 2561

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ข
กิตติกรรมประกาศ.....	ค
สารบัญ.....	ง
สารบัญตาราง.....	ช
สารบัญภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 คำถามการวิจัย.....	4
1.3 วัตถุประสงค์เฉพาะของการวิจัย	4
1.4 สมมติฐานการวิจัย.....	5
1.5 ขอบเขตการวิจัย.....	5
1.6 นิยามศัพท์เฉพาะ	5
1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	7
บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	8
2.1 ทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม	8
2.2 ทฤษฎีแรงจูงใจ.....	12
2.3 ภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วนในเด็ก	16
2.4 บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน	24
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	50
2.6 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	60
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	61
3.1 รูปแบบการวิจัย.....	61
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	62
3.3 ตัวแปรที่ศึกษา	63
3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	66

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.5 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	72
3.6 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	72
3.7 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	73
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	77
ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์แบบสอบถาม	78
ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	79
ตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถิติพื้นฐาน แรงสนับสนุนทางสังคม แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน.....	82
ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ สถิติพื้นฐาน บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโชนนาการเกินของนักเรียน	92
ตอนที่ 4 การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของตัวแปร	106
ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ การถดถอยพหุแบบขั้นตอน	113
ตอนที่ 6 การวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูต่อการป้องกันภาวะโชนนาการเกินของนักเรียน.....	118
ตอนที่ 7 บทบาทของครูในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโชนนาการเกิน.....	124
ตอนที่ 8 ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะของครูต่อการดำเนินงานป้องกันภาวะโชนนาการของนักเรียน	126
ส่วนที่ 2 แบบประเมินภาวะโชนนาการของนักเรียน.....	127
2.1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง.....	127
2.2 ระดับภาวะโชนนาการของนักเรียน.....	128
2.3 ภาวะโชนนาการของนักเรียนตามระดับชั้นเรียน	129
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	130
5.1 สรุปผลการวิจัย	132
5.2 อภิปรายผลการวิจัย	151
5.3 ข้อเสนอแนะ	161

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บรรณานุกรม.....	164
ภาคผนวก.....	171
ภาคผนวก ก แบบสอบถามบทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของ นักเรียน	171
ภาคผนวก ข แบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน	187
ประวัติผู้วิจัย.....	188



สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
4.1 คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	79
4.2 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากผู้บริหารโรงเรียนจำแนกตามรายชื่อ	82
4.3 ระดับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ จากผู้บริหารโรงเรียน	84
4.4 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารจำแนกตามรายชื่อ	85
4.5 ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารจากผู้บริหารโรงเรียน	87
4.6 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ จำแนกตามรายชื่อ.....	87
4.7 ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของจากผู้บริหารโรงเรียน	89
4.8 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินจากผู้บริหารโรงเรียนจำแนกตามรายชื่อ..	89
4.9 ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินจากผู้บริหารโรงเรียน.....	91
4.10 ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน	91
4.11 การปฏิบัติของครูต่อการดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน จำแนกตามรายชื่อ.....	92
4.12 ระดับการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน	94
4.13 การปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน	95
4.14 ระดับการปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน	97
4.15 การปฏิบัติงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัยจำแนกตามรายชื่อ	98
4.16 ระดับปฏิบัติของครูต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัย	99
4.17 การปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ	101
4.18 ระดับการปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ	102

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.19 การจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินจำแนกตามรายชื่อ.....	103
4.20 ระดับปฏิบัติต่อ การจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน.....	104
4.21 ระดับการปฏิบัติของครู ต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน	105
4.22 ความสัมพันธ์ระหว่างระยะเวลาการปฏิบัติงานของครู กับบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน.....	106
4.23 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการอบรม กับระดับการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน.....	107
4.24 ความสัมพันธ์ระหว่าง ระยะเวลาที่เข้าอบรมหรือร่วมประชุมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการในเด็กครั้งสุดท้าย กับระดับการปฏิบัติของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน.....	107
4.25 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม กับการปฏิบัติของครูต่อระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน	109
4.26 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ทั้ง 4 ด้าน กับการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน	110
4.27 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ.....	111
4.28 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน	112
4.29 สัมประสิทธิ์การถดถอยของแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน.....	114
4.30 สัมประสิทธิ์การถดถอยการสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน	115

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.31 สัมประสิทธิ์การถดถอยพหุแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อการดำเนินงานโรงเรียน ส่งเสริมสุขภาพ.....	116
4.32 สัมประสิทธิ์การถดถอย ของแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการจัด อาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน	117
4.33 ระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน	118
4.34 ระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (ทั้ง 4 ด้าน).....	123
4.35 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูต่อบทบาทการป้องกัน ภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (รวมทั้ง 4 บทบาท).....	124
4.36 บทบาทของครูในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน	124
4.37 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	128
4.38 ระดับภาวะโภชนาการของนักเรียน	128
4.39 ภาวะโภชนาการของนักเรียนตามระดับชั้นเรียน	129

สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
2.1 ภาพแทรกซ้อนของเด็กอ้วน กระดูกผิดปกติ ขาโก่ง ข้อกระดูกเสื่อม	20
2.2 รอยปื้นดำที่คอ	21
2.3 รอยปื้นดำที่รักแร้	21
2.4 การติดเชื้อมีผิวหนัง	22
2.5 Cushing Syndrome in a 6-Month-Old Infant due to Adrenocortical Tumor.....	23
2.6 เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศหญิง	37
2.7 เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชาย	38
2.8 ชงโภชนาการ.....	42
2.9 กรอบแนวคิดในการวิจัย	60



บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัญหาสุขภาพที่รุนแรงในศตวรรษที่ 21 คือ โรคอ้วนที่พบเพิ่มขึ้นในเด็กทั่วโลกซึ่งเป็นสาเหตุของโรคเบาหวานชนิดที่ 2 เนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการรับประทานอาหาร และการดำเนินชีวิต ที่ขาดการเคลื่อนไหว ขาดการออกกำลังกาย และเล่นเกมมือถือ ส่งผลต่ออัตราความชุกของโรคอ้วนในเด็กอายุ 5-19 ปีที่เพิ่มสูงขึ้น ปัญหาสาธารณสุขสำคัญของหลายประเทศ จึงเป็นภาวะน้ำหนักเกินและโรคอ้วนที่มีมากขึ้น จากรายงานองค์การอนามัยโลก ในปี พ.ศ. 2548 มีประชากรโลกประมาณ 1,600 ล้านคนที่มีภาวะน้ำหนักเกิน และ 400 ล้านคนอยู่ในภาวะอ้วน โดยปี พ.ศ. 2558 ประชากรโลกที่มีภาวะน้ำหนักเกินนี้จะเพิ่มเป็น 2,300 ล้านคน และมีโรคอ้วนเพิ่มเป็น 700 ล้านคน องค์การควบคุมและป้องกันโรคเรื้อรัง (Centers for Disease Control and Prevention: CDC) พบว่าในปี ค.ศ. 2008 เด็กอเมริกันอายุ 6-11 ปี เป็นโรคอ้วนร้อยละ 18.8 ซึ่งเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 8 เมื่อปี ค.ศ.1980 และจากการศึกษาระยะยาวในเด็กอเมริกัน พบว่า ร้อยละ 32 ของเด็กอ้วน มีร้อยละ 40 ที่มีภาวะอ้วนเมื่อเป็นวัยรุ่น และร้อยละ 75 ถึง 80 ที่วัยรุ่นอ้วนเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่และยังคงมีภาวะอ้วน (กองสุศึกษา, 2557: 1)

ประเทศไทยเป็นประเทศที่มีอัตราการเพิ่มของโรคอ้วนในเด็ก (Childhood Obesity) รวดเร็วที่สุดในยุคนี้ สาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาโรคอ้วนในเด็กไทยคือ พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่มีประโยชน์ เช่น บริโภค อาหารขยะ (Junk food) บริโภคอาหารเกินความต้องการของร่างกาย และดื่มน้ำหวาน น้ำอัดลม เป็นต้น โดยพฤติกรรมการบริโภคของเด็กส่งผลถึงประสิทธิภาพในการเรียน สติปัญญา และคุณภาพพลเมืองในอนาคต ซึ่งถือเป็นปัญหาสำคัญของประเทศที่ทุกฝ่ายต้องเร่งให้ความรู้แก่เด็กเพื่อปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคให้เหมาะสม เช่น การเลือกรับประทานอาหารที่สะอาดและมีคุณภาพ การออกกำลังกาย การกระตุ้นครอบครัว และชุมชนรอบตัวให้เห็นความสำคัญซึ่งในทางการแพทย์ ภาวะ “อ้วน” ถือเป็น “โรค” เพราะสามารถก่อให้เกิดโรคอื่น ๆ ตามมา เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูง และมีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหัวใจ โรคทางเดินหายใจ เป็นต้น (กุลกานต์ ฤทธิ์ฤทัย รัตนวราหะ ออนไลน์)

โรงพยาบาลศิริราช ได้รายงาน ผู้รับบริการที่มีภาวะอ้วน อายุ 6-18 ในปี พ.ศ. 2550 จำนวน 125 ราย พบว่า 1 ใน 5 ราย เริ่มมีระดับน้ำตาลในเลือดผิดปกติ และ 100 ราย เป็นเบาหวาน 3 ราย ซึ่งถือว่าเพิ่มขึ้นถึง 3 เท่า เมื่อเทียบกับเด็กและวัยรุ่นทั่วไป นอกจากนี้คนอ้วนลงพุง นอกจากจะเสี่ยงเป็นโรคเบาหวาน ยังเสี่ยงเสียชีวิตจากโรคหัวใจและหลอดเลือดมากขึ้น ที่สำคัญคนอ้วนยังเป็นกลุ่มเสี่ยงติดเชื้อไขหวัด และมีอาการแทรกซ้อนที่รุนแรงได้ง่าย (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ, 2552)

นโยบายเพื่อควบคุมปัญหาภาวะโภชนาการเกินในเด็กได้มีการขับเคลื่อนอย่างต่อเนื่อง (ลัดดา เหมาะสุวรรณ, 2551: 51) โดย สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ได้ออกประกาศห้ามเติมน้ำตาลทรายในนมผงทารกสูตรต่อเนื่อง ตั้งแต่เดือนเมษายน พ.ศ. 2549 นอกจากนี้ยังมีประกาศบังคับใช้ฉลากโภชนาการ ที่มีข้อความทางโภชนาการบนฉลากขนม 7 ชนิดและมีการผลักดันให้ลดปริมาณน้ำตาลทรายในอาหารเสริมสำเร็จรูปสำหรับทารก

นักวิชาการทางสุขภาพได้ให้ความรู้ และหลายหน่วยงานได้จัดกิจกรรม เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนตระหนักถึงภาวะอ้วน ทั้งภาครัฐ และภาคเอกชน ในส่วนของโรงเรียนมีการดำเนินงานเพื่อควบคุมปัญหาโรคอ้วนในนักเรียน เช่น โครงการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอ่อนหวาน (สพป. อ่อนหวาน) คือโครงการป้องกันโรคอ้วน ซึ่งเป็นความร่วมมือระหว่าง กรมอนามัยร่วมกับ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ดำเนินงานโครงการ สพป. อ่อนหวาน ตั้งแต่ ปี 2552 เพื่อกระตุ้นให้โรงเรียนทุกแห่งในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา เป็นโรงเรียนปลอดน้ำอัดลมเต็มพื้นที่ (สำนักส่งเสริมสุขภาพ, 2555: 29)

ผลการดำเนินงาน ปี 2552-2554 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา ที่ผ่านการประเมินเป็น โรงเรียน สพป. อ่อนหวาน จำนวน 60 แห่ง จากจำนวนโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา ทั่วประเทศ 175 แห่ง ดังนั้น เพื่อขยายการดำเนินงานตามนโยบายโรงเรียนปลอดน้ำอัดลมอย่างต่อเนื่อง ในปี 2555 กรมอนามัยจึงได้จัดทำโครงการ โรงเรียน สพป. อ่อนหวาน โดยมีเกณฑ์ ดังนี้

1. เลือกประเมินโรงเรียนที่มีการสอนชั้นอนุบาลและหรือประถมศึกษาเฉพาะโรงเรียนที่อยู่ในความดูแลของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเท่านั้น
2. สุ่มประเมินโรงเรียน ร้อยละ 5 ของจำนวนโรงเรียนทั้งหมดที่อยู่ในความรับผิดชอบของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา นั้นๆ แต่รวมไม่ต่ำกว่า 5 โรงเรียน (ถ้ามีหลายอำเภอก็เฉลี่ยประเมินให้ทั่วทุกอำเภอ)
3. ขนาดของโรงเรียนที่จะประเมินให้สัดส่วนในการประเมินโรงเรียน ดังนี้

โรงเรียนประถมศึกษาขนาดใหญ่ : โรงเรียนขนาดกลาง และขนาดเล็ก : โรงเรียนเอกชน = 2 : 2 : 1 ตัวอย่างเช่น ร้อยละ 5 ของโรงเรียนในเขตรับผิดชอบ = 10 โรงเรียน ต้องใช้โรงเรียนขนาดใหญ่ 4 โรงเรียน ขนาดกลาง และขนาดเล็ก 4 โรงเรียน โรงเรียนเอกชน 2 โรงเรียน ผลการดำเนินงานในปี 2555 ที่สำคัญ ดังนี้

1) ประชาสัมพันธ์โครงการผ่าน เว็บไซต์ ยี่มสดไอ และ เว็บไซต์ สพฐ. เพื่อเชิญชวนโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาที่ยังไม่ผ่านเกณฑ์การประเมินเข้าร่วมโครงการ

2) โรงเรียนปลอดน้ำอัดลมที่ประเมินตนเองผ่านเกณฑ์การประเมินโรงเรียน สพพ. อ่อนหวาน จำนวน 34 แห่ง จาก 62 แห่ง โดยได้รับโล่เกียรติยศและใบเกียรติบัตร

ปัญหาโรคอ้วนในเด็กนี้จะส่งผลให้เกิดปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรังเพิ่มขึ้นในผู้ใหญ่ เป็นภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพที่อาจกระทบต่อเศรษฐกิจของประเทศ จึงเป็นปัญหาที่ต้องได้รับการแก้ไขอย่างรวดเร็ว โดยความร่วมมือของฝ่ายที่เกี่ยวข้อง และบูรณาการทุกระดับ ด้วยมาตรการในการป้องกันควบคุม คัดกรองและบำบัดรักษาที่ครอบคลุมกลุ่มปัจจัยด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภค การมีกิจกรรมทางกายและปัจจัยแวดล้อมที่มีผลต่อพฤติกรรมของบุคคล

พ.ศ. 2558 พบเด็กก่อนวัยเรียนในประเทศไทย เป็นเด็กมีภาวะโภชนาการเกินในสัดส่วนที่สูงถึง 1 ใน 5 กล่าวคือ เด็ก 5 คน จะมีภาวะโภชนาการเกิน 1 คน ส่วนเด็กในวัยเรียน จะมีสัดส่วนของภาวะโภชนาการเกิน 1 ใน 10 ซึ่งนับว่าอุบัติการณ์โรคโภชนาการเกินในเด็กไทยเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว (สำนักโภชนาการ: ออนไลน์) จากรายงานการเฝ้าระวังภาวะการเจ็บเรื้อรังของเด็กไทยอายุ 5-14 ปี ในปีการศึกษา 2557 เขต 4 ประกอบด้วย 8 จังหวัด คือ นครนายก นนทบุรี ปทุมธานี อุทัยธานี ลพบุรี สระบุรี สิงห์บุรี และอ่างทอง มีภาวะอ้วนจำนวน 322,385 คน โดยจังหวัดนนทบุรี พบว่ามีจำนวนเด็กที่ ภาวะโภชนาการเกิน 64,598 คน คิดเป็นร้อยละ 10.46 (รายงานการตรวจราชการ เขต 4 ปี 2558) โดย ในปี พ.ศ. 2558 รัฐบาลได้มีนโยบายให้กระทรวงสาธารณสุขดูแลด้านสุขภาพเด็กวัยเรียน ช่วงอายุ 5 – 14 ปี ให้มีการเจริญเติบโตสมวัย ไม่อ้วน มีสติ รู้คิด มีทักษะชีวิต ดังนั้น กระทรวงสาธารณสุข ได้ตั้งเป้าหมายตัวชี้วัด ไว้เป็นลำดับสำคัญเพื่อใช้ในการประเมินและติดตามผลการดำเนินงานให้มีประสิทธิภาพ โดยกำหนดให้มีตัวชี้วัดระดับกระทรวง คือ เด็กวัยเรียนมีภาวะเริ่มอ้วน และอ้วนลดลงไม่เกินร้อยละ 10 (สำนักโภชนาการ, 2559: 8)

นักเรียนที่มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ในเบื้องต้นสถานศึกษามอบหมายให้ครูอนามัย ครูประจำชั้นหรือครูประจำสายชั้น ดำเนินการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ประเมินภาวะโภชนาการ การสังเกต และสอบถามข้อมูลประวัติการเจ็บป่วยของนักเรียนในชั้นเรียน จัดให้มีการสร้างอาสาสมัครแกนนำนักเรียน ด้านสุขภาพ พัฒนาสุขภาพจิต (จิตวิทยา) มีการประเมินและให้การดูแลกลุ่มเสี่ยง ร่วมกับ

ผู้ปกครอง และจัดทำแผนการเรียนการสอนด้านสุขภาพ มีการประสานงานกับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล หรือโรงพยาบาลซึ่งเป็นเขตดูแลสุขภาพนักเรียน ในการจัดทำหลักสูตรด้านสุขภาพขั้นพื้นฐาน เพื่อสร้างความรู้ และปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง หากนักเรียนมีภาวะโภชนาการเกินต้องชี้แจงข้อมูลสุขภาพของนักเรียนให้ผู้ปกครองทราบ และจัด กิจกรรม การรักษาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค และฟื้นฟูสภาพ (กระทรวงสาธารณสุข, 2552: 34, 40)

การจัดการจำหน่ายอาหารในโรงเรียนและบริเวณรอบโรงเรียน โดยมีการประชาคมร่วมกับผู้ปกครองโรงเรียน ผู้ค้าและองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นเพื่อหามาตรการร่วมกันที่ไม่มีการจำหน่ายอาหารที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพของนักเรียน และเป็นการสร้างพฤติกรรมการบริโภคที่ดี เช่น โรงเรียนและบริเวณด้านนอกโรงเรียน ไม่ควร มีการจำหน่าย ขนมกรุบกรอบ น้ำอัดลม ลูกอม เป็นต้น

จากปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาบทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน โดยมีแนวคิดว่า การตัดสินใจส่วนใหญ่ของบุคคลนั้นจะขึ้นกับอิทธิพลของบุคคลที่มีความสำคัญ และมีอำนาจเหนือคนผู้นั้น ซึ่งจะช่วยให้บุคคลสามารถปฏิบัติงานได้อย่างเต็มความสามารถซึ่งหมายถึงผู้บังคับบัญชาของครู ซึ่งเป็นปัจจัยภายนอก รวมทั้งกระบวนการที่จะทำให้ครูเกิดความตั้งใจ มุ่งมั่นในการปฏิบัติหน้าที่ให้บรรลุเป้าหมาย โดยนำแนวคิดแรงสนับสนุนทางสังคม และแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูมาประยุกต์ในการศึกษาครั้งนี้

1.2 คำถามการวิจัย

1.2.1 แรงสนับสนุนทางสังคมของผู้บริหารโรงเรียนมีผลต่อบทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนโรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานอย่างไร

1.2.2 แรงจูงใจมีผลต่อบทบาทการปฏิบัติหน้าที่ของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนอย่างไร

1.3 วัตถุประสงค์เฉพาะของการวิจัย

1.3.1 เพื่อศึกษาการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน 4 ด้าน คือ 1) แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ 2) แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร 3) แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ 4) แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ต่อ บทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน โรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี

1.3.2 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง แรงสนับสนุนทางสังคม 4 ด้าน ต่อบทบาทในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

1.3.4 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน คือ ด้านลักษณะงาน ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ และด้านสภาพการทำงาน

1.3.5 เพื่อศึกษาบทบาทของครูในการช่วยเหลือนักเรียนเมื่อมีปัญหาภาวะโภชนาการเกิน

1.4 สมมติฐานการวิจัย

1.4.1 แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับบทบาทของครู ในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน บทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน การดำเนินงาน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และ บทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

1.4.2 แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู มีความสัมพันธ์ กับบทบาทในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

1.5 ขอบเขตการวิจัย

1.5.1 ขอบเขตด้านเนื้อหา ประกอบด้วยทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม ทฤษฎีแรงจูงใจและแนวคิด การป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ และการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

1.5.2 ขอบเขตด้านพื้นที่ การเก็บข้อมูลการศึกษาวิจัยเฉพาะ โรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา เขต 1 ในอำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี

1.5.3 ขอบเขตด้านประชากร คือ ครู และนักเรียน โรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา เขต 1 ในอำเภอบางกรวยจังหวัดนนทบุรี

1.5.4 ขอบเขตด้านระยะเวลา ดำเนินการศึกษาวิจัยในเวลา 1 ปี 8 เดือน ตั้งแต่ พฤษภาคม 2559 – ธันวาคม 2560

1.6 นิยามศัพท์เฉพาะ

1.6.1 บทบาทของครู ต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน หมายถึง ครูปฏิบัติงานที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ได้แก่การปฏิบัติตามระบบการป้องกันปัญหาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในองค์ประกอบด้านโภชนาการ และอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ และ การจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

1.6.2 แรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ครู ได้รับการสนับสนุนการปฏิบัติงานจากผู้บริหารโรงเรียนในด้าน การป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน 4 ด้าน คือ ด้านอารมณ์ (Emotion Support) ได้แก่การรับฟังความคิดเห็น ด้านข้อมูลข่าวสาร (Information Support) คือการได้รับคำแนะนำปรึกษา ด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ (Instrumental Support) โดยได้รับการสนับสนุนวัสดุอุปกรณ์ที่จำเป็นในการปฏิบัติงาน ทั้งการสนับสนุนบุคลากร และงบประมาณในการดำเนินงาน และการสนับสนุนด้านการประเมินผล (Appraisal Support) ด้วยการให้ข้อมูลย้อนกลับให้ข้อเสนอแนะ ให้กำลังใจ และการยอมรับผลงาน

1.6.3 แรงจูงใจ หมายถึง ปัจจัยหรือสิ่งต่าง ๆ ที่มากระตุ้นหรือชักนำให้ครูแสดงพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติหน้าที่ เพื่อให้บรรลุเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ เพื่อการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ได้แก่ ปัจจัยด้านลักษณะงาน ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูและผู้ร่วมงาน ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ และด้านสภาพการทำงานซึ่งส่งผลต่อความพอใจในบทบาทหน้าที่ในการดูแลนักเรียนด้านภาวะโภชนาการ ให้เจริญเติบโตสมวัย เพื่อส่งเสริมและพัฒนาสมองและปัญญา

1.6.4 ภาวะโภชนาการเกิน หมายถึง นักเรียนมีสภาวะของร่างกายที่ได้รับอาหารหรือสารอาหารบางอย่างเกินกว่าที่ร่างกายต้องการ เกิดการสะสมพลังงาน หรือสารอาหารบางอย่างไว้จนน้ำหนักเกิน เกิดภาวะเริ่มอ้วน และ โรคอ้วน

1.6.5 การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ หมายถึง ครูดำเนินงานเฝ้าระวังและติดตามภาวะโภชนาการของนักเรียน แนวโน้มการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย โดยการนำน้ำหนักและส่วนสูงเปรียบเทียบกับเกณฑ์ในกราฟ เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียนอายุระหว่าง 5-18 ปี ของกรมอนามัย เพื่อประเมินความอ้วน ความผอมของนักเรียน หากพบว่านักเรียนมีแนวโน้มภาวะการณ้เจริญเติบโตไม่ดี ต้องดำเนินการหาทางป้องกัน

1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1.7.1 ได้ข้อมูลบทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน โรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี เพื่อนำข้อมูล ไปพัฒนาศักยภาพของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนให้มีประสิทธิภาพและต่อเนื่อง

1.7.2 เพื่อนำปัญหาและอุปสรรคของการดำเนินงาน การป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนโรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ไปวางแผนปรับปรุงและพัฒนาให้สอดคล้องกับความต้องการของชุมชน



บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยบทบาทของครู ต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนโรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรีครั้งนี้ผู้วิจัย ได้นำแนวคิดทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาเป็นแนวทางการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

- 2.1 ทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม
- 2.2 ทฤษฎีแรงจูงใจ
- 2.3 ภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วนในเด็ก
- 2.4 บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการของโรงเรียน
- 2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- 2.6 กรอบแนวคิดในการวิจัย

2.1 ทฤษฎีแรงสนับสนุนทางสังคม

แรงสนับสนุนทางสังคม (Social Support) จากการศึกษาทางด้านจิตวิทยาสังคม พบว่า การตัดสินใจส่วนใหญ่ของคนนั้นจะขึ้นกับอิทธิพลของบุคคลที่มีความสำคัญ และมีอำนาจเหนือคนผู้นั้น ซึ่งจะช่วยให้บุคคลสามารถปฏิบัติงานได้อย่างเต็มความสามารถ เนื่องจากการสนับสนุนทางสังคมทำให้บุคคลรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง รู้สึกว่าตนเป็นที่รัก และเป็นที่ต้องการ อันจะเป็นแรงสนับสนุนให้บุคคลพยายามแก้ปัญหาที่จะเกิดขึ้นได้อย่างเหมาะสม

2.1.1 ความหมายของแรงสนับสนุนทางสังคม

แรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึง ผู้รับแรงสนับสนุน ได้รับความช่วยเหลือด้าน ข้อมูล ข่าวสาร วัสดุสิ่งของหรือการสนับสนุนด้านจิตใจจากผู้ให้การสนับสนุน ซึ่งอาจเป็นบุคคล หรือกลุ่มแรงสนับสนุนนั้นมีผลให้ผู้รับได้ปฏิบัติไปในทิศทางที่ต้องการ โดยที่ แรงสนับสนุนทางสังคมมีบทบาทต่อ พฤติกรรมของคน ทั้งด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต การป้องกันโรค การส่งเสริมสุขภาพ และการปฏิบัติตามคำแนะนำของบุคลากร ซึ่ง Kaplan, Cassel and Gore (1977: 50-51) ได้ให้ความหมายของการสนับสนุนทางสังคมว่า เป็นความพึงพอใจต่อความจำเป็นพื้นฐานทางสังคม ในแต่ละบุคคล ซึ่งได้รับจากสภาพแวดล้อมในสังคมของคนนั้น ๆ ได้แก่การได้รับความรัก การยกย่อง การเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และการได้รับความปลอดภัย โดยที่ Kahn (1979: 77-78) ให้ความหมายว่า การสนับสนุนทาง

สังคม เป็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลอย่างมีจุดหมาย ทำให้เกิดความผูกพันในแง่ดีจากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันในด้านเงินทอง สิ่งของหรืออื่น ๆ ซึ่งสิ่งเหล่านี้อาจเกิดเพียงอย่างเดียวหรือมากกว่าหนึ่งอย่าง สอดคล้องกับ Barerra, Sandler, & Ramsey (1981 อ้างถึงใน Cohen et al., 2000: 3-25) ให้ความหมายของแรงสนับสนุนทางสังคมว่า ประกอบด้วยการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลซึ่งรวมไปถึงการแสดงความรู้สึกในทางที่ดีของบุคคลหนึ่งแก่บุคคลหนึ่ง การให้ความมั่นใจในการประพฤติปฏิบัติของบุคคลนั้นว่าเป็นสิ่งที่ดีหรือถูกต้อง การให้ความเห็นและการช่วยเหลือด้านสิ่งของ โดยผู้ให้แรงสนับสนุนทางสังคมต้องให้ในสิ่งที่ผู้รับต้องการ หรือรับรู้ถึงสิ่งนั้น ผลลัพธ์ในทางด้านบวกจึงจะเกิดขึ้น

โดยสรุป แรงสนับสนุนทางสังคม หมายถึงการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล จากบุคคลหนึ่งไปยังอีกบุคคลหนึ่ง ด้วยการให้ความสนใจ ให้การช่วยเหลือ ยกย่อง และให้กำลังใจ โดยแสดงออกด้วยการ ให้การสนับสนุนด้านจิตใจ คือ ความรัก ความหวังใจ ความหวังดี การให้ข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์ ช่วยเหลือด้านวัสดุสิ่งของซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้รับมีความต้องการ อีกทั้งช่วยชี้แนะให้การทำงานประสบความสำเร็จ โดยผู้รับการสนับสนุนรับรู้ และเกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีประโยชน์ เป็นที่ยอมรับ และเป็นส่วนหนึ่งของสังคม

2.1.2 หลักการที่สำคัญของแรงสนับสนุนทางสังคม

แรงสนับสนุนทางสังคม ประกอบด้วย องค์ประกอบที่สำคัญ ดังต่อไปนี้

1. มีการติดต่อสื่อสารระหว่าง ผู้ให้ และผู้รับแรงสนับสนุน
2. ลักษณะของการติดต่อสื่อสารประกอบด้วย
 - 1) ข้อมูลข่าวสารมีลักษณะที่ ผู้รับ มีความรู้สึก มีกำลังใจและเชื่อว่ามีคนสนใจเอาใจใส่ และมีความรัก ความหวังดีในตนอย่างจริงใจ
 - 2) ข้อมูลข่าวสารมีลักษณะที่ ผู้รับ รู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่าและเป็นที่ยอมรับในสังคม
 - 3) ข้อมูลข่าวสารมีลักษณะที่ ผู้รับ เชื่อว่าเขาเป็นส่วนหนึ่งของสังคม และสามารถทำประโยชน์แก่สังคมได้
 - 4) ปัจจัยนำเข้าของแรงสนับสนุนอาจอยู่ในรูปข้อมูลข่าวสาร วัสดุสิ่งของหรือสิ่งสนับสนุนด้านจิตใจ
 - 5) มีส่วนช่วยให้ผู้รับได้บรรลุถึงจุดหมายการดูแลสุขภาพที่ต้องการ คือการมีสุขภาพที่ดี

2.1.3 ประเภทของแรงสนับสนุนทางด้านสังคม

House (1981: 23) ได้แบ่งรูปแบบของการสนับสนุนทางสังคม ออกเป็น 2 แบบ คือ แบบที่ 1 รูปแบบของการให้การสนับสนุนทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับงาน (Work Related Source of Support) โดยรูปแบบดังกล่าวนี้ มีลักษณะของความสัมพันธ์ที่เป็นทางการ และการสนับสนุนการให้ความช่วยเหลือในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน ลักษณะการช่วยเหลือจึงเป็นการเฉพาะเจาะจงกับการทำงาน ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เช่นผู้บังคับบัญชา และผู้ร่วมงาน

แบบที่ 2 รูปแบบของการให้การสนับสนุนทางสังคมที่ไม่เกี่ยวข้องกับการทำงาน (Non Work Source of Support) และ ลักษณะความสัมพันธ์ของการสนับสนุนทางสังคม ที่ไม่เป็นทางการ และไม่เกี่ยวข้องกับบทบาทการทำงาน เช่น คู่สมรส บิดามารดา ญาติสนิท และเพื่อนบ้าน เป็นต้น นอกจากนี้ House (1981: 137) ได้แบ่งการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 4 ประเภท

การสนับสนุนทางสังคม 4 ประเภท ได้แก่

1. แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ (Emotion Support) คือการดูแลเอาใจใส่ การให้ความไว้วางใจ ห่วงใย รับฟังความคิดเห็น การยอมรับในความสามารถ เห็นคุณค่า และยกย่อง เป็นส่วนหนึ่งขององค์กร หรือหน่วยงาน

2. แรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร (Information Support) คือการให้การสนับสนุนข้อมูลข่าวสาร การการให้คำแนะนำ ให้การศึกษา ซึ่งสามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหาการทำงานในเรื่องที่เกี่ยวข้องได้

3. แรงสนับสนุนทางสังคมด้านเครื่องมือหรือสิ่งของ (Instrumental Support) คือการช่วยเหลือโดยตรง ด้านวัสดุ สิ่งของ อุปกรณ์ แรงงาน เงิน และเวลา

4. แรงสนับสนุนโดยการประเมินการทำงาน (Appraisal Support) ได้แก่ การให้ข้อมูลย้อนกลับ การให้การรับรอง การให้โอกาสพัฒนางาน และการยอมรับผลสำเร็จของงาน

ในทางสังคมศาสตร์ และพฤติกรรมศาสตร์ มีการศึกษาทั้งในต่างประเทศ และในประเทศไทย โดยศึกษาผลการสนับสนุนทางสังคมต่อมนุษย์ ไว้มากมายประเด็น โดยเฉพาะระบบบริการสุขภาพ เช่น การศึกษาถึงผลการสนับสนุนทางสังคม ต่อพฤติกรรมสุขภาพ และคงไว้ซึ่งสุขภาพของมนุษย์ นอกจากนี้ยังพบว่าบุคคลที่ได้รับการสนับสนุนอย่างเพียงพอ จะช่วยลดความเครียด สามารถปรับตัวได้เหมาะสม ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ทั้งนี้เพราะการดำรงอยู่ของมนุษย์และความสัมพันธ์ของมนุษย์ในสังคม มีลักษณะเป็นเครือข่ายที่ต้องการการพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน มีความไว้วางใจ และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน การแลกเปลี่ยนความคิดเห็น และความรู้สึกซึ่งกันและกัน เพื่อให้บรรลุความต้องการในด้านสรีรวิทยา เกิดความรู้สึกมั่นคง รู้สึกเป็นที่ยอมรับของคนในสังคม

จากแนวความคิดนี้ กอททลีบ (Gottlieb, 1985: 5-22) ได้แบ่งระดับของการสนับสนุนทางสังคม ออกเป็น 3 ระดับคือ

1. ระดับมหภาค หรือระดับกว้าง (Macro level) เป็นการพิจารณาถึงการมีส่วนร่วมในสังคม จากลักษณะต่าง ๆ เช่น ความสัมพันธ์กับสถาบันสังคม การเข้าร่วมกับกลุ่มต่าง ๆ ด้วยความสมัครใจ การดำเนินชีวิตแบบไม่เป็นทางการในชุมชน

2. ระดับกลาง หรือระดับกลุ่ม (Mezzo level) เป็นความสัมพันธ์ ในระดับเฉพาะกลุ่มบุคคลที่มีการติดต่อกัน เช่น กลุ่มเพื่อนที่ใกล้ชิด

3. ระดับจุลภาค หรือระดับเล็ก (Micro level) เป็นระดับความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดที่สุด เพราะเชื่อว่าสิ่งสำคัญของการสนับสนุนทางสังคม มาจากการให้การสนับสนุนทางอารมณ์อย่างลึกซึ้ง ซึ่งผู้ให้การสนับสนุนเป็นบุคคลใกล้ชิด เช่น สามีภรรยา หรือคนรัก เป็นต้น

ในการวิจัยครั้งนี้ การสนับสนุนทางสังคม หมายถึงการสนับสนุนทางสังคม ประเภทที่เกี่ยวข้องกับงาน (Work Related Source of Support) ซึ่งมีความสัมพันธ์อย่างเป็นทางการ ในการให้ความช่วยเหลือในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน ลักษณะการช่วยเหลือจึงเป็นการเฉพาะเจาะจง ได้แก่ผู้บังคับบัญชา ของครู ในโรงเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ซึ่งหมายถึง ผู้อำนวยการโรงเรียน รองผู้อำนวยการโรงเรียน หรือผู้ช่วยผู้อำนวยการโรงเรียน ได้ให้แรงสนับสนุนทางสังคม ในการช่วยเหลือ สนับสนุนให้ครู สามารถปฏิบัติงานการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ได้อย่าง ลุล่วง และมีประสิทธิภาพ โดยการสนับสนุนประกอบด้วย การช่วยเหลือเพื่อตอบสนองความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ในสังคม ที่มีการติดต่อปฏิสัมพันธ์ ซึ่งกันและกัน ทั้งในด้าน กาย จิตใจ หรือทางด้านวัตถุ สิ่งของ รวมทั้งการช่วยเหลือทางด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านทรัพยากร แรงงาน วัสดุ อุปกรณ์ การเงิน การให้คำแนะนำ การให้คำปรึกษา เสนอแนะ หรือได้รับการ ประคับประคองด้านอารมณ์ และจิตใจ ได้แก่ ได้รับการยอมรับ การดูแลเอาใจใส่ ได้รับความสนิทสนม ให้ความคุ้นเคย การได้รับความไว้วางใจ มองเห็นคุณค่า ยกย่อง ให้เกียรติ และยอมรับให้เป็น ส่วนหนึ่งของสังคม บุคคลจะเกิดความภาคภูมิใจในการได้มีส่วนร่วมและได้รับความรู้สึกที่ตนเองเป็นเจ้าของสังคมด้วย แรงสนับสนุนทางสังคมที่ประยุกต์ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ แรงสนับสนุนทางสังคม จากผู้บริหารโรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ใน 4 ด้าน คือแรงสนับสนุนด้านอารมณ์ แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร แรงสนับสนุนด้านเครื่องมือหรือสิ่งของ และแรงสนับสนุนด้านการประเมินผลงาน

2.2 ทฤษฎีแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจมีหลายทฤษฎีและแตกต่างกันไป ทุกทฤษฎีต่างก็มีความคล้ายคลึงกันเป็นทฤษฎีทางจิตวิทยาที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ ในการศึกษาครั้งนี้เนื้อหาทฤษฎีมุ่งเน้นกระบวนการที่สำคัญ และเกี่ยวข้องกับการศึกษา ได้แก่ทฤษฎี ดังต่อไปนี้

2.2.1 ทฤษฎีแรงจูงใจของเฟรดเดอริคเทย์เลอร์ (Frederic W. Taylor)

เทย์เลอร์ได้ชื่อว่าเป็นบิดาแห่งการบริหารงานแบบวิทยาศาสตร์ โดยพื้นฐานความรู้ทางด้านวิศวกรรม ได้นำเสนอทฤษฎีการบริหารงานแบบวิทยาศาสตร์ ซึ่งเห็นว่าสิ่งจูงใจทางเศรษฐกิจเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดที่จูงใจให้พนักงานแต่ละคนทำงาน จำนวนเงินที่พนักงานได้รับจะมีความสำคัญมากกว่าลักษณะของงานที่ปฏิบัติ โดยพนักงานพอใจที่จะทำงานอะไรก็ได้ ที่ช่วยให้เขาได้รับค่าจ้างมากพอ (วรเดช จันทรศร, 2544: 32)

2.2.2 ทฤษฎีลำดับขั้นตอนความต้องการของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchy Need)

มาสโลว์ ได้พัฒนาแนวคิดว่าความต้องการของมนุษย์มีขั้นตอน โดยเห็นว่า เมื่อความต้องการอย่างหนึ่งได้รับการตอบสนองจนเป็นที่พอใจแล้ว ความต้องการขั้นที่สูงกว่าก็จะเกิดขึ้น เรียกว่าพื้นฐานความต้องการของมนุษย์ (Basic Need) ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่

1. ความต้องการทางร่างกาย (Physiological Needs) เป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์อันเป็นสิ่งจำเป็นในการดำรงชีวิต เช่น น้ำ อาหาร อากาศ ที่อยู่อาศัย การพักผ่อน เป็นต้น
2. ความต้องการความปลอดภัย (Safety Needs) เมื่อได้รับการตอบสนองทางร่างกายแล้วขั้นต่อไปคือความต้องการความปลอดภัยต่าง ๆ ได้แก่ความมั่นคงในชีวิต ไม่ว่าจะเป็นอาชีพ หรือ การทำงาน เป็นความต้องการที่จะทำให้เกิดความรู้สึกปลอดภัยในชีวิต
3. ความต้องการทางสังคม (Social Needs) เป็นความต้องการขั้นที่ 3 เมื่อความต้องการในขั้นที่ 1 และ 2 ได้รับการตอบสนองแล้ว มนุษย์จะมีความต้องการสังคม ต้องการเพื่อน ต้องการความรัก ความเป็นมิตรจากบุคคลอื่น ๆ
4. ความต้องการได้รับการยกย่องสรรเสริญ (Esteem needs) เป็นความต้องการ การยอมรับจากบุคคลอื่น การมีเกียรติ มีชื่อเสียงในสังคม อยากมีตำแหน่งมีอำนาจ เป็นต้น
5. ความต้องการความสำเร็จสมหวังในชีวิต (Self – Actualization Needs) เมื่อความต้องการพื้นฐานขั้นที่ 1 ถึง 4 ได้รับการตอบสนองแล้วในขั้นนี้เป็นความต้องการ ความสำเร็จสมหวังในชีวิตที่บุคคลนั้นปรารถนา เช่น ต้องการเป็นผู้จัดการฝ่าย ต้องการผู้ช่วยผู้จัดการ หรือ ต้องการสร้างสิ่งประดิษฐ์ใหม่ ๆ ในสังคม เป็นต้น

2.2.3 ทฤษฎีแรงจูงใจ ของแมคเกรเกอร์ (Douglas McGregor)

ทฤษฎีนี้ได้เสนอความคิดเกี่ยวกับคนในองค์การเป็นทฤษฎี X และ ทฤษฎี Y โดยจำแนกคนเป็น 2 กลุ่ม (อำนาจชัย บุญศรี, 2556: ออนไลน์) แมคเกรเกอร์ ได้อธิบายว่า พฤติกรรมของมนุษย์มีความแตกต่างกัน 2 ลักษณะ กล่าวคือ ลักษณะแรกเป็นทัศนคติในทางลบ เรียกว่าทฤษฎี X และลักษณะที่สองเป็นทัศนคติในทางบวก เรียกว่าทฤษฎี Y ดังนี้

1. ลักษณะบุคคลตามทฤษฎี X เชื่อว่าบุคคลซึ่งเกี่ยวข้องไม่ชอบทำงานผู้บริหารจึงจำเป็นต้องพยายามกำหนดมาตรฐานในการควบคุมผู้ใต้บังคับบัญชาอย่างใกล้ชิด มีการสั่งการโดยตรง การใช้ระเบียบและหน้าที่การลงโทษจำเป็นต้องมีจูงใจจะเน้นค่าตอบแทนด้านการเงินและผลประโยชน์อื่น ๆ จะเห็นว่าจุดสำคัญของการจูงใจคือ การตอบสนองความต้องการของคนด้วยความต้องการพื้นฐานเท่านั้น เนื่องจากทฤษฎี X จะตั้งอยู่บนข้อสมมติฐานของการตอบสนองความต้องการระดับต่ำ คือความต้องการทางด้านร่างกายและความต้องการความปลอดภัย

2. ลักษณะบุคคลตามทฤษฎี Y เชื่อว่าบุคคลรู้จักหน้าที่ของตนเอง โดยเชื่อว่าในสถานการณ์ และสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม และการใช้วิธีการ หรือแนวทางที่เหมาะสม บุคคลจะควบคุมและสั่งงานด้วยตนเอง ซึ่งเป็นความรับผิดชอบที่มีอยู่ในตัวบุคคลทุกคน นั่นคือแรงจูงใจในการทำงาน ผู้บังคับบัญชาเพียงจัดสภาพแวดล้อมให้เหมาะสมและ วิธีการปฏิบัติงานที่ช่วยให้บุคคลเหล่านี้สามารถประสบความสำเร็จตามเป้าหมายของเขาเอง ควบคู่ไปกับความสำเร็จในเป้าหมายขององค์กรไปพร้อมกันเท่านั้น เนื่องจากทฤษฎี Y จะตั้งอยู่บนสมมติฐานของการตอบสนองความต้องการในระดับสูง คือ ความต้องการทางด้านสังคม ความต้องการชื่อเสียง และความต้องการความสำเร็จในชีวิต

2.2.4 ทฤษฎีความต้องการของอัลเดอร์เฟอร์ (Alderfer's Hierarchy Needs)

ทฤษฎีความต้องการของอัลเดอร์เฟอร์ พัฒนาใช้ในปี ค.ศ. 1972 เรียกว่า ทฤษฎี อีอาร์จี (ERG : Existence-Relatedness-Growth Theory) สืบเนื่องจากได้มีการศึกษาเพื่อทดสอบทฤษฎีความต้องการตามลำดับของ Maslow พบว่าไม่ตรงกับทฤษฎี คือการตอบสนองความต้องการไม่เป็นไปตามลักษณะตามลำดับขั้นของ Maslow ดังนั้น อัลเดอร์เฟอร์ จึงได้เสนอทฤษฎีความต้องการ อีอาร์จี ขึ้น โดยเห็นว่าบุคคลมีความต้องการ 3 ประการคือ

1) ความต้องการมีชีวิตอยู่ (Existence Needs) เป็นความต้องการที่จะตอบสนองเพื่อให้มีชีวิตอยู่ต่อไป ได้แก่ความต้องการทางกายและความต้องการความปลอดภัย

2) ความต้องการมีสัมพันธภาพกับคนอื่น (Relatedness Needs) เป็นความต้องการของบุคคลที่จะมีมิตรสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างอย่างมีความหมาย

3) ความต้องการเจริญก้าวหน้า (Growth Needs) เป็นความต้องการสูงสุด รวมถึงความต้องการได้รับการยกย่องและความสำเร็จในชีวิต

จะเห็นได้ว่าทฤษฎี E R G ของอัลเดอร์เฟอร์ ชี้ให้เห็นถึงความต้องการของมนุษย์ไม่ได้ยึดตามลำดับขั้นของความต้องการ หากความต้องการระดับที่สูง ไม่ได้รับการตอบสนอง ความต้องการระดับต่ำจะถูกกระตุ้นออกมา ซึ่งแตกต่างจาก ทฤษฎี ของ Maslow ที่มีแนวคิดที่ว่าความต้องการของบุคคลต้องเป็นไปตามลำดับขั้น

2.2.5 ทฤษฎีความต้องการความสำเร็จของแมคคลีแลนด (McClelland's Achievement Motivation Theory)

ทฤษฎีความต้องการของแมคคลีแลนดเน้นถึงความต้องการ 3 ประการ (นพรี สัจจาธรรม, 2557: 17) คือ

- 1) ความต้องการประสบความสำเร็จ (Need for Achievement) เป็นความต้องการมีผลงานและบรรลุเป้าหมายที่พึงปรารถนา
- 2) ความต้องการมิตรสัมพันธ์ (Need for Affiliation) เป็นความต้องการมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น
- 3) ต้องการมีอำนาจบารมี เป็นความต้องการให้บุคคลอื่นมีพฤติกรรมตามที่ตนเองต้องการ หรือเป็นความต้องการที่จะมีอำนาจในการบังคับบัญชา และมีอิทธิพลเหนือคนอื่น

2.2.6 ทฤษฎีของ เฮอรัชเบิร์ก (Herzberg and other.)

แนวคิดที่สำคัญ ของเฮอรัชเบิร์ก ประกอบด้วยปัจจัยหรือองค์ประกอบ 2 ประการ ที่มีความสัมพันธ์กับความพึงพอใจและไม่พึงพอใจในการปฏิบัติงาน (อำนาจชัย บุญศรี, 2556: ออนไลน์) ได้แก่ องค์ประกอบจูงใจ (Motivation Factors) และ องค์ประกอบค้ำจุน (Maintenance Factors) หรือองค์ประกอบสุขอนามัย (Hygiene Factors) ดังนี้

1) องค์ประกอบจูงใจ (Motivation Factors) เป็นองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับงานที่ปฏิบัติโดยตรง และเป็นสิ่งจูงใจให้บุคลากรเกิดความพึงพอใจในการทำงาน ประกอบด้วย

(1) ความสำเร็จในการทำงาน (Achievement) หมายถึงการที่บุคคลสามารถทำงานได้เสร็จสิ้นประสบผลสำเร็จอย่างดี สามารถแก้ปัญหาต่างๆเกี่ยวกับงาน และรู้จักป้องกันปัญหาที่เกิดขึ้น

(2) การได้รับการยอมรับนับถือ (Recognition) หมายถึงการได้รับการยอมรับนับถือจากบุคคลในหน่วยงานหรือบุคคลอื่นๆที่มาขอคำปรึกษา ซึ่งอาจแสดงออกในรูปการยกย่องชมเชย การให้กำลังใจ การแสดงความยินดีการแสดงออกที่ทำให้เห็นถึงการยอมรับในความสามารถ

(3) ลักษณะของงาน (Work it Self) หมายถึง งานที่ท้าทาย สนใจ ต้องอาศัยความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ทำทนายให้ลงมือทำ หรือเป็นงานที่มีลักษณะทำตั้งแต่ต้นจนจบโดยลำพัง

(4) ความรับผิดชอบ (Responsibility) หมายถึง การได้รับมอบหมายให้ดูแลงานใหม่ๆ และมีอำนาจอย่างเต็มที่ ไม่มีการตรวจหรือควบคุมอย่างใกล้ชิด

(5) ความก้าวหน้า (Advancement) หมายถึง การได้รับเลื่อนขั้น การเลื่อนตำแหน่งให้สูงขึ้น มีโอกาสได้ศึกษาต่อเพื่อหาความรู้เพิ่มเติม ได้รับการฝึกอบรมดูงาน

2) องค์ประกอบค้ำจุน (Maintenance Factors) หรือองค์ประกอบสุขอนามัย (Hygiene Factors) เป็นองค์ประกอบที่ช่วยป้องกันการปฏิบัติงานของบุคลากรที่จะเกิดความไม่ชอบงานหรือหย่อนประสิทธิภาพลง ประกอบด้วย

(1) เงินเดือน (Salary) หมายถึง สิ่งตอบแทนการปฏิบัติงานในรูปแบบเงินรวมถึงการเลื่อนขั้นเงินเดือนในหน่วยงานนั้น เป็นที่พอใจของบุคคลที่ทำงาน

(2) โอกาสที่จะได้รับความก้าวหน้าในอนาคต (Possibility of Growth) หมายถึง ความน่าจะเป็นที่บุคคลจะได้รับความก้าวหน้าในทักษะวิชาชีพ

(3) ความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา ผู้ใต้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงาน (Interpersonal Relation, Subordinate, Peers) หมายถึง ความสัมพันธ์อันดีต่อกันสามารถทำงานร่วมกัน มีความเข้าใจซึ่งกันและกันเป็นอย่างดี

(4) สถานะของอาชีพ (Status) หมายถึง อาชีพนั้นเป็นที่ยอมรับและนับถือของสังคม มีเกียรติและมีศักดิ์ศรี

(5) นโยบายและการบริหาร (Company Policy and Administration) หมายถึง การจัดการและการบริหารงานขององค์กร การติดต่อสื่อสารภายในองค์กรที่มีประสิทธิภาพ

(6) สภาพการทำงาน (Working Condition) หมายถึง สภาพทางกายภาพของงาน เช่น แสง เสียง อากาศ รวมทั้งลักษณะสิ่งแวดล้อมอื่นๆ เช่น อุปกรณ์หรือเครื่องมือต่างๆ

(7) ชีวิตส่วนตัว (Personal Lift) หมายถึง สภาพความเป็นอยู่ส่วนตัวที่เกี่ยวข้องกับงาน เช่น การไม่ถูกย้ายไปทำงานในที่แห่งใหม่ซึ่งห่างไกลครอบครัว

(8) ความมั่นคงในงาน (Job Security) หมายถึง ความรู้สึกของบุคคล ที่มีต่อความมั่นคงในการทำงาน

(9) การปกครองบังคับบัญชา (Supervision) หรือการนิเทศงาน หมายถึง ความสามารถหรือความยุติธรรมของผู้บังคับบัญชาหรือผู้นิเทศงานในการดำเนินงานและการบริหารงาน ในการศึกษาค้นคว้าวิจัย ได้ประยุกต์องค์ประกอบปัจจัย และ องค์ประกอบค้ำจุน ในการ

ปฏิบัติงานของครู 4 ด้าน คือ ลักษณะของงาน ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ร่วมงาน การได้รับการยอมรับนับถือ และ สภาพการทำงาน

2.3 ภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วนในเด็ก

ภาวะโภชนาการเกิน และโรคอ้วนในวัยเด็ก เป็นสาเหตุของปัญหาสุขภาพหลายระบบ ซึ่งร้อยละ 30-80 ของเด็กเหล่านี้จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ยังคงอ้วนและป่วยด้วยโรคหัวใจและหลอดเลือด โรคเบาหวาน และโรคความดันโลหิตสูง นอกจากนี้ เด็กอ้วนที่ขาดวิตามินและแร่ธาตุอาจตรวจพบได้ยาก การที่พบโรคอ้วนเพิ่มขึ้น ทั้งที่ยังมีปัญหาขาดสารอาหาร จึงเป็นภัยคุกคามต่อสุขภาพของประชาชาติ สถานการณ์ภาวะอ้วนโดยองค์การอนามัยโลกรายงานว่าเด็กที่เป็นโรคอ้วนได้เพิ่มขึ้นทั่วโลกจาก 31 ล้านคนในปี 2533 เป็น 44 ล้านคนในปี 2555 และภายในปี 2568 หรืออีก 10 ปีข้างหน้า คาดการณ์ว่าจะมีเด็กเป็นโรคอ้วนทั่วโลก 70 ล้านคน ในการประชุมสมัชชาอนามัยโลกสมัยที่ 65 (2012 World Health Assembly) ประเทศสมาชิกได้รับข้อตกลงที่จะดำเนินการมุ่งสู่การจัดการภาวะอ้วนในเด็กไม่ให้เพิ่มขึ้น ซึ่งเป็น 1 ใน 6 ข้อ ของเป้าหมายโลกด้านโภชนาการ (Six Global Nutrition Targets) ที่จะพัฒนาภาวะโภชนาการแม่และเด็กให้สำเร็จ (สำนักโภชนาการ, 2557: 3)

องค์การอนามัยโลกรายงานว่า ค่าใช้จ่ายในการรักษาโรคอ้วนคิดเป็นร้อยละ 2 - 6 ของภาระค่าใช้จ่ายด้านสุขภาพและร้อยละ 0.2-1.2 ของผลิตภัณฑ์มวลรวมของประเทศที่พัฒนาแล้วมีการประมาณว่าโรคอ้วนจะเป็นภาระกับผลิตภัณฑ์มวลรวมของประเทศที่กำลังพัฒนา สูงถึงร้อยละ 1.1- 2.1 ภาระค่าใช้จ่ายที่เกิดจากโรคอ้วนนี้อาจทำให้เศรษฐกิจของประเทศกำลังพัฒนาหยุดชะงักได้ โรคอ้วนเป็นผลลัพธ์ของปฏิสัมพันธ์ที่ซับซ้อนระหว่างกรรมพันธุ์กับสิ่งแวดล้อม ส่งผลให้เกิดความไม่สมดุลระหว่างพลังงานที่ร่างกายได้รับกับการใช้พลังงาน ส่วนที่เกินถูกสะสมเป็นไขมันทำให้มีน้ำหนักเกินจนเป็นโรคอ้วน

2.3.1 สาเหตุของโรคอ้วน

โรคอ้วนเกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุ ปัจจัยที่ทำให้เกิดโรคอ้วน ได้แก่ พันธุกรรม สรีรวิทยา และสิ่งแวดล้อมซึ่งปัจจัยทางสิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดเนื่องมาจากสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป และสามารถปรับเปลี่ยนแก้ไขได้ โรคอ้วนในเด็กส่วนใหญ่เกิดจากความผิดปกติของการเผาผลาญพลังงาน เป็นผลจากความไม่สมดุลระหว่างพลังงานที่ได้รับและพลังงานที่เผาผลาญ ทำให้เกิดการสะสมพลังงานในรูปของ Triglycerides ในเนื้อเยื่อไขมันซึ่งอาจเกิดจากปัจจัยต่างๆ (สำนักโภชนาการ, 2558: 10) เช่น

1) **พันธุกรรม** พบว่าเด็กที่มีพ่อแม่พี่น้องอ้วนมีโอกาสที่จะเกิดโรคอ้วนได้ ซึ่งปัจจุบันเชื่อว่า โรคอ้วนเป็นผลจากพันธุกรรมร่วมกับสิ่งแวดล้อม เช่น การรับประทานอาหารและการดำเนินชีวิต

2) **ความผิดปกติของฮอร์โมน** เช่น ขาดฮอร์โมนที่ช่วยในการเจริญเติบโต ขาดฮอร์โมนไทรอยด์ มีฮอร์โมนกลูโคคอร์ติคอยด์เกิน ซึ่งมักพบในกลุ่มเด็กที่อ้วนและเตี้ยที่มีระดับสติปัญญาปกติ

3) โรคหรือกลุ่มอาการที่มีภาวะอ้วนร่วมด้วย

(1) โรคหรือกลุ่มอาการทางพันธุกรรม ได้แก่ Prader-Willi Syndrome ซึ่งเป็นโรคทางพันธุกรรมในเด็กแรกเกิด มีปัญหากล้ามเนื้ออ่อนแอ อ้วนมาก กินจุ แต่ มือ เท้าเล็ก มีความบกพร่องทางสติปัญญา (Medlineplus: ออนไลน์), Laurence-Moon-Biedl Syndrome เป็นความผิดปกติซึ่งถ่ายทอดมาจากครอบครัว มีลักษณะอ้วน มีไขมันในเซลล์มาก จอประสาทตาเสื่อม ความจำผิดปกติ พัฒนาการทางสมองช้า

(2) โรคของระบบต่อมไร้ท่อ Cushing's Syndrome, Hypothyroidism, Growth Hormone Deficiency, Pseudohypoparathyroidism, Hypothalamic Dysfunction, Pseudohypoparathyroidism เป็นความผิดปกติของลักษณะการถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์ มีความบกพร่องในการทำหน้าที่ตอบสนองต่อ Parathyroid Hormone จะมีรูปร่างใหญ่ และเตี้ย หน้ากลม มือ เท้าสั้น และมีความบกพร่องทางปัญญา เป็นต้น (rare diseases: ออนไลน์)

4) **พฤติกรรมการรับประทานอาหารและการดำเนินชีวิต** เช่น รับประทานอาหารและเครื่องดื่มที่ให้พลังงานสูง ขาดการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ดังคำกล่าวของ ประไพ เดชคำธรม, 2559: กล่าวว่า โรคอ้วนในเด็กส่วนใหญ่เกิดจากสาเหตุภายนอก คือการรับประทานอาหารมากกว่าเผาผลาญพลังงาน หรือมีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อย การเลี้ยงดูเด็กในปัจจุบันด้านการกินเป็นผลให้โรคอ้วนในเด็กอุบัติสูงขึ้นมากในเวลาอันสั้น ซึ่งพบว่าเด็กอ้วนมีการบริโภคอาหารที่มีพลังงานสูงแต่คุณค่าทางโภชนาการต่ำ เช่น น้ำหวาน บริโภคผักผลไม้ น้อย บริโภคอาหารที่มีใยอาหารน้อย ไม่รับประทานอาหารเช้า หรือ รับประทานอาหารน้อย นอกจากนี้พบว่า การรับประทานอาหารนอกบ้าน โดยเฉพาะอาหารจานด่วนทำให้เนื้อเยื่อไขมันเพิ่มขึ้น การบริโภคแคลเซียมและผลิตภัณฑ์จากนม น้อย การใช้ชีวิตที่ไม่ขยับเขยื้อนเคลื่อนไหวร่างกาย และจากปัจจัยแวดล้อมที่เอื้อต่อการกิน มากกว่าการใช้พลังงาน มีผู้ตั้งข้อสังเกตว่า การระบาดของโรคอ้วนและเบาหวานในเด็กของประเทศตะวันตกพบหลังการขยายตัวของอุตสาหกรรมอาหารและเครื่องดื่มที่แข่งขันกันโฆษณาและทำกิจกรรมการตลาด กระตุ้นการบริโภคน้ำหวาน น้ำอัดลม น้ำผลไม้ ขนมและอาหารที่มีไขมัน และน้ำตาลสูงอย่างไม่มีขีดจำกัด สถานการณ์เช่นนี้ได้เกิดขึ้นในประเทศไทยเช่นกัน

2.3.2 การวินิจฉัยภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนในเด็ก

เกณฑ์การวินิจฉัยภาวะน้ำหนักเกิน และอ้วนในเด็ก (ประไพ เดชคำรณ, 2559 กำหนดไว้ดังนี้

1) น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (ภาวะน้ำหนักเกิน หมายถึงน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง หรือ มากกว่า 2 เท่าของค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation, S.D.) ภาวะอ้วนหมายถึง น้ำหนักตามเกณฑ์ ส่วนสูงมากกว่าร้อยละ 140 หรือเกิน 3 เท่าของค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2) ดัชนีมวลกาย (Body Mass Index: BMI) ภาวะน้ำหนักเกินหมายถึงดัชนีมวลกาย มากกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 85 หรือมากกว่า 1-2 เท่าของค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ภาวะอ้วนหมายถึงดัชนีมวลกายมากกว่าเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 90 หรือมากกว่า 2 เท่า ของค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน โดยใช้กราฟ ดัชนีมวลกายขององค์การอนามัยโลก

โรคอ้วนยังอาจเกิดจากโรคในร่างกาย เช่น โรคระบบต่อมไร้ท่อ ขาดฮอร์โมนไทรอยด์ โรคระบบประสาท โรคทางพันธุกรรมต่าง ๆ เป็นต้น

ในกรณีที่มีภาวะดังต่อไปนี้ควรนึกถึงสาเหตุของโรคอ้วนจากสาเหตุภายในร่างกาย

- อ้วนเร็ว
- เริ่มอ้วนตั้งแต่อายุน้อย
- อ้วน แตกต่างจากพ่อแม่
- ไม่เข้าวัยหนุ่มสาว
- ตัวเตี้ยหรือเจริญเติบโตช้า
- พัฒนาการช้าหรือมีรูปร่างหน้าตาผิดปกติ

2.3.3 ภาวะแทรกซ้อนของโรคอ้วนและการตรวจทางห้องปฏิบัติการ

ภาวะแทรกซ้อนของโรคอ้วน มีผลต่อระบบต่าง ๆ ของร่างกาย ดังนี้

ระบบหายใจ ได้แก่ ภาวะหยุดหายใจขณะหลับ มีอาการนอนกรน หยุดหายใจ ง่วงนอนเวลากลางวัน ปัสสาวะรดที่นอน และในเด็กอ้วนยังพบโรคหอบหืดได้บ่อยกว่าคนปกติ

ระบบทางเดินอาหาร พบภาวะไขมันคั่งสะสมในตับที่ไม่ได้เกิดจาก จากดื่มสุรา โดยอาจไม่มีอาการหรือมีอาการปวดท้องด้านขวาบนร่วมกับกดเจ็บและตับโต การตรวจการทำงานของตับพบมีการอักเสบของเซลล์ตับ ในบางรายอาจเป็นรุนแรงและเรื้อรังจนเกิดภาวะตับแข็ง นอกจากนี้ในเด็กอ้วนยังพบบิวในถุงน้ำดี กรดไหลย้อน และท้องผูก บ่อยขึ้น

โรคไต การทำงานของไตผิดปกติ มีโปรตีนรั่วจากไต ไตเสื่อมและไตอักเสบ

ระบบต่อมไร้ท่อ ผู้ป่วยเด็กที่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อาจไม่แสดงอาการที่มึนน้ำมาก หรือปัสสาวะบ่อย สมาคมโรคเบาหวานแห่งประเทศไทยสหรัฐอเมริกาได้แนะนำให้ตรวจคัดกรอง ภาวะเบาหวานในเด็กที่น้ำหนักเกิน ร่วมกับมีปัจจัยเสี่ยง 2 ปัจจัย ได้แก่ ประวัติโรคเบาหวานในครอบครัว มีโรคอื่น ๆ เช่น ภาวะน้ำตาลในเลือดสูง หรือมีรอยปื้นดำที่คอ หรือบริเวณอื่นที่บ่งชี้ว่ามีฮอร์โมนผิดปกติ หรือมีปัจจัยเสี่ยงอื่น ๆ ต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด โดยการตรวจระดับน้ำตาลหลังอดอาหาร โดยตรวจในเด็กอายุ 10 ปีขึ้นไปหรือเมื่อเริ่มเข้าวัยหนุ่มสาว และได้ตรวจซ้ำทุก 2 ปี การวินิจฉัยโรคเบาหวานกรณี ตรวจพบระดับน้ำตาลหลังอดอาหารมากกว่า 126 มก./ดล. หรือ ระดับน้ำตาลในเลือดจากการตรวจแบบสุ่ม มากกว่า 200 มก./ดล. หากระดับน้ำตาลหลังอดอาหาร มากกว่า 100 มก./ดล. ถือว่าอยู่ในกลุ่มมีความเสี่ยงที่จะเป็นเบาหวาน

กลุ่มอาการเมตาบอลิก กลุ่มอาการที่เป็นปัจจัยเสี่ยงต่อโรคเบาหวานชนิดที่ 2 คือ ภาวะน้ำตาลในเลือดสูง มักเกิดกับคนอ้วนที่ขาดการออกกำลังกาย และการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดซึ่งเป็นเกณฑ์การวินิจฉัยกลุ่มอาการเมตาบอลิกในเด็ก ของสมาพันธ์เบาหวานนานาชาติ (International Diabetes Federation Criteria)

ด้านสุขภาพจิต เด็กอ้วนมักจะเข้าสู่วัยหนุ่มสาวเร็วกว่าเด็กที่มีน้ำหนักปกติในวัยเดียวกัน (สำนักโภชนาการ, 2558: 13) เพราะการที่เด็กเข้าสู่วัยหนุ่มสาวเร็วกว่าปกติ มีความสัมพันธ์กับปริมาณไขมันในร่างกาย จากการศึกษาพบว่า เด็กที่เป็นหนุ่มสาวเร็วกว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน มักจะขาดความภาคภูมิใจในตนเอง (Self Esteem) และเด็กอ้วนมักจะตัวโตกว่าเด็กในวัยเดียวกัน นำไปสู่ความรู้สึก ไม่ภาคภูมิใจในตนเอง ขาดความเชื่อมั่น และไม่กล้าสร้างสัมพันธ์ภาพ กับผู้ใหญ่และบุคคลรอบข้าง แยกตัวออกจากเพื่อนฝูง มีอาการซึมเศร้า เฉื่อยชา การตัดสินใจช้ากว่าเด็กอื่นๆ

โรคกระดูก ภาวะแทรกซ้อนของโรคอ้วน เด็กจะมีกระดูกผิดปกติ พบขาโก่ง ข้อกระดูกเสื่อม และหัวกระดูกต้นขาเคลื่อนที่ ดังภาพที่ 2.1



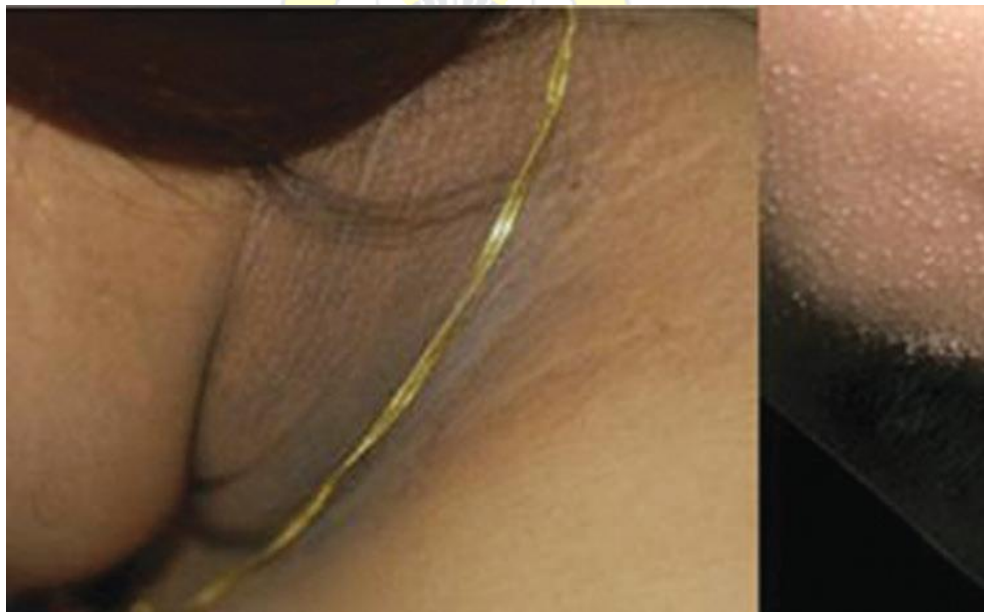
ภาพที่ 2.1 ภาวะแทรกซ้อนของเด็กอ้วน กระดูกผิดปกติ ขาโก่ง ข้อกระดูกเสื่อม
ที่มา : สำนักโภชนาการ 2558 : 11

ระบบผิวหนัง ผู้ที่เป็นโรคอ้วน จะพบรอยปื้นดำที่คอและรักแร้ได้บ่อย ดังภาพที่ 2.2-2.3
นอกจากนี้ยังพบการติดเชื้อที่ผิวหนัง ดังภาพที่ 2.4



ภาพที่ 2.2 รอยปื้นดำที่คอ

ที่มา : สำนักโภชนาการ 2558 : 11



ภาพที่ 2.3 รอยปื้นดำที่รักแร้

ที่มา : สำนักโภชนาการ 2558 : 11



ภาพที่ 2.4 การติดเชือกที่ผิวหนัง

ที่มา : สำนักโภชนาการ 2558 : 13

2.3.4 การจำแนกโรคอ้วนในเด็ก (สำนักโภชนาการ, 2557: 4)

การจำแนกโรคอ้วน สามารถแบ่งเด็กและวัยรุ่นที่อ้วน ออกเป็น 2 กลุ่มใหญ่ คือ กลุ่มเด็กที่อ้วนและเตี้ย (Pathological Obesity) และ กลุ่มเด็กที่อ้วนและสูง (Simple Obesity, Nutritional Obesity) ดังรายละเอียด

1) **กลุ่มเด็กที่อ้วนและเตี้ย (Pathological Obesity)** ในกลุ่มนี้ สามารถแบ่งได้เป็น 2 ระดับ คือ

(1) กลุ่มอ้วนและเตี้ยที่ระดับสติปัญญาปกติ มักพบในเด็กและวัยรุ่นที่มีฮอร์โมนชนิดที่ผิดปกติ เช่น ขาดฮอร์โมนที่ช่วยในการเจริญเติบโต (Growth Hormone Deficiency) ขาดธัยรอยด์ฮอร์โมน (Acquired Hypothyroidism) มีฮอร์โมนกลูโคคอร์ติคอยด์เกิน Glucocorticoids) เรียกว่า Cushing Syndrome คือกลุ่มอาการ ซึ่งเป็นผลจากการมีระดับของสาร Cortisol ในกระแสเลือดสูงเกินกว่าปกติ เป็นเวลาอันยาวนาน ผู้ป่วยจะมีอาการแสดงบางอย่าง ได้แก่ น้ำหนักเกิน โดยเฉพาะน้ำหนักตัวจะอยู่ที่บริเวณส่วนท้อง ใบหน้ากลม (Round Face) มีไขมันสะสมความดันโลหิตสูง

เป็นต้น กลุ่มอาการ Cushing Syndrome มีสองชนิด คือ เกิดจากเหตุภายนอก (Exogenous) และชนิดที่เกิดจากสาเหตุภายใน (Endogenous) โดย

ชนิดที่เกิดจากสาเหตุภายนอก Exogenous Cushing Syndrome เช่น ได้รับสาร Glucocorticoids ได้แก่ Dexamethasone หรือ Prednisolone เป็นเวลายาวนาน อาการของโรคจะหายไป เมื่อ หยุดการกินยาดังกล่าว

ชนิดที่เกิดจากสาเหตุภายใน Endogenous Cushing Syndrome ภาวะที่ร่างกายผลิตฮอร์โมน Cortisol ซึ่งถูกสร้างโดยต่อม Adrenal Gland (ต่อมเหนือไต) มากเกินไป อาการจะเกิดขึ้นอย่างช้า ๆ โรคดังกล่าว อาจเป็นเกิดจากเนื้องอกของต่อมเหนือไต (adrenal gland) หรืออาจเกิดจากเนื้องอกจากต่อมในสมอง (Pituitary Gland) ซึ่ง ทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมน ที่มีชื่อว่า Adrenocorticotrophic Hormone (ACTH) เป็นสาร ที่ทำหน้าที่บอกให้ต่อมเหนือไต ให้ทำการสร้างฮอร์โมน Cortisol (มานิตย์ วัชรชัยนันท์, 2554: ออนไลน์)



ภาพที่ 2.5 Cushing Syndrome in a 6-Month-Old Infant due to Adrenocortical Tumor.

ที่มา: International Journal of Pediatric Endocrinology. 2009: 168749.

(2) กลุ่มอ้วนเตี้ยที่มีระดับสติปัญญาต่ำกว่าปกติ มักพบในเด็กที่เป็นโรคเฉพาะอย่าง เช่น Prader Willi Syndrome ซึ่งเป็นโรคทางพันธุกรรม จากการหลุดหายของโครโมโซมบางส่วนในเด็กแรกเกิด มีปัญหากล้ามเนื้ออ่อนแรง อ้วนมาก กินจุ แต่ มือ เท้าเล็ก มีความบกพร่องทางสติปัญญา (Medlineplus: ออนไลน์), Laurance-Moon-Biedl Syndrome เป็นความผิดปกติซึ่งถ่ายทอดมาจากครอบครัว มีอาการที่ซับซ้อนอย่างมาก โดยผู้ป่วยจะมีลักษณะอ้วน มีไขมันในเซลล์มาก จอประสาทตาเสื่อม ความจำผิดปกติ พัฒนาการทางสมองช้า (jped.com: ออนไลน์) หรือ Psuedo Hypoparathyroidism ความผิดปกติของลักษณะการถ่ายทอดทางพันธุกรรม มีความบกพร่องในการทำหน้าที่ตอบสนองต่อ Parathyroid Hormone มีผลต่อการสร้างกระดูก การตอบสนองผิดปกติ มีอาการปวดศีรษะ อ่อนเพลีย เหนื่อยง่ายผิดปกติ หน้ากลม รูปร่างใหญ่และเตี้ย มีความบกพร่องทางปัญญา (rare diseases: ออนไลน์) เป็นต้น ซึ่งเด็กและวัยรุ่นที่เข้าข่ายสงสัยใน 2 กลุ่มนี้ ควรได้รับการตรวจวินิจฉัยเพื่อหาสาเหตุของโรค และรักษาต่อไป

2) กลุ่มเด็กที่อ้วนและสูง (Simple Obesity, Nutritional Obesity)

ในกลุ่มเด็กวัยรุ่นที่อ้วนและสูงนั้น เป็นกลุ่มที่พบได้บ่อยในปัจจุบัน ซึ่งสาเหตุของเด็กอ้วนกลุ่มนี้ มาจากความไม่สมดุลของพลังงานคือ เด็กได้รับพลังงานจากสารอาหารมากกว่าพลังงานที่ร่างกายใช้ไป ทำให้มีพลังงานเหลือสะสมเป็นไขมันในร่างกาย เกิดเป็นภาวะอ้วน

2.4 บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

บทบาทของครูต่อการป้องกันปัญหาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ในการศึกษาครั้งนี้โดยการบูรณาการบทบาทของครู ต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน 4 ด้าน คือ บทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของโรงเรียน การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน และบทบาทการจัดอาหารกลางวันเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ดังรายละเอียด ต่อไปนี้

2.4.1 ระบบการดำเนินงานป้องกันภาวะโภชนาการของโรงเรียน

การที่เด็กจะเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีศักยภาพได้นั้น จะต้องได้รับการเลี้ยงดู และส่งเสริมสุขภาพให้เหมาะสมกับวัย เมื่อสุขภาพดีจะส่งผลต่อการเรียนทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น ดังนั้นโรงเรียนจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาคุณภาพของเด็กทั้งด้านองค์ความรู้จากการเรียนการสอน รวมถึงการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่ดีให้กับเด็กการจัดการปัญหาภาวะโภชนาการในวัยเรียนจะต้องดำเนินการอย่างมีระบบ โดยมีกระบวนการ (สำนักโภชนาการ, 2557: 4) ดังนี้

1) ผู้บริหารโรงเรียน

ผู้บริหารโรงเรียน ได้แก่ ผู้อำนวยการโรงเรียน รองผู้อำนวยการทุกฝ่าย หรือผู้ช่วยผู้อำนวยการ ประกอบด้วยคุณสมบัติและบทบาทหน้าที่ ดังนี้

(1) มีความรู้ ความเข้าใจ ให้มีความสำคัญกับการควบคุม ป้องกัน และแก้ไขปัญหาภาวะเริ่มอ้วน และอ้วนในเด็กวัยเรียน ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และผลกระทบ ทางด้านจิตใจ

(2) มีนโยบายและมาตรการที่ชัดเจน เรื่องการลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ในเด็กวัยเรียนการจัดการด้านอาหาร โภชนาการ การออกกำลังกาย ทั้งภายในและรอบรั้วโรงเรียน การจัดการสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องทั้ง 2 ด้าน พร้อมทั้งติดประกาศหรือมีหนังสือแจ้งเวียนให้บุคลากรในโรงเรียนทุกคนให้ทราบ และปฏิบัติไปในทิศทางเดียวกัน

(3) นำแผนการลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วน และอ้วน เข้าสู่แผนปฏิบัติงานหรือปฏิทินโรงเรียนมีคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการ หรือคณะทำงาน กำหนดบทบาทหน้าที่ให้ชัดเจน โดยให้บุคลากรทุกคนในโรงเรียน มีส่วนร่วมในการจัดการปัญหาดังกล่าว

(4) มีนโยบายสนับสนุนให้ครูผู้สอนมีการบูรณาการ องค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหาโรคอ้วน การให้ความรู้ด้านอาหาร โภชนาการ และการออกกำลังกายเพื่อนำไปสู่การลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ทุกกลุ่มสาระ หรืออย่างน้อย 5 กลุ่มสาระ

(5) เป็นแกนนำในการสร้างความร่วมมือระหว่างภาคีที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วน ได้แก่ แกนนำนักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน องค์กรปกครองท้องถิ่น หน่วยงานภาครัฐและเอกชนอื่น ๆ ในพื้นที่

2) บทบาทของครูต่อการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ครู มีหน้าที่ในการจัดกิจกรรม/สนับสนุนให้ผู้เกี่ยวข้องมีการจัดกิจกรรม เพื่อนำไปสู่การลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วน และอ้วน ได้แก่

(1) การค้นหาปัญหา โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และประเมินภาวะโภชนาการ โดยการใช้กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (Weight for Height) หรือโปรแกรม เฝ้าระวังการเจริญเติบโตของเด็กแรกเกิด ถึง 18 ปี ผู้มีหน้าที่ดำเนินการ ได้แก่ ครูอนามัยโรงเรียน ครูโภชนาการ ครูประจำชั้น แกนนำนักเรียน หรือผู้ได้รับมอบหมายดำเนินการ ดังนี้

1 ตรวจสอบมาตรฐานเครื่องชั่งน้ำหนัก ที่วัดส่วนสูง และการใช้เครื่องมือ

2 ดำเนินการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และประเมินภาวะโภชนาการ

3 เจ้าหน้าที่สาธารณสุขที่รับผิดชอบการดูแลสุขภาพของนักเรียนในเขตพื้นที่ตรวจสอบมาตรฐานความถูกต้องของข้อมูล และความครอบคลุมจำนวนนักเรียนที่ได้รับการชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูงและ ดำเนินการจัดส่งข้อมูลภาวะโภชนาการตามระบบ

(2) ระบบการรายงานภาวะโภชนาการของนักเรียน

1 โรงเรียนดำเนินการส่งข้อมูลเข้าตามระบบรายงานโรงเรียนระดับประถมศึกษา รายงานส่ง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา

2 เจ้าหน้าที่สาธารณสุขดำเนินการรวบรวม และบันทึกข้อมูลภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนเขตพื้นที่รับผิดชอบทุกสังกัด ได้แก่ สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สังกัดสำนักงานการศึกษาเทศบาล (โรงเรียนเทศบาล) และสังกัดมหาวิทยาลัย (โรงเรียนสาธิต) ทั้งระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้นส่งสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตามระบบ

(3) การจัดการด้านอาหารและโภชนาการ

1 ในโรงเรียน : โรงเรียนดำเนินการเองหรือให้ร้านค้ามาจัดจำหน่าย ควรมีการควบคุมการจัดอาหารกลางวัน อาหารว่าง นม ขนม และเครื่องดื่ม ให้ได้ตามมาตรฐานโภชนาการ เน้นการจัดอาหารลดหวานมัน เค็ม มีผัก และผลไม้ เพียงพอตามปริมาณและสัดส่วนที่แนะนำในธงโภชนาการ

2 รอบรู้โรงเรียน : ขอความร่วมมือกับแม่ค้า ให้จัดจำหน่ายอาหาร นม ขนม และเครื่องดื่มที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ลดการจัดอาหารหวาน มัน เค็ม เน้นการจัดอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ (Healthy Food และ Healthy Snack) และควรประสานขอความร่วมมือจากองค์กรปกครองท้องถิ่น เทศบาล หรือเทศกิจเพื่อกำหนดมาตรการควบคุมการจัด/จำหน่ายอาหารบริเวณทางเท้าร่วมกัน

3 จัดตั้งคณะกรรมการเพื่อควบคุมการจัดอาหารให้มีมาตรฐานประกอบด้วย ครู แกนนำนักเรียน ผู้ปกครอง หรืออาสาสมัครอื่น ๆ

(4) การจัดการด้านการออกกำลังกาย

1 ส่งเสริมให้มีการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาเพิ่มขึ้นเป็น 2 ชั่วโมงใน 1 สัปดาห์

2 จัดกิจกรรมออกกำลังกายเพิ่มเติมนอกเวลาเรียน โดยให้เด็กได้มีการออกกำลังกายหรือเล่นแบบอิสระ นอกเหนือจากชั่วโมงพลศึกษา

3 สนับสนุนอุปกรณ์การเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกายให้มีเพียงพอ และจัดหาตามความต้องการของเด็ก

4 จัดเตรียมสถานที่ออกกำลังกายให้เหมาะสมกับกิจกรรม เพียงพอ และปลอดภัย

5 จัดเตรียมผู้รับผิดชอบดูแลความปลอดภัยของเด็กขณะออกกำลังกาย และให้คำแนะนำที่ถูกต้องในการออกกำลังกาย

6 จัดกิจกรรมรณรงค์แข่งขันการออกกำลังกาย/เล่นกีฬา ในวันสำคัญต่าง ๆ

(5) การบูรณาการในหลักสูตรการเรียนการสอนทุกกลุ่มสาระ โดยจัดตั้งคณะทำงานจัดทำหลักสูตรการเรียนการสอนโดยบูรณาการ 8 กลุ่มสาระ หรืออย่างน้อย 5 กลุ่มสาระ ให้มีเนื้อหาสอดคล้องกับการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน

(6) จัดทำโครงการลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน กำหนดกิจกรรม การดำเนินงาน ให้ชัดเจนทั้งด้านการจัดอาหารโภชนาการ การออกกำลังกาย การจัดการสิ่งแวดล้อม ที่ส่งผลกระทบต่อภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนในเด็กวัยเรียน และดำเนินการอย่างต่อเนื่อง

(7) การจัดกิจกรรมค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อควบคุมน้ำหนักในเด็กวัยเรียน โดยการจัดค่ายตามความเหมาะสมของช่วงเวลา และศักยภาพที่มี รูปแบบการจัดค่าย แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ ประเภท พักค้าง และไม่พักค้างคืน

ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย ได้แนะนำแนวทางการดูแลเด็กภาวะโภชนาการเกิน ตามแนวทางเวชปฏิบัติ การป้องกันและรักษาภาวะโภชนาการเกินในเด็ก พ.ศ. 2557 โดยเด็กที่มีน้ำหนักเกิน ควรได้รับการรักษาด้วยการควบคุมอาหาร การปรับพฤติกรรมการออกกำลังกาย ซึ่งสถาบันกุมารเวชศาสตร์แห่งสหรัฐอเมริกา แนะนำให้บริโภคอาหารที่มีพลังงานต่ำ ประกอบด้วย ผัก ผลไม้ พืชตระกูลถั่ว ธัญพืชขัดสีน้อย ซึ่งทำให้รู้สึกอิ่มแต่ได้พลังงานลดลง และเพิ่มปริมาณใยอาหารซึ่งจะช่วยควบคุมน้ำหนัก ลดเครื่องดื่มประเภทน้ำหวาน จำกัดปริมาณน้ำผลไม้ และแนะนำให้โรงเรียนจัดกิจกรรมการออกกำลังกายในระดับ หนักปานกลาง เป็นเวลา 30 นาที/วัน และจำกัดเวลาการอยู่นั่งจอได้แก่ การดูโทรทัศน์ วิดีโอเกม คอมพิวเตอร์ ในเด็กอายุมากกว่า 2 ปี ไม่เกิน 2 ชั่วโมง/วัน ในเด็กที่อายุน้อยกว่า 2 ปี ไม่ควรให้ดูโทรทัศน์ (Spear et al, 2007: 120) นอกจากการควบคุมอาหารและกิจวัตรตั้งที่กล่าวข้างต้นแล้ว สมาคมโรคหัวใจสหรัฐอเมริกาได้อำนาจอาหารสำหรับเด็กอายุมากกว่า 2 ปี ควรปรุงอาหารโดยใช้น้ำมันพืช เช่น น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันดอกทานตะวัน หรือ Soft Margarine ที่ไม่มีไขมันอิ่มตัว และ Trans fat ต่ำ แทนการใช้ไขมันสัตว์หรือน้ำมัน และหลีกเลี่ยงการบริโภคหนังสัตว์ เนื้อสัตว์ติดมัน (Gidding SS et al, 2005: 110)

2.4.2 โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

1) **ความหมายของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ** องค์การอนามัยโลก ได้ให้คำจำกัดความของ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ คือ โรงเรียนที่มีขีดความสามารถแข็งแกร่งมั่นคง ที่จะเป็นสถานที่ที่มีสุขภาพอนามัยที่ดี เพื่อการอาศัย ศึกษาและทำงาน (A Health Promoting School is a School Constantly Strengthening its Capacity as a Healthy Setting for living, learning and working)

สำนักส่งเสริมสุขภาพ (2558: 1) ให้ความหมายของโรงเรียน ส่งเสริมสุขภาพ คือ โรงเรียนที่มีความร่วมมือร่วมใจกันพัฒนาพฤติกรรม และสิ่งแวดล้อมให้เอื้อต่อสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ เพื่อการมีสุขภาพดีของทุกคนในโรงเรียน การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เป็นการพัฒนาที่มีความครอบคลุมทุกมิติด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อม โดยสร้างกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันของทุกคน ในโรงเรียนและชุมชน ให้สามารถนำความรู้และทักษะด้านสุขภาพมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน ด้วยการดูแลใส่ใจสุขภาพของตนเองและผู้อื่น รวมทั้งสามารถตัดสินใจในการควบคุมสถานการณ์ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ โดยเฉพาะนักเรียนจะได้รับการปลูกฝังทัศนคติ ฝึกทักษะและพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม สมาชิกในชุมชนมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่สะอาดและปลอดภัย เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการพัฒนาคนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

2) **ประวัติความเป็นมาของการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ (Health Promoting School)** การดูแลสุขภาพนักเรียน เดิมคือการทำงานอนามัยโรงเรียน (School Health Program) ซึ่งเน้นการดำเนินงาน 4 เรื่อง คือ สุขศึกษาในโรงเรียน (School Health Education) อนามัยสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน (School Health Environment) บริการอนามัยโรงเรียน (School Health Service) และความสัมพันธ์ระหว่างบ้านและโรงเรียน (School and Home Relationship) ต่อมา มีการปรับเปลี่ยนวิธีการดำเนินงานอนามัยโรงเรียนจากข้อเสนอแนวคิด “โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ” ของคณะผู้เชี่ยวชาญด้านการส่งเสริมสุขภาพและสุขศึกษาขององค์การอนามัยโลก ซึ่งประเทศไทยโดยกระทรวงสาธารณสุข และกระทรวงศึกษาธิการร่วมกับสำนักงานภาคพื้นเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ (SEARO) ขององค์การอนามัยโลก จัดประชุม Intercountry Consultation on Health Promoting School เมื่อวันที่ 2-5 ธันวาคม 2540 ณ กรุงเทพมหานคร ผู้เข้าประชุมประกอบด้วยผู้แทน กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ ทบวงมหาวิทยาลัย และผู้แทนจาก 7 ประเทศในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ สืบเนื่องจากการประชุมดังกล่าว กรมอนามัยจึงนำแนวคิดและกลยุทธ์ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ มาดำเนินการในช่วงที่ตรงกับแผนพัฒนาการสาธารณสุข ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544) โดยลักษณะการทำงานอยู่บนพื้นฐานการมีส่วนร่วมของ

ผู้เกี่ยวข้องทุกหน่วยงาน องค์กร และประชาชนในชุมชน มีการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพอย่างต่อเนื่อง

พ.ศ. 2543 จัดทำเกณฑ์ประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพด้านกระบวนการ ประกอบด้วย 5 องค์ประกอบ คือ 1) นโยบายด้านส่งเสริมสุขภาพ 2) คณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพ 3) การค้นหาและกำหนดปัญหาสุขภาพ 4) แผนงาน/โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ 5) การดำเนินงานตามแผนและการติดตามผล โดยกำหนดเป้าหมาย ให้มีโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพตำบล ตำบลละ 1 โรงเรียนและจัดประชุมสัมมนาเครือข่าย โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับประเทศเพื่อประชาสัมพันธ์สู่สาธารณะ ส่วนในระดับจังหวัดมีการประชุมถ่ายทอดแนวคิดสู่ระดับตำบลทั่วประเทศ

พ.ศ. 2545 การจัดทำเกณฑ์มาตรฐานการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพตามเกณฑ์ โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ 10 องค์ประกอบ โดยแบ่งการประเมินเป็น 3 ระดับ คือ ระดับทองแดง ระดับเงิน และระดับทองขณะเดียวกัน กรมอนามัยได้จัดประชุมชี้แจงผู้บริหารโรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อสร้างความเข้าใจแนวทางการดำเนินงาน และจัดอบรมพัฒนาผู้ประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

พ.ศ. 2551 การลงนามข้อตกลงความร่วมมือการพัฒนาระบบประกันสุขภาพ การศึกษาเพื่อสร้างสุขภาวะระหว่าง กระทรวงสาธารณสุข และกระทรวงศึกษาธิการ โดยกระทรวงศึกษาเป็นแกนหลัก ในการผลักดันการสร้างเสริมสุขภาพะนักเรียน และกระทรวงสาธารณสุข สนับสนุนและสร้างเครือข่ายดำเนินงาน พ.ศ. 2557 มีการขับเคลื่อนแนวคิดเรื่องบูรณาการ การจัดทำยุทธศาสตร์ของกระทรวงสาธารณสุข โดยโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพมีความเชื่อมโยงกับยุทธศาสตร์ด้านพัฒนาสุขภาพกลุ่มเด็กวัยเรียน และยุทธศาสตร์ด้านการพัฒนาสุขภาพกลุ่มวัยรุ่น หน่วยงานของกรมต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มเป้าหมายทั้งสองกลุ่ม จึงดำเนินการปรับปรุงเกณฑ์มาตรฐานการประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ตามองค์ประกอบ 10 องค์ประกอบ ให้สอดคล้องกับความเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ที่มีผลกระทบต่อสุขภาพเด็กและเยาวชน อย่างไรก็ตาม การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนในสังคม ได้แก่ ผู้บริหารโรงเรียน ครู นักเรียน และชุมชน ฯลฯ เป็นกำลังสำคัญในการขับเคลื่อนการดำเนินงานให้บรรลุผลสำเร็จ ทั้งนี้การพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพสู่ความสำเร็จและยั่งยืน ต้องอาศัยความสามารถและความร่วมมือของหน่วยงานทุกระดับ ในการรวมพลังสร้างความเข้มแข็ง และความร่วมมือภายใต้บริบทพื้นที่ของโรงเรียน โดยบทบาทของผู้เกี่ยวข้องในการพัฒนาเพื่อความสำเร็จและยั่งยืน ประกอบด้วย

1. ผู้บริหารโรงเรียนเป็นบุคคลสำคัญ โดยเป็นผู้มีวิสัยทัศน์เรื่องการสร้างสุขภาพ ที่เล็งเห็นประโยชน์และให้ความสำคัญมีความมุ่งมั่น ตั้งใจที่จะพัฒนาโรงเรียนตามแนวทางโรงเรียน

ส่งเสริมสุขภาพอย่างจริงจังโดยการผลักดัน ส่งเสริม สนับสนุน สร้างขวัญกำลังใจให้ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และสมาชิกของชุมชน

2. คณะครูทำงานเป็นทีม มีความเข้าใจบทบาทหน้าที่ตนเองและประสานการ ดำเนินการด้านสุขภาพที่มีเป้าหมายร่วมกัน เพื่อการพัฒนาสุขภาพตนเอง นักเรียน และบุคลากรทุก คน ไม่ใช่ครูอนามัยหรือครูคนใดคนหนึ่งเป็นผู้รับผิดชอบ

3. นักเรียนแกนนำเป็นบุคคลสำคัญที่โรงเรียนต้องพัฒนาให้เป็นผู้นำด้านสุขภาพ ด้วยการส่งเสริมให้นักเรียนรวมกลุ่มกัน จัดตั้งชมรมสุขภาพและทำกิจกรรมสุขภาพในโรงเรียนและ ชุมชน โดยโรงเรียนและชุมชนเป็นผู้สนับสนุน

4. คณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพของโรงเรียน ทำหน้าที่ในการกำหนดทิศทางการ พัฒนาเป็นผู้ที่มีความสนใจและเข้าใจ การทำงานด้านสุขภาพสำหรับกลุ่ม เด็กและเยาวชนเข้าใจ วัตถุประสงค์ของการพัฒนาโรงเรียนให้เป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โดยคณะกรรมการมีการ ประสานงานอย่างสม่ำเสมอ เป็นที่ปรึกษาให้ข้อเสนอแนะ และติดตามผลการดำเนินงานเป็นระยะ ๆ

5. การพัฒนาให้ชุมชนมีส่วนร่วม เริ่มจากการสร้างความเข้าใจและเจตคติที่ดีเรื่อง ส่งเสริมสุขภาพรวมทั้งได้รับทราบปัญหาที่มีผลกระทบต่อสุขภาพในชุมชน เมื่อชุมชนเกิดความ ตระหนัก ให้ความสำคัญ และเห็นประโยชน์ของการส่งเสริมสุขภาพ ชุมชนจะเข้ามามีส่วนร่วมในการ พัฒนาสุขภาพมากขึ้น ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้ชุมชนเข้มแข็ง

6. การระดมทรัพยากรในชุมชน โดยทุกคนในชุมชนสรรหาและค้นหาแหล่งทุน หรือ ทรัพยากรที่มีคุณค่าในชุมชน ได้แก่ ปราชญ์ชาวบ้าน วัฒนธรรม วิถีชีวิต ทรัพยากรธรรมชาติ และทุน ทางสังคม อื่น ๆ เพื่อนำมาปรับใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อการดำเนินงานด้านสุขภาพ

7. เครือข่ายโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเป็นรูปแบบหนึ่ง ที่ทำให้เกิดการพัฒนาด้วยการ ขยายผลการดำเนินงาน โดยการสนับสนุน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน การแลกเปลี่ยนประสบการณ์เรียนรู้ การสร้างและบริหารจัดการเครือข่ายโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งจะทำให้เครือข่ายมีความเข้มแข็ง

3) องค์ประกอบของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เป็นกระบวนการดำเนินงานเพื่อให้เกิด กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรค ตามองค์ประกอบของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ 10 ประการ แบ่งเป็น 2 ด้าน (สำนักส่งเสริมสุขภาพ, 2558: 14) คือ

(1) ด้านกระบวนการ ได้แก่

องค์ประกอบที่ 1 นโยบายของโรงเรียน

องค์ประกอบที่ 2 การบริหารจัดการในโรงเรียน

(2) ด้านการส่งเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อม ได้แก่

องค์ประกอบที่ 3 โครงการร่วมระหว่างโรงเรียนและชุมชน

องค์ประกอบที่ 4 การจัดสิ่งแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ

องค์ประกอบที่ 5 บริการอนามัยโรงเรียน

องค์ประกอบที่ 6 สุขศึกษาในโรงเรียน

องค์ประกอบที่ 7 โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย

องค์ประกอบที่ 8 การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ

องค์ประกอบที่ 9 การให้คำปรึกษาและสนับสนุนทางสังคม

องค์ประกอบที่ 10 การส่งเสริมสุขภาพบุคลากรในโรงเรียน

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำองค์ประกอบของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้อง 2 องค์ประกอบ เพื่อเป็นแนวทางในการกำหนดตัวแปรการศึกษาวิจัย ได้แก่ องค์ประกอบที่ 7 โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย และองค์ประกอบที่ 8 การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ ดังรายละเอียด ต่อไปนี้

4) โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย

โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย หมายถึงการส่งเสริมให้นักเรียน มีภาวะการเจ็บป่วยเจ็บโตสมวัยโดยจัดอาหารที่มีคุณค่าต่อสุขภาพ สะอาด และปลอดภัยให้กับนักเรียนและบุคลากรในโรงเรียน โดยมีแนวทางการดำเนินงาน (สำนักส่งเสริมสุขภาพ, 2558: 92) ดังนี้

(1) ประสานงานและวางแผนการให้ความรู้เรื่องโภชนาการหรือบูรณาการในกลุ่มสาระวิชาต่าง ๆ ร่วมกับบุคลากรสาธารณสุข

(2) การบริหารจัดการเรื่องโภชนาการในโรงเรียนโดย

1 ดูแลนักเรียนทุกคนให้ได้รับประทานอาหารกลางวันทุกวัน โดยเฉพาะในนักเรียนที่ไม่ได้รับประทานอาหารเข้ามาจากบ้าน

2 ควบคุมกำกับให้มีการจำหน่าย หรือจัดทำอาหารกลางวันที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน

3 ควบคุมไม่ให้มีการจำหน่ายอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำ เช่นอาหารประเภทใช้น้ำมันทอด และนำกลับมาทอดซ้ำ น้ำอัดลม ขนมกรุบกรอบ ลูกอม ทอฟฟี่ เป็นต้น

4 ควบคุม หลีกเลี่ยง ลดอาหารที่มีไขมันสูงหวานจัด เค็มจัด และไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

5 จำหน่ายอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่นนม ผลไม้ ข้าวกล้อง เป็นต้น

6 จัดอาหารเสริม เช่น นม นมถั่วเหลืองถั่วเขียวต้มน้ำตาลให้นักเรียนรับประทาน ทุกวันหรืออย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง

7 จัดกิจกรรมออกกำลังกายให้เหมาะสมแก่นักเรียนทั้งกลุ่มอ้วนผอมและเตี้ยเป็นกรณีพิเศษ เช่นจัดค่ายเด็กอ้วน

8 มีการ จัดสรรพื้นที่สำหรับปลูกพืชผักสวนครัว เลี้ยงปลา ไก่ เพื่อผลิตวัตถุดิบในการประกอบอาหาร หรือจัดตั้งกองทุนอาหารกลางวัน จัดกลุ่มแม่บ้านอาสาสมัครประกอบอาหารให้นักเรียน หรือนำผลผลิตทางเกษตรของครอบครัว มาสนับสนุนอาหารกลางวัน หรือสนับสนุนการจัดงบประมาณให้เพียงพอ

(3) นักเรียนทุกคนได้รับการประเมินภาวะการเจริญเติบโต อย่างน้อยภาคเรียนละ 1 ครั้งโดยดำเนินการดังนี้

1 ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แล้วนำไปเทียบกับกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของกรมอนามัย ซึ่งเป็นข้อมูลที่บอกได้ว่านักเรียนได้รับสารอาหารเพียงพอต่อการเจริญเติบโต ของร่างกายหรือไม่

2 ครูประจำชั้น หรือ ครูอนามัยสรุป และ รวบรวมรายชื่อนักเรียนที่มีปัญหา ภาวะโภชนาการ คือ อ้วน ผอม และเตี้ย เพื่อดำเนินการแก้ไข

3 ติดตามประเมินซ้ำทุกเดือน

4 ดูแลให้นักเรียนทุกคน (อายุ 6 ปีขึ้นไป) ได้รับยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก 1 เม็ด หรือยา น้ำ 1 ซ้อนชา สัปดาห์ละ 1 ครั้ง อย่างสม่ำเสมอ (ตามชุดสิทธิประโยชน์ของระบบหลักประกันสุขภาพถ้วนหน้า) โดยขอรับยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก/ยาน้ำเพื่อควบคุม และป้องกันภาวะโลหิตจาง

5) การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ

การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ หมายถึงการส่งเสริมให้นักเรียนและบุคลากร ในโรงเรียน มีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยจัดสถานที่ อุปกรณ์ และจัดกิจกรรมในรูปแบบต่าง ๆ การเปิดโอกาสให้ประชาชน มีส่วนร่วมในกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นตามความเหมาะสม กิจกรรมได้แก่

(1) การจัดสิ่งแวดล้อมเพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายกีฬา และนันทนาการมีแนวทางดำเนินงาน ดังนี้

1 จัดให้มีสถานที่สำหรับการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับประเภทของกีฬา

2 จัดหาอุปกรณ์สำหรับกีฬาให้เพียงพอ เหมาะสมกับสถานที่และดูแลตรวจสอบ ซ่อมแซม อุปกรณ์ให้อยู่ในสภาพดี

3 จัดให้มีครู บุคลากรหรือนักเรียนดูแลเรื่องความปลอดภัยในการเล่นกีฬา

4 จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อกระตุ้นให้นักเรียน และบุคลากรในโรงเรียนเห็นความสำคัญและออกกำลังกายเป็นประจำหลังรับประทานอาหารกลางวันหรือช่วงเย็น หลังเลิกเรียนอย่างน้อยวันละ 60 นาที สัปดาห์ละ 5 วัน และจัดช่วงเวลาว่างให้นักเรียนและครูได้ออกกำลังกายร่วมกันอย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 วัน

5 ส่งเสริมให้มีการจัดตั้งชมรม/ชมรมออกกำลังกายเช่น ชมรมลีลาศ ชมรมมวยไทย ชมรมแอโรบิก ชมรมเดิน/วิ่ง ชมรมเชียร์ลีดเดอร์ เป็นต้น

6 เปิดโอกาสให้ชุมชนมีส่วนร่วมทำกิจกรรม เช่น เชิญชวนผู้ปกครอง ชุมชนเข้าร่วมกิจกรรมกีฬา และจัดกีฬาเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนกับชุมชน เช่น กีฬาสี กีฬากลุ่ม กีฬาตำบล กีฬาอำเภอ กีฬาด้านยาเสพติด กีฬาเยาวชน เป็นต้น

7 การจัดกิจกรรมออกกำลังกายสำหรับเด็กที่มีภาวะอ้วน ผอมเตี้ย โดยมีรูปแบบของกิจกรรมเฉพาะปัญหา ควบคู่กับการจัดการด้านโภชนาการ

(2) การพัฒนาสมรรถภาพร่างกาย

ความสมบูรณ์แข็งแรงทางด้านร่างกาย นอกจากประเมินจากภาวะการณเจริญเติบโต ของร่างกายแล้ว ยังสามารถประเมินได้จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย โดย

1 โรงเรียนจัดสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมสมรรถภาพร่างกาย 3 ด้าน ดังนี้

ด้านความอดทนของระบบไหลเวียนโลหิตและหายใจ ซึ่งเป็นกิจกรรมเพื่อฝึกความสมบูรณ์ของระบบหัวใจและระบบหายใจ โดยออกกำลังกายทุกวัน อย่างน้อยวันละ 60 นาที ต่อเนื่องหรือแบ่งเป็นช่วง ๆ ประมาณ 10 นาที เช่นการวิ่งเล่น การว่ายน้ำ ปั่นจักรยาน วอลเลย์บอล ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส แบดมินตัน ยิมนาสติก เป็นต้น

ด้านความแข็งแรงและความอดทนของกล้ามเนื้อ เป็น การฝึกด้านแรง เพื่อสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ ควรฝึกอย่างน้อยวันละ ครั้ง) เช่น การดันพื้น การยกน้ำหนัก และ โหนบาร์ เป็นต้น

ด้านความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ เป็นการยืด-เหยียด เพื่อสร้างความสมบูรณ์ และความพร้อมของการเคลื่อนไหวของข้อ โดยการออกกำลังกายอย่างน้อย 3 ครั้ง ต่อสัปดาห์ เช่น นั่งงอตัวไปข้างหน้า การจัดกิจกรรมออกกำลังกายสำหรับเด็กที่มีปัญหาอ้วน ผอม เตี้ย มีรูปแบบเฉพาะปัญหา ควบคู่กับการจัดการด้านโภชนาการ ตัวอย่าง เช่น เด็กอ้วนควรเลือกออกกำลังกายชนิดที่มีการแบกรับน้ำหนักตัว น้อย ๆ หรือแรงกระแทกต่ำ เพื่อหลีกเลี่ยงการบาดเจ็บของข้อต่อ ได้แก่ การเดินปั่นจักรยาน การออกกำลังกายในน้ำ เป็นต้น

2 มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนทุกคนอย่างน้อย ภาคเรียนละ 1 ครั้ง

3 แจ้งผลการทดสอบให้นักเรียนทราบทุกครั้ง เพื่อกระตุ้นให้นักเรียนสนใจ เอาใจใส่ต่อสุขภาพของตนเอง

4 ส่งเสริมนักเรียนกลุ่มปกติให้มีการออกกำลังกายเป็นประจำ และกลุ่มนักเรียนที่ไม่ผ่านการทดสอบ ดำเนินการแก้ไขโดยให้คำแนะนำและจัดกิจกรรมเสริมที่คำนึงถึงสรีระร่างกายและภาวะสุขภาพของนักเรียนแต่ละคน

5 ติดตามความก้าวหน้าด้วยการทดสอบซ้ำ

6) เกณฑ์มาตรฐาน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

คือการรับรองการพัฒนาโรงเรียนด้านการส่งเสริมสุขภาพนักเรียน โดยกรมอนามัยจัดทำเกณฑ์ประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เมื่อ ปี 2543 วัตถุประสงค์เพื่อวัดการดำเนินงานขั้นพื้นฐานที่สำคัญ 5 ประการ ของการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ 1) นโยบายด้านส่งเสริมสุขภาพ 2) คณะกรรมการส่งเสริมสุขภาพ 3) การค้นหาและกำหนดปัญหาสุขภาพ 4) แผนงาน/โครงการด้านการส่งเสริมสุขภาพ 5) การดำเนินงานตามแผนและการติดตามผล พร้อมทั้งกำหนดเป้าหมายให้มีโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพครอบคลุมทั้ง 10 องค์กรประกอบ และจัดระดับการประเมินเป็นโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพแบ่ง เป็น 3 ระดับ คือ ระดับทองแดง ระดับเงิน และระดับทอง ดังรายละเอียดของ เกณฑ์มาตรฐานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ 3 ระดับ ดังนี้

ระดับทองแดง

ผ่านเกณฑ์ประเมินขั้นดีมาก 4 องค์กรประกอบ โดยต้องผ่านตัวชี้วัดทุกตัว

ผ่านเกณฑ์การประเมินขั้นดีใน 6 องค์กรประกอบที่เหลือ

ระดับเงิน

ผ่านเกณฑ์ประเมินขั้นดีมาก 6 องค์กรประกอบ โดยต้องผ่านตัวชี้วัดทุกตัว

ผ่านเกณฑ์การประเมินขั้นดีใน 4 องค์กรประกอบที่เหลือ

ระดับทอง

ผ่านเกณฑ์ประเมินขั้นดีมาก 8 องค์กรประกอบ โดยต้องผ่านตัวชี้วัดทุกตัว ปี 2551 กรมอนามัยโดย สำนักส่งเสริมสุขภาพ ได้ยกระดับเกณฑ์ประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพสู่ระดับที่สูงขึ้น คือโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชร (กรมอนามัย, 2556: 8)

ระดับเพชร

ประกอบด้วยมาตรฐาน 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ 2) ด้านการดำเนินงานสุขภาพของนักเรียนแกนนำ 3) ด้านผลสำเร็จของการดำเนินงานที่เกี่ยวข้องกับภาวะสุขภาพของนักเรียน โครงการแก้ไขปัญหาในโรงเรียน และงานตามนโยบายของกระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งมาตรฐานทั้ง 3 ด้าน จำแนกเป็น 19 ตัวชี้วัด ที่เน้นการวัดผลทางสุขภาพและพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียน

2.4.3 การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน

1) ความหมายของการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ (กองโภชนาการ, 2555: 13) คือ การเฝ้าระวังและติดตามภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยการชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง การเฝ้าระวังและติดตามภาวะโภชนาการของนักเรียนมีความสำคัญอย่างยิ่ง เพราะเป็นการค้นหาภาวะเริ่มอ้วนในวัยเรียน ควบคู่ไปกับการเฝ้าระวังการเจริญเติบโต เพื่อทราบแนวโน้มการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย โดยการนำน้ำหนักและส่วนสูง เปรียบเทียบกับเกณฑ์ในกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิง การเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียนอายุ 5-18 ปี ของกรมอนามัย เพื่อประเมินนักเรียนว่า มี ความอ้วน ความผอม อยู่ในเกณฑ์ใด ส่วนการประเมินโดยใช้ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ ก็เพื่อประเมินว่านักเรียนมีส่วนสูงตามเกณฑ์หรือไม่ ซึ่งเป็นกระบวนการดำเนินงานที่เป็นระบบอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ เฝ้าดูการเปลี่ยนแปลงการเจริญเติบโตของเด็กให้เจริญเติบโต เติบโตตามศักยภาพ หากมีแนวโน้มเจริญเติบโตไม่เหมาะสมจะได้หาทางแก้ไข ป้องกันการเกิดภาวะเสี่ยงต่อการขาดอาหาร หรือภาวะอ้วน และรักษาทางแก้ไขก่อนที่จะเกิดภาวะโภชนาการขาด หรือโภชนาการเกิน ก่อนที่จะมีความรุนแรงมากขึ้น

เนื่องจากภาวะโภชนาการของนักเรียน มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นจากการบริโภคอาหารที่มากเกินไป โดยเฉพาะ ขนมและเครื่องดื่มที่มีรสหวานจัด ขนมกรุบกรอบ อาหารประเภทแป้ง และไขมันสูง เช่นอาหาร Fast Food (พิซซ่า แฮมเบอร์เกอร์ มันฝรั่งทอด และชุดไก่ทอด) เป็นต้น จึงต้องเฝ้าระวังอย่างใกล้ชิด

2) ขั้นตอนการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน

1. ประเมินการเจริญเติบโตของนักเรียน และแปลผลทุก 3 เดือน
2. ประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารทุก 3 เดือน
3. นำข้อมูลมาใช้ประโยชน์
4. แจ้งผลภาวะโภชนาการและพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร
5. ดำเนินการ ป้องกันและแก้ไขปัญหานักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน

6. ติดตามการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

7. รายงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน

3) เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินการเจริญเติบโตและการรายงานผล (สำนักโภชนาการ, 2557: 10)

1. เครื่องชั่งน้ำหนัก ชนิดคานและลูกตุ้ม แบบสปริง และดิจิตอล

2. ที่วัดส่วนสูง แบบแถบวัดโลหะ แบบไม้ Microtoise (แถบวัดส่วนสูง) และแบบดิจิตอล

3. กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียนอายุ 5-18 ปี โดยใช้เกณฑ์ น้ำหนัก และส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (ในสมุดแบบตรวจสุขภาพของนักเรียน คู่มือแนวทางการควบคุมป้องกันภาวะโภชนาการเกินในนักเรียน แผ่นกราฟที่หน่วยงานจัดพิมพ์โดยเฉพาะ หรือใช้โปรแกรมสำเร็จรูปประเมินการเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียน)

4. แบบรายงานสรุปผลภาวะโภชนาการของนักเรียนแยกตามระดับชั้นและสรุปผลรวมทั้งโรงเรียน

4) มาตรฐานและเทคนิคการชั่งน้ำหนัก

เครื่องมือในการชั่งน้ำหนัก ได้แก่เครื่องชั่งน้ำหนัก ซึ่งต้องเลือกที่มีความเที่ยงตรงสูง สามารถบอกค่าน้ำหนักที่มีความละเอียดเป็น 0.1 กิโลกรัม หรือ 1 ชีด ได้แก่ประเภทต่าง ๆ ดังนี้

1 เครื่องชั่งแบบคานและลูกตุ้ม ต้องมีการทดสอบความเที่ยงตรง ด้วยตุ้มน้ำหนักที่ได้มาตรฐาน 1 กิโลกรัม หรือ 5 กิโลกรัมทุกครั้ง หรือวัสดุสิ่งของอื่น ๆ ที่มีน้ำหนักเที่ยงตรงตามมาตรฐานก็ได้

2 เครื่องชั่งน้ำหนักแบบสปริง ก่อนชั่งทุกครั้งต้องปรับให้เข็มอยู่ในตำแหน่งเลข 0 และหมั่นเปลี่ยนถ่านให้ใหม่อยู่เสมอ

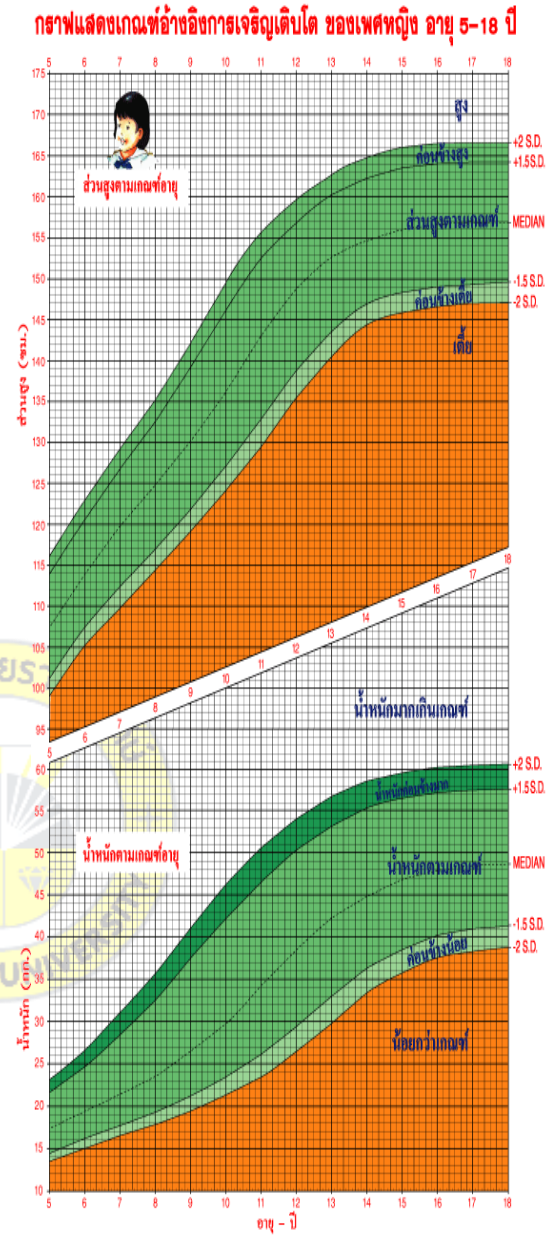
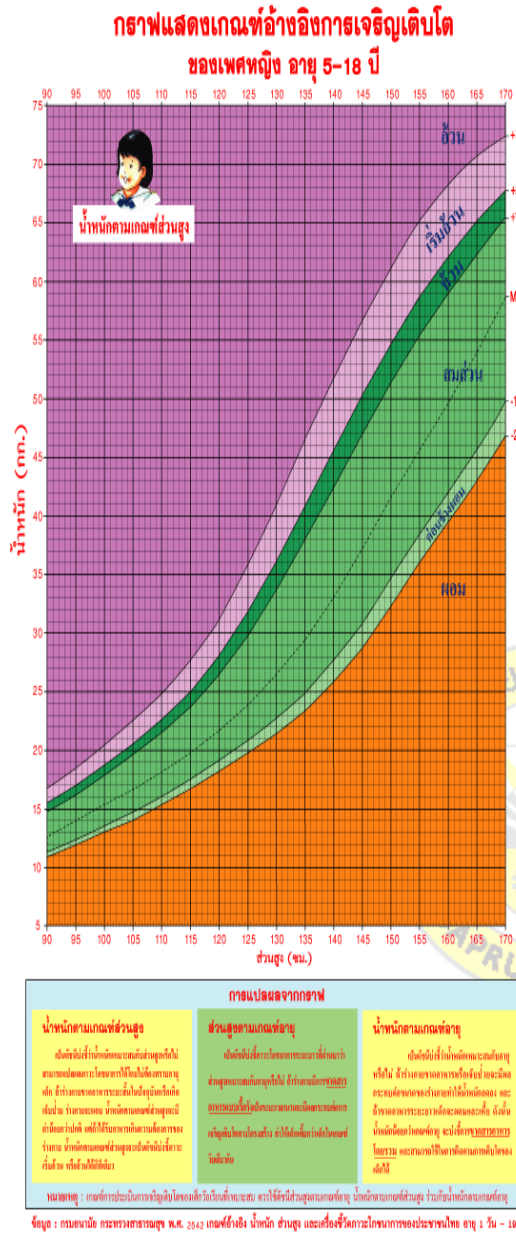
3 เครื่องชั่งแบบดิจิตอล ก่อนชั่งทุกครั้งต้องปรับให้อยู่ในตำแหน่งเลข 0 และหมั่นเปลี่ยนถ่านให้ใหม่อยู่เสมอ

หมายเหตุ : เครื่องชั่งแบบสปริง และแบบดิจิตอล ต้องมีการทดสอบความเที่ยงตรง ด้วยตุ้มน้ำหนักมาตรฐานเช่นเดียวกัน

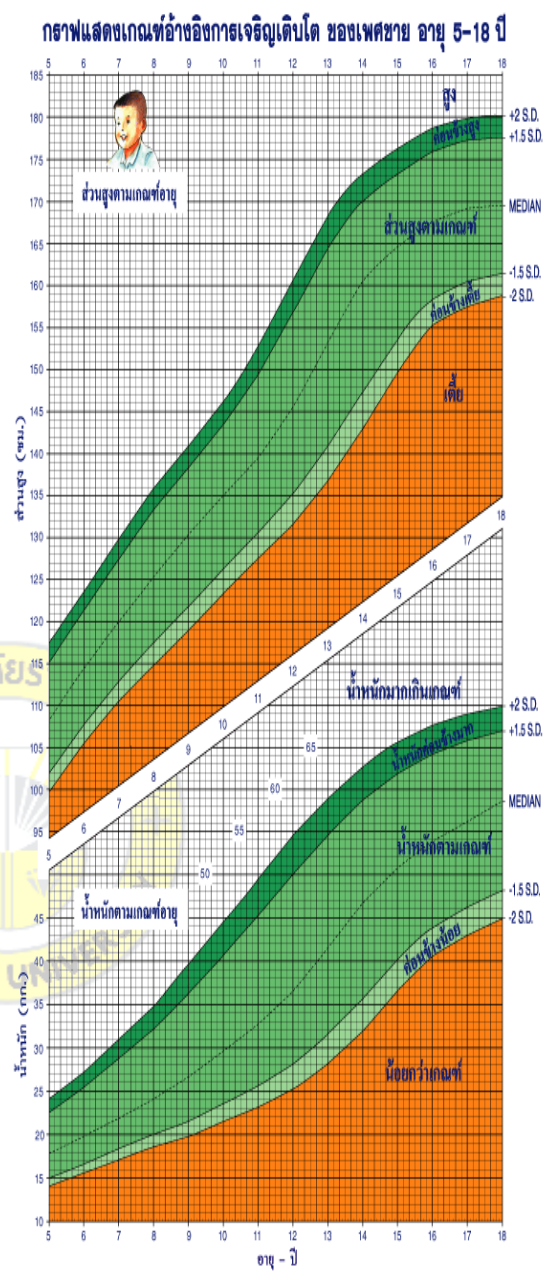
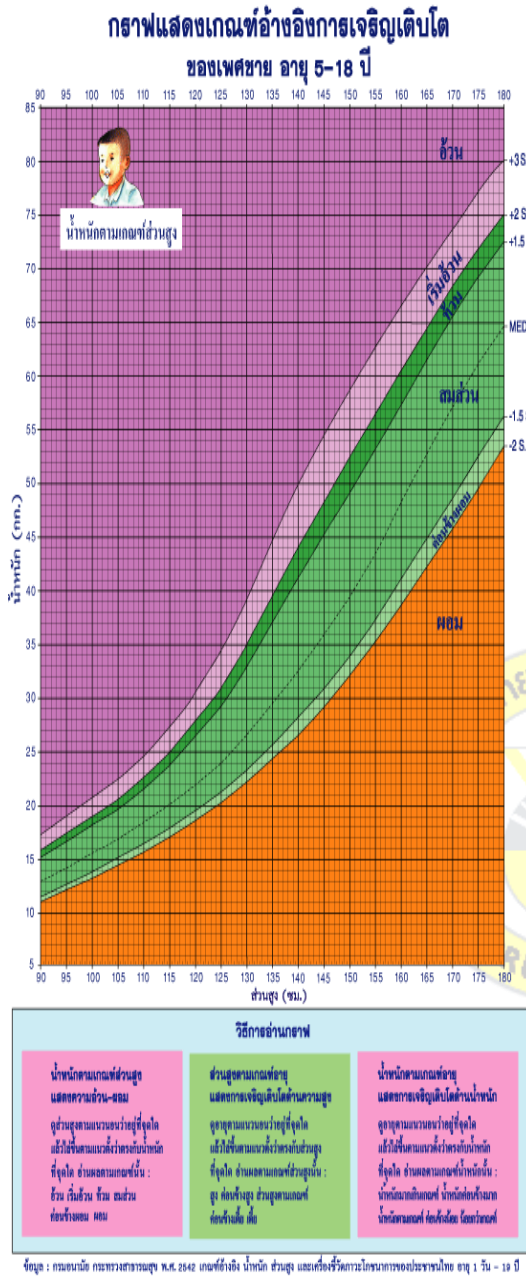
5) การวิเคราะห์และแปลผล

หลังการชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูงของนักเรียนแล้ว เมื่อครูบันทึกข้อมูล และนำไปจุดลงบนกราฟน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (Vallop Curve) โดยลากเส้นส่วนสูงขึ้นไปในแนวตั้ง ให้ตัดกับเส้นน้ำหนักในแนวนอน แล้วอ่านค่าตรงจุดตัด หากอยู่ระหว่างเส้น + 2 SD ถึง + 3 SD แปลผลได้ว่ามีภาวะเริ่มอ้วน หากอยู่เหนือเส้น + 3 SD ขึ้นไป แปลผล ได้ว่ามีภาวะอ้วน จากนั้นให้บันทึกลงในแบบฟอร์มรายงานกรณีที่ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปประเมินการเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียน โปรแกรมจะประเมินผลให้อย่างถูกต้อง ซึ่งจะต้องตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลก่อนนำเข้าทุกครั้ง เพื่อป้องกันความผิดพลาด (ดังภาพที่ 2.6-2.7 กราฟการเจริญเติบโต)





ภาพที่ 2.6 เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศหญิง
ที่มา : สำนักโภชนาการ (2557: 10)



ภาพที่ 2.7 เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชาย
 ที่มา : สำนักโภชนาการ (2557: 11)
 การแปลผลภาวะการเจริญเติบโต แบ่งเป็นระดับต่าง ๆ ดังนี้

(1) **ภาวะการเจริญเติบโตอยู่ในเกณฑ์ดี** มีความสัมพันธ์กับการบริโภคอาหาร หมายถึง นักเรียนที่มีการเจริญเติบโตดีทั้งส่วนสูง และน้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ดี (สำนักส่งเสริมสุขภาพ, 2558: 93) ได้แก่

1 ส่วนสูงตามเกณฑ์อยู่ในเกณฑ์ดี มี 3 ระดับ คือ

- ส่วนสูงตามเกณฑ์ เป็นส่วนสูงที่ต้องส่งเสริมให้เด็กมีการเจริญเติบโตอยู่ในระดับนี้
- ค่อนข้างสูง แสดงว่าเด็กมีการเจริญเติบโตดีมาก
- สูงกว่าเกณฑ์ แสดงว่าเด็กมีการเจริญเติบโตมากกว่าเกณฑ์ทั่วไป ในเด็กอายุ

เท่ากัน

2 น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงอยู่ในเกณฑ์ดี หมายถึง มีรูปร่างสมส่วน แสดงว่า น้ำหนักกับส่วนสูงของเด็ก มีความเหมาะสม ซึ่งต้องส่งเสริมให้เด็กมีการเจริญเติบโตอยู่ในระดับนี้

(2) **ภาวะการเจริญเติบโตไม่ดี** หมายถึง การที่มีน้ำหนักมากกว่าเกณฑ์ (**อ้วน**) หรือน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ (**ผอม**) และส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์ (**เตี้ย**) ได้แก่

1 น้ำหนักมากกว่าเกณฑ์ (**อ้วน**)

- น้ำหนักที่อยู่ในเกณฑ์เสี่ยงต่อการมีภาวะโภชนาการเกิน หมายถึง **ท้วม** แม้ว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติแต่เป็นการเตือนให้ระวังว่าหากไม่ดูแล น้ำหนักจะเพิ่มขึ้นอยู่ในขั้นเริ่มอ้วนได้

- น้ำหนักที่อยู่ในเกณฑ์ภาวะโภชนาการเกิน แบ่งเป็น 2 ระดับ คือ

เริ่มอ้วน (อ้วนระดับ 1) แสดงว่ามีน้ำหนักมากกว่าเด็กที่มีส่วนสูงเท่ากัน มีโอกาสจะเป็นผู้ใหญ่อ้วนในอนาคต หากไม่ควบคุมน้ำหนัก จะมีผลทำให้เด็กมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรังตั้งแต่วัยเด็ก เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ ข้อเข่าเสื่อม เป็นต้น

อ้วน (อ้วนระดับ 2) แสดงว่ามีน้ำหนักมากกว่าเด็กที่มีส่วนสูงเท่ากันอย่างมาก มีโอกาสที่จะเป็นผู้ใหญ่อ้วนมากในอนาคต หากไม่ควบคุมน้ำหนักจะมีผลทำให้เด็กมีความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรังตั้งแต่วัยเด็ก และมีความรุนแรงมากกว่าวัยผู้ใหญ่

2 น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ (**ผอม**)

- น้ำหนักที่อยู่ในเกณฑ์เสี่ยงต่อการขาดอาหาร หมายถึง **ค่อนข้างผอม** แม้ว่าอยู่ในเกณฑ์ปกติแต่เป็นการเตือนให้ระวัง หากไม่ดูแล น้ำหนักจะไม่เพิ่มขึ้น หรือจะลดลงอยู่ในระดับผอมได้

- น้ำหนักที่อยู่ในเกณฑ์ขาดอาหาร หมายถึง **มีรูปร่างผอม** แสดงว่าน้ำหนักน้อยกว่าเด็กที่มีส่วนสูงเท่ากัน สาเหตุจากได้รับอาหารไม่เพียงพอ

3 ส่วนสูง ต่ำกว่าเกณฑ์ (**เตี้ย**)

- ส่วนสูงอยู่ในเกณฑ์ที่เสี่ยงต่อการขาดอาหาร หมายถึง ค่อนข้างเตี้ย แม้ว่า จะอยู่ในระดับปกติ แต่เป็นการเตือนให้ระวัง หากไม่ดูแล ส่วนสูงจะไม่เพิ่มเติม และจะเป็นเด็กเตี้ยได้

- ส่วนสูงอยู่ในเกณฑ์ขาดอาหาร หมายถึง **เตี้ย** คือส่วนสูงน้อยกว่าเกณฑ์ เจริญเติบโตไม่ดี แสดงให้เห็นถึงการได้รับอาหารไม่เพียงพอเป็นเวลานาน และเรื้อรัง แต่อาจพบการ แผลผลที่ผิดในกรณีของเด็กเตี้ย แต่เด็กมีรูปร่างสมส่วน ในกรณีเช่นนี้ถือว่าเด็กมีภาวะ การขาดอาหาร (เตี้ย) แม้ว่าเด็กจะรูปร่างสมส่วนก็ตาม

โดยสรุป การประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียนที่มีปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและ อ้วน จำแนกกลุ่มเป็น 2 ระดับคือ

1. กลุ่มเด็กอ้วนที่ยังไม่เป็นโรค ได้แก่ นักเรียนที่มีปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน แต่รอยปื้นดำที่คอ และรอบรักแร้ ยังไม่แสดงอาการให้เห็น ควรแนะนำการบริโภคอาหาร และการ ออกกำลังกาย

2. กลุ่มเด็กอ้วนที่เป็นโรค การให้คำปรึกษา แนะนำด้านการบริโภคอาหาร และ การให้ออกกำลังกาย ปฏิบัติเช่นเดียวกับกลุ่มเด็กอ้วนกลุ่มเสี่ยง หากคัดกรองแล้วพบว่านักเรียนมี ความเสี่ยง 3 ใน 4 ข้อ คืออาการรอยปื้นดำที่คอและรอบรักแร้ มีบุคคลในครอบครัวมีภาวะเบาหวาน หรือเป็นโรคหัวใจ ต้องดำเนินการทำหนังสือแจ้งผู้ปกครองเรื่องความผิดปกติและประสานสถาน บริการสาธารณสุขในเขตรับผิดชอบ เพื่อช่วยเหลือ และส่งต่อเพื่อการรักษาตามสิทธิต่อไป

2.4.4 แนวทางการบริโภคอาหารเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

ปัญหาภาวะโภชนาการในนักเรียน มีทั้ง เริ่มมีภาวะอ้วน และโภชนาการเกิน สามารถ ดำเนินการได้โดยการปรับพฤติกรรมให้ถูกต้องเหมาะสม ทั้งด้านการบริโภคอาหารและการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นทั้งการป้องกันมิให้เด็กวัยเรียนเริ่มมีภาวะโภชนาการเกิน และโภชนาการเกิน และหากมี ภาวะโภชนาการเกิน ก็ช่วยให้สามารถควบคุมน้ำหนักได้ โดยดำเนินการตามขั้นตอนและเทคนิคต่างๆ (สำนักโภชนาการ, 2557: 17-22) ดังนี้

1) การจัดอาหารกลางวัน สำหรับนักเรียนที่เริ่มมีภาวะอ้วน

ผลการประเมินนักเรียนหากพบว่า เริ่มมีภาวะอ้วน ควรป้องกันมิให้นักเรียนมี น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์เสี่ยงต่อการมีภาวะโภชนาการเกิน โดยควบคุมให้นักเรียน ปฏิบัติดังนี้

(1) กินอาหารให้ครบ 3 มื้อ โดยเฉพาะมื้อเช้าสำคัญมากที่สุด เพราะมีผลต่อการ เรียนรู้ของนักเรียน ทำให้เกิดสมาธิในการเรียน และไม่แนะนำให้นักเรียนกินอาหารมื้ออื่น ๆ เพิ่มอีก

(2) กินอาหารให้ครบ 5 หมู่ทุกวัน ในปริมาณที่พอเหมาะกับความต้องการของ ร่างกาย

(3) เลือกกินอาหารที่มีพลังงานต่ำ เช่น ผัก ผลไม้ ให้มากและงดการกินอาหาร
จุกจิก

(4) เลือกประเภทอาหารที่กินง่าย ๆ มีสารอาหารที่หลากหลายและครบถ้วน เช่น
อาหารจานเดียวแบบไทย ๆ หรือประเภทก๋วยเตี๋ยว

(5) พยายามลดพลังงานหรือไขมันสะสมในร่างกายให้ได้ สัปดาห์ละ 0.5 กิโลกรัม มี
ความปลอดภัยที่สุดโดยเน้นการลดอาหารประเภทข้าว แป้ง น้ำตาล และไขมัน

และเนื่องจากเด็กวัยเรียนเป็นวัยแห่งการเจริญเติบโต ทั้งร่างกายและสมอง การ
บริโภคอาหารสำหรับเด็กวัยเรียน โดยยึดหลักการบริโภคอาหารตามสัดส่วนธงโภชนาการ ซึ่งเป็นสื่อที่
ช่วยอธิบาย และทำความเข้าใจเกี่ยวกับโภชนะบัญญัติ 9 ประการสำหรับนำไปสู่การปฏิบัติ เพื่อการ
รับประทานอาหารที่เหมาะสม และได้รับสารอาหารที่เพียงพอ และเป็นประโยชน์ ต่อร่างกายให้มาก
ที่สุด (thaihealthlife.com: ออนไลน์) ดังนี้

หลักการบริโภคอาหารตามสัดส่วนธงโภชนาการ และความเข้าใจเกี่ยวกับโภชนะ
บัญญัติ 9 ประการ

1) ธงโภชนาการ เป็นสื่อประเภทรูปภาพ ลักษณะเป็นธงสามเหลี่ยมกลับหัว โดยมี
ฐานอยู่ด้านบน และปลายสามเหลี่ยมอยู่ด้านล่าง ประกอบด้วยรูปภาพ 4 ชั้น ที่แสดงกลุ่มของอาหาร
และสัดส่วน ในการรับประทาน ที่แสดงภายใต้ขนาดของพื้นที่ของแต่ละกลุ่มอาหาร คือ พื้นที่กลุ่ม
อาหารที่มีพื้นที่มาก แสดงถึงสัดส่วนในการรับประทานมาก โดยเฉพาะบริเวณฐานด้านบน ส่วนพื้นที่
ของกลุ่มอาหารที่มีพื้นที่น้อย แสดงถึงสัดส่วนในการรับประทานน้อย โดยเฉพาะพื้นที่บริเวณปลาย
แหลมของธงโภชนาการ ดังภาพที่ 2.8



ภาพที่ 2.8 ธงโภชนาการ

ที่มา : <http://www.thaihealthlife.com>.

2). หลักโภชนะบัญญัติคือข้อควรปฏิบัติในการรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ (หลักโภชนะบัญญัติ 9 ประการ: ออนไลน์) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

(1) รับประทานอาหารครบ 5 หมู่ แต่ละหมู่ให้มีความหลากหลายและหมั่นดูแลน้ำหนักตัวโดย ใน 1 วัน ควรรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ ได้แก่

อาหารหมู่ที่ 1 ได้แก่ เนื้อสัตว์ต่างๆ เครื่องในสัตว์ ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง ผลิตภัณฑ์จาก

นม

อาหารหมู่ที่ 2 ได้แก่ ข้าวต่างๆ อาหารทำจากแป้ง เผือก มัน

อาหารหมู่ที่ 3 ได้แก่ ผักใบเขียวและผักต่าง ๆ

อาหารหมู่ที่ 4 ได้แก่ ผลไม้ต่างๆ

อาหารหมู่ที่ 5 ได้แก่ ไขมันจากสัตว์และไขมันจากพืช

การเลือกรับประทานอาหารในแต่ละหมู่ควรเลือกให้หลากหลาย และไม่ซ้ำซ้อน

(2) รับประทานข้าวเป็นอาหารหลัก สลับกับอาหารประเภทแป้งเป็นบางมื้อ เนื่องจากข้าวเป็นอาหารหลัก ที่มีคุณค่าทางโภชนาการมาก โดยเฉพาะข้าวที่ผ่านการขัดสีน้อย เช่น ข้าวซ้อมมือ หรือ “ข้าวกล้อง” นอกจากให้สารอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรตแล้ว ยังมีวิตามินที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายมาก อาหารประเภทแป้งอื่น ๆ เช่น ก๋วยเตี๋ยว บะหมี่ ขนมปัง เป็นต้น สามารถรับประทาน สลับแทนข้าวเป็นบางมื้อได้ แต่คุณค่าของอาหารเหล่านี้จะน้อยกว่า การได้รับจากข้าว

(3) สารอาหารที่จำเป็นแก่ร่างกาย คือ วิตามิน และ แร่ธาตุช่วยในการป้องกันโรค และยังมีใยอาหารที่ให้ปริมาณสูง ช่วยทำให้ขับถ่ายสะดวก และช่วยให้ท้องไม่ผูก รับประทานปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่ และถั่วเมล็ดแห้งเป็นประจำ ซึ่งเป็นอาหารที่ให้สารอาหารโปรตีน ช่วยในการเจริญเติบโตและซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ เป็นสารอาหารที่จำเป็น แก่เด็กในวัยเรียนเป็นอย่างยิ่ง หากขาดโปรตีนแล้วจะมีผลกระทบต่อการเจริญเติบโต ทั้งทางร่างกายและสมอง

(4) ตั้มนมให้เหมาะสมตามวัย เนื่องจากนม เป็นอาหารที่มีประโยชน์ตั้งแต่วัยทารกเป็นอาหารที่ย่อยง่ายอุดมไปด้วยสารอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย เช่น โปรตีน แคลเซียม วิตามินต่าง ๆ เป็นต้น เด็กในวัยเรียนมีความต้องการสารอาหารเหล่านี้มากเพราะอยู่ในวัยที่กำลังเจริญเติบโต ร่างกายต้องนำไปสร้างกระดูก ฟัน กล้ามเนื้อ เป็นต้น

(5) รับประทานอาหารที่มีไขมันพอควร โดยที่ไขมันจากพืช และสัตว์ เป็นสารอาหารที่ให้พลังงานที่สูงที่สุดแก่ร่างกาย และเป็นตัวละลายวิตามิน เอ ดี อี และวิตามิน เค ให้แก่ร่างกายนำไปใช้ประโยชน์ได้ แต่ต้องรับประทานในปริมาณที่พอเหมาะ ควรใช้ไขมันจากพืชนำมาปรุงอาหารมากกว่าไขมันจากสัตว์ และปริมาณไม่ควรเกิน 3 ช้อนโต๊ะต่อวัน หากรับประทานไขมันในปริมาณที่มากเกินไปจะทำให้เกิดการสะสมในร่างกาย โดยถ้าสะสมในหลอดเลือดจะทำให้เกิดไขมันอุดตันในเส้นเลือด เป็นอันตรายต่อหัวใจและสมอง และถ้าสะสมตามร่างกายจะทำให้เกิดโรคอ้วนได้

(6) หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารรสหวานและเค็มจัด อาหารที่มีรสหวานจัด นั้นมีน้ำตาลเป็นส่วนประกอบของอาหารมาก การรับประทานน้ำตาลในปริมาณมาก ทำให้ร่างกายเสี่ยงต่อการเกิดโรค เช่น โรคอ้วน โรคเบาหวาน เช่นเดียวกับการรับประทานอาหารรสเค็มจัด ซึ่งมีส่วนประกอบของเกลือโซเดียมสูง อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อไตและผู้ป่วยโรคความดันเลือดสูงด้วย

(7) รับประทานอาหารที่สะอาด ปราศจากการปนเปื้อน นอกจากอาหารจะมีประโยชน์ต่อร่างกายแล้ว ถ้าอาหารเหล่านั้นเกิดการปนเปื้อนจากเชื้อโรคและสารเคมีต่าง ๆ จะทำให้

เกิดโทษร่างกายได้ จึงควรเลือกรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ๆ สด สะอาด ปราศจากสัตว์นำโรค และแมลงวันตอม รวมทั้งไม่รับประทานอาหารที่มีสีสังเคราะห์ เช่นกัน

(8) งดเครื่องดื่มมีน้ำตาล เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เช่น สุรา ยาตอง เหล้า เบียร์ และไวน์ ซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพอย่างยิ่ง เป็นสาเหตุของโรคพิษสุราเรื้อรัง มะเร็งตับ เป็นต้น จึงควรเลือกดื่มเฉพาะเครื่องดื่มที่มีประโยชน์เท่านั้น เช่น น้ำผัก น้ำผลไม้ เป็นต้น

2) การจัดการอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน

ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทยได้แนะนำแนวทางการดูแลเด็กภาวะโภชนาการเกิน ตามแนวทางเวชปฏิบัติการป้องกันและรักษาภาวะโภชนาการเกินในเด็ก พ.ศ. 2557 โดยเด็กที่มีน้ำหนักเกิน ควรได้รับการรักษาด้วยการควบคุมอาหาร การปรับพฤติกรรม การออกกำลังกาย ซึ่ง สถาบันกุมารเวชศาสตร์แห่งสหรัฐอเมริกา แนะนำให้บริโภคอาหารที่มีพลังงานต่ำ ประกอบด้วย ผัก ผลไม้ พืชตระกูลถั่ว ธัญพืชขัดสีน้อย ซึ่งทำให้อิ่ม แต่พลังงานที่ได้ลดลง และเพิ่มปริมาณใยอาหารซึ่งจะช่วยควบคุมน้ำหนัก ลดเครื่องดื่มประเภทน้ำหวาน จำกัดปริมาณน้ำผลไม้ และแนะนำให้โรงเรียนจัดกิจกรรมการออกกำลังกายในระดับหนักปานกลาง เป็นเวลา 30 นาที/วัน และ จำกัดเวลาการอยู่นั่งหน้าจอภาพ ได้แก่ การดูโทรทัศน์ วิดีโอเกม คอมพิวเตอร์ ในเด็กอายุมากกว่า 2 ปี ไม่เกิน 2 ชั่วโมง/วัน ในเด็กที่อายุน้อยกว่า 2 ปี ไม่ควรให้ดูโทรทัศน์ (Spear et al, 2007: 120) นอกจากการควบคุมอาหารและกิจวัตรดังที่กล่าวข้างต้นแล้ว สมาคมหัวใจสหรัฐอเมริกาได้แนะนำอาหารสำหรับเด็กอายุมากกว่า 2 ปี ควรใช้น้ำมันพืชในการปรุงอาหาร เช่น น้ำมันถั่วเหลือง น้ำมันดอกทานตะวัน หรือ Soft Margarine ที่ไม่มีไขมันอิ่มตัว และ Trans Fat ต่ำ แทนการใช้ไขมันสัตว์หรือเนย และหลีกเลี่ยงการบริโภคหนังสัตว์ เนื้อสัตว์ติดมัน (Gidding SS et al, 2005: 110)

บทบาทของครูในการจัดการอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน จุดมุ่งหมายโดยการจัดการอาหารกลางวัน เพื่อลดน้ำหนักในนักเรียน ต้องคำนึงถึงพลังงานสารอาหารที่นักเรียนต้องการเพื่อการเจริญเติบโตของร่างกาย ควรจำกัดอาหารในกลุ่มที่ให้พลังงานสูง ไขมัน และไปเพิ่มในกลุ่มผักและผลไม้ที่ให้สารอาหารตัวอื่น ๆ เช่น แคลเซียม ธาตุเหล็ก วิตามินเอ ใยอาหาร และแร่ธาตุอื่น ๆ ในขณะเดียวกันต้องคำนึงถึงความชอบของเด็กด้วย ดังหลักการต่อไปนี้

(1) การจัดเมนูอาหารเพื่อให้ได้คุณค่าโภชนาการ

1. ต้องครบ 5 หมู่และหลากหลาย คือ

- ข้าวที่ให้นักเรียน กิน ควรเป็นข้าวกล้องแทนข้าวขาวหรือผสมโดยเริ่มจากปริมาณน้อยเมื่อเด็กเริ่มยอมรับ จึงค่อยเพิ่มปริมาณจนสามารถกินได้ทั้งหมด ข้อสำคัญ ครูควรแนะนำผู้ปกครองให้ปฏิบัติเช่นเดียวกับที่บ้าน

- เพิ่มปริมาณผักในมื้ออาหารทุกครั้ง และควรให้มีหลากหลายสี รวมถึงแนะนำให้ผู้ปกครองปฏิบัติ เช่นเดียวกับที่บ้าน
 - ลดการจัดอาหารที่มีกะทิเป็นส่วนประกอบ ให้เหลือสัปดาห์ละ 1 ครั้ง หรือ อาจทดแทนด้วยนมถั่วเหลือง หรือกะทิธัญพืชแทน
 - เนื้อสัตว์ ควรเลือกชนิดที่ไม่ติดมันและหนัง
 - ควรจัด อาหารประเภทถั่ว เมล็ดแห้งและผลิตภัณฑ์ เป็น ส่วนประกอบของอาหาร เช่นเพิ่มเต้าหู้ แทนเนื้อสัตว์ชนิดอื่น หรือ ฟองเต้าหู้ผสมในผัดวุ้นเส้นหรือแกงจืด เป็นต้น
 - ใช้เครื่องปรุงรสที่มีการเสริมสารไอโอดีนในการปรุงอาหารทุกครั้ง เช่น เกลือเสริมไอโอดีนน้ำปลา ซอสซีอิ๊วที่มีการเสริมไอโอดีน
 - เลือกวิธีการปรุงอาหารด้วยการต้ม นึ่ง ตุ่น ลวก อบ หรือยำ แทน วิธีการผัด การทอด เนื่องจากต้องใช้น้ำมัน หรือลดการปรุงอาหารด้วยกะทิ
2. ไม่ควรจัดวางเครื่องปรุงรส เช่น น้ำปลา น้ำตาล ไว้ให้เต็ม เพื่อลดพลังงาน ส่วนเกินจากเครื่องปรุง
 3. การแบ่งมื้ออาหารแบ่งเป็นมื้ออาหารหลัก 3 มื้อ อาหารว่างอีก 1-2 มื้อ
 4. อาหารที่นำ มาจัดควรเลือกวัตถุดิบ ในการประกอบอาหารที่สะอาด ปลอดภัย และถูกหลักสุขาภิบาลอาหาร
 5. การจัดชุดสำหรับอาหารกลางวันต่อสัปดาห์ ควรคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้
 - อาหารจานเดียวไม่เกิน 1 ครั้ง
 - ผลไม้ ไม่น้อยกว่า 3 ครั้ง
 - ขนม ไม่เกิน 2 ครั้ง
 - ใช้เกลือ น้ำปลา ซีอิ๊ว ซอสปรุงรส เสริมสารไอโอดีนในการปรุง ประกอบอาหาร
 - ใช้ปลา เป็นส่วนประกอบในอาหารไม่น้อยกว่า 1 ครั้ง
 - ไข่ 1-2 ฟอง
 - เลือกใช้อาหารที่มีความเข้มข้น ของสารอาหาร เช่น ตับ เลือด เต้าหู้ และปลาที่กินได้ทั้งตัวใน 1 ครั้ง
 - ถั่วเมล็ดแห้ง 1 ครั้ง
 6. เลือกใช้เนื้อสัตว์ที่ไขมันต่ำ เช่น ปลา เนื้อหมูไม่ติดมันและหนัง

7. อาหารกลางวันที่จัดให้นักเรียน ต้องมีรสชาติไม่หวาน ไม่มัน ไม่เค็ม

2.4.5 การช่วยเหลือเด็กที่มีปัญหาภาวะโภชนาการเกิน

การลดปัญหาภาวะโภชนาการเกิน และโรคอ้วนในเด็กวัยเรียน หน่วยงานหลักจะต้องสร้างภาคีเครือข่ายเพื่อกำหนดแนวทาง วัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมาย การดำเนินงาน พร้อมทั้งบทบาทหน้าที่ให้ชัดเจนโดยหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพ ได้แก่ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด สถานบริการสาธารณสุขทุกระดับที่ดูแลรับผิดชอบโรงเรียนในพื้นที่ และชุมชน ได้แก่ โรงพยาบาลศูนย์ (รพศ.) โรงพยาบาลทั่วไป (รพท.) โรงพยาบาลชุมชน (รพช.) และ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล (รพ.สต.) หรือสถานบริการสาธารณสุขเทศบาล จัดกิจกรรมให้ความรู้ด้านอาหาร โภชนาการ และการออกกำลังกาย พร้อมทั้งขอความร่วมมือกับชุมชนให้ช่วยกันผลิตแหล่งอาหาร และจำหน่ายอาหาร ประเภท ผัก ผลไม้ หรือไข่ เป็นต้น เพื่อใช้เป็นวัตถุดิบในการปรุงประกอบอาหารของโรงเรียน

หากผลการประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่า นักเรียนมีภาวะโภชนาการเกิน การช่วยเหลือนักเรียนโดยโรงเรียนดำเนินการแจ้งผลการเจริญเติบโต และพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ดำเนินการป้องกัน และแก้ไขปัญหาคาดอาหาร หรือโภชนาการเกิน ติดตามการดำเนินงาน รายงานผลการเจริญเติบโตของนักเรียน

การดำเนินการป้องกันและแก้ไขปัญหภาวะโภชนาการเกิน ดังรายละเอียด ต่อไปนี้

2.4.5.1 การวางแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การลดน้ำหนักของนักเรียน

การวางแผนการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์แทนได้อย่างเหมาะสม โดยมีหลักการ (สำนักส่งเสริมสุขภาพ, 2558: 10) ดังนี้

1) กำหนดการบริโภคอาหารของเด็กวัยเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน โดยคำนึงถึงความเพียงพอกับความต้องการของร่างกาย เพื่อให้ร่างกายได้รับสารอาหารต่างๆ ในการช่วยเสริมสร้างการเจริญเติบโตให้เต็มศักยภาพ พร้อมทั้งบำรุงร่างกายสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ ช่วยให้อวัยวะทุกส่วนดำรงสภาพตามปกติ และช่วยบำรุงสมองเพื่อให้ความพร้อมในการเรียนรู้ทุกด้าน เสริมสร้างพัฒนาการ ด้านร่างกาย สติปัญญา สังคม และอารมณ์อย่างเต็มที่ โดยการวางแผนความต้องการด้านพลังงาน สำหรับนักเรียนที่มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ดังนี้

อายุ 7 ปีขึ้นไป ที่ไม่ถึงเกณฑ์อ้วนรุนแรงและไม่มีภาวะแทรกซ้อน ควรดูแลให้น้ำหนักตัวคงที่โดยแนะนำให้บริโภคอาหารตามความต้องการของร่างกายเหมือนเด็กที่มีน้ำหนักปกติ คือ วันละ 1,600 กิโลแคลอรี และติดตามการเจริญเติบโตด้านน้ำหนักและส่วนสูง เพื่อความเปลี่ยนแปลงทุก 2-6 เดือน

เด็กโรคอ้วนอายุ 7 ปีขึ้นไป ที่ไม่มีภาวะแทรกซ้อน ไม่เป็นกลุ่มเสี่ยงและไม่ถึงเกณฑ์อ้วนรุนแรงควรควบคุมอาหารที่ให้พลังงานสูงประเภทข้าว แป้ง และน้ำตาลและไขมัน และเพิ่มกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้นเพื่อลดน้ำหนัก และติดตามการเจริญเติบโตโดยใช้น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงเพื่อดูความเปลี่ยนแปลงทุก 2-6 เดือน

เด็กโรคอ้วนอายุ 7 ปีขึ้นไป ที่มีภาวะแทรกซ้อน เป็นกลุ่มเสี่ยง อ้วนรุนแรงหรือมีผลเจาะเลือดผิดปกติ ควรควบคุมอาหารและเพิ่มกิจกรรมทางกาย โดยตั้งเป้าหมาย คือให้น้ำหนักตัวลดลงร้อยละ 5-10 ของน้ำหนักเดิม ซึ่งจะสามารถลดความรุนแรงของโรคอ้วนและภาวะแทรกซ้อนได้ ทั้งนี้ในเด็กที่มีความดันโลหิตสูงหรือเบาหวาน ควรลดน้ำหนักตามเป้าหมายดังกล่าว ภายใน 1 ปี หรือลดลงรวดเร็วกว่านั้นหากมีภาวะแทรกซ้อนที่รุนแรงมากขึ้นโดยลดพลังงานลง 500-1,000 กิโลแคลอรีต่อวัน จะทำให้น้ำหนักตัวลดลง 0.5-1 กิโลกรัมต่อสัปดาห์ (สำนักโภชนาการ, 2558: 21)

2) ให้นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ออกกำลังกายสม่ำเสมอ นอกจากควบคุมการกินอาหารแล้วต้องออกกำลังกายควบคู่ไปด้วยจะทำให้การลดน้ำหนักเห็นผลเร็วขึ้น เพราะจะเป็นการใช้พลังงานที่ร่างกายได้รับจากอาหาร ไม่มีการสะสมไขมันจากการที่ร่างกายใช้พลังงานไม่หมด สำหรับผู้ที่ไม่เคยออกกำลังกายมาก่อนต้องเริ่มจากสิ่งที่ย่าง ๆ ก่อน เช่นการเดินเร็ว ใช้เวลาสั้น จากนั้นค่อยเพิ่มเวลาในนานขึ้น เมื่อร่างกายปรับสภาพได้แล้ว จึงค่อยออกกำลังกายประเภทอื่น ๆ ที่ชื่นชอบ และควรทำให้ได้วันละ 60 นาที หากไม่สามารถทำติดต่อกันได้ ก็ให้ออกกำลังกายแบบสะสมเวลา เช่น เข้า 20 นาที บ่าย 20 นาที และ ตอนเย็นอีก 20 นาที เป็นต้น

3) ลดกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อย เช่นใช้เวลาเล่นเกมกด เกมคอมพิวเตอร์ และการดูโทรทัศน์เป็นเวลานาน ทั้งนี้ผลการศึกษาในต่างประเทศ และในประเทศพบความสัมพันธ์ของความอ้วนกับการดูโทรทัศน์และเล่นเกม การจำกัดเวลาการดูโทรทัศน์ และเล่นเกมกด/เกมคอมพิวเตอร์ และเพิ่มกิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกายที่ให้ความสนุกสนาน ซึ่งต้องการความร่วมมือจากผู้ปกครองช่วยดูแลเด็กให้ส่งเสริมการเคลื่อนไหว และลดกิจกรรมที่ไม่ค่อยได้เคลื่อนไหวดังกล่าว รวมทั้งพฤติกรรมกรบริโภคขนม/อาหารขณะดูโทรทัศน์ มักจะเกิดการบริโภคมากเกินไปทำให้เพิ่มโอกาสเป็นเด็กอ้วนได้

4) การจัดกิจกรรมค่ายเพื่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมค่ายปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเป็นกลยุทธ์ที่สำคัญกับการจัดการปัญหาภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียน การจัดกิจกรรม เพื่อให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ และมีการพัฒนาตนเองให้มากที่สุด ตามศักยภาพของตนเอง โดยการฝึกให้

นักเรียนลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง การคิดวิเคราะห์ค้นหาสาเหตุของโภชนาการเกิน และแนวทางแก้ไข ปัญหาด้วยตนเอง โดยมีรูปแบบการจัดค่ายลดน้ำหนัก (สำนักส่งเสริมสุขภาพ, 2558: 10) ดังนี้

รูปแบบการจัดค่ายลดน้ำหนัก ควรจัดเป็นเวลาอย่างน้อย 1 สัปดาห์ การลดน้ำหนักจึงจะได้ผลอาจจัดแบบ เข้าไป-เย็นกลับ (ไม่พักค้าง) เริ่มตั้งแต่เวลา 08.30-16.30 น. หรือพักค้างก็ได้ ตามความเหมาะสม ขึ้นอยู่กับบริบทของแต่ละโรงเรียน หากพักค้างควรจัดกิจกรรม กลางคืนรอบกองไฟ เช่น ค่ายฤดูร้อน ค่าย ปลุกพลังต้านภัยอ้วน เป็นต้น โดยมุ่งเน้นที่การปรับเปลี่ยน พฤติกรรมนักเรียนอย่างยั่งยืนและต่อเนื่อง โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่มีเป้าหมาย ลดการบริโภค อาหารลง และเพิ่มการเคลื่อนไหวร่างกาย ได้แก่ การสร้างพฤติกรรมใหม่ ปรับพฤติกรรมเดิมให้เหมาะสม และการจำกัด พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม โดยการให้ความรู้ เพื่อให้เกิดความตระหนักรู้ การเปลี่ยนแปลง การฝึกให้เกิดความเคยชินและประพฤติดูต่อเนื่องเป็นเวลานาน อย่างน้อย 6 เดือน การทำกลุ่มบำบัด การตรวจสอบ ในกรณีที่ โรงเรียนไม่สามารถจัดกิจกรรมค่ายลดน้ำหนักโดยเฉพาะได้ สามารถบูรณาการ การจัดกิจกรรมค่ายร่วมกับค่ายอื่น ๆ ที่ทางโรงเรียนจัดเป็นประจำก็ได้ เช่น ค่าย ลูกเสือ ค่ายยุวกาชาด ค่ายวิทยาศาสตร์ และค่ายภาษาอังกฤษ เป็นต้น

5) การประเมินพฤติกรรม (Self-monitoring) เป็นการติดตามพฤติกรรมการกิน และการออกกำลังกายของเด็กอ้วนกลุ่มเสี่ยง โดยให้เด็กจดบันทึกพฤติกรรมการบริโภคอาหาร (Food diary) และการเคลื่อนไหวออกแรงของตนเอง (สำนักโภชนาการ, 2558: 32) เช่น

1. กินอาหารปริมาณมากเพียงใด มากเกินความต้องการของร่างกายหรือไม่
2. กินอะไรบ้าง มีผลดีต่อสุขภาพหรือไม่
3. กินอาหารกับใครบ้าง
4. กำลังทำอะไรในขณะที่กินอาหาร ก่อนกินอาหาร และหลังกินอาหาร
5. มีการเคลื่อนไหวออกแรง หรือใช้พลังงานเพื่อเผาผลาญไขมันใน ร่างกายมากน้อยเพียงใด
6. อารมณ์ขณะกินเป็นอย่างไร มีผลทำให้นักเรียนกินอาหารมากขึ้นหรือไม่

การจดบันทึกและประเมินพฤติกรรมนี้ ทำให้เด็กอ้วน หรือผู้ให้คำปรึกษา ทราบรายละเอียดในสิ่งที่ไม่เคยทราบมาก่อน ทำให้สามารถวิเคราะห์ได้ว่า พฤติกรรมที่เกิดขึ้นนั้น มีสาเหตุมาจากอะไร จะทำให้ทราบถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และนำไปสู่จุดมุ่งหมาย ที่ต้องการให้เด็ก เปลี่ยนพฤติกรรมที่ต้องการ ให้สำเร็จได้ สิ่งที่ได้รับจากการจดบันทึก

1. การตระหนักรู้ (Awareness) คือ การเข้าใจแบบแผนพฤติกรรมของตนเอง โดยการนำผลของการประเมินพฤติกรรมตนเองที่ได้จดบันทึกไว้มาวิเคราะห์ร่วมกัน เช่น เด็กมักกินขนมเมื่อไปเที่ยวกับเพื่อนดังนั้น ควรระมัดระวังเรื่องการกินขนม หรือสอนให้เลือกรับประทานอาหารว่างที่มีพลังงานเมื่อออกไปเที่ยวกับเพื่อนแทน

2. การตั้งเป้าหมาย (Goal Setting) เกี่ยวกับพฤติกรรมมารับประทานอาหารและการออกกำลังกาย ควรตั้งเป้าหมายทั้งระยะสั้น และระยะยาว และเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ซึ่งเด็กอ้วนกลุ่มเสี่ยงสามารถปรับพฤติกรรมได้ โดยผู้ปกครองต้องมีส่วนร่วมในการตั้งเป้าหมายร่วมกัน

3. การหาสิ่งกระตุ้น (Stimulus Control) เป็นการหาสิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดการกิน เพื่อให้หลีกเลี่ยงสิ่งที่มีกระตุ้นนั้นได้อย่างถูกต้อง เช่น เด็กจะเกิดความอยากกินเมื่อเห็นอาหารที่ตนเองชอบ อาหารหรือขนมที่ผู้ปกครองซื้อมาตุนไว้ที่บ้านหรือในตู้เย็น หรือประเภทที่มีสีสันสวยงามน่ากิน ดังนั้น ผู้ปกครองไม่ควรซื้ออาหารและขนมมาตุนไว้ในปริมาณที่มากเกินไป หากจำเป็นควรจัดเก็บไว้ในภาชนะที่มิดชิด ป้องกันเด็กเห็น ทำให้อยากกิน

4. การควบคุมสิ่งกระตุ้น จะต้องฝึกให้เด็กรู้จักสังเกตตนเองว่าสัญญาณที่ทำให้ตนเองอยากกินอาหารนั้นคือ ความหิว หรือความอยาก ผู้ให้คำปรึกษาควรแนะนำให้เด็กรู้จักการวิเคราะห์หาสิ่งที่เป็นตัวกระตุ้นนั้นมาจากสาเหตุใด เช่น สถานที่ เหตุการณ์ หรือความรู้สึก ที่เป็นตัวกระตุ้นทำให้เกิดพฤติกรรมการกินที่ไม่ถูกต้องซึ่งอาจต้องใช้หลายวิธี เพื่อตัดลูกโซ่พฤติกรรมที่นำไปสู่การกินให้ได้ผลดียิ่งขึ้น เช่น

- 1) การทำกิจกรรมอื่นๆ ที่ทำให้เพลิดเพลินจนลืมอารมณ์นี้ก็อยากกิน
- 2) ใช้วิธีวางแผนการกิน โดยกำหนดสถานที่ และเวลาให้แน่นอน
- 3) ใช้วิธีการเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมของเด็กที่เป็นสาเหตุนำไปสู่การกินอาหารที่ไม่เป็นผล ต่อดีสุขภาพ เช่น ถ้าเด็กไม่สามารถเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมที่ล้อมรอบตัวเขาได้ ควรแนะนำให้หลีกเลี่ยงการเดินทางไปสถานที่ที่เป็นแหล่งอาหาร หรือหากอาหารที่เด็กชอบจัดวางอยู่ในตำแหน่งที่มองเห็นได้ง่าย ก็ควรเปลี่ยนที่วางอาหารใหม่ โดยจัดวางให้พ้นนอกสายตา ไม่ควรเก็บอาหาร ขนม และเครื่องดื่มไว้ในตู้เย็น ห้องครัว บนโต๊ะอาหาร ที่สำคัญที่สุดคือ ผู้ปกครองไม่ควรซื้ออาหารเข้าบ้าน

4) ควรแนะนำให้ผู้ปกครองจำกัดเงินค่าขนมในแต่ละวัน ให้เฉพาะที่จำเป็นเพื่อลดการเข้าถึงแหล่งอาหาร

5) ใช้วิธีการยับยั้ง โดย ฝึกให้เด็กสำรวจนิสัยการกินของตนเอง และ ปรับพฤติกรรมให้ถูกต้อง โดยเด็กที่ เริ่มอ้วน และ อ้วน จะรับประทานอาหารเกินความต้องการของ ร่างกาย โดยอาจจะทำแบบไม่รู้ตัว เช่น

- 5.1 วันหยุดกินจุเป็นพิเศษ
- 5.2 กินอาหารไม่เป็นเวลา
- 5.3 กินก่อนนอนน้อยกว่า 3 ชั่วโมง
- 5.4 กินเร็ว
- 5.5 กินไปทำอย่างอื่นไปพร้อม ๆ กัน
- 5.6 กินแก้กั้ม

5. การหาสิ่งยับยั้ง (Inhibitors) เป็นการหาสิ่งยับยั้งที่จะช่วยหยุดยั้ง พฤติกรรมการกินของเด็กได้ เช่น เด็กจะหยุดกินอาหารเมื่อมีเพื่อนมาชวนไปเล่นนอกบ้าน ซึ่งเป็นการ เปลี่ยนความสนใจไปยังสิ่งที่ชอบมากกว่า ดังนั้นผู้ปกครองอาจสนับสนุนให้เด็กได้ออกไปเล่นกับเพื่อน หรือเป็นฝ่ายชักชวนเด็กให้มีกิจกรรมนอกบ้านร่วมกันอย่างสม่ำเสมอ

6. การปรับเปลี่ยนความคิด (Cognitive Restructuring) เป็นการ ปรับเปลี่ยนความคิดให้เป็นไปในเชิงบวก สร้างความมั่นใจในตนเอง ให้กำลังใจเมื่อทำผิดพลาด เช่น เด็กมีความตั้งใจลดน้ำหนัก แต่อาจเผลอกินอาหารที่แป้งและน้ำตาลมาก ทำให้รู้สึกผิด ผู้ปกครองควร ปลอดภัยให้กำลังใจ ว่าเหตุการณ์นี้ ไม่ใช่สิ่งสำคัญที่จะให้เด็กล้มเลิกความคิดที่จะลดน้ำหนักให้ได้ตาม เป้าหมาย แต่จะเป็นข้อเตือนใจไม่ให้เกิดขึ้นอีกในอนาคต

7. การให้รางวัล (Rewards) เป็นการสร้างแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยน พฤติกรรม การให้รางวัลควรให้เมื่อเด็กปรับพฤติกรรมได้ดี มีพฤติกรรมใหม่เกิดขึ้น หรือลดความถี่ของ พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น ออกกำลังกายสม่ำเสมอ ลดการบริโภคน้ำอัดลม รับประทานผัก ผลไม้ มากขึ้น เป็นต้น รางวัลที่ให้ควรเป็นรางวัลที่ส่งเสริมพฤติกรรมเชิงบวก เช่น อุปกรณ์กีฬา หรือพาไป เที่ยวในสถานที่ซึ่ง เด็กชอบโดยเน้นการให้เด็กได้ออกกำลังกาย เช่นพิพิธภัณฑ ซึ่งต้องเดินดูตามห้อง ต่าง ๆ หรือสวนสนุกเล่นเครื่องเล่น ได้ออกกำลังกาย และสวนสนุกที่มีการผจญภัย ซึ่งเหมาะสำหรับ วัยของเด็ก เป็นต้นนอกจากนี้การได้รับคำชมเชยเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งจะช่วยให้เด็กเกิดความภาคภูมิใจใน ตนเอง อันจะทำให้การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมนั้น เป็นพฤติกรรมถาวรต่อไป

6) สรุปและประเมินผลการดำเนินงาน แก้ปัญหาภาวะโภชนาการของ นักเรียนตามลำดับขั้น

2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่มีผู้ทำการศึกษา และเกี่ยวข้องกับการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย งานวิจัย การสนับสนุนทางสังคม งานวิจัยภาวะโภชนาการของนักเรียนระดับประถมศึกษา และงานวิจัย แรงจูงใจที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานของครู ดังรายละเอียด ต่อไปนี้

2.5.1 งานวิจัยการสนับสนุนทางสังคม

เบญจพร ยิฐธรรม (2553: 77) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการติดต่อสื่อสาร และการสนับสนุนทางสังคมในองค์กร กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน กรณีศึกษาข้าราชการสังกัด กระทรวงอุตสาหกรรม วัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการสนับสนุนทางสังคม ในองค์กรจากผู้บังคับบัญชา และจากเพื่อนร่วมงาน กลุ่มตัวอย่างคือข้าราชการสังกัดกระทรวง อุตสาหกรรม ระดับชำนาญการ และระดับปฏิบัติการ 5 หน่วยงาน จำนวน 359 คน ผลการวิจัยพบว่าการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากผู้บังคับบัญชามีความสัมพันธ์ทางบวกกับขวัญกำลังใจในการ ปฏิบัติงานของข้าราชการ $r=.46$ และการได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนร่วมงาน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการ $r=.36$

สรวงทิพย์ เจริญสุนทร (2555: 8) ศึกษาปัจจัยของงาน บุคลิกภาพ และการสนับสนุนทาง สังคมที่มีผลต่อการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ โรงเรียนรักษาดินแดนศูนย์การกำลังสำรอง โดยมี วัตถุประสงค์ เพื่อ 1. ศึกษาระดับของ ปัจจัยของงาน การสนับสนุนทางสังคม และ ผลการปฏิบัติงาน ของเจ้าหน้าที่โรงเรียนรักษาดินแดน 2. ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลของเจ้าหน้าที่โรงเรียนรักษาดินแดนที่มี ผลต่อการปฏิบัติงาน 3. ศึกษาปัจจัยของงาน บุคลิกภาพ และการสนับสนุนทางสังคม ที่มีต่อผลการ ปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่โรงเรียนรักษาดินแดน 4. ศึกษาปัจจัยพยากรณ์ที่สามารถร่วมกันพยากรณ์ผล การปฏิบัติงาน ของเจ้าหน้าที่โรงเรียนรักษาดินแดน กลุ่มตัวอย่างคือ เจ้าหน้าที่โรงเรียนรักษาดินแดน ศูนย์การกำลังสำรองจำนวน 254 คน ผลการวิจัย พบว่า เจ้าหน้าที่ที่มีปัจจัยของงานโดยรวมอยู่ใน ระดับสูง คือมีคะแนนเฉลี่ย 3.79 และพิจารณารายด้าน พบว่า ปัจจัยของงานเกือบทุกด้านอยู่ใน ระดับสูง โดยปัจจัยของงานด้านทักษะมีค่าเฉลี่ยสูงสุดที่สุดคือ 3.99 ยกเว้นปัจจัยของงานด้านสภาวะการ ทำงานมีคะแนนเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง คือ 3.50 เจ้าหน้าที่ที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดย รวมอยู่ในระดับปานกลาง คือมีคะแนนเฉลี่ย 3.56 และรายด้าน พบว่า การสนับสนุนทางสังคมเกือบ ทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง ยกเว้นการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินมีค่าเฉลี่ยสูงสุดคือ 3.73

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยของงานกับผลการปฏิบัติงาน พบว่า มีความสัมพันธ์ทางบวกกับ ผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ โดยรวม ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมของเจ้าหน้าที่ กับผลการปฏิบัติงานพบว่า การสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และรายด้านได้แก่ ด้านอารมณ์ ด้าน

สิ่งของหรือบริการ ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านการประเมิน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลการปฏิบัติงานทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

การพยากรณ์ร่วมที่สามารถทำนายผลการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่โรงเรียนรักษาดินแดน พบว่า ด้านการประเมิน ปัจจัยของงานด้านทักษะ และปัจจัยด้านความรับผิดชอบ สามารถร่วมกันพยากรณ์ผลการปฏิบัติงานโดยรวมของเจ้าหน้าที่ได้ ผลการปฏิบัติงานด้านความรู้ความสามารถ พบว่า การสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ปัจจัยของงานด้านทักษะ และปัจจัยของงาน ด้านความรับผิดชอบสามารถร่วมกันพยากรณ์ผลการปฏิบัติงานด้านความรู้ความสามารถได้ ผลการปฏิบัติงานด้านพฤติกรรมในการทำงาน ปัจจัยของงานด้านความรับผิดชอบ การสนับสนุนทางสังคม ด้านการประเมิน และ ปัจจัยของงานด้านทักษะสามารถร่วมพยากรณ์ผลการปฏิบัติงานด้านพฤติกรรมในการทำงานได้ ด้านผลการปฏิบัติงาน พบว่าการสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน ปัจจัยของงานด้านความรับผิดชอบ และปัจจัยของงานด้านทักษะ สามารถร่วมกันพยากรณ์ผลการปฏิบัติงานได้

กรวสา จันทวงศ์ไโล และคณะ (2555: 33) ศึกษาเรื่องปัจจัยทางจิตสังคม ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ ของอาจารย์คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 252 คน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ และศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทางสังคมกับลักษณะทางจิตที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ ตัวแปรปัจจัยทางจิตหมายถึง การยอมรับนวัตกรรม และการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ ปัจจัยทางสังคมหมายถึงการสนับสนุนทางสังคม ด้านการสนับสนุนอาจารย์ ด้านวัตถุประสงค์ และด้านข้อมูลข่าวสาร จากผู้บังคับบัญชาและผู้ร่วมงาน ผลการวิจัยพบว่า อาจารย์ที่มีเจตคติต่อการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ และได้รับการสนับสนุนทางสังคม มีพฤติกรรมการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ โดย ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสองทาง พบว่า อาจารย์ที่มีการยอมรับ นวัตกรรมมาก และได้รับการสนับสนุนทางสังคมมาก จะมีพฤติกรรมการสอนที่มีประสิทธิภาพสูง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ได้แก่การสนับสนุนทางสังคม การยอมรับนวัตกรรม และเจตคติต่อการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ ได้ร้อยละ 54.40 โดยตัวแปรทำนาย คือ เจตคติต่อการสอน การยอมรับนวัตกรรม และการสนับสนุนทางสังคม

รินดา ชันธกรรม (2556: 376) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความผูกพันต่อองค์กรและประสิทธิภาพ ในการปฏิบัติงาน ของครูวิทยาลัยอาชีวศึกษาเอกชน กลุ่มภาคกลาง เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) กลุ่มตัวอย่าง คือ ครูวิทยาลัยอาชีวศึกษาเอกชน กลุ่มภาคกลาง จำนวน 260 คน โดยศึกษาปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตในการทำงาน โดยการสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชา ความ

สัมพันธ์ระหว่างเพื่อนร่วมงาน และบรรยากาศองค์กร ที่ส่งผลต่อความผูกพันต่อองค์กรและประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานของครูวิทยาลัยอาชีวศึกษาเอกชนกลุ่มภาคกลาง ผลการศึกษาปัจจัยด้านการสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชาส่งผลเชิงบวกต่อความผูกพันต่อองค์กรและประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน โดยผู้บริหารสนับสนุนให้ครูทำงานให้สำเร็จตามเป้าหมาย มีความพยายามในการทำความเข้าใจปัญหาของผู้บังคับบัญชา ยอมรับฟังความคิดเห็นและให้ความสำคัญในการทำงาน ให้ความช่วยเหลือพัฒนาอาชีพ ผู้บริหารและครูมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันในการทำงาน ยกย่องชื่นชมครูที่ปฏิบัติหน้าที่อย่างทุ่มเทและเสียสละ ผู้บริหารให้กำลังใจครูเสมอและให้การยอมรับไว้วางใจในการปฏิบัติงาน มีบุคลิกภาพที่รู้สึกเป็นกันเอง ดูแลเอาใจใส่เป็นที่ปรึกษาที่ดีแก่ครูและบุคลากร และการสนับสนุนของผู้บริหารทำให้ครูรู้สึกมั่นใจว่าปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ เกิดความรัก ความผูกพันต่อองค์กร

วรสรณ์ เนตรทิพย์ (2557: 34) ศึกษาอิทธิพลของจิตลักษณะและสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ส่งผลต่อการแสดงบทบาทผู้นำทีมและพฤติกรรมการบริหารโครงการ ของประธานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในกรุงเทพมหานครและจังหวัดปริมณฑล เพื่อศึกษาปัจจัยจิตลักษณะและสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ส่งผลต่อการแสดงบทบาทผู้นำทีม โครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล กลุ่มตัวอย่างคือผู้นำทีมโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล จำนวน 249 คน ผลการวิจัย พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากผู้บังคับบัญชา และสัมพันธภาพในโรงเรียน การรับรู้ความสามารถในการแสดงบทบาทผู้นำทีม มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลโดยรวมต่อการแสดงบทบาทผู้นำทีม เท่ากับ .08, .09 และ .31 ตามลำดับ และทุกปัจจัยสามารถอธิบายความแปรปรวนของบทบาทผู้นำทีมได้ร้อยละ 79 โดยที่ การสนับสนุนทางสังคมจากผู้บังคับบัญชา สัมพันธภาพในโรงเรียน การรับรู้ความสามารถ และการแสดงบทบาทผู้นำทีม มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลโดยรวมต่อพฤติกรรมการบริหารโครงการ เท่ากับ .07, .07 และ .26 ตามลำดับ และทุกปัจจัยสามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมการบริหารโครงการได้ ร้อยละ 79

กฤตภักดิ์ แป้นถนอม และถวัลย์ เนียมทรัพย์ (2557: 194) ศึกษาอิทธิพลของคุณลักษณะงานการสนับสนุนทางสังคม และการถ่ายทอดทางสังคมขององค์การที่มีต่อความผูกพันต่อองค์การ ของพนักงานบริษัทเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานบริษัทเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดนนทบุรีจำนวน 202 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบสอบถามคุณลักษณะงาน แบบสอบถามการสนับสนุนทางสังคม เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 45 ข้อ ลักษณะข้อคำถามเป็นมาตราส่วนประเมินค่า (Rating Scale) ใช้แนวคิดการสนับสนุนทางสังคมของ House (1981) ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมจาก 3 แหล่ง ได้แก่ การสนับสนุน ทางสังคมจาก

หัวหน้างาน การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนร่วมงานและการสนับสนุนทางสังคมจาก ครอบครัว และแบ่งรูปแบบของการสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 3 ด้านคือ การสนับสนุนทางสังคมด้าน อารมณ์ การสนับสนุนทางสังคมด้านเครื่องมือ และการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารแบบสอบถาม การถ่ายทอดทาง สังคมขององค์การ และแบบสอบถามความผูกพันต่อองค์การ ผลการวิจัย พบว่างาน ที่พนักงานปฏิบัติมีคุณลักษณะงานด้านความหลากหลายของทักษะและความสำคัญของงานอยู่ ใน ระดับสูง ส่วนคุณลักษณะงานด้านความมีเอกลักษณ์ของงาน ความมีอิสระของงาน และการได้รับ ข้อมูลย้อนกลับเกี่ยวกับงานอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ด้านการสนับสนุนทางสังคมจากหัวหน้างาน ทั้ง ด้านอารมณ์ ด้านเครื่องมือ และด้านข้อมูลข่าวสารอยู่ใน ระดับค่อนข้างสูง นอกจากนี้พนักงานยังจะ ได้รับการอบรมถ่ายทอดทางสังคม ขององค์การจากหัวหน้างาน เพื่อนร่วมงาน ผ่านระบบพี่เลี้ยง ซึ่งพี่ เลี้ยงจะถ่ายทอดวิธีการทำงาน และให้คำปรึกษาทั้งเรื่องงาน การใช้ชีวิตในการทำงานเพื่อให้พนักงาน สามารถปฏิบัติได้โดยมีข้อผิดพลาดน้อยหรือไม่มีเลย

2.5.2 งานวิจัยภาวะโภชนาการของนักเรียนระดับประถมศึกษา

สุขุม พันธุ์ณรงค์ และ พิมลพรรณ บุญยะเสนา (2553: 159) ศึกษาเรื่องการส่งเสริมการ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคของเด็กวัยเรียน มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึง พฤติกรรมการบริโภค ของเด็กวัยเรียนในการเลือกรับประทานอาหาร และสร้างแนวทางการส่งเสริมการปรับเปลี่ยน พฤติกรรม โดยศึกษาพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียนระดับประถมศึกษา ปีที่ 4-6 และมัธยมศึกษา ปีที่ 1-6 จังหวัดเชียงใหม่ ผลการศึกษา พบว่าเด็กวัยเรียนทุกระดับชั้นมีพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ลอกเลียนแบบกัน ที่ระดับนัยสำคัญ ทางสถิติ ที่ 0.05 รายได้ของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับการ รับประทานอาหาร 5 หมู่ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ 0.10 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูอย่างใกล้ชิด จากผู้ปกครอง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารครบ 5 หมู่ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ 0.10 เจตคติมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทผัก บริโภคอาหารที่สะอาด อาหารครบ 5 หมู่ และการดื่มนม ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ 0.001 และมีความสัมพันธ์กับการ บริโภคอาหารครบ 3 มื้อ ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ 0.05 พฤติกรรมการบริโภคอาหารหลังเข้าร่วม โครงการถูกสุขลักษณะกว่าก่อนเข้าร่วมโครงการ คือ พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 4-6 มี พฤติกรรมการรับประทานผักเพิ่มขึ้นร้อยละ 4.00 อีกทั้งการรับประทานผลไม้เพิ่มขึ้นร้อยละ 2.19 มี การรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ เพิ่มขึ้นร้อยละ 2.19 การรับประทานอาหารเช้ารูปบรรจุ ภัณฑ์พลาสติกลดลงร้อยละ 0.81 รับประทานอาหารที่มีรสจัดลดลงร้อยละ 0.78 และพฤติกรรม การอม ลูกอม ลูกกวาดลดลงร้อยละ 0.39

ชญาณิกา ศรีวิชัย ภัทร์ภร อยู่สุข และ วณิดา แพร์ภาษา (2554: 42) ศึกษาภาวะโภชนาการเกิน ในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา 1-6 ในโรงเรียนวัดมูลจินดาราม และโรงเรียนธัญสิทธิ์ศิลป์ พบว่า ส่วนมาก (ร้อยละ 71.33) มีคนในครอบครัวอ้วน นักเรียนส่วนใหญ่ (ร้อยละ 85) รับประทานอาหารมากกว่า 3 มื้อ และรับประทานอาหารว่างระหว่างมื้ออาหารที่รับประทานมื้อมีต่าง ๆ จะประกอบด้วยอาหารที่ทอด ผัด ย่าง และไม่รับประทาน ผัก ผลไม้ และอาหารว่างระหว่างมื้อคือขนมกรุบกรอบ มันฝรั่งทอด ไส้กรอกทอด ขนมหวาน และน้ำอัดลม นักเรียนส่วนมากได้เงินจากทางบ้าน จะซื้อขนมกรุบกรอบ ลูกชิ้นทอด ไข่นกกระทา มันฝรั่งทอด และเมื่อกลับบ้าน นักเรียนจะใช้เวลากับการดูโทรทัศน์ (ร้อยละ 87) และรับประทานอาหารว่าง พร้อมกับดูโทรทัศน์ (ร้อยละ 67) นอกจากนั้นนักเรียนส่วนใหญ่ (ร้อยละ 78) จะรับประทานอาหารเย็น เป็นมื้อที่ 5 และในช่วง วันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุด นักชดถุช พบว่านักเรียนส่วนมากดูรายการโทรทัศน์และหาอาหารว่างมารับประทาน โดยใช้เวลามากกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 39) เล่นเกมคอมพิวเตอร์ และ นอนพักผ่อน (ร้อยละ 29 และ 28 ตามลำดับ) นอกจากนี้ยังพบว่า นักเรียน ส่วนมาก (ร้อยละ 87) ไม่ชอบออกกำลังกาย โดยให้เหตุผลว่า เหนื่อย ทั้งนี้ ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการเกินในเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษา 1-6 ในโรงเรียนวัดมูลจินดาราม และโรงเรียนธัญสิทธิ์ศิลป์ สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ปัจจัยหลัก คือ ปัจจัยด้านพันธุกรรม และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย พฤติกรรมการบริโภค พฤติกรรมการออกกำลังกาย และ กิจวัตรประจำวัน

สุธี สฤษฏีศิริ (2555: 78-89) ศึกษาเชิงพรรณนา โดยการสำรวจข้อมูลย้อนหลัง วัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียน เขตทวีวัฒนา ประชากร คือ นักเรียนในโรงเรียนพื้นที่เขต ทวีวัฒนา 8 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บ รวบรวมข้อมูลเป็นแบบบันทึกข้อมูลการตรวจสุขภาพของเด็กนักเรียน นำข้อมูล น้ำหนัก และส่วนสูงที่ได้ มาประเมินภาวะโภชนาการ โดยใช้น้ำหนักเทียบเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของ เพศชาย-หญิง (น้ำหนัก ตามเกณฑ์ส่วนสูง) และส่วนสูงเทียบเกณฑ์อ้างอิง การเจริญเติบโตของเพศชาย-หญิง (ส่วนสูงตาม เกณฑ์อายุ) ของกรมอนามัย ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนโรงเรียนพื้นที่เขตทวีวัฒนาส่วนใหญ่น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ปกติสมส่วน แต่มีภาวะโภชนาการเกิน (เริ่มอ้วน และอ้วน) เพิ่มขึ้นทุกปี มีภาวะโภชนาการขาด (ผอม) เพิ่มขึ้นทุกปีเช่นเดียวกัน และพบว่า นักเรียนที่เตี้ย มีความสูงน้อยกว่าเกณฑ์ลดลง ในระดับชั้นประถมศึกษา และพบว่าการประเมินภาวะโภชนาการจากส่วนสูงตามเกณฑ์อายุระหว่าง เพศชาย-หญิง ไม่มีความแตกต่างกัน แต่การประเมิน ภาวะโภชนาการจากน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ระหว่าง เพศชาย-หญิง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ($p < 0.01$) ผลการศึกษาครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่าภาวะโภชนาการเกิน และภาวะโภชนาการขาด (ผอม) ยังเป็นปัญหาสำคัญในเด็กวัยเรียน

พัชรภรณ์ ไชยสังข์ ปัญจภรณ์ ยะเกษม และ นุชจรีรัตน์ ชูทองรัตน์ (2557: 30) ศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ เป็นการวิจัยเชิงพรรณนา โดยแนวคิดวิเคราะห์ จากปัจจัยนำ ปัจจัยเอื้อ และปัจจัยเสริมต่อการบริโภคอาหารที่ทำให้เกิดน้ำหนักเกินเกณฑ์ กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีน้ำหนักเกินในตำบลลำไทร อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี จำนวน 158 คน โดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ กับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนักเรียนที่มีภาวะน้ำหนักเกิน ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยเสริม ($r = .638$) และความเชื่อ ($r = .241$) มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีน้ำหนักเกิน เกณฑ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 และสามารถให้พยากรณ์ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีน้ำหนักเกิน เกณฑ์ได้ ร้อยละ 41.8 ($R^2 = 0.418$, $F = 57.420$) ผลการวิจัยครั้งนี้สามารถใช้เป็นแนวทางให้บุคลากรในทีมสุขภาพ วางแผนการพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมสุขภาพเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีภาวะโภชนาการ และ เน้นด้านความเชื่อ ความรู้ และพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่ถูกต้องเกี่ยวกับความอ้วน โดยเฉพาะเรื่องของการ ใช้น้ำตาลน้ำหนักร

นภาพร เหมาะเหม็ง ประทุม ยนต์เจริญล้ำ และ สุธีรา พิณีจ (2558: ออนไลน์) ศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชร ศูนย์อนามัยพิษณุโลก เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ระดับเพชรของศูนย์อนามัยที่ 9 พิษณุโลก ซึ่งเป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey Research) เก็บข้อมูลโดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงเพื่อประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน และสัมภาษณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน กลุ่มตัวอย่าง 547 คน ผลการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศหญิงร้อยละ 51.1 และเพศชายร้อยละ 49.0 อายุเฉลี่ย 11 ปี ภาวะโภชนาการ จากการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงของนักเรียน แล้วนำข้อมูลมาเทียบเกณฑ์ เพื่อประเมินภาวะโภชนาการพบว่า นักเรียนมีการเจริญเติบโตสมวัย ร้อยละ 70.9 ผ่านเกณฑ์เด็กไทยเติบโตสมวัยที่มีค่าเป้าหมายร้อยละ 70 มีส่วนสูง ตามเกณฑ์ ค่อนข้างสูงและสูงกว่าเกณฑ์ ร้อยละ 93.9 มีรูปร่างสมส่วนร้อยละ 76.5 พบว่ามีนักเรียนเริ่มอ้วนและอ้วนร้อยละ 10.1 ซึ่งใกล้เคียงกับเกณฑ์เด็กไทยเติบโตสมวัยที่มีค่าเป้าหมายร้อยละ 10 แต่สูงกว่าเกณฑ์มาตรฐานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชรที่ระบุว่านักเรียนเริ่มอ้วนและอ้วนไม่เกินร้อยละ 7.0 ส่วนใหญ่ได้รับการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงโดยครูประจำชั้นร้อยละ 56.7 รองลงมาเป็นเพื่อนนักเรียน ครูอนามัย และแกนนำนักเรียน ร้อยละ 53.3, 24.4 และ 11.1 ตามลำดับ พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน พบว่า นักเรียนไม่ได้รับประทานอาหารเช้าทุกวัน

ร้อยละ 15.6 รับประทานอาหารกลางวันทุกวันร้อยละ 82.2 รับประทานอาหารเย็นทุกวันร้อยละ 82.4 รับประทานอาหารว่างทุกวันร้อยละ 36.5 และนักเรียนรับประทานอาหารเช้าก่อนนอน (หลังจาก มื้อเย็นแล้ว) บางวันร้อยละ 44.1 รับประทานทุกวันร้อยละ 15.9 นักเรียนรับประทานผักทุกวันร้อยละ 46.0 และ ร้อยละ 20.2 รับประทานผักน้อยกว่า 4 วันต่อสัปดาห์ แม้โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ระดับเพชร ได้จัดให้มีการจัดและจำหน่ายอาหารว่าง และเครื่องดื่มที่มีคุณค่าทางโภชนาการก็ตาม แต่พบว่านักเรียนส่วนใหญ่ยังดื่มนมที่มีรสหวานเช่นนมเปรี้ยวและนมปรุงแต่งรส และอมลูกอม ทอฟฟี่ และขนมกรุบกรอบซึ่งส่งผลให้นักเรียนมีภาวะโภชนาการเกิน เกิดโรคอ้วน

2.5.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู

วันเพ็ญ เลี้ยงถนอม (2553: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู โรงเรียนเอกชน ระดับอาชีวศึกษา เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบ แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูโรงเรียนเอกชนระดับอาชีวศึกษา เขตบางกอกใหญ่กรุงเทพมหานคร พบว่า ครูโรงเรียนเอกชน ระดับอาชีวศึกษา เขตบางกอกใหญ่ มีแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน ในภาพรวม อยู่ในระดับมากที่สุด เรียงลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ ด้านความต้องการความก้าวหน้าและเจริญเติบโต ด้านความต้องการมีความสัมพันธ์กันทางสังคม และด้านความต้องการอยู่รอดหรือการดำรงชีวิต ผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูในภาพรวมพบว่า ครูที่มีสถานภาพสมรส ประสบการณ์ในการปฏิบัติงาน ระดับการศึกษาและรายได้ที่ต่างกันมีแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน ไม่แตกต่างกัน ยกเว้น ครูที่มีเพศและอายุต่างกัน มีแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยเพศชายมีแรงจูงใจในการปฏิบัติงานสูงกว่าเพศหญิง ครูที่มีอายุ 46 ปีขึ้นไป มีแรงจูงใจสูงกว่า ครูที่มีอายุ 25-35 ปี และครูที่มีอายุ 36-45 ปี มีแรงจูงใจสูงกว่าครูที่มีอายุ 25-35 ปี

ไพบุลย์ คำสมุทร (2555: ออนไลน์) ได้ศึกษาวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรโรงเรียนบ้านพะปุงเงาะ วัตถุประสงค์เพื่อ 1) เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรโรงเรียนบ้านพะปุงเงาะ 2) เพื่อเปรียบเทียบระดับปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรโรงเรียนบ้านพะปุงเงาะจำแนกตามประสบการณ์ และ ตำแหน่งในการปฏิบัติงาน และ 3) เพื่อศึกษาสภาพปัญหา ข้อเสนอแนะแนวทางแก้ไขเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรโรงเรียนบ้านพะปุงเงาะ ผลการศึกษาพบว่า 1) สภาพปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรโรงเรียนบ้านพะปุงเงาะโดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง 2) ผลการเปรียบเทียบระดับปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน 1 - 10 ปี กับ 11 ปี ขึ้นไป มีระดับปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน และโดยรวมข้าราชการครูแตกต่างกัน

พนักงานราชการและลูกจ้างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน พนักงานราชการกับลูกจ้างผลการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน

เจตนิพิฐ สุจิระกุล และคนอื่น ๆ (2555: 98) ศึกษาเรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของครู 2) เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตการทำงานของครู 3) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพการทำงานของครู กลุ่มตัวอย่างคือครูจำนวน 450 คน จากโรงเรียน 50 แห่ง สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยใช้แบบสอบถาม ผลการวิจัย พบว่า 1) ครูปฏิบัติตามปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคุณภาพการทำงานของครู ในด้านคุณลักษณะส่วนบุคคลด้านงานในหน้าที่รับผิดชอบ ด้านภาระหน้าที่พิเศษ ด้านระบบบริหารจัดการโรงเรียน และด้านสภาพแวดล้อมในการทำงานอยู่ในระดับ ต่ำมาก 2) คุณภาพชีวิตการทำงานของครู ด้านความพึงพอใจในตนเอง ความพึงพอใจด้านความสัมพันธ์ กับ บุคคลในองค์กร และบุคคลอื่นในสังคม ความพึงพอใจด้านการบริหารจัดการในหน่วยงานที่ถูกสุขลักษณะ และปลอดภัย และ ความพึงพอใจด้านการได้รับการตอบแทนการทำงาน ในระดับต่ำมาก และ 3) ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของครู ได้แก่ ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในการทำงาน ปัจจัยด้านงานในหน้าที่รับผิดชอบ ปัจจัยด้านระบบบริหารจัดการโรงเรียน และปัจจัยด้านภาระหน้าที่พิเศษส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของครู โดยอธิบายความแปรปรวนได้ ร้อยละ 68.0 ยกเว้นปัจจัยด้านคุณลักษณะส่วนบุคคล ซึ่งไม่มีส่วนอธิบายคุณภาพชีวิตการทำงานของครู

พรศิลป์ ศรีเรืองไกร (2555: บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยจูงใจของครูโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปทุมธานี เขต 2 วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาระดับปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงานของครูโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ปทุมธานี เขต 2 การเปรียบเทียบปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงานของครู จำแนกตามวุฒิการศึกษา และประสบการณ์การทำงาน จากจำนวนครู 403 คน คัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง 209 คน เก็บข้อมูลโดยแบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยด้านความสำเร็จของการทำงาน ระดับมาก การปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายจากผู้บริหาร ได้เสร็จทันเวลา มีปัจจัยสูงสุด ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ ปัจจัยในการปฏิบัติงานอยู่ในระดับมาก โดยเฉพาะปัจจัยการให้คำแนะนำปรึกษาในการปฏิบัติงานแก่ผู้ร่วมงานมีปัจจัยสูงสุด ด้านความรับผิดชอบ พบว่า ปัจจัยในการปฏิบัติงาน ระดับปานกลาง ทั้งนี้พบว่า ความรับผิดชอบงานอื่นนอกเหนือจากงานสอนที่ตรงกับความสนใจ และความสามารถ มีปัจจัยสูงสุด ด้านความก้าวหน้า ปัจจัยในการปฏิบัติงานอยู่ในระดับปานกลาง ด้านลักษณะของงาน พบว่าครูปฏิบัติงานอยู่ในระดับปานกลาง

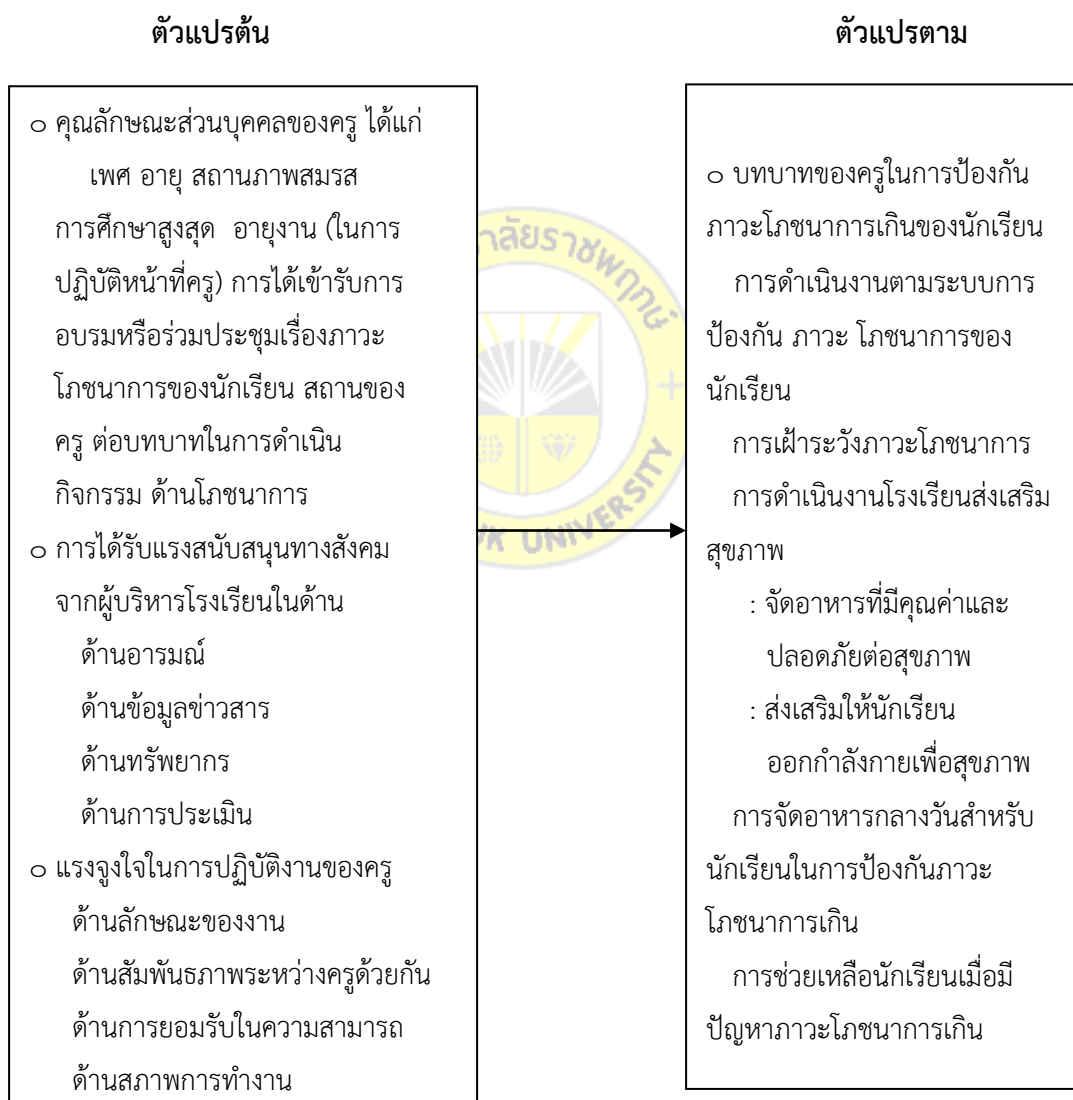
khemmarat yaemkhayai (2558: ออนไลน์) ศึกษาเรื่อง แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูโรงเรียนประถมศึกษา อำเภอกำแพงแก้ว สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา นครสวรรค์ เขต 1 ศึกษาลักษณะปัจจัย จูงใจ 5 ด้าน ประชากร ได้แก่ครูในโรงเรียนประถมศึกษา จำนวน 41 โรงเรียน รวม 378 คน ซึ่งปฏิบัติงานในปีการศึกษา 2558 สุ่มตัวอย่างโดย Simple random sampling) จำนวน 190 คน ผลการศึกษา พบว่า ระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติงานครูในภาพรวม อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู อยู่ในระดับมากทุกด้าน ระดับมากที่สุด คือความสำเร็จของงาน รองลงมา คือ ลักษณะของงานที่ปฏิบัติหน้าที่ แรงจูงใจด้านการยอมรับนับถือ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า แรงจูงใจในการทำงานคือผู้บังคับบัญชาเปิดโอกาสให้ครูตัดสินใจในการปฏิบัติงานได้อย่างอิสระ รองลงมาคือ เมื่อเพื่อนร่วมงานประสบกับปัญหา ในการปฏิบัติงานมักขอคำปรึกษาจากครู ด้านการยอมรับนับถือ ในระดับมาก แรงจูงใจด้านความรับผิดชอบในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และแรงจูงใจด้านลักษณะของงานที่ปฏิบัติในภาพรวมอยู่ในระดับมากเช่นกัน

เกศินี ทองทวี กฤษดา ผ่องพิทยา และวิเชียร อินทรสมพันธ์ (2559: 4) ศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการครูโรงเรียนบางมดวิทยา (สี่สุทิวาตจวนอุปถัมภ์) สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 1 กรุงเทพมหานคร ประชากร คือ ข้าราชการครูโรงเรียนบางมดวิทยา กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 78 คน ใช้กรอบแนวคิดของเฟรดเดอริก เฮอส์ชเบอร์ก (Herzberg, 1966 นำมาประยุกต์ 7 ด้าน ได้แก่ ความสำเร็จของงาน การได้รับการยอมรับ ลักษณะงานที่ปฏิบัติ ปริมาณงาน และความรับผิดชอบ โอกาสและความก้าวหน้า ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และสภาพการปฏิบัติงาน ผลการวิจัย พบว่า แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการครู โรงเรียนบางมดวิทยา โดยรวมอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ได้แก่ ความสำเร็จของงาน ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โอกาสและความก้าวหน้า ลักษณะงานที่ปฏิบัติ การได้รับการยอมรับ สภาพการปฏิบัติงาน และปริมาณงานและความรับผิดชอบ

จตุพร จินาพันธ์ และ สฎายุ ธีรวณิชตระกูล (2560: 277) ศึกษาแรงจูงใจของครูที่ส่งผลกระทบต่อประสิทธิผลของโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 18 วัตถุประสงค์ โดยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจของครูกับประสิทธิผลของโรงเรียน และสร้างสมการพยากรณ์ประสิทธิผลของโรงเรียนจากแรงจูงใจของครู กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ ครูในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 18 จำนวน 338 คน ผลการวิจัยพบว่าแรงจูงใจของครู ในทุกด้านอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) ระหว่าง .71 ถึง .95 โดยทุกด้านมีความสัมพันธ์กับประสิทธิผลของโรงเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับสูง แรงจูงใจของครูมีความสัมพันธ์ทางบวก

กับประสิทธิผลของโรงเรียน ในระดับสูง ความสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.71 – 0.95 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้านแรงจูงใจของครู คือ ลักษณะงาน (X3) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (X7) ความก้าวหน้า (X5) เงินเดือน (X10) ความรับผิดชอบ (X4) สามารถสร้างสมการพยากรณ์ประสิทธิผลของโรงเรียน ได้ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .973 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อำนาจพยากรณ์เท่ากับ 94.60 เปอร์เซนต์ เขียนเป็นสมการในรูปคะแนนดิบดังนี้ $\hat{Y} = .265 + .356(X3) + .517(X7) + .275(X5) - .146(X10) - .063(X4)$

2.6 กรอบแนวคิดในการวิจัย ดังภาพที่ 2.9



ภาพที่ 2.9 กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัย เชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง โดยการนำแนวคิดทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคม และแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน มาประยุกต์กับภารกิจการดูแลสุขภาพนักเรียน ประกอบด้วย ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการในนักเรียน กระบวนการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และการจัดอาหารกลางวันที่เหมาะสมสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย เรื่อง บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอ บางกรวย จังหวัดนนทบุรี ในครั้งนี้ โดยมีเป้าหมายสำคัญที่จะทำให้เด็กไทยเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่แข็งแรง ทั้งร่างกายและจิตใจ มีสติปัญญาดี และสามารถดำรงชีวิตได้อย่างเป็นสุข เน้นเรื่องการสร้างเสริมสุขภาพและป้องกันโรค เชิงรุก คือการเข้าไปป้องกัน แก้ไข กำจัดต้นเหตุของปัญหาภาวะสุขภาพ การจัดบริการสุขภาพในโรงเรียน พัฒนาทักษะความสามารถในการดูแลสุขภาพโภชนาการของนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยการศึกษาตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ ต่อการปฏิบัติหน้าที่ป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ได้แก่ คุณลักษณะส่วนบุคคล แรงสนับสนุนทางสังคม และ แรงจูงใจในการปฏิบัติงาน การดำเนินงานวิจัยประกอบด้วย ขั้นตอนดังต่อไปนี้

- 3.1 รูปแบบการวิจัย
- 3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
- 3.3 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย
- 3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
- 3.5 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ
- 3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.7 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

3.1 รูปแบบการวิจัย

เป็นการศึกษาวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย พฤษภาคม 2559 – ธันวาคม 2560

3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาประกอบด้วย

ประชากร และกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา ได้แก่

3.2.1 ประชากรคือครูระดับประถมศึกษา อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา นนทบุรี เขต 1 เฉพาะภาครัฐ รวม 10 โรงเรียน รวมจำนวนครู 186 คน (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษา นนทบุรี เขต 1) และนักเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี เพื่อศึกษาผลการประเมินเกณฑ์การเจริญเติบโตของนักเรียนซึ่งเป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ

การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดำเนินการดังรายละเอียดต่อไปนี้

คัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง จากครูโรงเรียนระดับประถมศึกษาอำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระดับประถมศึกษานนทบุรี เขต 1 ประกอบด้วยโรงเรียน ในสังกัดจำนวน 30 โรงเรียน ได้คัดเลือกจากโรงเรียนที่มีจำนวนครู ระหว่าง 15-30 คนได้จำนวน 10 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนวัดสำโรง (ศิริอรรษาภรณ์ภักดีวิทยา) โรงเรียนวัดเชิงกระบือ โรงเรียนวัดจันทร์ โรงเรียนวัดบางขนุน โรงเรียนวัดบางไกรนอก โรงเรียนวัดชะลอ โรงเรียนชุมชนวัดบางไกรใน โรงเรียนวัดของพลู โรงเรียนนุ้มประสงค์วิทยา และโรงเรียนมหาสวัสดิ์ จำนวนครู 207 คน (data.bop-obec.info/emis/school.php?Area-CODE=1201) ซึ่งเป็นข้อมูลภาคการศึกษาที่ 1/2560 แต่การเก็บข้อมูล ดำเนินการ ภาคการศึกษาที่ 2/2560 และมีครูหลายท่านเกษียณอายุราชการ ผู้วิจัยได้สอบถามข้อมูลภายใน จากโรงเรียนทั้ง 10 โรงเรียน โดยสรุปจำนวนครู ขณะดำเนินการเก็บข้อมูลรวม 186 คน การคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่าง ใช้สูตรของเครซีและมอร์แกน (Krejcie & Morgan, 1970) อ้างถึงในวรรรณี แกมเกต (2551: 283) การประมาณค่าสัดส่วนของประชากร และกำหนดให้สัดส่วนของลักษณะที่สนใจในประชากร เท่ากับ 0.5 ระดับความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้ 5% และระดับความเชื่อมั่น 95% สามารถคำนวณขนาดของกลุ่มตัวอย่างกับประชากรที่มีขนาดเล็ก โดยใช้ขนาดประชากรจำนวน 186 คน ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 125 คน ดำเนินการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

1. การสุ่มตัวอย่างครูทั้ง 10 โรงเรียน โดยขอรายชื่อครูทั้งหมดตามลำดับรายชื่อ และนับเรียงลำดับรายชื่อตั้งแต่ลำดับที่ 1 ถึงลำดับที่ 13 กำหนดให้เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม รวม 130 คน (เพื่อป้องกันกรณีนี้ที่กลุ่มตัวอย่างตอบข้อมูลไม่ครบถ้วน)

2. คัดเลือกนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง 1 โรงเรียน โดย Simple Random Sampling วิธีการจับสลาก คือโรงเรียนระดับประถมศึกษาวัดบางขนุน มีนักเรียนตั้งแต่ชั้น อนุบาล ถึงชั้นประถมปีที่ 6 จำนวน 92 คน และ ดำเนินการ สุ่มเลือกชั้นเรียนแบบ Cluster คือ ชั้นปีที่ 4 ถึง ปีที่ 6 ซึ่งมีจำนวน

นักเรียน 31 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างในการประเมินการเจริญเติบโตของนักเรียน โดยใช้แบบประเมิน
น้ำหนัก ส่วนสูง

3.3 ตัวแปรที่ศึกษา

3.3.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) ได้แก่

1) คุณลักษณะส่วนบุคคลของครูโรงเรียนประถมศึกษา
2) การได้รับแรงสนับสนุน ของครูโรงเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอบางกรวย
จังหวัดนนทบุรี ในด้าน ต่าง ๆ 4 ด้าน จากผู้บริหารโรงเรียน คือ

1. ด้านอารมณ์ การให้ความสนใจ สนับสนุนงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินใน
นักเรียนเอาใจใส่ สอบถามปัญหาจากการทำงาน ให้โอกาสแสดงความคิดเห็น ให้กำลังใจในการแก้ไข
ปัญหา เปิดโอกาสให้ระบายความกังวลเรื่องงาน ให้คำแนะนำการทำงาน ให้ความไว้วางใจ มอบหมาย
งาน ยอมรับ และยกย่องชมเชยการทำงาน

2. ด้านข้อมูลข่าวสาร กำหนดนโยบาย สนับสนุนข้อมูลข่าวสาร ให้มีส่วนร่วมรับรู้
ปัญหา และร่วมแสดงความคิดเห็น ให้พัฒนาองค์ความรู้ สนับสนุนให้เข้ารับการอบรมจากหน่วยงาน
ภายนอก จัดระบบข้อมูลด้านโภชนาการ และเปิดโอกาสให้ครูมีการแลกเปลี่ยนความรู้ด้านโภชนาการ

3. ด้านทรัพยากร การสนับสนุน วัสดุ อุปกรณ์ สนับสนุนกำลังคน เงินและ เวลา

4. ด้านการประเมิน การให้ข้อมูลย้อนกลับ การเห็นพ้อง การยอมรับผลของงาน
การให้โอกาสพัฒนางาน

3) แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน 4 ด้าน คือ

1. ด้านลักษณะงานการป้องกันภาวะโภชนาการ

2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างครูด้วยกัน

3. ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ

4. ด้านสภาพการทำงาน

3.3.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variables) ได้แก่ บทบาทของครูโรงเรียนระดับ
ประถมศึกษา อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน มี
บทบาทดังนี้

1) บทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการในนักเรียน โดย

1. ค้นหาปัญหาโภชนาการ และประเมินภาวะโภชนาการ

2. รายงานภาวะโภชนาการของนักเรียน ตามระบบรายงานการจัดการด้านอาหาร และโภชนาการในโรงเรียน

3. ควบคุมการจัดอาหารกลางวัน อาหารว่าง ตามมาตรฐานโภชนาการ

4. ขอความร่วมมือกับผู้ขายอาหาร รอบเขตโรงเรียน จำหน่ายอาหาร ที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

5. จัดตั้งคณะกรรมการเพื่อควบคุมการจัดอาหารให้มีมาตรฐาน

6. การจัดการด้านการออกกำลังกาย

7. จัดตั้งคณะทำงานจัดทำหลักสูตรการเรียนการสอนโดย บุรณาการ ให้มีเนื้อหาสอดคล้องกับการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน

8. จัดทำโครงการลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนในนักเรียน

2) บทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ได้แก่

1. ประเมินน้ำหนัก และส่วนสูงของนักเรียนและแปลผลทุก 3 เดือน

2. ประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ทุก 3 เดือน

3. นำข้อมูลจากการประเมินมาดำเนินการเมื่อพบว่ามีความเสี่ยง

4. แจ้งผลการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ และพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารให้ผู้ปกครองทราบ

5. ดำเนินการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

6. ติดตามผลการดำเนินงาน

7. รายงานผลการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ตามลำดับขั้น

3) บทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ตามองค์ประกอบที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1. องค์ประกอบที่ 7 การส่งเสริมโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย

2. องค์ประกอบที่ 8 การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ

4) บทบาทการจัดอาหารกลางวันที่เหมาะสมสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

1. จำกัดอาหารในกลุ่มที่ให้พลังงานสูง และเพิ่มในกลุ่มผักและผลไม้

2. การจัดเมนูอาหารเพื่อให้ได้คุณค่าโภชนาการ

3. แบ่งมื้ออาหาร เป็นประเภทมื้อหลัก และมื้อรอง

4. เลือกวัตถุดิบในการประกอบอาหารที่สะอาด ปลอดภัย และถูกหลักสุขาภิบาล
อาหาร

5. การจัดอาหารกลางวันต่อสัปดาห์ ควรคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

- อาหารจานเดียวไม่เกิน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์
- ผลไม้ ไม่น้อยกว่า 3 ครั้ง ต่อสัปดาห์
- ขนม ไม่เกิน 2 ครั้ง ต่อสัปดาห์
- เครื่องปรุงที่ใช้ปรุงประกอบอาหาร ควรใช้เกลือ น้ำปลา ซีอิ๊ว ซอสปรุงรส เสิรมสารไอโอดีน เป็นต้น

- ใช้ปลา เป็นส่วนประกอบในอาหารไม่น้อยกว่า 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์

- ให้รับประทานไข่ไม่น้อยกว่า 2 ฟอง ในหนึ่งสัปดาห์

- เลือกใช้อาหารที่มีความเข้มข้น ของสารอาหาร เช่น ตับ เลือด เต้าหู้ ปลา ที่กินได้ทั้งตัวใน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์

- ถั่วเมล็ดแห้ง 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์
- เลือกใช้เนื้อสัตว์ที่ไขมันต่ำ เช่น ปลา เนื้อหมูไม่ติดมันและหนัง และมีรสที่ไม่หวาน ไขมัน ไม่เค็ม

5) บทบาทการช่วยเหลือนักเรียนเมื่อมีปัญหาภาวะโภชนาการเกิน ได้แก่

1. วางแผนการลดน้ำหนัก ควบคุมอาหาร ให้ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
2. ลดกิจกรรมที่ไม่ค่อยได้เคลื่อนไหวร่างกาย
3. จัดกิจกรรมช่วยลดความอ้วน

3.4 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย

1. แบบสอบถาม บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ซึ่งสร้างโดยผู้วิจัย

2. แบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับประถมศึกษา โรงเรียนวัดบางขนุนซึ่งผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบฟอร์มบันทึกรายชื่อนักเรียน โรงเรียนวัดบางขนุน โดยเพิ่มข้อมูล การแปลผลระดับภาวะโภชนาการของนักเรียน

การเก็บข้อมูล จากกลุ่มตัวอย่าง ดำเนินการ ดังนี้

3.4.1 แบบสอบถาม บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอ บางกรวย จังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างคือครู โรงเรียนระดับประถมศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานนนทบุรี เขต 2 เกี่ยวกับการได้รับแรงสนับสนุนการปฏิบัติงานจากผู้บริหารโรงเรียน ต่อบทบาทการดำเนินงานระบบป้องกันภาวะโภชนาการของโรงเรียน บทบาท การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ การจัดอาหารกลางวันที่เหมาะสม สำหรับนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน และ บทบาทการช่วยเหลือ เมื่อมีปัญหาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับประถมศึกษา โดยศึกษาค้นคว้าเอกสาร ตำราและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ศึกษาแนวคิดทฤษฎี แรงสนับสนุนทางสังคม ทฤษฎีแรงจูงใจ และนำมาประยุกต์ในการกำหนดตัวแปรเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม ดังนี้

แบบสอบถามเนื้อหาประกอบด้วย 9 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษาสูงสุด อายุงาน การได้เข้ารับการอบรม หรือร่วมประชุมในเรื่องโภชนาการ สถานของครูในบทบาทการดำเนินกิจกรรมด้านโภชนาการ

ส่วนที่ 2 การได้รับแรงสนับสนุนการปฏิบัติงาน จากผู้บริหารโรงเรียน 4 ด้าน ได้แก่ การสนับสนุนด้านอารมณ์, การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร การสนับสนุนด้านสิ่งของ และสนับสนุนด้านการประเมินการดำเนินงานป้องกันภาวะโภชนาการในเด็กนักเรียน รูปแบบการประเมินใช้แบบมาตรวัดประเมินค่า (Rating Scale) โดยผู้ตอบแบบสอบถามจะประเมินความรู้สึกตนเองต่อความถี่ของการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ในแต่ละข้อตามระดับของการประเมิน 5 ระดับโดยการประยุกต์แนวคิดการสนับสนุนทางสังคมของ House (1981) ประกอบด้วยคำถาม Self Rating Scale แบ่งเป็น 4 ด้าน ได้แก่ การสนับสนุนด้านอารมณ์ การสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร การสนับสนุนด้านสิ่งของ และ การสนับสนุนด้านการประเมินการดำเนินงานป้องกันภาวะโภชนาการในเด็กนักเรียนรวม 36 ข้อ เกณฑ์การให้คะแนนโดยวัดความถี่ของการสนับสนุน ดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนนโดยวัดความถี่ของการสนับสนุน

มากที่สุด	หมายถึง	ได้รับการสนับสนุน เป็นประจำทุกเดือน	ให้คะแนน	5
มาก	หมายถึง	ได้รับการสนับสนุน 1-3 เดือนต่อครั้ง	ให้คะแนน	4
ปานกลาง	หมายถึง	ได้รับการสนับสนุน 3-6 เดือน ต่อครั้ง	ให้คะแนน	3
น้อย	หมายถึง	ได้รับการสนับสนุน 6-9 เดือน ต่อครั้ง	ให้คะแนน	2
ไม่เคย	หมายถึง	ไม่ได้รับการสนับสนุนเลยในรอบ 1 ปี	ให้คะแนน	1

ส่วนที่ 3 แรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

การศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำทฤษฎีแรงจูงใจซึ่งเป็นปัจจัยภายในมาประยุกต์ เพื่อศึกษาความรู้สึกของครูต่อการปฏิบัติงานในบทบาทของการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน โดยการนำองค์ประกอบจูงใจ (Motivators factors) ซึ่งเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับงานโดยตรง และเป็นปัจจัยที่จูงใจให้คนชอบ และ รักงานซึ่งเป็นตัวการสร้างความพึงพอใจให้บุคคลในองค์การปฏิบัติงาน ร่วมกับองค์ประกอบค้ำจุน (Maintenance Factors) หรือองค์ประกอบสุขอนามัย (Hygiene Factors) ซึ่งจะช่วยป้องกันการปฏิบัติงานของบุคลากรที่จะเกิดความไม่ชอบงานหรือหย่อนประสิทธิภาพลง โดยผู้วิจัยเลือกศึกษาเฉพาะในส่วนที่เกี่ยวข้อง 4 ด้าน ดังนี้

(1) ด้านลักษณะของงาน (Work it Self) หมายถึง งานนั้นน่าสนใจ ต้องอาศัยความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ทำทนายให้ลงมือทำ หรือเป็นงานที่มีลักษณะทำตั้งแต่ต้นจนจบโดยลำพัง

(2) ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน ความสัมพันธ์กับครูผู้ร่วมงาน (Interpersonal Relation, Subordinate, Peers) ซึ่งเป็นความมีสัมพันธ์อันดีต่อกันสามารถทำงานร่วมกัน ด้วยความเข้าใจซึ่งกันและกันเป็นอย่างดี

(3) การได้รับการยอมรับนับถือ (Recognition) หมายถึง การที่ครูได้รับการยอมรับนับถือจากบุคคลในหน่วยงานหรือบุคคลอื่น ๆ ที่มาขอคำปรึกษา ซึ่งอาจแสดงออกในรูปการยกย่องชมเชย การให้กำลังใจ การแสดงความยินดีเป็นการแสดงออกที่ทำให้เห็นถึงการยอมรับในความสามารถของครู

(4) สภาพการทำงาน (Working Condition) หมายถึง สภาพทางกายภาพของงาน เช่น แสง เสียง อากาศ รวมทั้งลักษณะสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ที่อำนวยความสะดวกต่อการทำงาน เช่น อุปกรณ์หรือเครื่องมือต่าง ๆ เป็นต้น

ข้อคำถาม รวม 22 ข้อ การประเมินระดับความคิดเห็นต่อ แรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (ปัจจัยจูงใจ และ ปัจจัยค้ำจุน) 5 ระดับ คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยอย่างมาก เห็นด้วย ไม่แน่ใจ และไม่เห็นด้วย เกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

เห็นด้วยมากที่สุด	ให้คะแนน	5
เห็นด้วยอย่างมาก	ให้คะแนน	4
เห็นด้วย	ให้คะแนน	3
ไม่แน่ใจ	ให้คะแนน	2
ไม่เห็นด้วย	ให้คะแนน	1

การแปลผลคะแนน ของแรงจูงใจ 5 ระดับ โดยนำคะแนนทั้ง 4 ด้าน มาหาค่าเฉลี่ย และให้ความหมายของคะแนน ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย	4.51-5.0	ระดับ มากที่สุด
คะแนนเฉลี่ย	3.51-4.50	ระดับ มาก
คะแนนเฉลี่ย	2.51-3.50	ระดับปานกลาง
คะแนนเฉลี่ย	1.51-2.50	ระดับน้อย
คะแนนเฉลี่ย	1.00-1.50	ระดับน้อยที่สุด

ส่วนที่ 4 ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการในนักเรียนโดยการ ค้นหาปัญหาโภชนาการ การชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง และประเมินภาวะโภชนาการ รายงานภาวะโภชนาการของนักเรียน ตามระบบรายงานโรงเรียนระดับประถมศึกษาการจัดการด้านอาหารและโภชนาการในโรงเรียน ควบคุมการจัดอาหารกลางวัน อาหารว่าง นม ขนม และเครื่องดื่ม ให้ได้ตามมาตรฐานโภชนาการ ขอความร่วมมือกับผู้ขายอาหาร รอบเขตโรงเรียน จำหน่ายอาหาร ที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ลดการจัดอาหารหวาน มัน เค็ม จัดตั้งคณะกรรมการเพื่อควบคุมการจัดอาหารให้มีมาตรฐาน การจัดการด้านการออกกำลังกาย จัดตั้งคณะทำงานจัดทำหลักสูตรการเรียนการสอนโดย บุรณาการ ให้มีเนื้อหาสอดคล้องกับการเรียนรู้เพื่อนำไปสู่การลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน และจัดทำโครงการลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนในนักเรียน รวม 9 ข้อ

การประเมินระดับการปฏิบัติ เกณฑ์การประเมินค่า 3 ระดับ คือ ไข่ ไม่แน่ใจ และ ไม่ใช่ การให้คะแนน ดังนี้

มีการปฏิบัติทุกครั้ง	ให้คะแนน	3
มีการปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ให้คะแนน	2
ไม่มีการปฏิบัติ	ให้คะแนน	1

ส่วนที่ 5 การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียนระดับประถมศึกษาเป็นการประเมินการปฏิบัติของครู ต่อการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ โดยการประเมินการเฝ้าระวัง และแปลผลทุก 3 เดือน ประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารทุก 3 เดือน นำข้อมูลมาใช้ประโยชน์ แจ้งผลการเฝ้าระวังและพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ดำเนินการ ป้องกันและแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการเกิน ติดตามการดำเนินงาน และรายงานภาวะโภชนาการของนักเรียน รวม 9 ข้อ

การประเมินระดับการปฏิบัติ เกณฑ์การประเมินค่า 3 ระดับ คือ ไข่ ไม่แน่ใจ และ ไม่ใช่ การให้คะแนน ดังนี้

มีการปฏิบัติทุกครั้ง	ให้คะแนน	3
มีการปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ให้คะแนน	2
ไม่มีการปฏิบัติ	ให้คะแนน	1

ส่วนที่ 6 บทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย 2 ด้าน คือ

6.1 ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย โดยการบริหารจัดการเรื่องโภชนาการในโรงเรียน การดูแลนักเรียนทุกคนให้ได้รับประทานอาหารกลางวันทุกวัน โดยเฉพาะนักเรียนที่ไม่ได้รับประทานอาหารเช้า ควบคุมกำกับ ให้มีการจำหน่ายหรือจัดทำอาหารกลางวันที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ควบคุมไม่ให้มีการจำหน่ายอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำ เช่น อาหารทอดน้ำมันซ้ำ น้ำอัดลม ขนมถุง ลูกอม เป็นต้น ลดอาหารที่มีไขมันสูงหวานจัด เค็มจัด จำหน่ายอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น นม ผลไม้ ข้าวกล้อง เป็นต้น จัดอาหารเสริม เช่น นม นมถั่วเหลืองถั่วเขียวต้มน้ำตาล ให้นักเรียนรับประทาน ทุกวันหรืออย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 มีการจัดสรรพื้นที่สำหรับปลูกพืชผักสวนครัว เลี้ยงปลา ไก่ เพื่อผลิตวัตถุดิบในการประกอบอาหาร หรือจัดตั้งกองทุนอาหารกลางวัน จัดกลุ่มแม่บ้าน อาสาสมัครประกอบอาหารให้นักเรียน หรือนำผลผลิตทางเกษตรของครอบครัวมาสนับสนุนอาหารกลางวัน หรือสนับสนุนงบประมาณจัดกิจกรรมออกกำลังกายให้เหมาะสมแก่นักเรียนทั้งกลุ่มอ้วน ผอมและเตี้ย เป็นกรณีพิเศษ เช่น จัดค่ายเด็กอ้วน และนักเรียนทุกคนได้รับการประเมินภาวะการณั้เจริญเติบโต โดยการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง แล้วนำไปเทียบกับกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต และรวบรวมรายชื่อนักเรียนที่มีปัญหา ภาวะเริ่มอ้วนอ้วน ผอม และเตี้ย เพื่อดำเนินการแก้ไข ติดตาม ประเมินซ้ำทุกเดือน

6.2 ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ

จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกายนักเรียน และบุคลากรในโรงเรียนได้ออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพอย่างน้อยวันละ 60 นาที สัปดาห์ละ 5 วัน ส่งเสริมให้มีการจัดตั้งชุมนุม/ชมรมออกกำลังกาย เชิญชวนผู้ปกครอง ชุมชนเข้าร่วมกิจกรรมกีฬา จัดกิจกรรมออกกำลังกายสำหรับเด็กที่อ้วน ผอม เตี้ย ทดสอบสมรรถภาพทางกาย เพื่อการพัฒนาสมรรถภาพร่างกาย และ จัดสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมสมรรถภาพร่างกาย การทดสอบสมรรถภาพทางกายของ นักเรียนทุกคนอย่างน้อยภาคเรียนละ 1 ครั้ง แจ้งผลการทดสอบให้นักเรียนทราบทุกครั้ง แก่ไขกลุ่มที่ไม่ผ่านการทดสอบ โดยให้คำแนะนำและจัดกิจกรรมเสริม ติดตามความก้าวหน้าด้วยการทดสอบซ้ำ

ข้อคำถาม รวม 19 ข้อ

การประเมินระดับการปฏิบัติ เกณฑ์การประเมินค่า 3 ระดับ คือ ใช่ ไม่แน่ใจ และ ไม่ใช่ การให้คะแนน ดังนี้

มีการปฏิบัติทุกครั้ง	ให้คะแนน	3
มีการปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ให้คะแนน	2
ไม่มีการปฏิบัติ	ให้คะแนน	1

ส่วนที่ 7 การจัดอาหารกลางวันที่เหมาะสมสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

การจัดอาหารเพื่อป้องกัน และลดภาวะโภชนาการเกินในนักเรียน โดยคำนึงถึงพลังงาน สารอาหารที่เด็กต้องการเพื่อการเจริญเติบโตของร่างกาย ดังนี้

7.1 ควรจำกัดอาหารในกลุ่มที่ให้พลังงานสูง ประเภทแป้ง และไขมัน และไปเพิ่มในกลุ่มผัก และผลไม้ที่ให้สารอาหารตัวอื่น ๆ เช่น แคลเซียม ธาตุเหล็ก วิตามินเอ โยอาหาร และแร่ธาตุอื่น ๆ ในขณะเดียวกันต้องคำนึงถึงความชอบของเด็กด้วย

7.2 การจัดเมนู อาหารเพื่อให้ได้คุณค่าโภชนาการ

1. ต้องครบ 5 หมู่และหลากหลาย

2. ข้าวที่ให้เด็กกิน ควรเป็นข้าวกล้องแทนข้าวขาวหรือผสม โดยเริ่มจากปริมาณน้อย และเมื่อเด็กเริ่มยอมรับ จึงค่อยเพิ่มปริมาณจนสามารถกินได้ทั้งหมด ทั้งนี้ ครูควรแนะนำให้ผู้ปกครอง จัดอาหารให้เด็กกิน เช่นเดียวกับการรับประทานอาหารที่บ้าน โดย

- เพิ่มปริมาณผักในมื้ออาหารทุกครั้ง และควรให้มีหลากหลายสี รวมถึงแนะนำให้ ผู้ปกครองปฏิบัติ เช่นเดียวกับที่บ้าน

- ลดการจัดอาหารที่มีกะทิเป็นส่วนประกอบ ให้เหลือสัปดาห์ละ 1 ครั้ง หรือทดแทน ด้วยนมถั่วเหลือง หรือกะทิ ธัญพืชแทน

- เนื้อสัตว์ ควรเลือกชนิดที่ไม่ติดมันและหนัง

- ควรจัด อาหารประเภทถั่ว เมล็ดแห้งและผลิตภัณฑ์ หรือ เป็นส่วนประกอบของอาหาร เช่น เพิ่มเต้าหู้ในก๋วยจั๊บแทนเนื้อสัตว์ชนิดอื่น ฟองเต้าหู้ผสมในผัดวุ้นเส้นหรือแกงจืด เป็นต้น

- ใช้เครื่องปรุงรสที่มีการเสริมสารไอโอดีนในการปรุงอาหารทุกครั้ง เช่น เกลือเสริม ไอโอดีนน้ำปลา ซอส ซีอิ๊วที่มีการเสริมไอโอดีน

- เลือกรับประทานอาหารด้วยการต้ม นึ่ง ยำ ตุ่น ลวก อบ แทนการผัด ทอด

- ไม่ควรจัดวางเครื่องปรุงรส เช่น น้ำปลา น้ำตาล เพื่อลดพลังงานส่วนเกิน

3. การแบ่งมื้ออาหารแบ่งเป็นมื้ออาหารหลัก 3 มื้อ อาหารว่างอีก 1-2 มื้อ

4. อาหารที่นำ มาจัดควรเลือกวัตถุดิบ ในการประกอบอาหารที่สะอาด ปลอดภัย และ ถูกหลักสุขาภิบาลอาหาร

5. การจัดชุดสำหรับอาหารกลางวันต่อสัปดาห์ ควรคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

5.1 อาหารจานเดียวไม่เกิน 1 ครั้ง

5.2 ผลไม้ ไม่น้อยกว่า 3 ครั้ง

- 5.3 ขนม ไม่เกิน 2 ครั้ง
- 5.4 ใช้เกลือ น้ำปลา ซีอิ๊ว ซอสปรุงรส เสริมสารไอโอดีนในการปรุงประกอบอาหาร
- 5.5 ใช้ปลา เป็นส่วนประกอบในอาหารไม่น้อยกว่า 1 ครั้ง
- 5.6 ให้มีไข่ 1-2 ฟอง
- 5.7 เลือกใช้อาหารที่มีความเข้มข้น ของสารอาหาร เช่น ตับ เลือด เต้าหู้ ปลาที่กินได้
ทั้งตัวใน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์
- 5.8 ถั่วเมล็ดแห้ง 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์
6. เลือกใช้เนื้อสัตว์ที่ไขมันต่ำ เช่น ปลา เนื้อหมูไม่ติดมันและหนัง
7. อาหารกลางวันที่ต้องมีรสชาติไม่หวาน ไม่มัน ไม่เค็ม

ข้อคำถาม รวม 10 ข้อ การประเมินระดับการปฏิบัติ ใช้เกณฑ์การประเมินค่า 3 ระดับ คือ
ใช่ ไม่แน่ใจ และ ไม่ใช่ การให้คะแนน ดังนี้

มีการปฏิบัติทุกครั้ง	ให้คะแนน	3
มีการปฏิบัติเป็นบางครั้ง	ให้คะแนน	2
ไม่มีการปฏิบัติ	ให้คะแนน	1

ส่วนที่ 8 บทบาทการช่วยเหลือนักเรียนเมื่อมีภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิด

คำถามเพื่อให้ครูอธิบายถึงประสบการณ์ในการช่วยเหลือนักเรียน เมื่อพบว่านักเรียนที่อยู่ในความรับผิดชอบ มีภาวะเสี่ยงต่อโภชนาการเกิน ในฐานะครูประจำชั้น หรือครูผู้รับผิดชอบ งานอนามัยโรงเรียนได้ดำเนินการอย่างไร เช่น

1. การวางแผนการลดน้ำหนักให้กับนักเรียนในโรงเรียน
2. การวางแผนควบคุมอาหารให้นักเรียนขณะอยู่ที่บ้าน
3. เทคนิคการให้นักเรียนลดเวลาที่ใช้กับกิจกรรมบางอย่างซึ่งเป็นกิจกรรมที่ไม่ค่อยได้เคลื่อนไหวร่างกายหรือ เคลื่อนไหวร่างกายน้อย ทำให้ร่างกายมีการเผาผลาญพลังงานน้อย ซึ่งจะเป็นอุปสรรคต่อการควบคุมน้ำหนักของนักเรียน เช่น การนั่งดูโทรทัศน์เป็นเวลานาน เล่นเกมคอมพิวเตอร์ เล่นเกมกด เป็นต้น

ส่วนที่ 9 ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะ ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิด

3.4.2 แบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับประถมศึกษา

แบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียนวัดบางขุนน ภาคเรียนที่ 2/2560
ซึ่งจัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน โรงเรียนวัดบางขุนน ชั้นประถมศึกษา

ปีที่ 4 – 6 ข้อมูลในแบบประเมิน ประกอบด้วย เพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง น้ำหนักตามเกณฑ์ ส่วนสูงตามเกณฑ์ และระดับภาวะโภชนาการของนักเรียน 6 ระดับ คือ อ้วน เริ่มอ้วน ท้วม สมส่วน ค่อนข้างผอม และ ผอม

3.5 การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ แบบสอบถาม ดำเนินการโดย

3.5.1 การตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity Index) โดยผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งเป็นที่ปรึกษาทางวิจัย ตรวจสอบและปรับปรุงแก้ไขให้แบบสอบถามมีความสมบูรณ์ ถูกต้อง และตรงตามเนื้อหาที่กำหนดคำถาม โดยคุณภาพแบบวัดมีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ครมมีค่าดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาไม่น้อยกว่า 0.8 (Jason WB, 2009: 1274)

3.5.2 การตรวจสอบความสอดคล้องของเครื่องมือวิจัย (Index of Item Objective Congruence) เพื่อวิเคราะห์เชิงเหตุผลของความสอดคล้องระหว่างข้อคำถาม กับลักษณะพฤติกรรม โดยผู้เชี่ยวชาญในสาขาสาธารณสุขศาสตร์ 3 ท่าน ได้วิเคราะห์ข้อคำถาม รวม 97 ข้อ ผลการวิเคราะห์ มีค่า IOC = 1 จำนวน 93 ข้อ และ ค่า IOC = 0.67 จำนวน 4 ข้อ ซึ่งได้ปรับปรุงข้อความของข้อคำถาม ทั้ง 4 ข้อ ตามที่ผู้เชี่ยวชาญให้ข้อเสนอแนะ สำหรับข้อคำถาม 93 ข้อ ถือว่ามีความสอดคล้อง เนื่องจากมีค่า มากกว่า 0.7 (ยุทธ ไกยวรรณ, 2550: 61)

3.5.3 การหาความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) โดยผู้วิจัยได้กำหนดให้มีการทดสอบความเชื่อมั่น โดยนำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไข ไปทดสอบความเชื่อมั่น (Pre - Test) กับครูโรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในอำเภอบางบัวทอง จำนวน 30 ชุด และนำคะแนนแบบสอบถามไปหาค่า สัมประสิทธิ์แอลฟา ของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) โดยการวิเคราะห์ภาพรวมทั้งฉบับ ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ ผลการทดสอบเครื่องมือ ค่าอำนาจจำแนก แต่ละข้อ Alpha อยู่ระหว่าง 0.74 - 0.76 โดยค่าเฉลี่ย = 0.75 ซึ่งถือว่าเป็นเครื่องมือที่มีความเชื่อมั่นสูง คือมีค่า 0.70 ขึ้นไป (ประกายรัตน์ สุวรรณ และ อมรวิทย์ วิเศษสงวน, 2555: 262)

3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ข้อมูลประกอบด้วย แบบสอบถาม และแบบบันทึก น้ำหนัก และส่วนสูงของนักเรียนการเก็บรวบรวมข้อมูล 2 ทาง คือ

3.6.1 แบบสอบถามบทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับประถมศึกษาอำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี

1. โดยผู้วิจัย ทำหนังสือถึงผู้อำนวยการโรงเรียนทั้ง 10 แห่ง ขออนุญาตให้ ครูในสังกัดตอบแบบสอบถาม โดยผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยเดินทางไปชี้แจงรายละเอียดเนื้อหาของแบบสอบถาม และนัดหมาย การเก็บข้อมูลตามกำหนดเวลาจากครูผู้ประสานงาน

2. กรณีที่เก็บแบบสอบถามไม่ครบ ขอให้ทางโรงเรียนจัดส่งกลับทางไปรษณีย์

3.6.2 แบบประเมิน ภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียนวัดบางขุน ชั้น ประถมปีที่ 4 ถึงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยผู้วิจัยประสานกับโรงเรียนวัดบางขุน ขออนุญาตขังน้ำหนัก และวัดส่วนสูงให้กับนักเรียน โดยนัดหมาย วัน เวลา ตรงกับวันที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ ตำบลบางขุน อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี เข้าตรวจสุขภาพนักเรียน

3.7 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูล คือ แบบสอบถาม และ แบบบันทึก น้ำหนัก ส่วนสูง

การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้สถิติดังนี้

3.7.1 การวิเคราะห์แบบสอบถาม ดำเนินการดังนี้

1) คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษาสูงสุด อายุงาน และ ระดับของบทบาทในกิจกรรมด้านโภชนาการ ใช้สถิติ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2) การได้รับแรงสนับสนุนการปฏิบัติงานจากผู้บริหารโรงเรียนประกอบด้วย 4 ด้าน คือ แรงสนับสนุน ด้านอารมณ์ โดยการรับฟังความคิดเห็น รับฟังปัญหาจากการทำงาน การให้คำแนะนำปรึกษาทางวิชาการ ด้านข้อมูลข่าวสาร โดยแจ้งสถานการณ์ปัจจุบัน การให้คำแนะนำ สนับสนุนให้เพิ่มพูนความรู้ ด้านทรัพยากร โดยสนับสนุนงบประมาณ เครื่องมือ หรือสิ่งของ วัสดุที่จำเป็น รวมทั้งสนับสนุนบุคลากรให้เพียงพอต่อการปฏิบัติงาน และ ด้านการประเมินผล โดยการให้ข้อมูลย้อนกลับ การให้ข้อเสนอแนะ และนำตัวชี้วัดมาเป็นเกณฑ์ประเมิน มีความโปร่งใส และเป็นธรรม ยอมรับในผลงาน ให้กำลังใจ และให้โอกาสพัฒนาปรับปรุงการทำงาน วิเคราะห์โดยใช้สถิติ ค่าเฉลี่ย และร้อยละของระดับแรงสนับสนุนการปฏิบัติงาน

3) บทบาทการดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการในนักเรียน โดยการค้นหาปัญหาโภชนาการ และประเมินภาวะโภชนาการ การรายงานภาวะโภชนาการของนักเรียนตามระบบรายงาน ควบคุมการจัดอาหารกลางวัน อาหารว่าง นม ขนม และเครื่องดื่ม ให้ได้ตามมาตรฐานโภชนาการ การขอความร่วมมือผู้ขายอาหาร รอบเขตโรงเรียน จำหน่ายอาหาร ที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ลดการจัดอาหารหวาน มัน เค็ม จัดตั้งคณะกรรมการเพื่อควบคุมการจัดอาหารให้มี

มาตรฐาน การจัดการด้านการออกกำลังกาย จัดตั้งคณะทำงานจัดทำหลักสูตรการเรียนการสอนโดยบูรณาการให้มีเนื้อหาสอดคล้องกับการเรียนรู้ และจัดทำโครงการลดปัญหาภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนในนักเรียนวิเคราะห์โดยใช้สถิติ ค่าเฉลี่ย และร้อยละของการปฏิบัติ

4) บทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ซึ่งเป็นการศึกษาด้านการปฏิบัติของครู เกี่ยวกับ การประเมินการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน และแปลผลทุก 3 เดือน ประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารทุก 3 เดือน นำผลของข้อมูลไปใช้ประโยชน์ แจกผลภาวะโภชนาการของนักเรียน และพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ดำเนินการป้องกันและแก้ไขปัญหาที่นักเรียนที่มีภาวะอ้วน ติดตามการดำเนินงาน และรายงานการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของเด็กนักเรียนวิเคราะห์ โดยใช้ สถิติ ค่าเฉลี่ย และ ร้อยละ ของการปฏิบัติ

5) การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ประกอบด้วย องค์กรประกอบด้าน โภชนาการ และอาหารที่ปลอดภัย และองค์ประกอบด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ โดยใช้สถิติ ค่าเฉลี่ย และร้อยละของระดับของการปฏิบัติงาน แต่ละองค์ประกอบ ประกอบด้วยข้อมูล ดังนี้

(1) โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย โดยการดูแลนักเรียนทุกคนให้ได้รับประทานอาหารกลางวันทุกวัน ควบคุมกำกับ ให้มีการจำหน่ายหรือจัดทำอาหารกลางวันที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน ควบคุมไม่ให้มีการจำหน่ายอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการต่ำ ควบคุมให้ลดอาหารที่มีไขมันสูงหวานจัด เค็มจัด และไม่มีประโยชน์ต่อร่างกาย จำหน่ายอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ จัดอาหารเสริม เช่น นม นมถั่วเหลือง ให้นักเรียนรับประทาน ทุกวันหรืออย่างน้อยสัปดาห์ละ 1 ครั้ง จัดกิจกรรมออกกำลังกายให้เหมาะสมแก่นักเรียน และจัดค่ายเด็กอ้วน จัดสรรพื้นที่สำหรับปลูกพืชผักสวนครัวเลี้ยงปลา ไก่ หรือจัดตั้งกองทุนอาหารกลางวัน จัดกลุ่มแม่บ้านอาสาสมัครประกอบอาหารให้นักเรียน หรือนำผลผลิตทางเกษตรของครอบครัวมาสนับสนุนอาหารกลางวันให้กับนักเรียน หรือสนับสนุนงบประมาณ และการประเมินภาวะการณ์เจริญเติบโต อย่างน้อยภาคเรียนละ 1 ครั้ง

(2) การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ โดยมีสถานที่และอุปกรณ์ออกกำลังกายที่กีฬาและนันทนาการที่อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน สถานที่และอุปกรณ์ออกกำลังกายมีความปลอดภัย มีการจัดกิจกรรมออกกำลังกาย/กีฬา สำหรับนักเรียน มีชมรม/ชุมนุม/กลุ่มจัดกิจกรรมออกกำลังกาย กีฬา นันทนาการในโรงเรียน นักเรียนได้รับการทดสอบสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์ทดสอบที่ได้รับการยอมรับ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง และรายงานผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย สำหรับนักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์ทดสอบสมรรถภาพทางกาย ต้องได้รับคำแนะนำปรึกษาเพื่อการวางแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และการติดตามความก้าวหน้า

6) การจัดอาหารกลางวันที่เหมาะสมสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ได้แก่ บทบาทการจัดอาหารกลางวัน โดยคำนึงถึงพลังงาน สารอาหารที่เด็กต้องการเพื่อการเจริญเติบโตของร่างกาย การจัดเมนูอาหารเพื่อให้ได้คุณค่าโภชนาการ การแบ่งอาหารให้นักเรียนรับประทานทั้งมื้ออาหารหลัก และอาหารว่าง การเลือกวัตถุดิบ ในการประกอบอาหารที่สะอาด ปลอดภัย และถูกหลักสุขาภิบาลอาหาร การจัดชุดสำหรับอาหารกลางวันต่อสัปดาห์ เลือกใช้เนื้อสัตว์ที่ไขมันต่ำ รสชาติของอาหาร ไม่หวาน ไม่มัน และไม่เค็ม โดยใช้สถิติ ค่าเฉลี่ย และร้อยละของระดับของการปฏิบัติงานจัดอาหารกลางวัน

7) ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง กับบทบาทของครู ต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ทดสอบด้วยสถิติ Chi Square ความสัมพันธ์ระหว่าง แรงสนับสนุนทางสังคม กับ บทบาทของครูในการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการในนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และ บทบาทการจัดอาหารกลางวันที่เหมาะสมสำหรับนักเรียน วิเคราะห์สถิติ Pearson Product Moment Correlation และการถดถอยพหุแบบขั้นตอน Stepwise Multiple Regression Analysis)

8) แรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน 4 ด้านคือ ลักษณะของงาน หมายถึง งานนี้น่าสนใจ ต้องอาศัยความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ หรือเป็นงานที่สามารถดำเนินงานได้ตั้งแต่ต้นจนจบโดยลำพัง สัมพันธภาพระหว่างครูผู้ร่วมงาน ความมีสัมพันธ์อันดีต่อกัน สามารถทำงานร่วมกัน มีความเข้าใจซึ่งกันและกันเป็นอย่างดี การได้รับการยอมรับนับถือ การได้รับการยอมรับนับถือจากครูผู้ร่วมงาน หรือบุคคลอื่น ๆ ที่มาขอคำปรึกษา ซึ่งอาจแสดงออกในรูปการยกย่องชมเชย การให้กำลังใจ การยอมรับในความสามารถ และ สภาพการทำงาน ทางกายภาพของงาน รวมทั้งลักษณะสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ เช่น อุปกรณ์หรือเครื่องมือต่าง ๆ วิเคราะห์โดย ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

9) ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน กับ บทบาทของครูในการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการในนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และ บทบาทการจัดอาหารกลางวันที่เหมาะสมสำหรับนักเรียน วิเคราะห์สถิติ Pearson Product Moment Correlation และการถดถอยพหุแบบขั้นตอน Stepwise Multiple Regression Analysis)

10) บทบาทการช่วยเหลือนักเรียนเมื่อมีความเสี่ยงต่อภาวะอ้วน บทบาทของครู ต่อการดำเนินการช่วยเหลือเมื่อมีภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิด ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ

การให้การปรึกษาหรือแนะนำเพื่อควบคุมน้ำหนัก โดย การควบคุมอาหาร และการออกกำลังกาย การขอความร่วมมือจากผู้ปกครองในการจัดอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักให้นักเรียนขณะอยู่บ้าน และการแนะนำให้นักเรียนลด กิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อยมาก เช่นเล่นเกม ใช้เวลาดูทีวี และ เล่นคอมพิวเตอร์ เป็นเวลานาน เป็นต้น การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดย Content Analysis การ จัดกลุ่มคำตอบประเภทที่มีเนื้อหาและความหมายเดียวกัน ให้อยู่ในกลุ่มเดียวกัน และวิเคราะห์ คะแนน ร้อยละ ของการดำเนินกิจกรรมตามบทบาทในการช่วยเหลือนักเรียน

11) ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะ ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิด วิเคราะห์โดย คะแนน ร้อยละ

4.7.2 แบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน ประกอบด้วย ชื่อ สกุล อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง ของนักเรียน และ ระดับโภชนาการ วิเคราะห์เชิงคุณภาพ โดยนำ น้ำหนัก และส่วนสูง เทียบ กับกราฟเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต การใช้เกณฑ์การเจริญเติบโต จาก กราฟ (Vallop Curve) คำนวณ น้ำหนักตามเกณฑ์ และ ส่วนสูงตามเกณฑ์ และอ่านค่าของระดับการเจริญเติบโตที่ จุดตัด ของ Curve แปลผลระดับภาวะโภชนาการของนักเรียน 6 ระดับคือภาวะอ้วน เริ่มอ้วน ท้วม สมส่วน ค่อนข้างผอม และ ผอม โดย คะแนนร้อยละ และลงบันทึกในแบบประเมินภาวะโภชนาการของ นักเรียน



บทที่ 4

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอ บางกรวย จังหวัดนนทบุรี ในครั้งนี้ โดยการศึกษาตัวแปรที่ส่งผลต่อการปฏิบัติหน้าที่ ป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ประกอบด้วย คุณลักษณะส่วนบุคคล แรงสนับสนุนทางสังคมของผู้บริหารโรงเรียน ด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของและแรงสนับสนุนด้านการประเมิน อีกทั้งปัจจัยภายในที่จะมีส่วนให้ครูเกิดความรู้สึกภายในเป็นพลังที่มีการเร่งเร้า เพื่อสนองความปรารถนาต่าง ๆ ให้เกิดความพอใจ เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย คือแรงจูงใจในการปฏิบัติงานอันก่อให้เกิดผลการกระทำ ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย ครู โรงเรียนระดับประถมศึกษาในอำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี จำนวน 125 คน และนักเรียน ระดับ ประถมศึกษา ชั้นปีที่ 4 ถึง ชั้นปีที่ 6 จำนวน 31 คน การวิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรมสำเร็จรูป และ วิเคราะห์เชิงเนื้อหา ซึ่งจะนำเสนอ ใน 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถาม แบ่งการวิเคราะห์ออกเป็น 8 ตอน ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 การวิเคราะห์ คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์ สถิติพื้นฐานแรงสนับสนุนทางสังคม ได้แก่

- การได้รับแรงสนับสนุนการปฏิบัติงาน จากผู้บริหารโรงเรียน
- ระดับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม จากผู้บริหารโรงเรียน

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ สถิติพื้นฐาน บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ได้แก่ การปฏิบัติหน้าที่ ดังนี้

- ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการในนักเรียน
- การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน
- การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
- การจัดอาหารกลางวัน สำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของตัวแปร ดังนี้

ความสัมพันธ์ ระหว่าง คุณลักษณะทั่วไป กับการปฏิบัติต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

ความสัมพันธ์ ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม กับการปฏิบัติตามระบบป้องกัน
ภาวะโภชนาการของนักเรียน

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม กับการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะ
โภชนาการของนักเรียน

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม กับการดำเนินงานโรงเรียน
ส่งเสริมสุขภาพ (ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ)

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม กับการจัดหาการจัดอาหารกลางวัน
สำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์ การถดถอยพหุแบบขั้นตอน

ตอนที่ 6 การวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู ต่อการ
ป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

ตอนที่ 7 การวิเคราะห์บทบาทการช่วยเหลือนักเรียนเมื่อมีภาวะโภชนาการเกิน ซึ่งเป็น
แบบสอบถามปลายเปิด

ตอนที่ 8 การวิเคราะห์ ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะ ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิด

ส่วนที่ 2 แบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับประถมศึกษา โดยคำนวณระดับ
ภาวะโภชนาการของนักเรียน ข้อมูลประกอบด้วย

2.1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ น้ำหนัก ส่วนสูง

2.2 ระดับภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยใช้ เกณฑ์น้ำหนักมากกว่าเกณฑ์ และ
น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ และแปลผลระดับภาวะโภชนาการ แบ่งออกเป็น 6 ระดับ ได้แก่ 1) ภาวะอ้วน
2) เริ่มอ้วน 3) ท้วม 4) สมส่วน 5) ค่อนข้างผอม และ 6) ผอม

2.3 ภาวะโภชนาการของนักเรียนตามระดับชั้นเรียน

ผลการวิเคราะห์ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

การวิเคราะห์ข้อมูล แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ แบบสอบถาม และ แบบประเมินภาวะโภชนาการของ
นักเรียน โดยการเรียงลำดับ แบบสอบถาม ลำดับที่ 1-8 และ ลำดับที่ 9 แบบประเมินภาวะโภชนาการ ดังนี้

ส่วนที่ 1 การวิเคราะห์แบบสอบถาม แบ่งเป็น 8 ตอน ประกอบด้วย

ตอนที่ 1 คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง เป็นข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งเป็นครู
โรงเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา

ประณศึกษา นนทบุรี เขต 2 จำนวน 125 คน การวิเคราะห์ คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษาสูงสุด ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน บทบาทของครูในการดำเนินงานด้านโภชนาการของนักเรียน การได้รับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ และ ระยะเวลาที่ได้เข้ารับการอบรมครั้งสุดท้าย ผลการวิเคราะห์ ดังตารางที่ 4.1

ตารางที่ 4.1 คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

คุณลักษณะทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	21	16.8
หญิง	104	83.2
รวม	125	100.0
อายุ		
20-30 ปี	50	40.0
31-40 ปี	43	34.4
41-50 ปี	14	11.2
51 ปี ขึ้นไป	18	14.4
รวม	125	100.0
สถานภาพสมรส		
โสด	72	57.6
สมรส	47	37.6
หม้าย	3	2.4
หย่า/แยก	3	2.4
รวม	125	100.0
การศึกษา		
ต่ำกว่า ปริญญาตรี	7	5.6
ปริญญาตรี	99	79.2
สูงกว่า ปริญญาตรี	19	15.2
รวม	125	100

ตารางที่ 4.1 คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (ต่อ)

คุณลักษณะทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
ระยะเวลาปฏิบัติงาน		
1-10 ปี	85	68.0
11-20 ปี	24	19.2
21-30 ปี	9	7.2
31 ปี ขึ้นไป	7	5.6
รวม	125	100.0
สถานะต่อบทบาทการดำเนินงานด้านภาวะโภชนาการ ของนักเรียน (ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ)		
ครูประจำชั้น	92	73.6
ครูอนามัยโรงเรียน	7	5.6
ครูกลุ่มสาระการเรียนรู้	50	40.0
อื่น ๆ (ครูธุรการ ครูพนักงานรับจ้าง ครูผู้ดูแลเด็ก ครูโครงการอาหารกลางวัน และ บรรณารักษ์)	17	11.2
การได้รับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ		
ไม่เคย	76	60.8
เคย	49	39.2
รวม	125	100.0
หน่วยงานที่จัดอบรม		
โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล	5	4.0
องค์การบริหารส่วนจังหวัด	3	2.4
กระทรวงสาธารณสุข	4	3.2
โรงพยาบาลศูนย์/โรงพยาบาลทั่วไป	2	1.6
สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด	10	8.0
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา	2	1.6
สำนักอนามัย กรุงเทพฯ.	21	16.8

ตารางที่ 4.1 คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง (ต่อ)

คุณลักษณะทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
อื่นๆ	2	1.6
รวม	125	100.0
การเข้าอบรม หรือร่วมประชุมเรื่องภาวะโภชนาการ ครั้งสุดท้าย		
ภายใน 1 ปี	19	15.2
ตั้งแต่ 1ขึ้นไป - 2 ปี	14	11.2
มากกว่า 2 ปี	53	42.4
ไม่เคยอบรม	39	31.2
รวม	125	100.0

จากตารางที่ 4.1 กลุ่มตัวอย่าง คือครูโรงเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่ เพศหญิง ร้อยละ 83.2 และเพศชาย ร้อยละ 16.8 กลุ่มที่มีจำนวนมากที่สุด อายุระหว่าง 20-30 ปี ร้อยละ 40.0 รองลงมา อายุระหว่าง 31-40 ปี ร้อยละ 34.4 อายุ 51 ปีขึ้นไป ร้อยละ 14.4 และกลุ่มตัวอย่างจำนวนน้อยที่สุด อายุระหว่าง 41- 50 ปี ร้อยละ 11.2 ซึ่งสถานะภาพของครูส่วนใหญ่ โสด ร้อยละ 57.6 และสมรส ร้อยละ 37.6 การศึกษาสูงสุด จบปริญญาตรีเป็นส่วนใหญ่ ร้อยละ 79.2 และสูงกว่าปริญญาตรี ร้อยละ 15.2 โดยมีระยะเวลาในการปฏิบัติงาน ระหว่าง 1-10 ปี มีจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 68.0 รองลงมาระยะเวลาการปฏิบัติงาน ระหว่าง 11-20 ปี ร้อยละ 19.2 ปฏิบัติงาน ระหว่าง 21-30 ปีขึ้นไป ร้อยละ 12.8 ทั้งนี้ครูส่วนใหญ่มีสถานะเป็นครูประจำชั้น ร้อยละ 73.6 และรับผิดชอบกลุ่มสาระการเรียนรู้ ร้อยละ 40 ครูอนามัยโรงเรียน ร้อยละ 5.6 นอกนั้นเป็นครูธุรการ ครูผู้ดูแลเด็ก ครูพนักงานจ้าง ครูโครงการอาหารกลางวัน และบรรณารักษ์ ร้อยละ 11.2 โดยพบว่า ครูที่เคยได้รับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ มีเพียง ร้อยละ 39.2 ในขณะที่ไม่ได้รับการอบรม ร้อยละ 60.8 ระยะเวลาที่ได้เข้ารับการอบรม ส่วนใหญ่มากกว่า 2 ปี ร้อยละ 42.4 รองลงมาได้เข้ารับการอบรมภายในระยะเวลา 2 ปี ร้อยละ 11.2 เข้ารับการอบรมภายใน 1 ปี ร้อยละ 15.2

ตอนที่ 2 การวิเคราะห์สถิติพื้นฐาน แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน

แรงสนับสนุนทางสังคมซึ่งครูได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน ประกอบด้วย แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านเครื่องมือ หรือสิ่งของ และแรงสนับสนุนด้านการประเมินผลการวิเคราะห์ ดังต่อไปนี้

2.1 การวิเคราะห์แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ โดยการวิเคราะห์ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์รายข้อ และ วิเคราะห์ ระดับของการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ 3 ระดับ คือ ระดับสูง ระดับกลาง และ ระดับต่ำ ดังตารางที่ 4.2 – 4.3

ตารางที่ 4.2 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากผู้บริหารโรงเรียนจำแนกตามรายข้อ

แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์	ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม (ร้อยละ)					ค่าเฉลี่ย	SD
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย		
1. ผู้บริหารโรงเรียนมักสนใจสอบถามภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนเสมอ	34 (27.2)	65 (52.0)	25 (20.0)	1 (0.8)	0	4.06	0.711
2. ผู้บริหารโรงเรียนสอบถามและติดตามการทำงานของท่านด้วยความห่วงใย	41 (32.8)	63 (50.4)	20 (16.0)	1 (0.8)	0	4.15	0.708
3. ผู้บริหารโรงเรียนให้ความเป็นกันเองเมื่อครูต้องการปรึกษางาน	55 (44.0)	55 (44.0)	13 (10.4)	2 (1.6)	0	4.30	0.721
4. ผู้บริหารโรงเรียนสอบถามปัญหาการปฏิบัติงานด้านโภชนาการของนักเรียน	39 (31.2)	61 (48.8)	23 (18.4)	2 (1.6)	0	4.10	0.745
5. ผู้บริหารโรงเรียนเปิดโอกาสให้ท่านได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการทำงาน	42 (33.6)	62 (49.6)	20 (16.0)	1 (0.8)	0	4.16	0.712

ตารางที่ 4.2 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากผู้บริหารโรงเรียนจำแนกตามรายชื่อ (ต่อ)

แรงสนับสนุนทางสังคมด้าน อารมณ์	ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม (ร้อยละ)					ค่าเฉลี่ย	SD
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย		
6. ผู้บริหารโรงเรียนให้กำลังใจ ในการแก้ไขปัญหาจากการ ดำเนินงานภาวะโภชนาการ ของนักเรียน	40 (32.0)	58 (46.4)	25 (20.0)	2 (1.6)	0	4.09	0.762
7. ผู้บริหารโรงเรียนเปิดโอกาส ให้ท่านระบายความกังวล เรื่องงาน	34 (27.2)	55 (44.0)	30 (24.0)	5 (4.0)	1 (0.8)	3.93	0.863
8. ผู้บริหารโรงเรียนได้ให้ คำแนะนำการทำงานด้าน การป้องกันภาวะโภชนาการ นักเรียน	34 (27.2)	61 (48.8)	25 (20.0)	5 (4.0)	0	3.99	0.798
9. ผู้บริหารโรงเรียนได้มอบ หมายให้ท่านรับผิดชอบ งานด้านภาวะโภชนาการ ของนักเรียนเสมอ	22 (17.6)	52 (41.6)	37 (29.6)	9 (7.2)	5 (4.0)	3.62	0.990
10. ผู้บริหารโรงเรียน มอบหมายให้ท่านเลือก ทีมงาน การจัดกิจกรรม ด้านโภชนาการ	19 (15.2)	54 (43.2)	32 (25.6)	9 (7.2)	11 (8.8)	3.49	1.112
11. ผู้บริหารโรงเรียนยกย่อง และชมเชยการทำงานของ ท่านกับบุคคลอื่น	26 (20.8)	51 (40.8)	39 (31.2)	7 (5.6)	2 (1.6)	3.74	0.908

จากตารางที่ 4.2 การวิเคราะห์รายชื่อ พบว่าครูได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ด้านอารมณ์ จากผู้บริหารโรงเรียน ระดับความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม ระดับมากที่สุด และระดับมาก คือการ

ให้ความเป็นกันเองเมื่อครูต้องการปรึกษางาน ซึ่งมีคะแนนเท่ากับ ร้อยละ 44.0 คะแนนเฉลี่ย 4.30 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.721 รองลงมาคือ ให้ความสนใจ สอบถามเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ ของนักเรียนเสมอ ๆ ระดับมาก ร้อยละ 52.0 คะแนนเฉลี่ย 4.06 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.711 การติดตามการทำงานด้วยความห่วงใย ความถี่ ระดับมาก ร้อยละ 50.4 คะแนนเฉลี่ย 4.15 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.708 และเปิดโอกาสให้ครูได้แสดงความคิดเห็นในการทำงาน ระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.6 ระดับมาก ร้อยละ 49.6 คะแนนเฉลี่ย 4.16 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.712 ผู้บริหารโรงเรียน สนใจสอบถามปัญหาที่เกิดจากการปฏิบัติงาน ร้อยละ 48.8 คะแนนเฉลี่ย 4.10 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.745 และได้ให้คำแนะนำการทำงานเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับมาก ร้อยละ 48.8 คะแนนเฉลี่ย 3.99 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.798 และพบว่าผู้บริหารให้กำลังใจครูในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากการดำเนินงานภาวะโภชนาการของนักเรียน ความถี่ของแรงสนับสนุน ระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.0 ระดับมาก ร้อยละ 46.4 คะแนนเฉลี่ย 4.09 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.762 แต่ยังไม่พบ ผู้บริหารโรงเรียนไม่ให้ครูมีอิสระในการเลือกทีมงานในการจัดกิจกรรมที่เกี่ยวกับภาวะโภชนาการ ซึ่งพบว่าเป็นครูส่วนน้อยไม่เคยมีโอกาสได้เลือกทีมงานเอง ร้อยละ 8.8 คะแนนเฉลี่ย 3.49 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.112

ตารางที่ 4.3 ระดับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ จากผู้บริหารโรงเรียน

ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์	จำนวน	ร้อยละ
ระดับสูง	47	37.6
ระดับกลาง	68	54.4
ระดับต่ำ	10	8.0

$$\bar{X} = 46.26 \quad SD = 7.14 \quad \text{Min} = 24 \quad \text{Max} = 60$$

จากตารางที่ 4.3 การวิเคราะห์ระดับของแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ 3 ดับ คือระดับสูง ระดับกลาง และระดับต่ำ พบว่า ครูได้รับแรงสนับสนุนจากผู้บริหารโรงเรียน ส่วนใหญ่อยู่ระดับกลาง ร้อยละ 54.4 รองลงมาคือระดับสูง ร้อยละ 37.6 และระดับต่ำ ร้อยละ 8 คะแนนเฉลี่ย 46.2 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 7.14 คะแนนต่ำสุด 24 และ คะแนนสูงสุด 60

2.2. การวิเคราะห์แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ด้านข้อมูลข่าวสาร โดยวิเคราะห์ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคมที่ครูได้รับเป็นรายข้อ และ วิเคราะห์ระดับของการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม 3 ระดับ คือ ระดับสูง ระดับกลาง และระดับต่ำ ดังตารางที่ 4.4-4.5

ตารางที่ 4.4 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารจำแนกตามรายชื่อ

แรงสนับสนุนทางสังคมด้าน ข้อมูลข่าวสาร	ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม					ค่าเฉลี่ย	SD
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย		
1. ผู้บริหารโรงเรียนกำหนด นโยบาย การสื่อสารข้อมูล ด้านโภชนาการในการประชุม	27 (21.6)	54 (43.2)	35 (28.0)	5 (4.0)	4 (3.2)	3.76	0.945
2. ผู้บริหารโรงเรียนให้ท่านร่วม รับรู้ ปัญหาของการ ดำเนินงานด้านโภชนาการ	28 (22.4)	61 (48.8)	28 (22.4)	5 (4.0)	3 (2.4)	3.85	0.899
3. ผู้บริหารโรงเรียนจัดประชุม ให้ครูมีส่วนร่วมแสดงความ คิดเห็น และแก้ไขปัญหา ภาวะโภชนาการเกินของ นักเรียน	33 (26.4)	49 (39.2)	34 (27.2)	7 (5.6)	2 (1.6)	3.83	0.940
4. ผู้บริหารโรงเรียน จัดอบรม เพื่อพัฒนาองค์ความรู้ด้าน โภชนาการให้กับครูทุกท่าน	17 (13.6)	54 (43.2)	35 (28.0)	8 (6.4)	11 (8.8)	3.46	1.089
5. ผู้บริหารโรงเรียนสนับสนุน ครูเข้ารับการอบรม เพิ่มพูน ความรู้ด้าน โภชนาการจาก หน่วยงานภายนอก	30 (24.0)	56 (44.8)	24 (19.2)	10 (8.0)	5 (4.0)	3.77	1.033
6. ผู้บริหารโรงเรียนจัดระบบ ข้อมูลด้านโภชนาการเพื่อ รวบรวมความรู้ในการ ปฏิบัติงานด้านภาวะ โภชนาการ	28 (22.4)	54 (43.2)	32 (25.6)	8 (6.4)	3 (2.4)	3.77	0.952

ตารางที่ 4.4 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารจำแนกตามรายชื่อ (ต่อ)

แรงสนับสนุนทางสังคมด้าน ข้อมูลข่าวสาร	ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม					ค่าเฉลี่ย	SD
	มากที่สุด	มาก	ปาน กลาง	น้อย	ไม่เคย		
7. โรงเรียนจัดหาหนังสือด้าน โภชนาการไว้ในหน่วยงาน	26 (20.8)	51 (40.8)	33 (26.4)	13 (10.4)	2 (1.6)	3.69	0.971
8. ผู้บริหารโรงเรียนเปิดโอกาส ให้ครูแสดงความคิดเห็นและ แลกเปลี่ยนปัญหาด้านภาวะ โภชนาการของนักเรียน	23 (18.4)	61 (48.8)	32 (25.6)	7 (5.6)	2 (1.6)	3.77	0.872

จากตารางที่ 4.4 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร ซึ่งครูได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมที่มีคะแนนสูงสุด อยู่ในระดับความถี่มาก คือผู้บริหารโรงเรียนให้ครูมีส่วนร่วมรับรู้ปัญหา ของการดำเนินงานด้านโภชนาการ ร้อยละ 48.8 คะแนนเฉลี่ย 3.85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.899 และ เปิดโอกาสให้ครูแสดงความคิดเห็น ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ปัญหาการดำเนินงานด้านภาวะโภชนาการของนักเรียนในระหว่างครูด้วยกัน ร้อยละ 48.8 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.872 รองลงมาคือ ผู้บริหารโรงเรียนให้การสนับสนุนครูเข้ารับการอบรม เพิ่มพูนความรู้ด้าน โภชนาการจากหน่วยงานภายนอก ร้อยละ 44.8 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.033 และผู้บริหารโรงเรียน จัดให้มีการอบรมเพื่อพัฒนาองค์ความรู้ด้าน โภชนาการให้กับครูทุกท่าน ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.46 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.089 มีการจัดระบบข้อมูลด้านโภชนาการเพื่อรวบรวมความรู้ในการปฏิบัติงานด้านภาวะโภชนาการ ให้ครูได้รับความสะดวกต่อการศึกษาค้นคว้า ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.952 แต่ทั้งนี้ในการที่ผู้บริหารจัดให้มีการอบรมเพื่อพัฒนาองค์ความรู้ด้านโภชนาการให้กับครูนั้น พบว่า ครูส่วนน้อยร้อยละ 8.8 ระบุว่า ไม่เคยจัดให้มีการอบรม

ตารางที่ 4.5 ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสารจากผู้บริหารโรงเรียน

ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร	จำนวน	ร้อยละ
ระดับสูง	68	54.4
ระดับกลาง	46	36.8
ระดับต่ำ	11	8.8

$\bar{X} = 29.90$ $SD = 6.83$ $Min = 8$ $Max = 40$

จากตารางที่ 4.5 ผู้บริหารให้การสนับสนุนข้อมูลข่าวสารอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 54.4 ระดับกลาง ร้อยละ 36.8 ระดับต่ำ ร้อยละ 8.8 คะแนนเฉลี่ย 29.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.83 คะแนนต่ำสุด 8 และคะแนนสูงสุด 40

2.3 การวิเคราะห์แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ โดยวิเคราะห์ ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม รายชื่อ และระดับของการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม 3 ระดับ คือ ระดับสูง ระดับกลาง และระดับต่ำ ดังตารางที่ 6-7

ตารางที่ 4.6 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ จำแนกตามรายชื่อ

แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ	ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม					ค่าเฉลี่ย	SD
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย		
1. ผู้บริหารโรงเรียนสนับสนุนการจัดกิจกรรมป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน	29 (23.2)	61 (48.8)	29 (23.2)	4 (3.2)	2 (1.6)	3.89	0.854
2. โรงเรียนสนับสนุนงบประมาณในการจัดซื้อ เอกสาร ตำรา จุลสารด้านภาวะโภชนาการไว้ในห้องสมุด	23 (18.4)	48 (38.4)	42 (33.6)	10 (8.0)	2 (1.6)	3.64	0.928
3. ผู้บริหารโรงเรียน อนุมัติให้จัดหาอุปกรณ์ที่จำเป็นต่อการปฏิบัติงานตามที่ท่านร้องขอ	29 (23.2)	63 (50.4)	24 (19.2)	7 (5.6)	2 (1.6)	3.88	0.885

ตารางที่ 4.6 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของจำแนกตามรายชื่อ (ต่อ)

แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ	ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม					ค่าเฉลี่ย	SD
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย		
4. ผู้บริหารโรงเรียนจัดสรรงบประมาณ ที่ใช้ในกิจกรรมการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนอย่างเพียงพอ	28 (22.4)	54 (43.2)	1 (24.8)	10 (8.0)	2 (1.6)	3.77	0.943
5. ผู้บริหารโรงเรียนเห็นความสำคัญของกิจกรรมการป้องกันภาวะโภชนาการ	35 (28.0)	56 (44.8)	27 (21.6)	5 (4.0)	2 (1.6)	3.94	0.896
6. ผู้บริหารโรงเรียนได้ให้เวลาร่วมกิจกรรมภาวะโภชนาการของนักเรียนอย่างเหมาะสม	32 (25.6)	50 (40.0)	37 (29.6)	4 (3.2)	2 (1.6)	3.85	0.899
7. ผู้บริหารโรงเรียน มอบหมายครูให้รับผิดชอบกิจกรรมด้านภาวะโภชนาการอย่างเพียงพอ	33 (26.4)	57 (45.6)	29 (23.2)	4 (3.2)	2 (1.6)	3.92	0.876

จากตารางที่ 4.6 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่ง จากผู้บริหารโรงเรียน พบว่าคะแนนความถี่ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก กล่าวคือ ผู้บริหารโรงเรียน อนุมัติให้จัดหาอุปกรณ์ที่จำเป็นต่อการปฏิบัติงานตามที่ครูร้องขอ ร้อยละ 50.4 คะแนนเฉลี่ย 3.88 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.885 รองลงมาคือให้การสนับสนุนการจัดกิจกรรมป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ร้อยละ 48.8 คะแนนเฉลี่ย 3.89 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.854 ผู้บริหารโรงเรียน มอบหมายจำนวนครูให้รับผิดชอบการดำเนินกิจกรรมด้านภาวะโภชนาการอย่างเพียงพอ ร้อยละ 45.6 คะแนนเฉลี่ย 3.92 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.876 โดยให้ความสำคัญกับการจัดกิจกรรม การป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ร้อยละ 44.8 คะแนนเฉลี่ย 3.94 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.896 และ ผู้บริหารโรงเรียนจัดสรรงบประมาณ ที่ใช้ในกิจกรรม การป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนอย่างเพียงพอ ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.943 จัดสรรงบประมาณที่ใช้ในกิจกรรมการป้องกันภาวะโภชนาการอย่างเพียงพอ ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.934

ตารางที่ 4.7 ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของจากผู้บริหารโรงเรียน

ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านเครื่องมือหรือสิ่งของ	จำนวน	ร้อยละ
ระดับสูง	73	58.4
ระดับกลาง	47	37.6
ระดับต่ำ	5	4.0

$\bar{X} = 26.88$ SD = 5.61 Min = 7 Max = 35

จากตารางที่ 4.7 เมื่อวิเคราะห์ระดับของการได้รับแรงสนับสนุนด้านเครื่องมือ หรือสิ่งของพบว่า ผู้บริหารให้การสนับสนุน อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 58.4 ระดับกลาง ร้อยละ 37.6 ระดับต่ำ ร้อยละ 4.0 คะแนนเฉลี่ย 26.88 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.61 คะแนนต่ำสุด 5.6 และคะแนนสูงสุด 35

2.4 การวิเคราะห์แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน จากผู้บริหารโรงเรียน โดยวิเคราะห์ ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคมรายข้อ และระดับของการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม 3 ระดับ คือ ระดับสูง ระดับกลาง และ ระดับต่ำ ดังตารางที่ 8 - 9

ตารางที่ 4.8 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินจากผู้บริหารโรงเรียนจำแนกตามรายข้อ

แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน	ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม					ค่าเฉลี่ย	SD
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย		
1. ผู้บริหารโรงเรียนแจ้งผลการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการให้ทราบเป็นระยะๆ	25 (20.0)	52 (41.6)	37 (29.6)	9 (7.2)	2 (1.6)	3.71	0.923
2. ผู้บริหารโรงเรียนชี้แนะปัญหาการทำงานการป้องกันภาวะโภชนาการ	23 (18.4)	60 (48.0)	36 (28.8)	4 (3.2)	2 (1.6)	3.78	0.838
3. ผู้บริหารโรงเรียนให้ข้อเสนอแนะการปรับปรุงการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ	26 (20.8)	54 (43.2)	37 (29.6)	5 (4.0)	3 (2.4)	3.76	0.911

ตารางที่ 4.8 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินจากผู้บริหารโรงเรียนจำแนกตามรายชื่อ (ต่อ)

แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน	ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม					ค่าเฉลี่ย	SD
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย		
4. ผู้บริหารโรงเรียนประเมินผลงานของท่านตามตัวชี้วัด	29 (23.2)	58 (46.4)	26 (20.8)	10 (8.0)	2 (1.6)	3.82	0.937
5. ผู้บริหารโรงเรียนเห็นด้วยกับผลงานการปฏิบัติงานของท่าน	23 (18.4)	64 (51.2)	28 (22.4)	6 (4.8)	4 (3.2)	3.77	0.917
6. ท่านได้รับการพิจารณาเลื่อนขั้นจากผลการทำงาน	23 (18.4)	54 (43.2)	32 (25.6)	7 (5.6)	9 (7.2)	3.60	1.078
7. ผู้บริหารโรงเรียนให้ความเสมอภาคกับครูทุก	37 (29.6)	55 (44.0)	26 (20.8)	4 (3.2)	3 (2.4)	3.95	0.923
8. ผู้บริหารโรงเรียนชื่นชมทีมงานเมื่อการทำงานประสบผลสำเร็จ	45 (36.0)	54 (43.2)	22 (17.6)	3 (2.4)	1 (0.8)	4.11	0.835
9. ผู้บริหารโรงเรียนให้กำลังใจและให้โอกาสท่านพัฒนาปรับปรุงการทำงาน	37 (29.6)	59 (47.2)	26 (20.8)	3 (2.4)	0	4.04	0.777

จากตารางที่ 4.8 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน จากผู้บริหารโรงเรียนส่วนใหญ่คะแนนรายชื่อ อยู่ในระดับมาก คือ ผู้บริหารโรงเรียนประเมินการทำงานของครู และ เห็นด้วยกับผลการทำงานของครู ร้อยละ 51.2 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.917 รองลงมาคือ ผู้บริหารโรงเรียนชี้แนะปัญหาการทำงานการป้องกันภาวะโภชนาการ ต่อครู ร้อยละ 48.0 คะแนนเฉลี่ย 3.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.838 ผู้บริหารโรงเรียนให้กำลังใจ และให้โอกาสครูพัฒนาและปรับปรุงการทำงาน ร้อยละ 47.2 คะแนนเฉลี่ย 4.04 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.777 ผู้บริหารโรงเรียนประเมินผลงานของท่านตามตัวชี้วัด ร้อยละ 46.4 คะแนนเฉลี่ย 3.82 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.937 และให้ความเสมอภาคกับครูทุกคน ระดับมากที่สุด ร้อยละ 29.6 ระดับ มาก ร้อยละ 44.0 คะแนนเฉลี่ย 3.95 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.923 โดย พิจารณาเลื่อนขั้นตามผลงาน ความถี่ของแรงสนับสนุน ระดับมาก ร้อยละ 43.0 คะแนนเฉลี่ย 3.60 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.078 แต่ยังไม่เคยได้รับการเลื่อนขั้นตามผลงาน อีกทั้ง

ผู้บริหารโรงเรียน ชี้แนะปัญหาการทำงานการป้องกันภาวะโภชนาการ ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม ระดับมาก ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.76 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.838

ตารางที่ 4.9 ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินจากผู้บริหารโรงเรียน

ระดับแรงสนับสนุนด้านการประเมิน	จำนวน	ร้อยละ
ระดับสูง	77	61.6
ระดับกลาง	41	32.8
ระดับต่ำ	7	5.6

$\bar{X} = 34.54$ SD = 6.95 Min = 13 Max = 45

จากตารางที่ 4.9 การวิเคราะห์ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินจากผู้บริหารโรงเรียน พบว่า ครูได้รับการสนับสนุนด้านการประเมิน ในระดับสูง ร้อยละ 61.6 ระดับกลาง ร้อยละ 32.8 และระดับต่ำ ร้อยละ 5.6 คะแนนเฉลี่ย 34.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.95 คะแนนต่ำสุด 13 คะแนนสูงสุด 45

2.5 การวิเคราะห์ระดับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน โดยการวิเคราะห์ภาพรวม ของแรงสนับสนุนทางสังคมทั้ง 4 ด้าน คือ แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ ด้านข้อมูล ข่าวสาร ด้านการสนับสนุนเครื่องมือ หรือสิ่งของ และด้านการประเมิน วิเคราะห์ระดับของแรงสนับสนุน 3 ระดับ คือ ระดับสูง ระดับกลาง และ ระดับต่ำ ดังตารางที่ 4.10

ตารางที่ 4.10 ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน

ระดับของแรงสนับสนุนทางสังคม	จำนวน	ร้อยละ	คะแนนเฉลี่ย/ SD
ระดับสูง	64	51.2	$\bar{X} = 3.86,$ SD 0.908
ระดับกลาง	53	42.4	
ระดับต่ำ	8	6.4	

$\bar{X} = 137.58$ SD = 24.93 Min = 57 Max = 180

ตารางที่ 4.10 การวิเคราะห์ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโดยรวมทั้ง 4 ด้าน พบว่า ครูได้รับการสนับสนุนในระดับสูง ร้อยละ 51.2 ระดับกลาง ร้อยละ 42.4 และระดับต่ำ ร้อยละ 6.4 คะแนนเฉลี่ย 137.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 24.93 คะแนนต่ำสุด 57 และ คะแนนสูงสุด 180 คะแนนเฉลี่ยความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม 3.86 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.908

ตอนที่ 3 การวิเคราะห์การปฏิบัติของครู ต่อ บทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

3.1 การปฏิบัติของครูต่อการดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยการวิเคราะห์รายชื่อของการปฏิบัติ และระดับของการปฏิบัติ ดังตารางที่ 11-12

3.1.1 การวิเคราะห์รายชื่อของการปฏิบัติ 3 ระดับ คือการปฏิบัติทุกครั้ง การปฏิบัติบางครั้ง และ ไม่มีการปฏิบัติ ดังตารางที่ 11

ตารางที่ 11 การปฏิบัติของครูต่อการดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน จำแนกตามรายชื่อ

การดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน	ความถี่ของการปฏิบัติ			ค่าเฉลี่ย	SD
	ปฏิบัติทุกครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่มีการปฏิบัติ		
1. ท่านค้นหาปัญหาโภชนาการนักเรียน โดยจัดให้นักเรียนได้รับการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ภาคเรียนละ 1 ครั้ง	109 (87.2)	15 (12.0)	1 (0.8)	2.86	0.367
2. ท่านจัดให้มีระบบบันทึก น้ำหนัก และ ส่วนสูงโดยใช้กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิง การเจริญเติบโต ของนักเรียน	101 (80.8)	21 (16.8)	3 (2.4)	2.78	0.468
3. ท่านตรวจสอบมาตรฐาน เครื่องชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูงให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้	100 (80.0)	23 (18.4)	2 (1.6)	2.78	0.451
4. ท่านดำเนินการส่งข้อมูลตามระบบ รายงานโรงเรียนระดับประถมศึกษา ส่ง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษา ทุก 3 เดือน	86 (68.8)	33 (26.4)	6 (4.8)	2.64	0.574

ตารางที่ 11 การปฏิบัติของครูต่อการดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน
จำแนกตามรายชื่อ (ต่อ)

การดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะ โภชนาการของนักเรียน	ความถี่ของการปฏิบัติ			ค่า เฉลี่ย	SD
	ปฏิบัติทุก ครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่มีการ ปฏิบัติ		
5. ท่านจัดเมนูอาหารกลางวัน อาหารว่าง นม ขนม และเครื่องดื่ม ล้างหน้าไม่น้อย กว่า 1 สัปดาห์	83 (66.4)	38 (30.4)	4 (3.2)	2.63	0.547
6. ท่านขอความร่วมมือแม่ค้า ที่จำหน่าย อาหารภายในบริเวณโรงเรียน ให้จัด อาหาร ขนม หรือเครื่องดื่มที่มีคุณค่า ทางโภชนาการจำหน่ายให้กับนักเรียน	83 (66.4)	37 (29.6)	5 (4.0)	2.62	0.563
7. ท่านเข้าประชุมคณะกรรมการควบคุม การจัดอาหารในโรงเรียนให้มีมาตรฐาน	63 (50.4)	50 (40.0)	12 (9.6)	2.41	0.661
8. ท่านบูรณาการ การเรียนการสอนให้มี เนื้อหาสอดคล้องกับการเรียนรู้ทาง โภชนาการทุกภาคการศึกษา	81 (64.8)	40 (32.0)	4 (3.2)	2.62	0.550
9. ท่านจัดทำโครงการลดปัญหาภาวะ โภชนาการเกินในนักเรียนทุกปีการศึกษา	70 (56.0)	47 (37.6)	8 (6.4)	2.50	0.617
10. ท่านเชิญผู้ปกครองเข้าร่วมกิจกรรม ป้องกันภาวะโภชนาการเกินในนักเรียน	55 (44.0)	57 (45.6)	13 (10.4)	2.34	0.659

จากตารางที่ 4.11 การวิเคราะห์การปฏิบัติของครูต่อการดำเนินงาน ระบบการป้องกัน
ภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยการวิเคราะห์รายชื่อ พบว่า ส่วนใหญ่ครูมีการปฏิบัติตามบทบาท
ทุกครั้ง ตามลำดับ ดังนี้ ครูได้ค้นหาปัญหาโภชนาการนักเรียน โดยจัดให้นักเรียนได้รับการชั่ง
น้ำหนัก วัดส่วนสูง ภาคเรียนละ 1 ครั้ง มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 87.2 คะแนนเฉลี่ย 2.86 ส่วน
เบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.367 จัดให้มีระบบบันทึก น้ำหนัก และส่วนสูงโดยใช้กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิง
การเจริญเติบโต ของนักเรียน มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 80.8 คะแนนเฉลี่ย 2.78 ส่วนเบี่ยงเบน
มาตรฐาน 0.468 ตรวจสอบมาตรฐานเครื่องชั่งน้ำหนัก ที่วัดส่วนสูง และการใช้เครื่องมือให้อยู่ใน

สภาพพร้อมใช้ ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 80.0 คะแนนเฉลี่ย 2.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.451
 ดำเนินการส่งข้อมูลตามระบบรายงานโรงเรียนระดับประถมศึกษา ส่งสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
 ประถมศึกษา ทุก 3 เดือน ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 68.8 คะแนนเฉลี่ย 2.64 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 0.574 จัดเมนูอาหารกลางวัน อาหารว่าง นม ขนม และเครื่องดื่ม ให้ได้ตามมาตรฐานโภชนาการ
 ล่วงหน้า ไม่น้อยกว่า 1 สัปดาห์ ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 66.4 คะแนนเฉลี่ย 2.63 ส่วนเบี่ยงเบน
 มาตรฐาน 0.547 ขอความร่วมมือแม่ค้า ที่จำหน่ายอาหารภายในบริเวณโรงเรียน ให้จัดอาหาร ขนม
 หรือเครื่องดื่มที่มีคุณค่าทางโภชนาการจำหน่ายให้กับนักเรียน ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 66.4 คะแนนเฉลี่ย
 2.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.563 ครูมีการบูรณาการ การเรียนการสอนให้มีเนื้อหาสอดคล้อง
 กับการเรียนรู้ทางโภชนาการทุกภาคการศึกษา มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 64.8 มีการปฏิบัติ
 บางครั้ง ร้อยละ 32.0 คะแนนเฉลี่ย 2.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.550 ได้จัดทำโครงการลด
 ปัญหาภาวะโภชนาการเกินในนักเรียนทุกปีการศึกษา ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 56.0 ปฏิบัติ เป็น
 บางครั้ง ร้อยละ 37.6 คะแนนเฉลี่ย 2.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.617 ครูได้เข้าประชุม
 คณะกรรมการควบคุมการจัดอาหารในโรงเรียนให้มีมาตรฐานทุกครั้ง ร้อยละ 50.4 ได้เข้าประชุม
 บ้างเป็นบางครั้ง ร้อยละ 40.0 คะแนนเฉลี่ย 2.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.661 และการเชิญ
 ผู้ปกครองเข้าร่วมกิจกรรมป้องกันภาวะโภชนาการเกินในนักเรียน พบว่า ครูได้ปฏิบัติเป็นบางครั้ง
 ร้อยละ 45.6 และ ครูที่ปฏิบัติทุกครั้งที่ในการเชิญผู้ปกครองเข้าร่วมกิจกรรม ร้อยละ 44.0 คะแนน
 เฉลี่ย 2.34 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.659

3.1.2 ระดับการปฏิบัติของครูต่อบทบาทในการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนา

การของนักเรียน โดยการวิเคราะห์ ระดับการปฏิบัติของครู 3 ระดับ คือ มีบทบาท
 มาก มีบทบาทปานกลาง และมีบทบาทน้อย ดังตารางที่ 4.12

ตารางที่ 4.12 ระดับการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน

ระดับการปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
มีการปฏิบัติดีมาก	80	64.0
มีการปฏิบัติปานกลาง	38	30.4
มีการปฏิบัติน้อย	7	5.6

\bar{X} = 26.18 SD = 3.73 Min = 14 Max = 30

จากตารางที่ 4.12 การวิเคราะห์การปฏิบัติ ของครู ต่อ บทบาทการดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน 3 ระดับ คือ มีการปฏิบัติมาก มีการปฏิบัติปานกลาง และ มีการปฏิบัติน้อย พบว่า ครูส่วนใหญ่มีการปฏิบัติ ต่อ บทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการ ในระดับ มีการปฏิบัติมาก ร้อยละ 64.0 ปฏิบัติปานกลาง ร้อยละ 30.4 และมีการปฏิบัติน้อย ร้อยละ 5.6 คะแนนเฉลี่ย 26.18 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.73 คะแนนต่ำสุด 14 และ คะแนนสูงสุด 30

3.2 การวิเคราะห์การปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน โดย วิเคราะห์ รายชื่อของการปฏิบัติ และ ระดับของการปฏิบัติ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง และ ไม่มีการปฏิบัติ ดังตารางที่ 4.13 -4.14

3.2.1 วิเคราะห์รายชื่อของการปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง และ ไม่มีการปฏิบัติ ดังตารางที่ 4.13

ตารางที่ 4.13 การปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน

การปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะ โภชนาการของนักเรียน	ความถี่ของการปฏิบัติ			ค่า เฉลี่ย	SD
	ปฏิบัติทุก ครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่มีการ ปฏิบัติ		
1. ท่านจัดให้มีการชั่งน้ำหนัก และวัด ส่วนสูงนักเรียน ภาคเรียนละ 1 ครั้ง	109 (87.2)	13 (10.4)	3 (2.4)	2.85	0.422
2. ท่านจัดให้มีระบบบันทึกน้ำหนักและ ส่วนสูง โดยใช้กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิง การเจริญเติบโต ของเด็กวัยเรียน	100 (80.0)	22 (17.6)	3 (2.4)	2.78	0.473
3. ท่านได้ประเมินการเจริญเติบโตของ นักเรียนและแปลผลทุก 3 เดือน	83 (66.4)	38 (30.4)	4 (3.2)	2.63	0.547
4. ท่านได้ประเมินพฤติกรรมการบริโภค อาหารของนักเรียนทุก 3 เดือน	79 (63.2)	41 (32.8)	5 (4.0)	2.59	0.569
5. ท่านได้นำข้อมูล การประเมินพฤติกรรม การบริโภคของนักเรียน มาวิเคราะห์ และวางแผนแก้ไขปัญหา กลุ่มที่เสี่ยงต่อ ภาวะโภชนาการเกิน ทุก 3 เดือน	68 (54.4)	53 (42.4)	4 (3.2)	2.51	0.562

ตารางที่ 4.13 การปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน (ต่อ)

การปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะ โภชนาการของนักเรียน	ความถี่ของการปฏิบัติ			ค่า เฉลี่ย	SD
	ปฏิบัติทุก ครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่มีการ ปฏิบัติ		
6. ท่านแจ้งผลการเจริญเติบโตของนักเรียน ให้ผู้ปกครองทราบ	69 (55.2)	51 (40.8)	5 (4.0)	2.51	0.577
7. ท่านดำเนินการป้องกัน ภาวะโภชนาการ เกินของนักเรียนกลุ่มเสี่ยง	67 (53.6)	55 (44.0)	3 (2.4)	2.51	0.548
8. ท่านติดตามการดำเนินงานป้องกันและ แก้ปัญหาภาวะโภชนาการ	66 (52.8)	56 (44.8)	3 (2.4)	2.50	0.548
9. ท่านรายงานผลการเปรียบเทียบน้ำหนัก ของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ตามลำดับชั้น ทุก 3 เดือน	77 (61.6)	45 (36.0)	3 (2.4)	2.59	0.540

จากตารางที่ 4.13 การวิเคราะห์ การปฏิบัติงาน ต่อ บทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ
ของนักเรียน โดยการวิเคราะห์ความถี่ของการปฏิบัติรายชื่อ พบว่า ครูส่วนใหญ่มีการปฏิบัติตาม
บทบาททุกครั้ง ตามลำดับ ดังนี้

การวิเคราะห์ การปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่าครูจัดให้มีการ
ชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง นักเรียน ภาคเรียนละ 1 ครั้ง พบว่าปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 87.2 คะแนน
เฉลี่ย 2.85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.422 จัดให้มีระบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง โดยใช้กราฟ
แสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเด็กวัยเรียน ร้อยละ 80 คะแนนเฉลี่ย 2.78 ส่วนเบี่ยงเบน
มาตรฐาน 0.473 ประเมินการเจริญเติบโตของนักเรียนและแปลผลทุก 3 เดือน ร้อยละ 66.4 คะแนน
เฉลี่ย 2.63 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.547 ประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนทุก 3
เดือน ร้อยละ 63.2 คะแนนเฉลี่ย 2.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.569 รายงานผลการเปรียบเทียบ
น้ำหนักของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ตามลำดับชั้น ทุก 3 เดือน ร้อยละ 61.6 คะแนนเฉลี่ย
2.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.540 แจ้งผลการเจริญเติบโตและพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของ
นักเรียนให้ผู้ปกครองทราบ ร้อยละ 55.2 คะแนน เฉลี่ย 2.51 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.577 และ
นำข้อมูลการประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคของนักเรียน มาวิเคราะห์ และวางแผนแก้ไขปัญหา กลุ่มที่
เสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน ทุก 3 เดือน มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 54.4 ปฏิบัติ บางครั้ง 42.4

คะแนนเฉลี่ย 2.51 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.562 ดำเนินการป้องกัน ภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนกลุ่มเสี่ยง ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 53.6 ปฏิบัติบางครั้ง 44.0 คะแนนเฉลี่ย 2.51 โดยที่คะแนนต่ำสุด ของการปฏิบัติมาก คือการดำเนินการติดตามงานป้องกันและแก้ปัญหาภาวะโภชนาการ ร้อยละ 52.8 คะแนนเฉลี่ย 2.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.548

3.2.2 ระดับของการปฏิบัติ ต่อ บทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน การวิเคราะห์ระดับของการปฏิบัติ ในการดำเนินงาน 3 ระดับ คือ มีการปฏิบัติมาก มีการปฏิบัติปานกลาง และมีการปฏิบัติน้อย ดังตารางที่ 4.14

ตารางที่ 4.14 ระดับการปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน

ระดับการปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
มีการปฏิบัติมาก	90	72.0
มีการปฏิบัติปานกลาง	32	25.6
มีการปฏิบัติน้อย	3	2.4
$\bar{X} = 23.48$ $SD = 3.67$ $Min = 9$ $Max = 27$		

จากตารางที่ 4.14 ระดับการปฏิบัติของครู ต่อ การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียนพบว่า ส่วนใหญ่ครูมีการปฏิบัติมาก ร้อยละ 72.0 มีการปฏิบัติปานกลาง ร้อยละ 25.6 และ การปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่า มีการปฏิบัติน้อย ร้อยละ 2.4 คะแนนเฉลี่ย 23.48 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.67 คะแนนต่ำสุด 9 และคะแนนสูงสุด 27

3.3 การปฏิบัติของครูต่อ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โดยบทบาทของครูในส่วนนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเฉพาะ องค์ประกอบที่ส่งเสริมภาวะการเจริญเติบโตของนักเรียน และส่งเสริมการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ใน 2 องค์ประกอบ คือ โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย และการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ ผลการวิเคราะห์ ดังตารางที่ 4.15-4.18

3.3.1 การวิเคราะห์การปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
องค์ประกอบ โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัย โดยวิเคราะห์รายชื่อของการปฏิบัติ 3 ระดับ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง และ ไม่มีการปฏิบัติ ดังตารางที่ 4.15

ตารางที่ 4.15 การปฏิบัติงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัยจำแนกตามรายชื่อ

โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัย	ความถี่ของการปฏิบัติ			ค่าเฉลี่ย	SD
	ปฏิบัติทุกครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่มีการปฏิบัติ		
1. ท่านได้วางแผนแก้ไขปัญหา ภาวะโภชนาการของนักเรียน ตั้งแต่เริ่มมีภาวะอ้วน และอ้วน	49 (39.2)	72 (57.6)	4 (3.2)	2.36	0.545
2. ท่านได้ให้นักเรียนได้รับประทานอาหารครบ5กลุ่มอาหารตามสัดส่วนธงโภชนาการ ทุกวัน	77 (61.6)	45 (36.0)	3 (2.4)	2.59	0.540
3. ท่านจัดให้นักเรียนชั้น ป.1 ขึ้นไปได้รับยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก 1 เม็ด (60 มิลลิกรัม) (ต่อสัปดาห์)	32 (25.6)	48 (38.4)	45 (36.0)	1.90	0.781
4. ท่านจัดให้นักเรียนได้รับความรู้เรื่องธงโภชนาการ	54 (43.2)	54 (43.2)	17 (13.6)	2.30	0.696
5. ท่านจัดให้นักเรียน ป.1 - ป.6 ทุกคนได้ดื่มนมรสจืดทุกวัน	106 (84.8)	15 (12.0)	4 (3.2)	2.82	0.465
6. ท่านควบคุมให้มีการเก็บรักษานมของนักเรียนไว้ที่ อุณหภูมิที่เหมาะสม	102 (81.6)	18 (14.4)	5 (4.0)	2.78	0.506
7. ท่านควบคุม มิให้จัดวาง น้ำปลา น้ำตาลที่จุดจำหน่ายอาหารในบริเวณโรงอาหาร เพื่อลดพลังงานส่วนเกิน	76 (60.8)	38 (30.4)	11 (8.8)	2.52	0.655
8. ท่านดูแลไม่ให้มีการจัดจำหน่าย อาหารรสหวานจัด เค็มจัด มันจัด	79 (63.2)	38 (30.4)	8 (6.4)	2.57	0.614
9. ท่านดูแลไม่ให้มีการจำหน่าย เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมในโรงเรียน	87 (69.6)	32 (25.6)	6 (4.8)	2.65	0.572

จากตารางที่ 4.15 วิเคราะห์การปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัย พบว่า ระดับที่มีการปฏิบัติทุกครั้ง คือ ครูจัดให้นักเรียน ป.1 - ป.6 ทุกคนได้ดื่มนมรสจืดทุกวัน โดยมีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 84.8 คะแนนเฉลี่ย 2.82 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.465 ควบคุมให้มีการเก็บรักษานมของนักเรียนไว้ที่ อุณหภูมิที่เหมาะสม ร้อยละ 81.6 คะแนนเฉลี่ย 2.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.506 ดูแลไม่ให้มีการจัดจำหน่าย เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมในโรงเรียน ร้อยละ 69.6 คะแนนเฉลี่ย 2.65 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.572 ดูแลไม่ให้มีการจัดจำหน่าย อาหารรสหวานจัด เค็มจัด มันจัด ร้อยละ 63.2 คะแนนเฉลี่ย 2.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.614 ให้นักเรียนได้รับประทานอาหารครบ 5 กลุ่มอาหาร ตามสัดส่วนธงโภชนาการ ทุกวัน ร้อยละ 61.6 คะแนนเฉลี่ย 2.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.540 ควบคุม มิให้จัดวาง น้ำปลา น้ำตาลที่จุดจำหน่ายอาหารในบริเวณโรงอาหารเพื่อลดพลังงานส่วนเกิน มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 60.8 ในขณะที่ครูไม่มีการปฏิบัติ ร้อยละ 8.8 คะแนนเฉลี่ย 2.52 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.655 ได้มีวางแผนการแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน ตั้งแต่เริ่มมีภาวะอ้วน และอ้วน พบ ความถี่ของการปฏิบัติ ซึ่งครูมีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 39.2 มีการปฏิบัติเป็นบางครั้ง ร้อยละ 57.6 คะแนนเฉลี่ย 2.36 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.545 แต่การปฏิบัติเพื่อจัดให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ขึ้นไป ได้รับยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก 1 เม็ด ต่อสัปดาห์ พบว่า มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 25.6 ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ร้อยละ 38.4 และ ไม่มีการปฏิบัติ ร้อยละ 36.0 คะแนนเฉลี่ย 1.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.781

3.3.2 ระดับการปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัย โดยการวิเคราะห์ ระดับของการปฏิบัติงาน 3 ระดับ คือ ระดับมีการปฏิบัติมาก มีการปฏิบัติปานกลาง และ มีการปฏิบัติน้อย ดังตารางที่ 4.16

ตารางที่ 4.16 ระดับปฏิบัติของครูต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัย

ระดับการปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
มีการปฏิบัติมาก	64	51.2
มีการปฏิบัติปานกลาง	57	45.6
มีการปฏิบัติน้อย	4	3.2

$\bar{X} = 22.47$ $SD = 3.56$ $Min = 11$ $Max = 27$

จากตารางที่ 4.16 ระดับการปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัย พบว่า ส่วนใหญ่ครูมีการปฏิบัติมาก และปฏิบัติปานกลางใกล้เคียงกัน คือ มีการปฏิบัติมาก ร้อยละ 51.1 มีการปฏิบัติปานกลาง ร้อยละ 45.6 และมีการปฏิบัติน้อย ร้อยละ 3.2 คะแนนเฉลี่ย 22.47 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.56 คะแนนต่ำสุด 11 และคะแนนสูงสุด 27

3.3.3 การปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ โดยการวิเคราะห์รายชื่อของการปฏิบัติ 3 ระดับ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง และ ไม่มีการปฏิบัติ ดังตารางที่ ดังตารางที่ 4.17

ตารางที่ 4.17 การปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ

การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ	ปฏิบัติ ทุกครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่มีการ ปฏิบัติ	ค่า เฉลี่ย	SD
1. ท่านมีส่วนสำรวจสถานที่ออกกำลังกาย ในโรงเรียน	76 (60.8)	45 (36.0)	4 (3.2)	2.58	0.557
2. ท่านมีส่วนดูแลอุปกรณ์การออกกำลังกาย ให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งานและปลอดภัย	76 (60.8)	41 (32.8)	8 (6.4)	2.54	0.616
3. ท่านมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม การออก กำลังกาย/กีฬา สำหรับนักเรียน	81 (64.8)	40 (32.0)	4 (3.2)	2.62	0.550
4. ท่านสนับสนุนให้โรงเรียนจัดตั้งชมรม/ กลุ่มกิจกรรมออกกำลังกาย กีฬา นันทนาการ	79 (63.2)	41 (32.8)	5 (4.0)	2.59	0.569
5. ท่านจัดให้นักเรียนได้ทดสอบสมรรถภาพ ทางกายตามเกณฑ์ปีละ 1 ครั้ง	94 (75.2)	24 (19.2)	7 (5.6)	2.70	0.571
6. ท่านได้ตรวจสมรรถภาพทางกายของ นักเรียน ปี ละ 1 ครั้ง	94 (75.2)	25 (20.0)	6 (4.8)	2.70	0.554
7. ท่านบอกผลการตรวจสมรรถภาพ และ ให้คำแนะนำนักเรียนที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มที่มีภาวะโภชนาการเกิน	84 (67.2)	33 (26.4)	8 (6.4)	2.61	0.608

ตารางที่ 4.17 การปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ (ต่อ)

การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ	ปฏิบัติ ทุกครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่มีการ ปฏิบัติ	ค่า เฉลี่ย	SD
8. ท่านจัดกิจกรรมออกกำลังกาย เสริม สำหรับกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มที่มีภาวะ โภชนาการเกิน	72 (57.6)	46 (36.8)	7 (5.6)	2.52	0.604
9. ท่านดูแล และควบคุม การออกกำลังกาย ของของกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มที่มีภาวะ โภชนาการเกิน	63 (50.4)	53 (42.4)	9 (7.2)	2.43	0.627
10. ท่านติดตามผลการออกกำลังกาย นักเรียน ที่ไม่ผ่านเกณฑ์ทดสอบ สมรรถภาพทางกาย	61 (48.8)	54 (43.2)	10 (8.0)	2.41	0.636

จากตารางที่ 4.17 การวิเคราะห์การปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ พบว่า ครูมีการปฏิบัติทุกครั้งเป็นส่วนใหญ่ คือ จัดให้นักเรียนได้รับการทดสอบสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์ ปี ละ 1 ครั้ง ร้อยละ 75.2 คะแนนเฉลี่ย 2.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.571 และได้ตรวจสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนตามเกณฑ์ ปี ละ 1 ครั้ง ร้อยละ 75.2 คะแนนเฉลี่ย 2.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.554 พร้อมทั้งบอกผลการตรวจสมรรถภาพให้นักเรียนทราบ และให้คำแนะนำนักเรียนที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มที่มีภาวะโภชนาการเกิน ร้อยละ 67.2 คะแนนเฉลี่ย 2.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.608 ครูมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม การออกกำลังกาย/กีฬา สำหรับนักเรียน ร้อยละ 64.8 คะแนนเฉลี่ย 2.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.550 สนับสนุนให้โรงเรียนจัดตั้งชมรม/กลุ่มกิจกรรมออกกำลังกาย กีฬา นันทนาการ ร้อยละ 63.2 คะแนนเฉลี่ย 2.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.569 มีส่วนสำรวจสถานที่ออกกำลังกาย สำหรับนักเรียนในโรงเรียน ร้อยละ 60.8 คะแนนเฉลี่ย 2.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.557 มีส่วนดูแลอุปกรณ์การออกกำลังกาย ให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งานและปลอดภัย ร้อยละ 60.8 คะแนนเฉลี่ย 2.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.616 การจัดกิจกรรมออกกำลังกายเสริมสำหรับกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มที่มีภาวะโภชนาการเกิน ร้อยละ 57.6 คะแนนเฉลี่ย 2.52 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.604 ให้การดูแล ควบคุม การออกกำลังกายของกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มที่มีภาวะโภชนาการเกิน ร้อยละ 50.4

คะแนนเฉลี่ย 2.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.627 และได้ติดตามผลการออกกำลังกายนักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์ทดสอบสมรรถภาพทางกาย โดยครูที่ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 48.8 ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ร้อยละ 43.2 และไม่มีการปฏิบัติ ร้อยละ 8 คะแนนเฉลี่ย 2.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.636

3.3.4 ระดับการปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ โดยการวิเคราะห์ ระดับของการปฏิบัติ 3 ระดับ คือ ระดับมีการปฏิบัติมาก มีการปฏิบัติปานกลาง และ มีการปฏิบัติน้อย ดังตารางที่ 4.18

ตารางที่ 4.18 ระดับการปฏิบัติของครู ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ

ระดับการปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
มีการปฏิบัติมาก	89	71.2
มีการปฏิบัติปานกลาง	32	25.6
มีการปฏิบัติน้อย	4	3.2

$\bar{X} = 25.70$ $SD = 4.35$ $Min = 10$ $Max = 30$

จากตารางที่ 4.18 ระดับการปฏิบัติของครูต่อบทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ การวิเคราะห์ 3 ระดับ พบว่าครูมีบทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ มีการปฏิบัติระดับมาก ร้อยละ 71.2 ปฏิบัติระดับปานกลาง ร้อยละ 25.6 และ มีการปฏิบัติระดับน้อย ร้อยละ 3.2 คะแนนเฉลี่ย 25.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.35 คะแนนต่ำสุด 10 และคะแนนสูงสุด 30

3.4 การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

3.4.1 การวิเคราะห์รายชื่อของการปฏิบัติ 3 ระดับ คือ ระดับที่มีการปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง และ ไม่มีการปฏิบัติ ดังตารางที่ 4.19

ตารางที่ 4.19 การจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินจำแนกตาม
รายชื่อ

การจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียน	ความถี่ของการปฏิบัติ			ค่าเฉลี่ย	SD
	ปฏิบัติทุก ครั้ง	ปฏิบัติ บางครั้ง	ไม่มีการ ปฏิบัติ		
1. ท่านจัดให้นักเรียนได้รับประทาน อาหารมื้อเช้า ทุกวัน	72 (57.6)	48 (38.4)	5 (4.0)	2.54	0.576
2. ท่านแนะนำให้ให้นักเรียนบริโภคอาหาร ตามสัดส่วนธงโภชนาการ	89 (71.2)	30 (24.0)	6 (4.8)	2.66	0.567
3. ท่านจัดเมนู อาหารกลางวันสำหรับ นักเรียน โดยเลือก ประเภทที่มี สารอาหารหลากหลายและครบถ้วน เช่น อาหารจานเดียว หรือประเภท ก๋วยเตี๋ยว	88 (70.4)	35 (28.0)	2 (1.6)	2.69	0.499
4. ท่านหลีกเลี่ยงการจัดอาหารที่มี รส หวานและเค็มจัด	86 (68.8)	38 (30.4)	1 (0.8)	2.68	0.485
5. ท่านจัดข้าวกล่องให้นักเรียนรับประทาน แทนข้าวขาวมื้อมกลางวัน ทุกวัน	46 (36.8)	42 (33.6)	37 (29.6)	2.07	0.815
6. การใช้เครื่องปรุงประกอบอาหาร โดย ใช้เกลือ น้ำปลา เสริมสารไอโอดีน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์	73 (58.4)	44 (35.2)	8 (6.4)	2.52	0.617
7. ท่านจัดอาหารที่มีกะทิเป็นส่วนประกอบ ให้นักเรียนรับประทานสัปดาห์ละ 1 ครั้ง หรือทดแทนด้วยนมถั่วเหลือง หรือ กะทิ ธัญพืช	74 (59.2)	48 (38.4)	3 (2.4)	2.57	0.544
8. ท่านเลือกใช้เนื้อสัตว์ไขมันต่ำ เช่น ปลา เนื้อ หมูไม่ติดมัน ปรุง อาหาร	61 (48.8)	56 (44.8)	8 (6.4)	2.42	0.613
9. ท่านจัดชุดสำหรับ อาหารจานเดียว มื้อ กลางวันให้นักเรียน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์	73 (58.4)	46 (36.8)	6 (4.8)	2.54	0.589

จากตารางที่ 4.19 วิเคราะห์การปฏิบัติของครู ต่อการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน โดยวิเคราะห์ความถี่ของการปฏิบัติรายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่ปฏิบัติทุกครั้ง คือครูแนะนำให้นักเรียนบริโภคอาหารตามสัดส่วนธงโภชนาการ ร้อยละ 71.2 คะแนนเฉลี่ย 2.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.567 จัดเมนู อาหารกลางวันสำหรับนักเรียน โดยเลือก ประเภทที่มีสารอาหารหลากหลายและครบถ้วน เช่น อาหารจานเดียว หรือประเภทก๋วยเตี๋ยว ร้อยละ 70.4 คะแนนเฉลี่ย 2.69 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.499 หลีกเลี่ยงการจัดอาหารที่มีรสหวานและเค็มจัด ให้นักเรียน ร้อยละ 68.8 คะแนนเฉลี่ย 2.68 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.485 จัดอาหารที่มีกะทิเป็นส่วนประกอบ ให้นักเรียนรับประทานสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ร้อยละ 59.2 คะแนนเฉลี่ย 2.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.544 ใช้เครื่องปรุงประกอบอาหาร โดยใช้เกลือ น้ำปลา เสริมสารไอโอดีน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์ ร้อยละ 58.4 คะแนนเฉลี่ย 2.52 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.617 จัดชุดสำหรับอาหารจานเดียว มื้อกลางวันให้นักเรียน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์ ร้อยละ 58.4 คะแนนเฉลี่ย 2.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.589 จัดให้นักเรียนได้รับประทานอาหารเมื่อเช้าทุกวัน ร้อยละ 57.6 คะแนนเฉลี่ย 2.54 0.576 เลือกใช้เนื้อสัตว์ที่ไขมันต่ำ เช่น ปลา เนื้อ หมูไม่ติดมัน ในการปรุงอาหาร และ การจัดข้าวกล้องให้นักเรียน รับประทานแทนข้าวขาวมื้อกลางวัน ทุกวัน พบว่ามีคะแนนต่ำสุดของการปฏิบัติทุกครั้ง คือ ร้อยละ 36.8 ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ร้อยละ 33.6 และไม่มีการปฏิบัติ ร้อยละ 29.6 คะแนนเฉลี่ย 2.07 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.815 ซึ่งเป็นความถี่ของการปฏิบัติที่มีคะแนนต่ำสุด

3.4.2 การวิเคราะห์ระดับปฏิบัติของครู ต่อการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน โดยการวิเคราะห์ ระดับของการปฏิบัติ 3 ระดับ คือ ระดับมีการปฏิบัติมาก มีการปฏิบัติปานกลาง และ มีการปฏิบัติน้อย ดังตารางที่ 20

ตารางที่ 4.20 ระดับปฏิบัติต่อการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

ระดับของการปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ
มีการปฏิบัติมาก	69	55.2
มีการปฏิบัติปานกลาง	45	36.0
มีการปฏิบัติน้อย	11	8.8

$$\bar{X} = 22.69 \quad SD = 3.86 \quad \text{Min} = 13 \quad \text{Max} = 27$$

จากตารางที่ 4.20 การปฏิบัติของครูต่อ บทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการ ป้องกันภาวะโภชนาการเกิน การวิเคราะห์ระดับการปฏิบัติ 3 ระดับ พบว่า การจัดอาหารกลางวัน สำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ระดับมีการปฏิบัติมากที่สุด ร้อยละ 55.2 ระดับ มีการ ปฏิบัติระดับปานกลาง ร้อยละ 36.0 และ มีการปฏิบัติ ระดับน้อย ร้อยละ 8.8 คะแนนเฉลี่ย 22.69 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.86 คะแนนต่ำสุด 13 คะแนนสูงสุด 27

3.5 ระดับการปฏิบัติของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

โดยวิเคราะห์ภาพรวมของระดับการปฏิบัติของครู ต่อการป้องกันภาวะโภชนาการทั้ง 4 ด้าน ประกอบด้วย บทบาทการดำเนินงานระบบป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน บทบาทการเฝ้า ระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน บทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพและบทบาท การ จัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ทั้ง 3 ระดับคือ มีการปฏิบัติมาก มีการปฏิบัติปานกลาง และมีการปฏิบัติน้อย ดังตารางที่ 4.21

ตารางที่ 4.21 ระดับการปฏิบัติของครู ต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

ระดับของการปฏิบัติ	จำนวน	ร้อยละ	คะแนนเฉลี่ย/SD
มีการปฏิบัติมาก	65	52.0	$\bar{X} = 2.35$
มีการปฏิบัติปานกลาง	49	39.2	SD=0.655
มีการปฏิบัติน้อย	11	8.8	

$\bar{X} = 120.52$ SD = 14.94 Min = 74 Max = 141

จากตารางที่ 4.21 ระดับการปฏิบัติของครู ต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ตามบทบาท ทั้ง 4 ด้าน ประกอบด้วย บทบาทการดำเนินงานระบบป้องกันภาวะโภชนาการของ นักเรียน บทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน บทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริม สุขภาพ และ บทบาทของครูต่อการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการ เกิน พบว่า ครูมีการปฏิบัติ ระดับมาก ร้อยละ 52.0 มีการปฏิบัติปานกลาง ร้อยละ 39.2 และ มีการ ปฏิบัติน้อย ร้อยละ 8.8 คะแนนเฉลี่ย 120.52 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 14.94 คะแนนต่ำสุด 74 คะแนนสูงสุด 141 โดย คะแนนเฉลี่ยความถี่การปฏิบัติ 2.35 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.655

ตอนที่ 4 การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

4.1 ความสัมพันธ์ระหว่าง คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง กับบทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ทดสอบด้วยสถิติ Chi – Square – Test ได้แก่คุณลักษณะ ดังนี้
ระยะเวลาปฏิบัติงาน การได้รับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ และ ระยะเวลาครั้งสุดท้ายที่เข้าอบรมหรือเข้าร่วมประชุมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการในเด็ก กับบทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ดังตารางที่ 4.22- 4.24

ตารางที่ 4. 22 ความสัมพันธ์ระหว่างระยะเวลาการปฏิบัติงานของครู กับบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

ระยะเวลาปฏิบัติงาน (ปี)	ระดับของการปฏิบัติ			รวม	X ²
	ปฏิบัติมาก	ปฏิบัติปานกลาง	ปฏิบัติน้อย		
1-10 ปี	44 (35.2)	32(25.6)	9(7.2)	85(68.0)	1.976,df 4
11-20 ปี	12 (9.6)	10(8.0)	2(1.6)	24(19.2)	
21 ปีขึ้นไป	9 (7.2)	7(5.6)	0	16(12.8)	
รวม	65(52.0)	49(39.2)	11(8.8)	125(100)	

p ≤ 0.05

จากตารางที่ 4.22 การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่าง ระยะเวลาการปฏิบัติงาน กับบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่า ส่วนใหญ่ครูที่มีอายุการทำงาน ระหว่าง 1-10 ปี มีการปฏิบัติตามบทบาทในการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับปฏิบัติมาก ร้อยละ 35.2 ระดับ ปฏิบัติปานกลาง ร้อยละ 25.6 ในขณะที่ครู มีอายุการทำงาน ระหว่าง 11-20 ปี พบว่าระดับปฏิบัติมาก ร้อยละ 9.6 และ อายุการทำงานตั้งแต่ 21 ปีขึ้นไป มีการปฏิบัติตามบทบาทมาก เพียง ร้อยละ 7.2 โดย ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($\chi^2 = 1.976, P \leq 0.05$) ดังนั้น ระยะเวลาการปฏิบัติงานของครู ไม่มีผลต่อการปฏิบัติต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

ตารางที่ 4.23 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการอบรม กับระดับการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

การได้รับการอบรม เกี่ยวกับภาวะโภชนาการ	ระดับของการปฏิบัติ			รวม	X ²
	ปฏิบัติมาก	ปฏิบัติปานกลาง	ปฏิบัติน้อย		
ไม่เคยรับการอบรม	41(32.8)	27(21.6)	8 (6.4)	76(68.0)	1.465df 4
เคยรับการอบรม	24 (19.2)	22(17.6)	3(2.4)	49(19.2)	
รวม	65(52.0)	49(47.2)	11(8.8)	125(100)	

$p \leq 0.05$

จากตารางที่ 4.23 การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ กับระดับการปฏิบัติของครูต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่าครูที่ไม่เคยเข้ารับการอบรมมีการปฏิบัติตามบทบาทในระดับมาก ร้อยละ 32.8 และระดับปานกลาง ร้อยละ 21.6 ในขณะที่ครูที่เคยเข้ารับการอบรม มีการปฏิบัติตามบทบาทในระดับมากเพียงร้อยละ 19.2 โดย ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($\chi^2 = 1.465$, $p \leq 0.05$) ดังนั้นครูที่เคยเข้ารับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการของนักเรียน ไม่มีผลกับการปฏิบัติ ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

ตารางที่ 4.24 ความสัมพันธ์ระหว่าง ระยะเวลาที่เข้าอบรมหรือร่วมประชุมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการในเด็กครั้งสุดท้าย กับระดับการปฏิบัติของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

ระยะเวลาเข้าอบรมครั้งสุดท้าย	ระดับของการปฏิบัติ			รวม	X ²
	มีบทบาทมาก	มีบทบาทปานกลาง	มีบทบาทน้อย		
ภายในหนึ่งปี	7 (8.2)	11(12.8)	1(1.2)	19(22.2)	4.727, df 4
1- 2 ปี	8 (9.3)	4(4.7)	2(2.3)	14(16.3)	
มากกว่า 2 ปี	28 (32.6)	21(24.4)	4(4.7)	53(19.2)	
รวม	43(50.1)	36(41.9)	7(8.2)	86(100)	

$p \leq 0.05$

จากตารางที่ 4.24 การทดสอบความสัมพันธ์ระหว่าง ระยะเวลาที่เข้าอบรมหรือร่วมประชุมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการในเด็กครั้งสุดท้าย กับการปฏิบัติของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่า ครูที่เคยเข้ารับการอบรมมากกว่า 2 ปี ขึ้นไป มีการปฏิบัติตามบทบาทในระดับมาก ร้อยละ 32.6 ระดับปานกลาง ร้อยละ 24.4 แต่ครูที่เข้ารับการอบรม ภายใน 1 ปี มีการปฏิบัติต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ระดับมาก เพียง ร้อยละ 8.2 และระดับปานกลาง ร้อยละ 12.8 ครูที่ เข้ารับการอบรม ภายใน 1-2 ปี มีการปฏิบัติ ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ระดับมาก เพียง ร้อยละ 9.3 และระดับปานกลาง ร้อยละ 4.7 ดังนั้น ระยะเวลาในการเข้ารับการอบรมเป็นเวลามากกว่า 2 ปี มีผลต่อการปฏิบัติ ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\chi^2 = 4.727, P \leq 0.05$)

4.2 การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ด้วยสถิติ Pearson Product Moment Correlation โดยการวิเคราะห์

4.2.1 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน

4.2.2 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ทั้ง 4 ด้าน กับบทบาทของครู ต่อการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน

4.2.3 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้าน โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของนักเรียน

4.2.4 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม กับบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนโรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานดังตารางที่ 4.25 – 4.28

ตารางที่ 4.25 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม กับการปฏิบัติของครูต่อระบบ
การป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน

ปัจจัย	การปฏิบัติตามระบบป้องกันภาวะโภชนาการ	
	R	p-value
แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน	0.520	0.000*
แรงสนับสนุนด้านอารมณ์	0.412	0.000*
แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร	0.512	0.000*
แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ	0.526	0.000*
แรงสนับสนุนด้านการประเมินผลงาน	0.511	0.000*

หมายเหตุ * $p \leq 0.05$

จากตารางที่ 4.25 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน กับการปฏิบัติของครู ต่อระบบป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยการวิเคราะห์แรงสนับสนุนทางสังคมทั้ง 4 ด้าน คือแรงสนับสนุนด้านอารมณ์ แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ และ แรงสนับสนุนด้านการประเมิน พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนโดยรวมทุกด้าน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.52 ที่ระดับ 0.05 เมื่อวิเคราะห์แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนแต่ละด้าน กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ทางบวกทุกตัวแปร กล่าวคือ ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ในการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทตามระบบป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.412 ที่ระดับ 0.05 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้าน ข้อมูลข่าวสาร กับการปฏิบัติตามระบบป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.512 ที่ระดับ 0.05 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้าน การสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ กับการปฏิบัติตามระบบป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.526 ที่ระดับ 0.05 และ ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน กับการปฏิบัติตามระบบป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.511 ที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.26 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ทั้ง 4 ด้าน กับการ
 ใฝ่ระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน

ปัจจัย	การใฝ่ระวังภาวะโภชนาการ	
	R	p-value
แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน	0.333	0.000*
แรงสนับสนุนด้านอารมณ์	0.249	0.005*
แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร	0.353	0.000*
แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ	0.341	0.000*
แรงสนับสนุนด้านการประเมิน	0.317	0.000*

หมายเหตุ * $p \leq 0.05$

จากตารางที่ 4.26 แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนทั้ง 4 ด้าน คือแรงสนับสนุนด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร ด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ และ ด้านการประเมิน มีความสัมพันธ์ทางบวก กับบทบาทการดำเนินงานใฝ่ระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.333 ที่ระดับ 0.05 เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมแต่ละด้าน กับการดำเนินงานใฝ่ระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่า ความสัมพันธ์ในทางบวกเช่นกัน คือ แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ จากผู้บริหารโรงเรียน กับการดำเนินงานใฝ่ระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.333 ที่ระดับ 0.05 ด้านข้อมูลข่าวสาร กับการดำเนินงานใฝ่ระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.353 ที่ระดับ 0.05 ด้านการสนับสนุนเครื่องมือ หรือสิ่งของ กับการดำเนินงานใฝ่ระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.353 ที่ระดับ 0.05 และ แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ที่ครูได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน กับการดำเนินงานใฝ่ระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.317 ที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.27 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

ปัจจัย	การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ			
	ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย		ด้านการออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ	
	r	p-value	r	p-value
แรงสนับสนุนด้านอารมณ์	0.262	0.003*	0.344	0.000*
แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร	0.388	0.000*	0.441	0.000*
แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ	0.431	0.000*	0.472	0.000*
แรงสนับสนุนด้านการประเมิน	0.378	0.000*	0.433	0.000*

หมายเหตุ 1) แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ($r = 0.466^*$ และ $p\text{-value} = 0.000$)

2)* $p \leq 0.05$

จากตารางที่ 4.27 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ทั้งสององค์ประกอบ คือ องค์ประกอบด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย องค์ประกอบด้านการออกกำลังกาย กีฬา และ นันทนาการของนักเรียน ผลการวิเคราะห์ พบความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.466 ที่ระดับ 0.05 เมื่อวิเคราะห์แต่ละองค์ประกอบ สรุปได้ ดังนี้

องค์ประกอบด้าน โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์=0.262 ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร พบความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์=0.388 ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย พบความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์=0.431 ที่ระดับ 0.05 และแรงสนับสนุนด้านการประเมิน จากผู้บริหารโรงเรียน กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบด้าน โภชนาการและอาหารที่ ปลอดภัย พบความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์=0.378 ที่ระดับ 0.05

องค์ประกอบด้าน การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนด้านอารมณ์ กับการดำเนินงานโรงเรียน ส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ พบความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ =0.344 ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านข้อมูล ข่าวสาร กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบด้านการออกกำลังกาย กีฬาและ นันทนาการ มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ =0.441 ที่ ระดับ 0.01 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริม สุขภาพองค์ประกอบด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมี นัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ =0.472 ที่ระดับ 0.05 และ แรงสนับสนุนด้านการ ประเมินที่ ได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพองค์ประกอบด้านการ ออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่า สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ =0.433 ที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.28 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมกับการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียน เพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

ปัจจัย	การจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียน เพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน	
	r	p-value
แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน	0.304	0.001*
แรงสนับสนุนด้านอารมณ์	0.245	0.006*
แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร	0.325	0.000*
แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ	0.306	0.001*
แรงสนับสนุนด้านการประเมิน	0.272	0.002*

หมายเหตุ * $p \leq 0.05$

จากตารางที่ 4.28 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจาก ผู้บริหารโรงเรียน กับบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน พบความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.304 ที่ระดับ 0.05 เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนแต่ละด้าน

พบว่า แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ กับบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน พบความสัมพันธ์ทางบวกอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.245 ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร กับ บทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.325 ที่ ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ กับบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.306 ที่ ระดับ 0.05 และ แรงสนับสนุนด้านการประเมินที่ครูได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน กับบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ = 0.272 ที่ ระดับ 0.05

ตอนที่ 5 การวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอน Multiple Regression Analysis

ของแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน เนื่องจากผลการวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทุกตัวแปร จึงวิเคราะห์ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติต่อบทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ประกอบด้วย การดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน การดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพองค์ประกอบด้านโภชนา การ และอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของนักเรียน บทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน โรงเรียน ดังตารางที่ 4.29-4.36

5.1 การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์การถดถอยของแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ดังตารางที่ 4.29

ตารางที่ 4.29 สัมประสิทธิ์การถดถอยของแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

ตัวแปรอิสระ	b	SE	β	T	Sig
แรงสนับสนุนด้านอารมณ์	-0.008	-	-	-0.062	0.951
แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร	0.222	-	-	1.410	0.161
แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุน เครื่องมือหรือสิ่งของ	0.350	0.051	0.526	6.860	.000*
แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ค่าคงที่	0.193 16.776	- 1.401	- -	1.071 11.976	0.286 0.000
R = 0.526		R² = 0.277			

P<.05*

จากตารางที่ 4.29 การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย ของแรงสนับสนุนทางสังคม ในการปฏิบัติของครู ต่อ บทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน โดยการวิเคราะห์ถดถอยด้วยวิธีการเข้าที่ละตัว พบว่า เมื่อนำตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ทั้ง 4 ด้านมาพยากรณ์ การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่า สามารถพยากรณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม โดยส่งผลต่อบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน โดยมีค่า R = 0.526 ซึ่งสามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปรบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนได้ = 27.7 % ($R^2 = 0.277$) และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย ในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) พบว่า ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ สมการที่ 3 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ (Beta = 0.350) ส่วนสมการที่ 1 แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ สมการที่ 2 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และ สมการที่ 4 แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงาน ตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน เนื่องจากมีนัยสำคัญทางสถิติ F-test ที่ระดับมากกว่า 0.100

5.2 การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยการสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ดังตารางที่ 4.30

ตารางที่ 4.30 สัมประสิทธิ์การถดถอยการสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน

ตัวแปรอิสระ	b	SE	β	t	p-value
แรงสนับสนุนด้านอารมณ์	-0.138	-	-	-0.915	0.362
แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร	0.190	0.045	0.353	4.186	0.000*
แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ	0.137	-	-	0.782	0.436
แรงสนับสนุนด้านการประเมิน	0.048	-	-	0.286	0.775
ค่าคงที่	17.795	1.393	-	12.777	0.000
R = 0.353		R² = 0.125			

P<.05

จากตารางที่ 4.30 การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ของระดับแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครู ในการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยการวิเคราะห์ถดถอยด้วยวิธีการเข้าที่ละตัว พบว่า เมื่อนำตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ทั้ง 4 ด้านมาพยากรณ์ การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่าสามารถพยากรณ์ แรงสนับสนุนทางสังคม โดยส่งผลต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยมีค่า $R=0.353$ ซึ่งสามารถอธิบายการผันแปรตัวแปรบทบาทของครูในการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ได้ = 12.5 % ($R^2 = 0.125$) และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย ในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) พบว่า ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทในการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ได้แก่ สมการที่ 2 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Beta = 0.190) ส่วนสมการที่ 1แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ สมการที่ 3 แรงสนับสนุนด้านเครื่องมือหรือสิ่งของ และ สมการที่ 4 แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน เนื่องจากมีนัยสำคัญทางสถิติ F-test ที่ระดับมากกว่า 0.100

5.3 การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์การถดถอยของแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ดังตารางที่ 4.31

ตารางที่ 4.31 สัมประสิทธิ์การถดถอยพหุแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

ตัวแปรอิสระ	b	SE	β	t	p-value
แรงสนับสนุนด้านอารมณ์	-0.149	-	-	-1.177	0.241
แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร	0.097	-	-	0.601	0.549
แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ	0.640	0.099	0.505	6.485	0.000*
แรงสนับสนุนด้านการประเมิน	0.017	-	-	-0.090	0.928
ค่าคงที่	30.977	2.708	-	11.440	0.000
R=0.505		R ² =0.255			

P<.05

จากตารางที่ 4.31 การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย แรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของนักเรียน โดยการวิเคราะห์ถดถอยด้วยวิธีการเข้าที่ละตัว เมื่อนำตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ทั้ง 4 ด้านมาพยากรณ์ พบว่า สมการที่ 3 แรงสนับสนุนทางสังคม ด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ ส่งผล ต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้าน โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของนักเรียนได้ โดยมีค่า R = 0.505 ซึ่งสามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปรบทบาทของครูในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพได้ = 22.5 % (R² = 0.255) และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย ในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) พบว่า ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ สมการที่ 3 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ (Beta = 0.640) ส่วนสมการที่ 1 แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ สมการที่ 2 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และ สมการที่ 4 แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพเนื่องจากมีนัยสำคัญทางสถิติ F-test ที่ระดับมากกว่า 0.100

5.4 การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์การถดถอย ของแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครู
ในการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ดังตารางที่ 4.32

ตารางที่ 4.32 สัมประสิทธิ์การถดถอย ของแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการจัด
อาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

ตัวแปรอิสระ	b	SE	β	t	p-value
แรงสนับสนุนด้านอารมณ์	-0.077	-	-	-0.505	0.614
แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร	0.184	0.048	0.325	3.814	0.000*
แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุน เครื่องมือหรือสิ่งของ	0.093	-	-	0.527	0.599
แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ค่าคงที่	-0.034 17.201	- 1.476	- -	-0.199 11.658	0.842 0.000
R = 0.325	R² = 0.106				

P<.05

จากตารางที่ 4.32 การวิเคราะห์ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย แรงสนับสนุนทางสังคม ต่อ
บทบาทของครูในการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน โดยการ
วิเคราะห์ถดถอยด้วยวิธีการเข้าที่ละตัว พบว่า เมื่อนำตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ทั้ง 4 ด้านมา
พยากรณ์ พบว่า สมการที่ 2 แรงสนับสนุนทางสังคม ด้านข้อมูลข่าวสาร ส่งผลต่อบทบาทของครูใน
การจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกินได้ โดยมีค่า R = 0.325
สามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปรบทบาทของครูในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพได้ =
10.6 % (R² = 0.106) และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย ในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta)
พบว่า ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับ
นักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ได้แก่ สมการที่ 2 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Beta =
0.184) ส่วนสมการที่ 1 แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ สมการที่ 3 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุน
เครื่องมือ หรือสิ่งของ และ สมการที่ 4 แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของครู
ต่อบทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เนื่องจากมีนัยสำคัญทางสถิติ F - test ที่ระดับ
มากกว่า 0.100

ตอนที่ 6 แรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

6.1 การวิเคราะห์ระดับความคิดเห็นของแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านลักษณะงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างครูด้วยกัน ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ และด้านสภาพการทำงาน ดังตารางที่ 4.33

ตารางที่ 4.33 ระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

ปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงาน	ระดับของความคิดเห็น					ค่าเฉลี่ย	SD
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยอย่าง มาก	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย		
ด้านลักษณะงานการป้องกันภาวะโภชนาการ							
1. การปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนเป็นงานที่ต้องใช้ทั้งความรู้ความสามารถ และประสบการณ์	59 (47.2)	53 (42.4)	13 (10.4)	0	0	4.37	0.666
2. ครูผู้ปฏิบัติงาน ต้องมีความอดทนและเข้าใจถึงจิตวิทยาของเด็กวัย เรียน	50 (40.0)	58 (46.4)	17 (13.6)	0	0	4.26	0.686
3. ท่านเห็นด้วยในการทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน	35 (28.0)	73 (58.4)	15 (12.0)	2 (1.6)	0	4.13	0.672
4. ท่านเห็นว่า การแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนได้ใช้ความรู้ความสามารถเต็มที่	44 (35.2)	55 (44.0)	24 (19.2)	2 (1.6)	0	4.13	0.772
5. การแก้ปัญหาภาวะโภชนาการ ที่หลากหลายช่วยให้เกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์	62 (49.6)	44 (35.2)	17 (13.6)	2 (1.6)	0	4.33	0.770

ตารางที่ 4.33 ระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (ต่อ)

ปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงาน	ระดับของความคิดเห็น					ค่าเฉลี่ย	SD
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยอย่าง มาก	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย		
6. ท่านเห็นว่าการป้องกันภาวะโภชนาการเป็นงานที่น่าสนใจและท้าทายความสามารถ	43 (34.4)	45 (36.0)	35 (28.0)	2 (1.6)	0	4.03	0.832
7. ท่านมีความกระตือรือร้นในการทำงานให้มีประสิทธิภาพ	47 (37.6)	53 (42.4)	25 (20.0)	0	0	4.18	0.741
ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน							
1. ครูมีการพูดคุยทักทาย และปรึกษาหารือระหว่างกัน	46 (36.8)	72 (57.6)	7 (5.6)	0	0	4.31	0.574
2. ท่านทำงานร่วมกับครูท่านอื่นได้เป็นอย่างดี	42 (33.6)	68 (54.4)	15 (12.0)	0	0	4.22	0.642
3. การทำงานระหว่างครูด้วยกันมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน	50 (40.0)	51 (40.8)	22 (17.6)	2 (1.6)	0	4.19	0.780
4. ผู้ร่วมงานให้เกียรติและเคารพซึ่งกันและกัน	46 (36.8)	57 (45.6)	22 (17.6)	0	0	4.19	0.715
5. ครูมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างกัน	46 (36.8)	59 (47.2)	20 (16.0)	0	0	4.21	0.699
6. ครูทุกคนร่วมกันทำงานให้เกิดความสำเร็จลุล่วงด้วยดี	42 (33.6)	67 (53.6)	15 (12.0)	1 (0.8)	0	4.19	0.704
ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ							
1. ผู้ปกครองนักเรียนมักขอคำปรึกษาเรื่องภาวะโภชนาการของนักเรียนจากท่าน	15 (12.0)	62 (49.6)	32 (25.6)	13 (10.4)	3 (2.4)	3.58	0.917

ตารางที่ 4.33 ระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (ต่อ)

ปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงาน	ระดับของความคิดเห็น					ค่าเฉลี่ย	SD
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยอย่าง มาก	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย		
2. ท่านได้รับความร่วมมือจาก ผู้ปกครองในการแก้ปัญหา ภาวะโภชนาการของนักเรียน	11 (8.8)	56 (44.8)	44 (35.2)	10 (8.0)	4 (3.2)	3.48	0.885
3. ท่านได้รับการยอมรับใน ความสามารถจากผู้ร่วมงาน	17 13.6)	68 (54.4)	28 (22.4)	9 (7.2)	3 (2.4)	3.70	0.882
4. ท่านได้รับการยอมรับนับถือ จาก ผู้ปกครองนักเรียน ที่มา ขอปรึกษาภาวะโภชนาการ	18 (14.4)	69 (55.2)	24 (19.2)	12 (9.6)	2 (1.6)	3.71	0.887
ด้านสภาพการทำงาน							
1. ลักษณะสถานที่ทำงานเป็นสัดส่วน มีความพร้อมในการ ทำงาน	33 (26.4)	48 (38.4)	42 (33.6)	2 (1.6)	0	3.90	0.811
2. มีความพร้อมของอุปกรณ์ เครื่องมือเครื่องใช้ในการ ทำงานป้องกันภาวะโภชนา การของนักเรียน	14 (11.2)	52 (41.6)	59 (47.2)	0	0	3.64	0.677
3. ลักษณะสิ่งแวดล้อมของการ ทำงานช่วยสร้างความสัมพันธ์ ที่ดีต่อเพื่อนร่วมงาน	29 (23.2)	55 (44.0)	41 (32.8)	0	0	3.90	0.745
4. สถานที่ทำงานทั้งภายในและ ภายนอกอาคาร สะอาด สวยงาม	36 (28.8)	56 (44.8)	33 (26.4)	0	0	4.02	0.746

ตารางที่ 4.33 ระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (ต่อ)

ปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงาน	ระดับของความคิดเห็น					ค่าเฉลี่ย	SD
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยอย่างมาก	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย		
5. บรรยากาศ และ สิ่งแวดล้อม ช่วยกระตุ้นให้เกิดความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพ	35 (28.0)	54 (43.2)	36 (28.8)	0	0	3.99	0.757

จากตารางที่ 4.33 การวิเคราะห์แรงจูงใจของครูในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ทั้ง 4 ด้าน พบว่า ด้านลักษณะงานการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ส่วนใหญ่เห็นด้วยมากที่สุด ว่าการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการที่มีความหลากหลาย ช่วยให้เกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ร้อยละ 49.6 คะแนนเฉลี่ย 4.33 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.770 พบว่าการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนเป็นงานที่ต้องใช้ทั้งความรู้ความสามารถและประสบการณ์ ร้อยละ 49.2 คะแนนเฉลี่ย 4.37 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.666 นอกจากนี้ เห็นว่า ครูผู้ปฏิบัติงานต้องมีความอดทนและความเข้าใจถึงจิตวิทยาของเด็กวัยเรียน ครูเห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 40.0 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 46.4 คะแนนเฉลี่ย 4.26 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.686 สำหรับความรู้สึกมีความกระตือรือร้นในการทำงานให้มีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล เห็นด้วยอย่างมาก 42.4 มากที่สุด ร้อยละ 37.6 คะแนนเฉลี่ย 4.18 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.741 สำหรับความคิดเห็นว่าเป็นงานที่น่าสนใจ และท้าทาย เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 34.4 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 36.0 และเห็นด้วย ร้อยละ 28.0 คะแนนเฉลี่ย 4.03 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.832

ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน พบว่า การทำงานระหว่างครูด้วยกันมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 40.0 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 40.8 คะแนนเฉลี่ย 4.19 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.780 มีการพูดคุย และปรึกษาหารือระหว่างครูด้วยกัน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 36.8 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 57.6 คะแนนเฉลี่ย 4.31 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.574 ผู้ร่วมงานมีการให้เกียรติและเคารพซึ่งกันและกัน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 36.8 และเห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 45.6 คะแนนเฉลี่ย 4.19 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.780 การมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูด้วยกัน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 36.8 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 47.2 คะแนนเฉลี่ย 4.21 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.699

และครูทุกคนสามารถร่วมกันทำงานให้เกิดความสำเร็จ ลุ่่วงด้วยดี โดยครูเห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 33.6 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 53.6 คะแนนเฉลี่ย 4.19 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.704

ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ พบว่า การขอคำปรึกษาของผู้ปกครองนักเรียน เรื่องภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับเห็นด้วยมากที่สุด เพียงร้อยละ 12.0 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 49.6 คะแนนเฉลี่ย 3.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.917 การได้รับการยอมรับนับถือจากผู้ปกครองนักเรียน ที่มาขอปรึกษาเรื่องภาวะโภชนาการ เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 14.4 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 55.2 คะแนนเฉลี่ย 3.71 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.887 และการได้รับการยอมรับในความสามารถจากผู้ร่วมงาน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 13.6 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 54.4 คะแนนเฉลี่ย 3.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.882 ด้านความร่วมมือจากผู้ปกครองในการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่า ระดับเห็นด้วยมากที่สุด เพียงร้อยละ 8.8 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 44.8 คะแนนเฉลี่ย 3.48 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.885

ด้านสภาพการทำงาน สถานที่ทำงานทั้งภายในและภายนอกอาคาร สะอาดสวยงาม เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 28.8 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 44.8 คะแนนเฉลี่ย 4.02 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.746 บรรยากาศ และ สิ่งแวดล้อม ช่วยกระตุ้นให้เกิดความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพ เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 28.0 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.99 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.757 ลักษณะสถานที่ทำงานเป็นสัดส่วนและมีความพร้อมในการปฏิบัติงาน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 26.4 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 38.4 คะแนนเฉลี่ย 3.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.811 ลักษณะสิ่งแวดล้อมของการทำงานช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนร่วมงาน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 23.2 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 44.0 คะแนนเฉลี่ย 3.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.745 ความพร้อมของอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ ในการทำงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนเห็นด้วยมากที่สุดเพียง ร้อยละ 11.2 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 41.6 คะแนนเฉลี่ย 3.64 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.677

6.2 การวิเคราะห์ระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านลักษณะงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ ด้านสภาพการทำงาน ดังตารางที่ 4.34

ตารางที่ 4.34 ระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (ทั้ง 4 ด้าน)

แรงจูงใจ	\bar{X}	SD	ระดับ
			แรงจูงใจ
ด้านลักษณะงาน	4.20	0.742	มาก
ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน	4.22	0.688	มาก
ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ	3.62	0.895	มาก
ด้านสภาพการทำงาน	3.89	0.758	มาก

จากตารางที่ 4.34 ระดับแรงจูงใจของครูในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนพบว่าอยู่ในระดับมากทั้ง 4 ด้าน กล่าวคือ ด้านลักษณะงาน คะแนนเฉลี่ย 4.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.742 ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน คะแนนเฉลี่ย 4.22 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.688 ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ คะแนนเฉลี่ย 3.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.895 และด้านสภาพการทำงาน คะแนนเฉลี่ย 3.89 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.758

6.3 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (รวมทั้ง 4 บทบาท) ดังตารางที่ 4.35

ตารางที่ 4.35 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (รวมทั้ง 4 บทบาท)

ปัจจัย	การปฏิบัติของครูที่มีต่อการป้องกัน ภาวะโภชนาการเกิน	
	R	p-value
ด้านลักษณะงาน	0.016	0.861
ด้านสัมพันธภาพ	0.039	0.669
ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ	0.050	0.578
ด้านสภาพการทำงาน	0.105	0.243

$P < .05$

จากตารางที่ 4.35 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบความสัมพันธ์ทางบวก อย่างไม่มีนัยสำคัญ ทั้ง 4 ด้าน กล่าวคือด้านลักษณะงาน $r = 0.016$ ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างครูและผู้ร่วมงาน $r = 0.039$ ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ $r = 0.050$ และสภาพการทำงาน $r = 0.105$

6.4 การวิเคราะห์การถดถอยพหุแบบขั้นตอน Multiple Regression Analysis ของแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ไม่ได้วิเคราะห์ เนื่องจากความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู ไม่มีนัยสำคัญทั้ง 4 ด้าน

ตอนที่ 7 บทบาทของครูในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน

บทบาทของครู ในการช่วยเหลือนักเรียน ที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการ เป็นคำถามปลายเปิด รวม 3 ข้อ จากจำนวนกลุ่มตัวอย่าง 125 คน มีผู้ตอบแบบสอบถาม แต่ละข้อ ดังนี้

1. กลวิธีที่ครูใช้ในการวางแผนการลดน้ำหนักนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน จำนวนผู้ตอบ 85 คน คิดเป็นร้อยละ 68

2. วิธีการขอความร่วมมือจากผู้ปกครอง ในการจัดหาอาหารให้นักเรียนรับประทานที่บ้าน เพื่อควบคุมน้ำหนักให้ประสบความสำเร็จ จำนวนผู้ตอบ 54 คน คิดเป็นร้อยละ 43.2

3. เทคนิค และวิธีการเพื่อให้ได้รับความร่วมมือจากนักเรียน กลุ่มเสี่ยง หรือภาวะโภชนาการเกิน ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยการให้ลดกิจกรรม ที่เคลื่อนไหวร่างกายน้อย และกิจกรรมที่นั่งอยู่กับที่เป็นเวลานาน ๆ เช่น ดูโทรทัศน์ เล่นเกมกด เกมคอมพิวเตอร์ จำนวนผู้ตอบ 73 คน คิดเป็นร้อยละ 53.4

ตารางที่ 4.36 บทบาทของครูในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน

1. กลวิธี ที่ครูใช้ในการวางแผนการลดน้ำหนักนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน	จำนวน	ร้อยละ
1. กระตุ้นให้นักเรียนออกกำลังกาย เช่น วิ่งในตอนเช้า หรือ ตื่นแอโรบิค ก่อนเข้าเรียน ไม่น้อยกว่า 3 ครั้ง ต่อสัปดาห์	46	54.1
2. ให้ความรู้ด้านโภชนาการ/ความเสี่ยงโรคอ้วน โดยการบูรณาการในรายวิชาที่มีความสัมพันธ์กัน	25	29.4
3. ควบคุมอาหารกลางวันของนักเรียน เช่น ลดอาหารทอด และอาหารที่มีรสหวาน	10	11.8

ตารางที่ 4.36 บทบาทของครูในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน (ต่อ)

1. กลวิธี ที่ครูใช้ในการวางแผนการลดน้ำหนักนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน	จำนวน	ร้อยละ
4. สร้างความตระหนัก/ความเข้าใจ/การมีส่วนร่วมของนักเรียน	3	3.5
5. แจ้งผู้ปกครองให้ทราบและขอความร่วมมือช่วยเหลือ การจัดหาอาหารให้นักเรียน รับประทานที่บ้านให้เหมาะสม	1	1.2
รวม	85	100.0
2. การขอความร่วมมือผู้ปกครอง ในการจัดหาอาหารให้นักเรียนรับประทานที่บ้านเพื่อควบคุมน้ำหนักให้ประสบความสำเร็จ	จำนวน	ร้อยละ
1. เชิญผู้ปกครองพบ และพูดคุยให้ความรู้/จัดประชุมผู้ปกครอง เพื่อขอความร่วมมือในการแก้ไขปัญหาการ	38	70.4
2. ทำหนังสือแจ้งผู้ปกครอง ให้ช่วยเหลือ และจัดหาอาหารเพื่อควบคุมน้ำหนักขณะอยู่ที่บ้าน	14	25.9
รวม	54	100.0
3. เทคนิค วิธีการ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนักเรียนกลุ่มเสี่ยงหรือมีภาวะโภชนาการเกิน โดยการให้ลดกิจกรรม ประเภทที่นั่งอยู่กับที่นาน ๆ เคลื่อนไหวร่างกายน้อย เช่น ดูโทรทัศน์ เล่นเกมกด เกมคอมพิวเตอร์ เพื่อให้ได้รับความร่วมมือ โดย		
1. ส่งเสริมการออกกำลังกาย จัดเวลาให้ออกกำลังกาย	38	52.1
2. หากิจกรรมเสริมอื่นๆ ที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายเช่น ให้ช่วยเหลืองานบ้าน ปลูกต้นไม้ ช่วยซื้อของ	18	24.7
3. จัดประชุม/อบรมชี้แจงถึงผลกระทบ และให้คำแนะนำรายบุคคล	13	17.8
4. ขอความร่วมมือจากผู้ปกครอง ควบคุมเวลาในการเล่น เกม และให้ทำบันทึกพฤติกรรมประจำวัน	3	4.2
5. จัดหาสื่อในการสอน เกี่ยวกับประโยชน์ของการออกกำลังกาย วิธีการควบคุมน้ำหนักที่น่าสนใจ	1	1.4
รวม		100.0

**ตอนที่ 8 ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะของครูต่อการดำเนินงานป้องกันภาวะโภชนาการ
ของนักเรียน**

ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะของครูในการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนซึ่งเป็น
คำถามปลายเปิด จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 125 คน มีผู้ตอบข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะ ดังนี้

ข้อคิดเห็น 21 คน คิดเป็นร้อยละ 16.8

ข้อเสนอแนะ 28 คน คิดเป็นร้อยละ 22.4

ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ข้อคิดเห็น

1. การดำเนินงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนต้องได้รับการสนับสนุนและ ความร่วมมือจากทุกฝ่าย ทั้งผู้บริหาร และผู้ปกครองนักเรียน	46.62
2. การควบคุมอาหาร อาจไม่ได้ผลเพราะนักเรียน ยังมีความต้องการอาหารที่ตนชอบ	14.29
3. ควรเชิญชวนให้นักเรียนออกกำลังกายหลังเลิกเรียน	14.29
4. เห็นด้วยกับการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการ เพราะปัจจุบันเด็กมีน้ำหนักเกินเกณฑ์ มากขึ้นหรือเป็นโรคอ้วนมากขึ้น	9.52
5. คิดว่าควรมีหน่วยงานที่ให้ความสนใจในการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการอย่างทั่วถึง และจริงจัง	4.76
6. ควรควบคุมภาวะโภชนาการนักเรียนกลุ่มเสี่ยง	4.76
7. ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนส่วนใหญ่เกิดจากที่บ้าน จากการเลี้ยงดูที่บ้าน การละเลยไม่ดูแลพฤติกรรมบริโภคอาหาร กิจกรรมอยู่กับที่ เป็นเวลานาน	4.76
รวม	100

ข้อเสนอแนะ

1. ให้มีการจัดอบรมภาวะโภชนาการ ให้กับนักเรียน และผู้ปกครอง	33.33
2. หาวิธีทำให้ทุกฝ่ายตระหนักถึงปัญหาและเห็นความสำคัญของโภชนาการเพื่อจะได้ ให้ความร่วมมือในการแก้ปัญหา	20.00
3. ควรดำเนินการอย่างต่อเนื่อง	20.00
4. ให้มีการควบคุมการขายอาหารของแม่ค้าในโรงเรียนให้เป็นอาหาร ถูกสุขลักษณะ โดยขอความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขช่วยตรวจสอบ	13.33
5. จัดให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง จัดกิจกรรมในโรงเรียน เน้นการแก้ไขปัญหาที่ ผู้ปกครอง/ความร่วมมือ ของผู้ปกครอง	13.33

6. การคัดแยกนักเรียนกลุ่มเสี่ยงเพื่อเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ	6.67
รวม	100

ส่วนที่ 2 แบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน

การวิเคราะห์ แบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียนระดับประถมศึกษา โดยวิเคราะห์ ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน ระดับภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยใช้น้ำหนักและส่วนสูงเป็นเกณฑ์และ ภาวะโภชนาการของนักเรียนตามระดับชั้นเรียน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 การวิเคราะห์ ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน ตามแบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน โรงเรียนวัดบางขนุน จำนวน 31 คน ดังตารางที่ 4.37

ตารางที่ 4.37 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	14	45.0
หญิง	17	55.0
รวม	31	
อายุ		
9 ปี	6	19.0
10 ปี	7	22.6
12 ปี	9	29.0
13 ปี	4	12.0
น้ำหนัก		
20-29 กก	8	25.8
30-39 กก	11	35.5
40-49 กก	9	29.0
50-59 กก	1	3.2

ตารางที่ 4.37 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	จำนวน (คน)	ร้อยละ
60-70 กก	2	6.4
ส่วนสูง		
120-129 ซม.	4	12.0
130-139 ซม.	13	41.9
140-149 ซม.	7	22.6
150-159 ซม.	5	16.1
160-168 ซม.	2	6.4

จากตารางที่ 4.37 การวิเคราะห์ ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนโรงเรียนวัดบางขนุน จำนวน 31 คน เป็นเพศชาย ร้อยละ 45.0 และเพศหญิง ร้อยละ 55.0 นักเรียนมีอายุระหว่าง 9-13 ปี โดยอายุมากที่สุด 12 ปี ร้อยละ 29.0 รองลงมา อายุ 10 ปี ร้อยละ 22.6 อายุ 9 ปี ร้อยละ 19.0 และอายุ 13 ปี มีจำนวนน้อยที่สุด คือ ร้อยละ 12.0

2.2 ระดับภาวะโภชนาการของนักเรียน ดังตารางที่ 4.38

ตารางที่ 4.38 ระดับภาวะโภชนาการของนักเรียน

ระดับภาวะโภชนาการ	จำนวน	ร้อยละ
อ้วน	2	6.45
เริ่มอ้วน	0	0
ท้วม	4	12.90
สมส่วน	23	74.19
ค่อนข้างผอม	1	3.23
ผอม	1	3.23
รวม	31	100

จากตารางที่ 4.38 ระดับโภชนาการของนักเรียน จากการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงนักเรียน โรงเรียนวัดบางขนุน ชั้น ประถมปีที่ 4 ถึง ชั้นประถมปีที่ 6 และประเมินภาวะโภชนาการ โดยใช้เกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโตของเพศชาย และเพศหญิง (Vallop Curve) เฉพาะ น้ำหนัก และส่วนสูง

การแปลผล พบว่า นักเรียนมีภาวะสมส่วน ร้อยละ 74.19 ท้วม ร้อยละ 12.90 และนักเรียนอ้วน ร้อยละ 6.45 โดยที่ มี นักเรียนค่อนข้างผอม และผอม จำนวนเท่ากัน คือร้อยละ 3.23

2.3 ภาวะโภชนาการของนักเรียนตามระดับชั้นเรียน ดังตารางที่ 4.39

ตารางที่ 4.39 ภาวะโภชนาการของนักเรียนตามระดับชั้นเรียน

ภาวะโภชนาการ	ป. 4	ระดับชั้น ป. 5	ป. 6
อ้วน	0	0	2 (6.45)
เริ่มอ้วน	0	0	0
ท้วม	2 (6.45)	2 (6.45)	0
สมส่วน	8 (25.8)	5 (16.15)	10 (32.3)
ค่อนข้างผอม	0	0	1 (3.23)
ผอม	1 (3.23)	0	0

จากตารางที่ 4.39 ภาวะโภชนาการของนักเรียนตามระดับชั้นเรียน พบว่า นักเรียนที่มีภาวะอ้วนเป็นนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 2 คน คิดเป็น ร้อยละ 6.45 สำหรับนักเรียนที่มีภาวะท้วมจำนวน 4 คน (ร้อยละ12.90) เป็นนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 2 คน ร้อยละ 6.45 และประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 2 คน ร้อยละ 6.45 เช่นกัน ซึ่งผลการประเมินจะเห็นว่า มีนักเรียน ที่มีภาวะอ้วน และท้วมซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยง รวมทั้งสิ้น 6 คน จากจำนวนนักเรียน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 19.4

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปราย และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง โดยการนำแนวคิดทฤษฎีการสนับสนุนทางสังคม และ ทฤษฎีแรงจูงใจ มาประยุกต์ใช้ในการศึกษา ภารกิจการดูแลสุขภาพนักเรียน โดยการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน กระบวนการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และการจัดอาหารกลางวันที่เหมาะสมสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย เรื่อง บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอ บางกรวย จังหวัดนนทบุรี ในครั้งนี้ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษา การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ต่อบทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนโรงเรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน อำเภอ บางกรวย จังหวัดนนทบุรี ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง แรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน และศึกษาความสัมพันธ์ของแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน คือ ด้านลักษณะงาน ด้านสัมพันธ์ระหว่างครูด้วยกัน ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ และด้านสภาพการทำงาน

ประชากรในการศึกษา คือ ครูระดับประถมศึกษา อำเภอ บางกรวย จังหวัดนนทบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษา นนทบุรี เขต 1 รวม 10 โรงเรียน จำนวนครู 188 คน โดยคัดเลือกเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 127 คน เก็บข้อมูลได้ 125 คน และ นักเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอ บางกรวย จังหวัดนนทบุรี จำนวน 1 โรงเรียน ซึ่งมีจำนวนนักเรียน 92 คน คัดเลือกเฉพาะนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ถึง ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 รวม 31 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างของการวิจัยในครั้งนี้ ตัวแปรที่ศึกษา ประกอบด้วย ตัวแปรอิสระ คือ คุณลักษณะส่วนบุคคล แรงสนับสนุนทางสังคม และแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ตัวแปรตาม คือ บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ประกอบด้วย การดำเนินงานตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และ การจัดอาหารกลางวันที่เหมาะสมสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

วิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรมสำเร็จรูป และ วิเคราะห์เชิงเนื้อหา ซึ่งนำเสนอ ใน 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถาม ประกอบด้วย

- 1.1 การวิเคราะห์ คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
- 1.2 การวิเคราะห์ สถิติพื้นฐานแรงสนับสนุนทางสังคม บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ได้แก่ การปฏิบัติหน้าที่ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการในนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน บทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และ บทบาทของครูต่อการจัดอาหารกลางวัน สำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน
- 1.3 การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของตัวแปร แรงสนับสนุนทางสังคม และวิเคราะห์ การถดถอยพหุแบบขั้นตอน
- 1.4 การวิเคราะห์สถิติพื้นฐานแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน
- 1.5 การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของแรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน
- 1.6 การวิเคราะห์บทบาทการช่วยเหลือนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน
- 1.7 ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะ ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิด

ส่วนที่ 2 แบบประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับประถมศึกษาโดยใช้ น้ำหนัก และส่วนสูงเป็นเกณฑ์ การแปลผลระดับภาวะโภชนาการ ในการศึกษาครั้งนี้ กำหนดเฉพาะเกณฑ์ น้ำหนักมากกว่าเกณฑ์ และ น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ การแปลผลระดับภาวะโภชนาการ แบ่งเป็น 6 ระดับ ได้แก่ ภาวะอ้วน เริ่มอ้วน ท้วม สมส่วน ค่อนข้างผอม และผอม การวิเคราะห์แบ่งเป็น

- 2.1 การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน
- 2.2 ระดับภาวะโภชนาการของนักเรียน
- 2.3 ภาวะโภชนาการของนักเรียนแบ่งตามระดับชั้นเรียน

การสรุปผลการวิจัย โดยการนำเสนอตามลำดับ คือ

1. คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง
2. การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน
3. บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน
 - 3.1 การปฏิบัติของครูที่มีต่อระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน

- 3.2 การปฏิบัติของครูที่มีต่อการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน
- 3.3 การปฏิบัติของครูที่มีต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ
- 3.4 การปฏิบัติของครูที่มีต่อการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน
4. ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง กับการปฏิบัติของครูต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน
5. ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม กับการปฏิบัติของครูต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน
6. ปัจจัย (ตัวแปรอิสระ) ที่ร่วมกันทำนาย หรือพยากรณ์ตัวแปรตาม
7. แรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน
8. บทบาทของครูในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน
9. ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ
10. การประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน

5.1 ผลการวิจัยสรุป ดังนี้

5.1.1. คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่าง เป็นครู โรงเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษา นนทบุรี เขต 1 จำนวน 125 คน คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพสมรส การศึกษาสูงสุด ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน บทบาทของครูในการดำเนินงานด้านโภชนาการของนักเรียน การได้รับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ และ ระยะเวลาที่ได้เข้ารับการอบรมครั้งสุดท้าย ผลการวิเคราะห์ กลุ่มตัวอย่าง คือครูโรงเรียนระดับประถมศึกษา อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ส่วนใหญ่ เพศหญิง ร้อยละ 83.2 และเพศชาย ร้อยละ 16.8 จำนวนครูที่มีอายุมากที่สุด อายุระหว่าง 20-30 ปี ร้อยละ 40.0 รองลงมา อายุระหว่าง 31-40 ปี ร้อยละ 34.4 และอายุ 51 ปีขึ้นไป ร้อยละ 57.6 และสถานะภาพสมรส ร้อยละ 37.6 การศึกษาสูงสุด จบปริญญาตรีเป็นส่วนใหญ่ ร้อยละ 79.2 แลสูงกว่าปริญญาตรี ร้อยละ 15.2 ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน ระหว่าง 1-10 ปี มีจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 68.0 รองลงมาระยะเวลาการปฏิบัติงาน ระหว่าง 11-20 ปี ร้อยละ 19.2 ปฏิบัติงาน ระหว่าง 21-30 ปี ขึ้นไป ร้อยละ 12.8 ทั้งนี้ครูส่วนใหญ่รับหน้าที่เป็นครูประจำชั้น ร้อยละ 73.6 และ ครูที่มีบทบาทรับผิดชอบกลุ่มสาระการเรียนรู้ ร้อยละ 40 ครูอนามัยโรงเรียน ร้อยละ 5.6 นอกนั้นเป็นครู ธุรการ ครูผู้ดูแลเด็ก ครูพนักงาน

จ้าง ครูโครงการอาหารกลางวัน และบรรณารักษ์ ร้อยละ 11.2 โดยพบว่า ครูที่ได้รับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ มีเพียง ร้อยละ 39.2 ในขณะที่ไม่ได้รับการอบรม ร้อยละ 60.8 ระยะเวลาที่ได้เข้ารับการอบรม ส่วนใหญ่เป็นเวลามากกว่า 2 ปีมาแล้ว ร้อยละ 42.4 รองลงมาได้เข้ารับการอบรมภายในระยะเวลา 2 ปี ร้อยละ 11.2 เข้ารับการอบรมภายในระยะเวลา 1 ปี ร้อยละ 15.2

5.1.2. การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม จากผู้บริหารโรงเรียน

แรงสนับสนุนทางสังคมซึ่งครูได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน ประกอบด้วย การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร แรงสนับสนุนด้านเครื่องมือ หรือสิ่งของ และแรงสนับสนุนด้านการประเมิน โดยรวมทั้ง 4 ด้าน พบว่า อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 51.2 ระดับกลาง ร้อยละ 42.4 และ ระดับต่ำ ร้อยละ 6.4 คะแนนเฉลี่ย 137.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 24.93 คะแนนต่ำสุด 57 และ คะแนนสูงสุด 180 โดยคะแนนเฉลี่ยความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม 3.86 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.908 และ ผลของแรงสนับสนุนทางสังคม แต่ละด้าน ดังนี้

5.1.2.1 แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ด้านอารมณ์

ระดับของการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ 3 ระดับ คือ ระดับสูง ระดับกลาง และ ระดับต่ำ สรุปได้ดังนี้

1) แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์จากผู้บริหารโรงเรียน จากการศึกษาวิจัยพบว่า ครูได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ ระดับความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม อยู่ใน ระดับมากที่สุด และระดับมาก คือการให้ความเป็นกันเองเมื่อครูต้องการปรึกษางาน ซึ่งมีคะแนนเท่ากัน คือ ร้อยละ 44.0 คะแนนเฉลี่ย 4.30 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.721 รองลงมาคือ ให้ความสนใจ สอบถามเกี่ยวกับภาวะโภชนาการของนักเรียนเสมอ ๆ ระดับมาก ร้อยละ 52.0 คะแนนเฉลี่ย 4.06 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.711 การติดตามการทำงานด้วยความห่วงใย ความถี่ระดับมาก ร้อยละ 50.4 คะแนนเฉลี่ย 4.15 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.708 และเปิดโอกาสให้ครูได้แสดงความคิดเห็นในการทำงาน ระดับมากที่สุด ร้อยละ 33.6 ระดับมาก ร้อยละ 49.6 คะแนนเฉลี่ย 4.16 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.712 ผู้บริหารโรงเรียนสนใจสอบถามปัญหาที่เกิดจากการปฏิบัติงาน ร้อยละ 48.8 คะแนนเฉลี่ย 4.10 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.745 และ ผู้บริหารโรงเรียนให้คำแนะนำการทำงานเกี่ยวกับการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับมาก ร้อยละ 48.8 คะแนนเฉลี่ย 3.99 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.798 และพบว่าผู้บริหารให้กำลังใจครูในการแก้ไขปัญหาที่เกิดจากการดำเนินงานภาวะโภชนาการของนักเรียน ความถี่ของแรงสนับสนุน ระดับมากที่สุด ร้อยละ 32.0 ระดับมาก ร้อยละ 46.4 คะแนนเฉลี่ย 4.09 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.762

5.1.2.2 แรงแสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ด้านข้อมูลข่าวสาร

1) แรงแสนสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร รายชื่อ พบว่า แรงแสนสนับสนุนทางสังคมที่มีคะแนนสูงสุดความถี่อยู่ในระดับมาก คือผู้บริหารโรงเรียนให้ครูมีส่วนร่วมรับรู้ปัญหาของการดำเนินงานด้านโภชนาการ ร้อยละ 48.8 คะแนนเฉลี่ย 3.85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.899 เปิดโอกาสให้ครูแสดงความคิดเห็น ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ปัญหาการดำเนินงานด้านภาวะโภชนาการของนักเรียนในระหว่างครูด้วยกัน ร้อยละ 48.8 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.872 รองลงมาคือ ผู้บริหารโรงเรียนให้การสนับสนุนครูเข้ารับการอบรม เพิ่มพูนความรู้ด้าน โภชนาการจากหน่วยงานภายนอก ร้อยละ 44.8 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.033 และผู้บริหารโรงเรียน จัดให้มีการอบรมเพื่อพัฒนาองค์ความรู้ด้านโภชนาการให้กับครูทุกท่าน ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.46 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.089 มีการจัดระบบข้อมูลด้านโภชนาการเพื่อรวบรวมความรู้ในการปฏิบัติงานด้านภาวะโภชนาการ ให้ครูได้รับความสะดวกต่อการศึกษาค้นคว้า ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.952

2) ระดับของแรงแสนสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร พบว่า ผู้บริหารโรงเรียนให้การสนับสนุนข้อมูลข่าวสาร ความถี่ของการสนับสนุนอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 54.4 ระดับกลาง ร้อยละ 36.8 และ ระดับต่ำ ร้อยละ 8.8 คะแนนเฉลี่ย 29.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.83 คะแนนต่ำสุด 8 และคะแนนสูงสุด 40

5.1.2.3 แรงแสนสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ

1) แรงแสนสนับสนุนทางสังคมด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ จากผู้บริหารโรงเรียนรายชื่อ คะแนนความถี่ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก กล่าวคือ ผู้บริหารโรงเรียน อนุมัติให้จัดหาอุปกรณ์ที่จำเป็นต่อการปฏิบัติงานตามที่ครูร้องขอ ร้อยละ 50.4 คะแนนเฉลี่ย 3.88 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.885 รองลงมาคือให้การสนับสนุนการจัดกิจกรรมป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ร้อยละ 48.8 คะแนนเฉลี่ย 3.89 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.854 ผู้บริหารโรงเรียน มอบหมายจำนวนครูให้รับผิดชอบการดำเนินกิจกรรมด้านภาวะโภชนาการอย่างเพียงพอ ร้อยละ 45.6 คะแนนเฉลี่ย 3.92 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.876 โดยให้ความสำคัญกับการจัดกิจกรรม การป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ร้อยละ 44.8 คะแนนเฉลี่ย 3.94 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.896 และ ผู้บริหารโรงเรียนจัดสรรงบประมาณ ที่ใช้ในกิจกรรม การป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน อย่างเพียงพอ ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.943 จัดสรรงบประมาณที่

ใช้ในกิจกรรมการป้องกันภาวะโภชนาการอย่างเพียงพอ ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบนมาตรฐาน 0.934

2) ระดับของการได้รับแรงสนับสนุนด้านเครื่องมือหรือสิ่งของ พบว่าผู้บริหารโรงเรียน ให้การสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ อยู่ในระดับสูง ร้อยละ 58.4 ระดับกลาง ร้อยละ 37.6 ระดับต่ำ ร้อยละ 4.0 คะแนนเฉลี่ย 26.88 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.61 คะแนนต่ำสุด 5.6 และ คะแนนสูงสุด 35

5.1.2.4 แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ด้านการประเมิน

1) แรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมินจากผู้บริหารโรงเรียนรายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่คะแนนความถี่ อยู่ในระดับมาก คือ ผู้บริหารโรงเรียนประเมินการทำงานของครู และเห็นด้วยกับผลการทำงานของครู ร้อยละ 51.2 คะแนนเฉลี่ย 3.77 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.917 รองลงมาคือ ผู้บริหารโรงเรียนชี้แนะปัญหาการทำงานการป้องกันภาวะโภชนาการ ต่อครู ร้อยละ 48.0 คะแนนเฉลี่ย 3.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.838 ผู้บริหารโรงเรียนให้กำลังใจ และให้โอกาสครูพัฒนาและปรับปรุงการทำงาน ร้อยละ 47.2 คะแนนเฉลี่ย 4.04 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.777 ผู้บริหารโรงเรียนประเมินผลงานของท่านตามตัวชี้วัด ร้อยละ 46.4 คะแนนเฉลี่ย 3.82 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.937 และให้ความเสมอภาคกับครูทุกคน ระดับมากที่สุด ร้อยละ 29.6 ระดับ มาก ร้อยละ 44.0 คะแนนเฉลี่ย 3.95 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.923 โดย พิจารณาเลื่อนขั้นตามผลงาน ความถี่ของแรงสนับสนุน ระดับมาก ร้อยละ 43.0 คะแนนเฉลี่ย 3.60 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.078 แต่ยังพบว่าร้อยละ 7.2 ไม่เคยได้รับการเลื่อนขั้นตามผลงาน อีกทั้ง ผู้บริหารโรงเรียน ชี้แนะปัญหาการทำงานการป้องกันภาวะโภชนาการ ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม ระดับมาก ร้อยละ 43.2 คะแนนเฉลี่ย 3.76 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.838

2) ระดับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ด้านการประเมิน พบว่าครูได้รับการสนับสนุนด้านการประเมิน ในระดับสูง ร้อยละ 61.6 ระดับกลาง ร้อยละ 32.8 ระดับต่ำ ร้อยละ 5.6 คะแนนเฉลี่ย 34.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.95 คะแนนต่ำสุด 13 และ คะแนนสูงสุด 45

5.1.3. บทบาทของครูต่อ การป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ประกอบด้วย บทบาท 4 ด้าน คือ การดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และการจัดอาหารกลางวัน สำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน พบว่า ระดับของการปฏิบัติ 3 ระดับ คะแนน

ความถี่ของการปฏิบัติโดยรวม 2.35 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.665 สำหรับการปฏิบัติของครูที่มี
 ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน แต่ละด้าน ดังนี้

5.1.3.1 การปฏิบัติของครูที่มีต่อการดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการ ของนักเรียน

1) การปฏิบัติของครูที่มีต่อการดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะ
 โภชนาการของนักเรียน โดยความถี่ของการปฏิบัติรายข้อ พบว่า ส่วนใหญ่มีการปฏิบัติตามบทบาททุก
 ครั้ง ตามลำดับ คือ ครูได้ค้นหาปัญหาโภชนาการนักเรียน โดยจัดให้นักเรียนได้รับการชั่งน้ำหนัก วัด
 ส่วนสูง ภาคเรียนละ 1 ครั้ง มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 87.2 คะแนนเฉลี่ย 2.86 ส่วนเบี่ยงเบน
 มาตรฐาน 0.367 จัดให้มีระบบบันทึกน้ำหนัก และส่วนสูง โดยใช้กราฟ แสดงเกณฑ์อ้างอิง การ
 เจริญเติบโตของนักเรียน มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 80.8 คะแนนเฉลี่ย 2.78 ส่วนเบี่ยงเบน
 มาตรฐาน 0.468 ตรวจสอบมาตรฐานเครื่องชั่งน้ำหนัก ที่วัดส่วนสูง และการใช้เครื่องมือให้อยู่ใน
 สภาพพร้อมใช้ ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 80.0 คะแนนเฉลี่ย 2.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.451
 ดำเนินการส่งข้อมูลตามระบบรายงานโรงเรียนระดับประถมศึกษา ส่งสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา
 ประถมศึกษา ทุก 3 เดือน ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 68.8 คะแนนเฉลี่ย 2.64 ส่วนเบี่ยงเบน
 มาตรฐาน 0.574 จัดเมนูอาหารกลางวัน อาหารว่าง นม ขนม และเครื่องดื่ม ให้ได้ตามมาตรฐาน
 โภชนาการ ล่วงหน้า ไม่น้อยกว่า 1 สัปดาห์ ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 66.4 คะแนนเฉลี่ย 2.63 ส่วน
 เบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.547 ขอความร่วมมือแม่ค้า ที่จำหน่ายอาหารภายในบริเวณโรงเรียน ให้จัด
 อาหาร ขนม หรือเครื่องดื่มที่มีคุณค่าทางโภชนาการจำหน่ายให้กับนักเรียน ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 66.4
 คะแนนเฉลี่ย 2.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.563 ครูมีการบูรณาการ การเรียนการสอนให้มี
 เนื้อหาสอดคล้องกับการเรียนรู้ทางโภชนาการทุกภาคการศึกษา มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 64.8 มี
 การปฏิบัติบางครั้ง ร้อยละ 32.0 คะแนนเฉลี่ย 2.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.550 ได้จัดทำ
 โครงการลดปัญหาภาวะโภชนาการเกินในนักเรียนทุกปีการศึกษา ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 56.0
 ปฏิบัติ เป็นบางครั้ง ร้อยละ 37.6 คะแนนเฉลี่ย 2.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.617 ครูได้เข้า
 ประชุม คณะกรรมการควบคุมการจัดอาหารในโรงเรียนให้มีมาตรฐานทุกครั้ง ร้อยละ 50.4 ได้เข้า
 ประชุมบ้างเป็นบางครั้ง ร้อยละ 40.0 คะแนนเฉลี่ย 2.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.661 และ
 การเชิญผู้ปกครองเข้าร่วมกิจกรรมป้องกันภาวะโภชนาการเกินในนักเรียน พบว่า ครูได้ปฏิบัติเป็น
 บางครั้ง ร้อยละ 45.6 และ ครูที่ปฏิบัติทุกครั้งในการเชิญผู้ปกครองเข้าร่วมกิจกรรม ร้อยละ 44.0
 คะแนนเฉลี่ย 2.34 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.659

2) ระดับของบทบาทการดำเนินงานระบบป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่า ครูส่วนใหญ่มีการปฏิบัติในบทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการในระดับที่มีการปฏิบัติมาก ร้อยละ 64.0 มีการปฏิบัติปานกลาง ร้อยละ 30.4 และมีการปฏิบัติ น้อย ร้อยละ 5.6 คะแนนเฉลี่ย 26.18 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.73 คะแนนต่ำสุด 14 และคะแนนสูงสุด 30

5.1.3.2 การปฏิบัติของครู ที่มีต่อ บทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน

1) การปฏิบัติงานของครู ที่มีต่อบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ความถี่ของการปฏิบัติ 3 ระดับ พบว่าครูจัดให้มีการชั่งน้ำหนัก และวัดส่วนสูง นักเรียน ภาคเรียนละ 1 ครั้ง พบว่าปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 87.2 คะแนนเฉลี่ย 2.85 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.422 จัดให้มีระบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง โดยใช้กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเด็กวัยเรียน ร้อยละ 80 คะแนนเฉลี่ย 2.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.473 ประเมินการเจริญเติบโตของนักเรียน และแปลผลทุก 3 เดือน ร้อยละ 66.4 คะแนนเฉลี่ย 2.63 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.547 ประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนทุก 3 เดือน ร้อยละ 63.2 คะแนนเฉลี่ย 2.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.569 รายงานผลการเปรียบเทียบน้ำหนักของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ตามลำดับชั้น ทุก 3 เดือน ร้อยละ 61.6 คะแนนเฉลี่ย 2.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.540 แจ้งผลการเจริญเติบโต และพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนให้ผู้ปกครองทราบ ร้อยละ 55.2 คะแนนเฉลี่ย 2.51 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.577 และนำข้อมูลการประเมินพฤติกรรมกรรมการบริโภคของนักเรียน มาวิเคราะห์ และวางแผนแก้ไขปัญหา นักเรียน กลุ่มที่เสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน ทุก 3 เดือน มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 54.4 ปฏิบัติ บางครั้ง 42.4 คะแนนเฉลี่ย 2.51 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.562 ดำเนินการป้องกัน ภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนกลุ่มเสี่ยง มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 53.6 ปฏิบัติบางครั้ง 44.0 คะแนนเฉลี่ย 2.51 การดำเนินการติดตามงานป้องกันและแก้ปัญหาภาวะโภชนาการ ร้อยละ 52.8 คะแนนเฉลี่ย 2.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.548 ซึ่งเป็นคะแนนความถี่ของการปฏิบัติระดับมาก แต่จัดว่าเป็นคะแนน ต่ำสุดของความถี่การปฏิบัติในระดับเดียวกัน ซึ่งการติดตามการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนกลุ่มเสี่ยง ถือเป็นสิ่งสำคัญที่ควรปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ

2) ระดับของการปฏิบัติงาน ที่มีต่อบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน 3 ระดับ พบว่า ส่วนใหญ่ครูมีการปฏิบัติมาก ร้อยละ 72.0 มีการปฏิบัติปานกลาง ร้อย

ละ 25.6 และการปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน มีการปฏิบัติน้อย ร้อยละ 2.4 คะแนนเฉลี่ย 23.48 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.67 คะแนนต่ำสุด 9 และ คะแนนสูงสุด 27

5.1.3.3 การปฏิบัติของครู ที่มีต่อบทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ

การศึกษา องค์ประกอบ ของโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ที่เกี่ยวข้อง 2 องค์ประกอบ จาก 10 องค์ประกอบ คือ โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย การออกกำลังกาย กีฬา และนันทนาการ โดยความถี่ของการปฏิบัติ 3 ระดับ คือปฏิบัติมาก ปฏิบัติปานกลาง และปฏิบัติน้อย สรุป ดังนี้

1) การปฏิบัติของครู ที่มีต่อบทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัย พบว่า ระดับที่มีการปฏิบัติทุกครั้ง คือ ครูจัดให้นักเรียน ป.1 - ป.6 ทุกคนได้ดื่มนมรสจืดทุกวัน โดยมีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 84.8 คะแนนเฉลี่ย 2.82 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.465 ควบคุมให้มีการเก็บรักษานมของนักเรียนไว้ที่ อุณหภูมิที่เหมาะสม ร้อยละ 81.6 คะแนนเฉลี่ย 2.78 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.506 ดูแลไม่ให้มีการจัดจำหน่าย เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมในโรงเรียน ร้อยละ 69.6 คะแนนเฉลี่ย 2.65 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.572 ดูแลไม่ให้มีการจัดจำหน่าย อาหารรสหวานจัด เค็มจัด มันจัด ร้อยละ 63.2 คะแนนเฉลี่ย 2.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.614 ให้นักเรียนได้รับประทานอาหารครบ 5 กลุ่มอาหาร ตามสัดส่วนธงโภชนาการ ทุกวัน ร้อยละ 61.6 คะแนนเฉลี่ย 2.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.540 ควบคุม มิให้จัดวาง น้ำปลา น้ำตาลที่จุด จำหน่ายอาหารในบริเวณโรงอาหาร เพื่อลดพลังงานส่วนเกิน มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 60.8 ในขณะที่ครูไม่มีการปฏิบัติ ร้อยละ 8.8 คะแนนเฉลี่ย 2.52 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.655 ได้มีวางแผนการแก้ไขปัญหภาวะโภชนาการของนักเรียน ตั้งแต่เริ่มมีภาวะอ้วน และอ้วน พบ ความถี่ของการปฏิบัติ ซึ่งครูมีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 39.2 มีการปฏิบัติเป็นบางครั้ง ร้อยละ 57.6 คะแนนเฉลี่ย 2.36 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.545 แต่การปฏิบัติเพื่อจัดให้นักเรียนชั้นประถมปีที่ 1 ขึ้นไป ได้รับยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก 1 เม็ด ต่อสัปดาห์ พบว่า มีการปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 25.6 ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ร้อยละ 38.4 และ ไม่มีการปฏิบัติ ร้อยละ 36.0 คะแนนเฉลี่ย 1.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.781

2) ระดับการปฏิบัติของครู ที่มี ต่อ บทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบ โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัย พบว่า ครูมีการปฏิบัติมาก และปฏิบัติปานกลาง ร้อยละ 51.1 และ 45.6 ตามลำดับ คะแนนเฉลี่ย 22.47 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.56 คะแนนต่ำสุด 11 และ คะแนนสูงสุด 27

3) การปฏิบัติของครู ที่มีต่อบทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ คือ องค์กรประกอบ การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ ความถี่ของการปฏิบัติ 3 ระดับ พบว่า ครูมีการปฏิบัติทุกครั้งเป็นส่วนใหญ่ คือ จัดให้นักเรียนได้รับการทดสอบสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์ ปี ละ 1 ครั้ง ร้อยละ 75.2 คะแนนเฉลี่ย 2.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.571 และได้ตรวจสมรรถภาพทางกายของนักเรียนตามเกณฑ์ ปี ละ 1 ครั้ง ร้อยละ 75.2 คะแนนเฉลี่ย 2.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.554 พร้อมทั้งบอกผลการตรวจสมรรถภาพให้นักเรียนทราบ และให้คำแนะนำนักเรียนที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มที่มีภาวะโภชนาการเกิน ร้อยละ 67.2 คะแนนเฉลี่ย 2.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.608 ครูมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม การออกกำลังกาย/กีฬา สำหรับนักเรียน ร้อยละ 64.8 คะแนนเฉลี่ย 2.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.550 สนับสนุนให้โรงเรียนจัดตั้งชมรม/กลุ่มกิจกรรม ออกกำลังกาย กีฬา นันทนาการ ร้อยละ 63.2 คะแนนเฉลี่ย 2.59 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.569 และมีส่วนสำรวจสถานที่ออกกำลังกาย สำหรับนักเรียนในโรงเรียน ร้อยละ 60.8 คะแนนเฉลี่ย 2.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.557 มีส่วนดูแลอุปกรณ์การออกกำลังกาย ให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งานและปลอดภัย ร้อยละ 60.8 คะแนนเฉลี่ย 2.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.616 การจัดกิจกรรมออกกำลังกายเสริมสำหรับกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มที่มีภาวะโภชนาการเกิน ร้อยละ 57.6 คะแนนเฉลี่ย 2.52 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.604 ให้การดูแล ควบคุมการออกกำลังกายของกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มที่มีภาวะโภชนาการเกิน ร้อยละ 50.4 คะแนนเฉลี่ย 2.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.627 และได้ติดตามผลการออกกำลังกายนักเรียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์ทดสอบสมรรถภาพทางกาย โดยครูที่ปฏิบัติทุกครั้ง ร้อยละ 48.8 ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ร้อยละ 43.2 และไม่มีปฏิบัติ ร้อยละ 8 คะแนนเฉลี่ย 2.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.636 ซึ่งเป็นครูทำหน้าที่ธุรการ

4) ระดับการปฏิบัติของครู ที่มีต่อ บทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์กรประกอบ การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ พบว่า ครูมีการปฏิบัติ ระดับมาก ร้อยละ 71.2 ระดับปานกลาง ร้อยละ 25.6 และ มีการปฏิบัติ ระดับน้อย ร้อยละ 3.2 คะแนนเฉลี่ย 25.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.35 คะแนนต่ำสุด 10 คะแนนสูงสุด 30

5.1.3.4 การปฏิบัติของครู ที่มีต่อ บทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียน ในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน

1) การปฏิบัติของครู ที่มีต่อบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียน ในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน โดย ความถี่ของการปฏิบัติ พบว่า ส่วนใหญ่ปฏิบัติทุกครั้ง คือครู แนะนำให้นักเรียนบริโภคอาหารตามสัดส่วนธงโภชนาการ ร้อยละ 71.2 คะแนนเฉลี่ย 2.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.567 จัดเมนู อาหารกลางวันสำหรับนักเรียน โดยเลือก ประเภทที่มีสารอาหาร

หลากหลายและครบถ้วน เช่น อาหารจานเดียว หรือประเภทก๋วยเตี๋ยว ร้อยละ 70.4 คะแนนเฉลี่ย 2.69 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.499 หลีกเลียงการจัดอาหารที่มี รสหวานและเค็มจัด ให้นักเรียน ร้อยละ 68.8 คะแนนเฉลี่ย 2.68 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.485 จัดอาหารที่มีกะทิเป็นส่วนประกอบ ให้นักเรียนรับประทานสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ร้อยละ 59.2 คะแนนเฉลี่ย 2.57 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.544 ใช้เครื่องปรุงประกอบอาหาร โดยใช้เกลือ น้ำปลา เติมน้ำมัน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์ ร้อยละ 58.4 คะแนนเฉลี่ย 2.52 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.617 จัดชุดสำหรับอาหารจานเดียว มื้อกลางวันให้นักเรียน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์ ร้อยละ 58.4 คะแนนเฉลี่ย 2.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.589 จัดให้นักเรียนได้รับประทานอาหารเมื่อเช้าทุกวัน ร้อยละ 57.6 คะแนนเฉลี่ย 2.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.576 เลือกลงใช้เนื้อสัตว์ที่ไขมันต่ำ เช่น ปลา เนื้อ หมูไม่ติดมัน ในการปรุงอาหาร และ การจัดข้าวกล่องให้นักเรียน รับประทานแทนข้าวขาวมื้อกลางวัน ทุกวัน พบว่ามีคะแนนต่ำสุดของการปฏิบัติทุกครั้ง คือ ร้อยละ 36.8 ปฏิบัติเป็นบางครั้ง ร้อยละ 33.6 และไม่มีการปฏิบัติ ร้อยละ 29.6 คะแนนเฉลี่ย 2.07 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.815 ซึ่งเป็นความถี่ของการปฏิบัติที่มีคะแนนต่ำสุด

2) ระดับการปฏิบัติของครู ที่มีต่อ บทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน พบว่า ครูมีการปฏิบัติตามบทบาท ในการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ระดับปฏิบัติมาก ร้อยละ 55.2 ระดับปฏิบัติระดับปานกลาง ร้อยละ 36.0 และ มีการปฏิบัติระดับน้อย ร้อยละ 8.8 คะแนนเฉลี่ย 22.69 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.86 คะแนนต่ำสุด 13 คะแนนสูงสุด

5.1.4. ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ความสัมพันธ์ระหว่าง คุณลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง กับการปฏิบัติของครูที่มีต่อ บทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน การทดสอบด้วยสถิติ Chi – Square – Test ได้แก่ ระยะเวลาปฏิบัติงาน การได้รับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ และ ระยะเวลาครั้งสุดท้ายที่เข้าอบรมหรือเข้าร่วมประชุมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการในเด็ก กับบทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน สรุปได้ ดังนี้

5.1.4.1 ความสัมพันธ์ระหว่าง ระยะเวลาการปฏิบัติงาน กับระดับการปฏิบัติของครูที่มีต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่า ส่วนใหญ่ครูที่มีอายุการทำงานระหว่าง 1-10 ปี มีการปฏิบัติตามบทบาทในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน คือ ระดับปฏิบัติมาก ร้อยละ 35.2 ปฏิบัติปานกลาง ร้อยละ 25.6 ในขณะที่ครู มีอายุการทำงาน ระหว่าง 11-20 ปี พบว่าระดับปฏิบัติมาก ร้อยละ 9.6 และ อายุการทำงานตั้งแต่ 21 ปีขึ้นไป มีการปฏิบัติ

ตามบทบาทมาก เพียงร้อยละ 7.2 อย่างไม่มีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 1.976, P \leq 0.05$) ดังนั้นอายุการทำงานของครูไม่มีผลต่อการปฏิบัติ ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

5.1.4.2 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการ กับการปฏิบัติ ต่อ บทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่าครูที่ไม่เคยเข้ารับการอบรมมีการปฏิบัติตามบทบาทบทบาทในระดับมาก ร้อยละ 32.8 และระดับปานกลาง ร้อยละ 21.6 ในขณะที่ครูที่เคยเข้ารับการอบรม มีการปฏิบัติตามบทบาทในระดับมาก เพียงร้อยละ 19.2 โดย ไม่มีนัยสำคัญ ($\chi^2 = 1.465, P \leq 0.05$) ดังนั้นครูที่เข้ารับการอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการของนักเรียน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติ ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

5.1.4.3 ความสัมพันธ์ระหว่าง ระยะเวลาที่เข้าอบรมหรือเข้าร่วมประชุมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการในเด็ก ครั้งสุดท้าย กับการปฏิบัติของครู ต่อ บทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่า ครูที่เคยเข้ารับการอบรมมากกว่า 2 ปี ขึ้นไป มีการปฏิบัติตามบทบาทในระดับมาก ร้อยละ 32.6 ระดับปานกลาง ร้อยละ 24.4 แต่ครูที่เข้ารับการอบรม ภายใน 1 ปี และระหว่าง 1-2 ปี มีการปฏิบัติตามบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ระดับมาก เพียง ร้อยละ 8.2 และระดับปานกลาง ร้อยละ 12.8 ดังนั้นระยะเวลาในการเข้ารับการอบรมเป็นเวลามากกว่า 2 ปี มีผลต่อการปฏิบัติตามบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($\chi^2 = 4.727, P \leq 0.05$)

5.1.5. ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนา การเกินของนักเรียน

แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ทั้ง 4 ด้าน คือแรงสนับสนุนด้านอารมณ์ แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ และแรงสนับสนุนด้านการประเมิน พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนโดยรวมทุกด้าน มีความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r=0.520$ ที่ระดับ 0.05

เมื่อวิเคราะห์แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนแต่ละด้าน กับบทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ทั้ง 4 ด้าน พบความสัมพันธ์ทางบวกทุกตัวแปร กล่าวคือ

5.1.5.1 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนทั้ง 4 ด้าน กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน พบความสัมพันธ์ในทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.52$ ที่ระดับ 0.05 เมื่อวิเคราะห์แรงสนับสนุนทางสังคมแต่ละด้าน พบความสัมพันธ์ ดังนี้

แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.412$ ที่ระดับ 0.05 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.512$ ที่ระดับ 0.05 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.526$ ที่ระดับ 0.05 และ ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.511$ ที่ระดับ 0.05

5.1.5.2 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ทั้ง 4 ด้าน กับการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน พบความสัมพันธ์ทางบวก กับบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.333$ ที่ระดับ 0.05

เมื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคมแต่ละด้าน กับบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่า ความสัมพันธ์ในทางบวกเช่นกัน คือ แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ที่ครูได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน กับบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.249$ ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารที่ครูได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน กับบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.353$ ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือ หรือสิ่งของ ที่ครูได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน กับบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.341$ ที่ระดับ 0.05 และ แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ที่ครูได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน กับบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.317$ ที่ระดับ 0.05

5.1.5.3 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ทั้ง 4 ด้าน กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้าน โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.466$ ที่ระดับ 0.05 โดยความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแต่ละด้าน ดังนี้

1) ความสัมพันธ์ระหว่าง แรงสนับสนุนทางสังคม ด้านอารมณ์จากผู้บริหารโรงเรียนกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย พบความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.262$ ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสารจากผู้บริหารโรงเรียนกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.388$ ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของจากผู้บริหารโรงเรียนกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.431$ ที่ระดับ 0.05 และ แรงสนับสนุนด้านการประเมิน จากผู้บริหารโรงเรียนกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.378$ ที่ ระดับ 0.05

2) ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์กับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ พบความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.344$ ที่ ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร จากผู้บริหารโรงเรียนกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ องค์ประกอบด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.441$ ที่ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของจากผู้บริหารโรงเรียนกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพองค์ประกอบด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.472$ ที่ ระดับ 0.05 และ แรงสนับสนุนด้านการประเมินจากผู้บริหารโรงเรียนกับการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพองค์ประกอบด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.433$ ที่ระดับ 0.05

5.1.5.4 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนทั้ง 4 ด้าน กับบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน พบความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.304$ ที่ ระดับ 0.05

เมื่อวิเคราะห์แต่ละด้าน พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนด้านอารมณ์ กับบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน พบความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.245$ ที่ ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร จากผู้บริหารโรงเรียน กับ บทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

$r = 0.325$ ที่ ระดับ 0.05 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของจากผู้บริหาร โรงเรียน กับบทบาทการจัดการอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.306$ ที่ ระดับ 0.05 และ แรงสนับสนุนด้านการประเมิน จากผู้บริหารโรงเรียน กับบทบาทการจัดการอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน มีความสัมพันธ์ทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.272$ ที่ ระดับ 0.05

เนื่องจากตัวแปรอิสระ กับตัวแปรตามมีความสัมพันธ์ต่อกันในทางบวก ทุกตัวแปร ซึ่งจะเห็นได้ว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ อยู่ระหว่าง 0.245 - 0.526 ดังนั้นเพื่อคุณภาพของ งานวิจัย และการค้นหาคำตอบให้แน่ใจ ต่อผลการศึกษาในครั้งนี้ ตามข้อสมมติฐาน ซึ่งระบุว่า แรง สนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน มีความสัมพันธ์กับบทบาทของครู ในการปฏิบัติตามระบบ การป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน บทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน การ ดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และ บทบาทการจัดการอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกัน ภาวะโภชนาการเกิน อันจะมีผลในทางปฏิบัติ สำหรับครูให้เกิดความเชื่อมั่นต่อผู้บริหารโรงเรียน และ เป็นกำลังใจให้มุ่งมั่น ปฏิบัติหน้าที่อย่างเต็มประสิทธิภาพ ผู้วิจัยจึงได้เพิ่มเทคนิคการวิเคราะห์ทาง สถิติ โดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุ Multiple Regression Analysis เพื่อร่วมกันอธิบาย การ ปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ซึ่งส่งผล จากการใช้แรงสนับสนุนทางสังคม จากผู้บริหารโรงเรียน ดังผลสรุป ต่อไปนี้

5.1.6. ปัจจัย (ตัวแปรอิสระ) ที่ร่วมกันทำนาย หรือพยากรณ์ตัวแปรตาม โดยการวิเคราะห์ การถดถอยพหุ Multiple Regression ของแรงสนับสนุนทางสังคม ในการปฏิบัติ ต่อบทบาท การ ดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของ นักเรียน การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ (องค์ประกอบด้านโภชนา การ และอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของนักเรียน) และ บทบาทการจัดการอาหารกลางวันสำหรับ นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนโรงเรียนดังนี้

5.1.6.1 สัมประสิทธิ์การถดถอย ของแรงสนับสนุนทางสังคม ในการปฏิบัติของครู ต่อ บทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน โดยนำตัวแปรแรง สนับสนุนทางสังคม ทั้ง 4 ด้านมาพยากรณ์ การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานระบบการ ป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่า สามารถพยากรณ์แรงสนับสนุนทางสังคม โดยส่งผล ต่อบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน มีค่า $R = 0.526$ ซึ่งสามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปรบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะ โภชนาการเกินของนักเรียนได้ $= 27.7\% (R^2 = 0.277)$ และ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย

ในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) พบว่า ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ สมการที่ 3 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ (Beta = 0.350) ส่วนสมการที่ 1 แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ สมการที่ 2 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และ สมการที่ 4 แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงาน ตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน เนื่องจากมีนัยสำคัญทางสถิติ F - test ที่ระดับมากกว่า 0.100

5.1.6.2 สัมประสิทธิ์การถดถอยของระดับแรงสนับสนุนทางสังคม ในการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยนำตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ทั้ง 4 ด้านมาพยากรณ์ การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่า สามารถพยากรณ์แรงสนับสนุนทางสังคม โดยส่งผลต่อบทบาทของครูในการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ค่า $R = 0.353$ ซึ่งสามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปรบทบาทของครูในการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ได้ $= 12.5\%$ ($R^2 = 0.125$) และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย ในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) พบว่า ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทในการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ได้แก่ สมการที่ 2 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Beta = 0.190) ส่วนสมการที่ 1 แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ สมการที่ 3 แรงสนับสนุนด้านเครื่องมือหรือสิ่งของ และ สมการที่ 4 แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน เนื่องจากมีนัยสำคัญทางสถิติ F - test ที่ระดับมากกว่า 0.100

5.1.6.3 สัมประสิทธิ์การถดถอย แรงสนับสนุนทางสังคม ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของนักเรียน โดยการนำตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ทั้ง 4 ด้านมาพยากรณ์ พบว่า สมการที่ 3 แรงสนับสนุนทางสังคม ด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ ส่งผล ต่อบทบาทของครู ในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้าน โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของนักเรียนได้ โดยมีค่า $R = 0.505$ ซึ่งสามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปรบทบาทของครูในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพได้ $= 22.5\%$ ($R^2 = 0.255$) และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย ในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) พบว่า ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ สมการที่ 3 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ (Beta = 0.640) ส่วนสมการที่ 1 แรงสนับสนุน

ด้านอารมณ์ สมการที่ 2 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และ สมการที่ 4 แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เนื่องจากมีนัยสำคัญทางสถิติ F - test ที่ระดับมากกว่า 0.100

5.1.6.4 สัมประสิทธิ์การถดถอยแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียน เพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน โดยนำตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ทั้ง 4 ด้านมาพยากรณ์ พบว่า สมการที่ 2 แรงสนับสนุนทางสังคม ด้านข้อมูลข่าวสาร ส่งผลต่อบทบาทของครูในการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกินได้ ค่า $R = 0.325$ ซึ่งสามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปรบทบาทของครูต่อการจัดอาหารกลางวัน = 10.6 % ($R^2 = 0.106$) และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย ในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) พบว่า ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ได้แก่ สมการที่ 2 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร (Beta = 0.184) ส่วนสมการที่ 1 แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ สมการที่ 3 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือ หรือสิ่งของ และ สมการที่ 4 แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน เนื่องจากมีนัยสำคัญทางสถิติ F - test ที่ระดับมากกว่า 0.100

5.1.7. แรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

5.1.7.1 แรงจูงใจของครูในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน โดยรวมทั้ง 4 ด้าน พบว่า ด้านลักษณะงานการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนส่วนใหญ่เห็นด้วยมากที่สุด ว่าการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการที่มีความหลากหลาย ช่วยให้เกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ร้อยละ 49.6 คะแนนเฉลี่ย 4.33 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.770 และ เห็นว่าการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนเป็นงานที่ต้องใช้ทั้งความรู้ความสามารถและประสบการณ์ ร้อยละ 49.2 คะแนนเฉลี่ย 4.37 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.666 นอกจากนี้ครูผู้ปฏิบัติงานต้องมีความอดทน และความเข้าใจถึงจิตวิทยาของเด็กวัยเรียน ครูเห็นด้วยมากที่สุดร้อยละ 40.0 เห็นด้วยอย่างมากร้อยละ 46.4 คะแนนเฉลี่ย 4.26 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.686 สำหรับความรู้สึกมีความกระตือรือร้นในการทำงานให้มีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล เห็นด้วยอย่างมาก 42.4 มากที่สุด ร้อยละ 37.6 คะแนนเฉลี่ย 4.18 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.741 สำหรับความคิดเห็นว่าเป็นงานที่น่าสนใจ และท้าทาย เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 34.4 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 36.0 และเห็นด้วย ร้อยละ 28.0 คะแนนเฉลี่ย 4.03 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.832 สัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน พบว่า การทำงานระหว่างครูด้วยกันมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน เห็นด้วยมากที่สุด

ร้อยละ 40.0 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 40.8 คະแนนเฉลี่ย 4.19 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.780 มีการพูดคุย และปรึกษาหารือระหว่างครูด้วยกัน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 36.8 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 57.6 คະแนนเฉลี่ย 4.31 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.574 ผู้ร่วมงานมีการให้เกียรติและเคารพซึ่งกันและกัน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 36.8 และเห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 45.6 คະแนนเฉลี่ย 4.19 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.780 การมีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูด้วยกัน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 36.8 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 47.2 คະแนนเฉลี่ย 4.21 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.699 และครูทุกคนสามารถร่วมกันทำงานให้เกิดความสำเร็จ ลุล่วงด้วยดี โดยครูเห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 33.6 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 53.6 คະแนนเฉลี่ย 4.19 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.704 ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ พบว่า การขอคำปรึกษาของผู้ปกครองนักเรียน เรื่องภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับเห็นด้วยมากที่สุด เพียงร้อยละ 12.0 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 49.6 คະแนนเฉลี่ย 3.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.917 การได้รับการยอมรับนับถือจากผู้ปกครองนักเรียน ที่มาขอปรึกษาเรื่องภาวะโภชนาการ เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 14.4 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 55.2 คະแนนเฉลี่ย 0.71 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.887 และการได้รับการยอมรับในความสามารถจากผู้ร่วมงาน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 14.4 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 55.2 คະแนนเฉลี่ย 3.71 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.887 ด้านความร่วมมือจากผู้ปกครองในการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่า ระดับเห็นด้วยมากที่สุด เพียงร้อยละ 8.8 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 44.8 คະแนนเฉลี่ย 3.48 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.885 และด้านสภาพการทำงาน สถานที่ทำงานทั้งภายในและภายนอกอาคาร สะอาด สวยงาม เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 28.8 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 44.8 คະแนนเฉลี่ย 4.02 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.746 บรรยากาศ และ สิ่งแวดล้อม ช่วยกระตุ้นให้เกิดความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพ เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 28.0 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 43.2 คະแนนเฉลี่ย 3.99 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.757 ลักษณะสถานที่ทำงานเป็นสัดส่วนและมีความพร้อมในการปฏิบัติงาน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 26.4 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 38.4 คະแนนเฉลี่ย 3.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.811 ลักษณะสิ่งแวดล้อมของการทำงานช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนร่วมงาน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 23.2 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 44.0 คະแนนเฉลี่ย 3.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.745 ความพร้อมของอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ ในการทำงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนเห็นด้วยมากที่สุดเพียง ร้อยละ 11.2 เห็นด้วยอย่างมาก ร้อยละ 41.6 คະแนนเฉลี่ย 3.64 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.677

5.1.7.2 ระดับแรงจูงใจของครูในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่าอยู่ในระดับมากที่สุดด้าน กล่าวคือ ด้านลักษณะงาน คະแนนเฉลี่ย 4.20 ส่วนเบี่ยงเบน

มาตรฐาน 0.742 ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน คะแนนเฉลี่ย 4.22 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.688 ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ คะแนนเฉลี่ย 3.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.895 และด้านสภาพการทำงาน คะแนนเฉลี่ย 3.89 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.758

5.1.7.3 ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน จากการศึกษา แรงจูงใจของครู 4 ด้าน พบว่าความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู เป็นไปในทางบวก อย่างไรก็ตามไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ คือ ลักษณะงาน $r = 0.016$ สัมพันธภาพระหว่างครูและผู้ร่วมงาน $r = 0.039$ การได้รับการยอมรับนับถือ $r = 0.050$ และด้านสภาพการทำงาน $r = 0.105$

5.1.8. บทบาทของครูในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน

บทบาทของครู ในการช่วยเหลือนักเรียน ที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการ ประกอบด้วยคำถาม ปลายเปิด รวม 3 ข้อ จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ได้ให้คำตอบไว้แต่ละข้อ จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 125 คน คือ

5.1.8.1 กลวิธีที่ครูใช้ในการวางแผนการลดน้ำหนักนักเรียน ที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน จำนวนผู้ตอบ 85 คน คิดเป็นร้อยละ 68 จากคำตอบ ดังนี้

- 1) กระตุ้นให้นักเรียนออกกำลังกาย เช่น วิ่งในตอนเช้า หรือ เต้นแอโรบิก ก่อนเข้าเรียน ไม่น้อยกว่า 3 ครั้ง ต่อสัปดาห์
- 2) ให้ความรู้ด้านโภชนาการ/ความเสี่ยงโรคอ้วน โดย บุรณาการในรายวิชาที่เกี่ยวข้อง และสัมพันธ์กัน ร้อยละ 11.8
- 3) การควบคุมอาหารกลางวันของนักเรียน เช่น ลดอาหารทอด และอาหารที่มีรสหวาน ร้อยละ 29.4
- 4) สร้างความตระหนัก/ความเข้าใจ/การมีส่วนร่วมของนักเรียน ร้อยละ 3.5
- 5) แจ้งผู้ปกครองให้ทราบและขอความร่วมมือช่วยเหลือ การจัดหาอาหารให้นักเรียนรับประทานที่บ้านให้เหมาะสม ร้อยละ 1.2

5.1.8.2 วิธีการขอความร่วมมือจาก ผู้ปกครอง ในการจัดหาอาหารให้นักเรียนรับประทานที่บ้าน เพื่อควบคุมน้ำหนักให้ประสบความสำเร็จ จำนวนผู้ตอบ 54 คน คิดเป็นร้อยละ 43.2 จากคำตอบ ดังนี้

- 1) เชิญผู้ปกครอง พุดคุยให้ความรู้/หรือจัดประชุมผู้ปกครองให้รับทราบ ปัญหา ร้อยละ 70.4

2) โดยการทำหนังสือแจ้งผู้ปกครอง ให้ช่วยดูแล และจัดอาหารเพื่อการควบคุมน้ำหนักนักเรียนขณะอยู่บ้าน ร้อยละ 25.9

3) ทำบัตรบันทึก การรับประทานอาหารประจำวันของนักเรียน โดยมีลายเซ็นของผู้ปกครอง และให้รายงานในชั้นเรียน สัปดาห์ละหนึ่งครั้ง และมอบรางวัลนักเรียนที่สามารถลดน้ำหนักได้ ร้อยละ 1.9

4) ทำกิจกรรม พบผู้ปกครอง โดยจัดทีมเยี่ยมบ้านนักเรียนกลุ่มเสี่ยง ร้อยละ 1.9

5.1.8.3 เทคนิคและวิธีการ เพื่อให้ได้รับความร่วมมือจากนักเรียน ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง หรือมีภาวะโภชนาการเกิน ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้มีการใช้พลังงาน โดยการให้ลดกิจกรรม ประเภทที่เคลื่อนไหวร่างกายน้อย และกิจกรรมที่ใช้เวลานั่งอยู่กับที่เป็นเวลานาน ๆ เช่น ดูโทรทัศน์ เล่นเกมกด เกมคอมพิวเตอร์ พบว่ามีจำนวนผู้ตอบ 73 คน คิดเป็นร้อยละ 53.4 โดยประสบการณ์ของครู ดังนี้

1) ส่งเสริมการออกกำลังกาย ในกลุ่มเสี่ยง โดยจัดเวลาให้นักเรียนทำกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหว เช่น การออกกำลังกายเป็นประจำ หรือปลูกผักสวนครัว โดยครูที่มีประสบการณ์ได้ให้คำตอบ ร้อยละ 52.1

2) หากิจกรรมเสริมอื่นๆ ที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย เช่น ให้ช่วยเหลืองานบ้าน ปลูกต้นไม้ ช่วยซื้อของ ร้อยละ 24.7

3) จัดประชุม/อบรมชี้แจงถึงผลกระทบ และให้คำแนะนำรายบุคคล 17.8 ขอความร่วมมือ ผู้ปกครองควบคุมเวลาในการเล่นเกม และให้ทำบันทึกพฤติกรรม ประจำวัน รายงาน สัปดาห์ละครั้ง ร้อยละ 4.2

4) จัดหาสื่อการสอน เรื่อง ประโยชน์ของการออกกำลังกาย การควบคุมน้ำหนักที่น่าสนใจ ร้อยละ 1.4

5.1.9. ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะของครูในการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน

ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะ ของครูในการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน ซึ่งเป็นคำถามปลายเปิด จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 125 คน มีผู้ตอบข้อคิดเห็น 21 คน คิดเป็นร้อยละ 16.8 ข้อเสนอแนะ 28 คน คิดเป็นร้อยละ 22.4 ดังรายละเอียด

5.1.9.1 ข้อคิดเห็น

การดำเนินงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ต้องได้รับการสนับสนุน และความร่วมมือจากทุกฝ่ายทั้งผู้บริหารโรงเรียน ครู และผู้ปกครองนักเรียน ร้อยละ 46.62 ในขณะที่

ที่ ครูบางท่านเห็นว่าการควบคุมอาหาร อาจไม่ได้ผลเพราะนักเรียนยังมีความต้องการอาหารที่ตนชอบ ร้อยละ 14.29 เห็นว่าควรเชิญชวน ให้นักเรียนออกกำลังกายหลังเลิกเรียน ซึ่งสอดคล้องกับนโยบาย ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ จากความคิดเห็น ร้อยละ 14.28 อีกทั้งครูเห็นด้วยกับการแก้ปัญหาภาวะ โภชนาการ เพราะปัจจุบันเด็กมีน้ำหนักเกินเกณฑ์มากขึ้นหรือเป็นโรคอ้วนมากขึ้น จากข้อคิดเห็น ร้อยละ 9.52 โดยให้หน่วยงานที่รับผิดชอบควรให้ความสนใจในการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการอย่าง ทัวถึง และจริงจัง ร้อยละ 4.76 เห็นด้วยกับการควบคุมภาวะโภชนาการนักเรียนกลุ่มเสี่ยง ซึ่งครูให้ ข้อคิดเห็น ร้อยละ 4.76 นอกจากนี้ครูบางท่าน เห็นว่าปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนส่วนใหญ่ เกิดจากการเลี้ยงดูที่บ้าน การละเลยไม่ดูแลเรื่องพฤติกรรมบริโภคอาหาร และการดำเนิน ชีวิตขณะอยู่บ้านโดยไม่เข้มงวดในกิจกรรมที่ต้องเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อให้มีการเผาผลาญพลังงาน ซึ่งเป็นข้อคิดเห็นของครู ร้อยละ 4.76 5.1.9.2 ข้อเสนอแนะ

ครูเสนอแนะ ให้มีการจัดอบรมภาวะโภชนาการ ให้กับ นักเรียนและผู้ปกครอง ซึ่งเป็นข้อเสนอแนะของครู จำนวนมากที่สุด ร้อยละ 33.33 โดยหาวิธีทำให้ทุกฝ่าย ตระหนักถึงปัญหาและเห็นความสำคัญของโภชนาการเพื่อจะได้ให้ความร่วมมือในการแก้ไขปัญหา และควรดำเนินการอย่างต่อเนื่อง ร้อยละ 20.0 เสนอแนะให้มีการควบคุมการขายอาหารของแม่ค้าใน โรงเรียนให้ เป็นอาหารที่ถูกสุขลักษณะ โดยขอความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขช่วยตรวจสอบ จากจำนวนข้อเสนอแนะ ร้อยละ 13.33 จัดให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องมาจัดกิจกรรมในโรงเรียน ร้อยละ 13.33 และเน้นการแก้ไขปัญหา ไปที่ผู้ปกครอง/ความร่วมมือของผู้ปกครอง ร้อยละ 13.33 โดยการ คัดแยกนักเรียนกลุ่มเสี่ยงเพื่อเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ จากข้อเสนอแนะ ร้อยละ 6.67

5.1.10. ภาวะโภชนาการของนักเรียน

10.1 ภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับประถมศึกษา โรงเรียนวัดบางขนุน จาก การวิเคราะห์แบบประเมิน ภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยใช้ น้ำหนักและส่วนสูงเป็นเกณฑ์ การ แปลผล โดยกำหนดเฉพาะเกณฑ์น้ำหนักมากกว่าเกณฑ์ และ น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ พบว่า นักเรียน โรงเรียนวัดบางขนุน ชั้นประถมปีที่ 4 ถึง ชั้นประถมปีที่ 6 จำนวน 31 คน เป็นเพศชาย ร้อยละ 45.0 และเพศหญิง ร้อยละ 55.0 นักเรียนมีอายุระหว่าง 9-13 ปี โดยอายุมากที่สุด 12 ปี ร้อยละ 29.0 รองลงมา อายุ 10 ปี ร้อยละ 22.6 อายุ 9 ปี ร้อยละ 19.0 และอายุ 13 ปี มีจำนวนน้อย ที่สุด คือ ร้อยละ 12.0

5.1.10.2 ระดับโภชนาการของนักเรียน จากการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงนักเรียน โรงเรียนวัดบางขนุน ชั้น ประถมปีที่ 4 ถึง ชั้นประถมปีที่ 6 และประเมินภาวะโภชนาการ โดยใช้เกณฑ์ อ้าอิงการเจริญเติบโต ของเพศชาย และเพศหญิง (Vallop Curve) เฉพาะน้ำหนัก และส่วนสูง การ

แปลผล พบว่า นักเรียนมีภาวะสมส่วน ร้อยละ 74.19 และท้วม ร้อยละ 12.90 พบนักเรียนอ้วน ร้อยละ 6.45 โดยที่ มี นักเรียนค่อนข้างผอม และผอม จำนวนเท่ากัน คือร้อยละ 3.23

5.1.10.3 ภาวะโภชนาการของนักเรียนตามระดับชั้นเรียน พบว่า นักเรียนที่มีภาวะอ้วนเป็นนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 2 คน คิดเป็น ร้อยละ 6.45 สำหรับนักเรียนที่มีภาวะท้วมจำนวน 4 คน (ร้อยละ12.90) เป็นนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 2 คน ร้อยละ 6.45 และประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 2 คน ร้อยละ 6.45 เช่นกัน ซึ่งผลการประเมิน จะเห็นว่ามึนักเรียน ที่มีภาวะอ้วน และท้วมซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยง รวมทั้งสิ้น 6 คน จากจำนวนนักเรียน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 19.4 จากการศึกษาภาวะโภชนาการ กลุ่มตัวอย่าง 1 โรงเรียน พบว่านักเรียนมีภาวะอ้วน และท้วม ร้อยละ 19.4 ซึ่ง มากกว่าเป้าหมายตัวชี้วัด โดยกระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดให้มีตัวชี้วัดระดับกระทรวง คือ เด็กวัยเรียนมีภาวะเริ่มอ้วน และอ้วน ลดลงไม่เกินร้อยละ 10 (สำนักโภชนาการ, 2559: 8)

5.2 การอภิปรายผล

การวิจัยครั้งนี้ ได้นำมาอภิปรายเพื่อครอบคลุมวัตถุประสงค์ของการวิจัย 2 ข้อ ได้แก่ 1) แรงแสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารมีความสัมพันธ์ ต่อบทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน (ทั้ง 4 ด้าน) คือบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน บทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน 2) แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู มีความสัมพันธ์ต่อบทบาทในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน และข้อค้นพบจากการวิจัย การอภิปรายผล นำเสนอตามลำดับดังนี้

5.2.1 แรงแสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ในการศึกษาได้แบ่งประเภทของแรงสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 4 ด้าน (House, 1981: 137) คือแรงสนับสนุนด้านอารมณ์ แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ และแรงสนับสนุนด้านการประเมิน พบว่าครูได้รับการสนับสนุนทางสังคมทั้ง 4 ด้าน ในระดับสูง ร้อยละ 51.2 ระดับกลาง ร้อยละ 42.4 และ ระดับต่ำ ร้อยละ 6.4 โดยคะแนนเฉลี่ยความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคม 3.86 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.908

จากสมมติฐานข้อที่ 1 แรงแสนสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน มีความสัมพันธ์ กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน บทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน การดำเนินงาน โรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และ บทบาทการจัดอาหาร

กลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน จากการศึกษา พบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวมทุกด้าน มีความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.520$ ที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้เนื่องจากครูได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนในระดับสูง ได้แก่ ด้านการประเมินร้อยละ 61.6 ด้านการสนับสนุนเครื่องมือ หรือสิ่งของ ร้อยละ 58.4 ด้านข้อมูลข่าวสาร ร้อยละ 54.4 และด้านอารมณ์ ร้อยละ 37.6 ดังนั้นความสัมพันธ์ของแรงสนับสนุนทางสังคมโดยรวมทั้ง 4 ด้าน กับบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการ ทั้ง 4 บทบาท ความสัมพันธ์จึงเป็นไปได้ในทางบวก ทุกด้าน สอดคล้องกับการศึกษาของสรวงทิพย์ เจริญสุนทร (2555: 8) ศึกษาปัจจัยของงาน บุคลิกภาพ และการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ โรงเรียนรักษาดินแดน ศูนย์การกำลังสำรอง พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างการสนับสนุนทางสังคมของเจ้าหน้าที่กับผลการปฏิบัติงานพบว่าการสนับสนุนทางสังคมโดยรวม และรายด้าน ได้แก่ ด้านอารมณ์ ด้านสิ่งของหรือบริการ ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านการประเมิน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับผลการปฏิบัติงานทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สำหรับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนแต่ละด้าน กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน พบความสัมพันธ์ทางบวกทุกตัวแปร กล่าวคือ แรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน พบ ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.412$ ที่ระดับ 0.05 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.512$ ที่ระดับ 0.05 ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้าน การสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.526$ ที่ระดับ 0.05 และ ความสัมพันธ์ระหว่างการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านการประเมิน กับบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $r = 0.511$ ที่ระดับ 0.05 สอดคล้องกับ การศึกษาของ กฤตภาค แป้นถนอม และถวัลย์ เนียมทรัพย์ (2557: 194) ศึกษาอิทธิพลของคุณลักษณะงาน การสนับสนุนทางสังคม และการถ่ายทอดทางสังคมขององค์การที่มีต่อความผูกพันต่อองค์การ ของพนักงานบริษัทเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดนนทบุรี กลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานบริษัทเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดนนทบุรีจำนวน 202 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม โดยใช้แนวคิดการสนับสนุนทางสังคมของ House (1981) ศึกษาการสนับสนุนทางสังคมจาก 3 แหล่ง ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคมจากหัวหน้างาน การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อนร่วมงานและการสนับสนุนทางสังคมจาก ครอบครัว

รูปแบบของการสนับสนุนทางสังคม 3 ด้านคือ การสนับสนุนทางสังคมด้าน อารมณ์การสนับสนุนทางสังคมด้านเครื่องมือ และการสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร ผลการวิจัยพบว่าการสนับสนุนทางสังคมจากหัวหน้างาน ทั้งด้านอารมณ์ ด้านเครื่องมือ และด้านข้อมูลข่าวสาร อยู่ในระดับค่อนข้างสูง สอดคล้องกับการศึกษาของ กรวสา จันทวงศวิไล และคณะ (2555: 33) เรื่องปัจจัยทางจิตสังคม ที่เกี่ยวข้องกับการพฤติกรรมการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ ของอาจารย์คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลในเขตกรุงเทพมหานคร โดยปัจจัยทางจิต หมายถึงการยอมรับนวัตกรรม และการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ ปัจจัยทางสังคมหมายถึงการสนับสนุนทางสังคม ด้านการสนับสนุนอาจารย์ ด้านวัตถุ และด้านข้อมูลข่าวสาร จากผู้บังคับบัญชาและผู้ร่วมงาน ผลการวิจัยพบว่า อาจารย์ที่มีเจตคติต่อการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ และได้รับการสนับสนุนทางสังคม มีพฤติกรรมการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ

เมื่อเพิ่มเทคนิคการวิเคราะห์ทางสถิติ โดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุ Multiple Regression Analysis เพื่อร่วมกันอธิบาย การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ซึ่งส่งผลจากการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม จากผู้บริหารโรงเรียน พบว่า สัมประสิทธิ์การถดถอย ของแรงสนับสนุนทางสังคม ในการปฏิบัติของครู ต่อ บทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน โดยนำตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ทั้ง 4 ด้านมาพยากรณ์ การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน พบว่า สามารถพยากรณ์แรงสนับสนุนทางสังคม โดยส่งผลต่อบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน มีค่า $R = 0.526$ ซึ่งสามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปรบทบาทของครูในการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนได้ $= 27.7\%$ ($R^2 = 0.277$) และ เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย ในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) พบว่า ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติของครู ต่อบทบาท การดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ได้แก่ สมการที่ 3 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ (Beta = 0.350) ส่วนสมการที่ 1 แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ สมการที่ 2 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และ สมการที่ 4 แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงาน ตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน เนื่องจากมีนัยสำคัญทางสถิติ F - test ที่ระดับมากกว่า 0.100

และ ตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้านโภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของนักเรียน โดยนำตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ทั้ง 4 ด้านมาพยากรณ์ พบว่า สมการที่ 3 แรงสนับสนุนทางสังคม ด้าน

การสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ ส่งผล ต่อบทบาทของครูในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ด้าน โภชนาการและอาหารที่ปลอดภัย ด้านการออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการของนักเรียนได้ โดยมีค่า $R = 0.505$ ซึ่งสามารถอธิบายการผันแปร ตัวแปรบทบาทของครูในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพได้ = 22.5 % ($R^2 = 0.255$) และเมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย ในรูปคะแนนมาตรฐาน (Beta) พบว่า ตัวแปรอิสระที่สามารถพยากรณ์การปฏิบัติของครู ต่อบทบาทในการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ สมการที่ 3 แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ (Beta = 0.640) ส่วนสมการที่ 1 แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ สมการที่ 2 แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร และ สมการที่ 4 แรงสนับสนุนด้านการประเมิน ไม่มีผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ เนื่องจากมีนัยสำคัญทางสถิติ F - test ที่ระดับมากกว่า 0.100

สัมประสิทธิ์การถดถอยของแรงสนับสนุนทางสังคมในการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน และ สัมประสิทธิ์การถดถอยของแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน พบว่าการอธิบายการผันแปรของตัวแปร มีค่าต่ำมาก คือ 12.5% และ 10.6% ดังนั้นแรงสนับสนุนทางสังคม ที่ส่งผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน มีเพียงด้านการสนับสนุนเครื่องมือ หรือสิ่งของ ซึ่งเป็นผลจากการได้รับงบประมาณ เนื่องจากกระบวนการของการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน บางกิจกรรม ประกอบด้วย ปัจจัยนำเข้าได้แก่วัสดุ อุปกรณ์ ต่าง ๆ เช่น ค่าจัดซื้อนมจืด ยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก และค่าอาหารกลางวันสำหรับนักเรียน การสนับสนุนหนังสือตำรา และอุปกรณ์เพื่อการประเมินภาวะโภชนาการ โดยทางโรงเรียนได้รับการจัดสรรงบประมาณดังกล่าวจากหน่วยงานต้นสังกัด เพื่อให้กระบวนการขับเคลื่อน ส่งผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ซึ่งเป็นการช่วยเหลือด้านเงินทองและสิ่งของเพียงด้านเดียว แตกต่างจากงานวิจัยอื่น ๆ ที่พบว่า การสนับสนุนด้านจิตใจ การให้ความสนใจ และให้กำลังใจของผู้บังคับบัญชา มีผลต่อบทบาทของผู้ปฏิบัติงาน ดังเช่น การศึกษาของ วรสรณ์ เนตรทิพย์ (2557: 34) ศึกษาอิทธิพลของจิตลักษณะ และสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ส่งผลต่อการแสดงบทบาทผู้นำทีม และพฤติกรรมการบริหารโครงการ ของประธานโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในกรุงเทพมหานครและจังหวัดปริมณฑล จำนวน 249 คน ผลการวิจัย พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากผู้บังคับบัญชา และสัมพันธภาพในโรงเรียน การรับรู้ความสามารถในการแสดงบทบาทผู้นำทีม มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลโดยรวมต่อการแสดงบทบาทผู้นำทีม เท่ากับ .08, .09 และ .31 ตามลำดับ และทุกปัจจัยสามารถอธิบายความแปรปรวนของบทบาทผู้นำทีมได้ร้อยละ 79 โดยที่ การสนับสนุนทาง

สังคม จากผู้บังคับบัญชา มีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลโดยรวมต่อพฤติกรรมกรรมการบริหารโครงการ เท่ากับ .07 และทุกปัจจัยสามารถอธิบายความแปรปรวนของพฤติกรรมกรรมการบริหารโครงการได้ ร้อยละ 79 และ สอดคล้องกับ การศึกษาของ กรวสา จันทวงศวิไล และคณะ (2555: 66) เรื่องปัจจัยทางจิตสังคม ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ ของอาจารย์คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่าในกลุ่มตัวแปรสำคัญที่ทำนายพฤติกรรมการสอนอย่างมีประสิทธิภาพของอาจารย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 ได้แก่ การสนับสนุนทางสังคม การยอมรับนวัตกรรม และเจตคติต่อการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ ได้ร้อยละ 54.40 โดยตัวแปรทำนาย คือ เจตคติต่อการสอน การยอมรับนวัตกรรม และการสนับสนุนทางสังคม

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ประกอบด้วยการศึกษาปฏิบัติของครู 4 ด้าน คือบทบาทการปฏิบัติตามระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ การดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และบทบาทการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน รวมทุกด้าน มีความสัมพันธ์ในทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 1 ที่ระบุว่าแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียนมีความสัมพันธ์กับ บทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน แสดงว่าแรงสนับสนุน ทางสังคม จากผู้บริหารโรงเรียนส่งผลเชิงบวกต่อ บทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน แต่ ตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม ที่ส่งผลต่อการปฏิบัติของครู ต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน มีเพียงด้านการสนับสนุนเครื่องมือ หรือสิ่งของ สอดคล้องกับแนวคิดของ House (1981: 23) ซึ่งแบ่งรูปแบบของการให้การสนับสนุนทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับงาน (Work Related Source of Support) โดยรูปแบบดังกล่าวนี้ มีลักษณะของความสัมพันธ์ที่เป็นทางการ และการสนับสนุนการให้ความช่วยเหลือในสิ่งที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน ลักษณะการช่วยเหลือจึงเป็นการเฉพาะเจาะจงกับการทำงาน ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เช่นผู้บังคับบัญชา และผู้ร่วมงาน แต่ทั้งนี้เครื่องมือ หรือสิ่งของที่ครูได้รับการสนับสนุนนั้น เป็นสิ่งที่โรงเรียนได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากหน่วยงานที่สังกัด ทั้งนี้ครูผู้ปฏิบัติงานอาจมีความต้องการแรงสนับสนุนภายในจากผู้บริหารโรงเรียนในระดับที่มากขึ้น คือ แรงสนับสนุนด้านอารมณ์ ด้วยการดูแลเอาใจใส่ การให้ความไว้วางใจ ห่วงใย รับฟังความคิดเห็น การยอมรับในความสามารถ เห็นคุณค่า และยกย่องเป็นส่วนหนึ่งขององค์กร หรือหน่วยงาน แรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูลข่าวสาร ด้วยการให้การสนับสนุนข้อมูลข่าวสาร การให้คำแนะนำ ให้การปรึกษา ซึ่งสามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหาการทำงานในเรื่องที่เกี่ยวข้องได้ และแรงสนับสนุนโดยการประเมินการทำงาน ด้วยการให้ข้อมูลย้อนกลับ การให้การรับรอง การให้โอกาสพัฒนางาน และการยอมรับผลสำเร็จของงาน

5.2.2 แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน เมื่อพิจารณา ระดับแรงจูงใจของครูในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนพบว่าอยู่ในระดับมากที่สุดด้าน กล่าวคือ ด้านลักษณะงาน คะแนนเฉลี่ย 4.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.742 ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน คะแนนเฉลี่ย 4.22 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.688 ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ คะแนนเฉลี่ย 3.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.895 และด้านสภาพการทำงาน คะแนนเฉลี่ย 3.89 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.758 โดยคะแนนเฉลี่ยไม่ถึงระดับมากที่สุดซึ่งคะแนนเฉลี่ยอยู่ระหว่าง 4.51-5.0 เนื่องจาก ครูเห็นว่า ลักษณะงาน และสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกันยังไม่จูงใจต่อการปฏิบัติงาน ให้เกิดความพึงพอใจในระดับสูงที่สุด โดยเฉพาะแรงจูงใจ ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ และด้านสภาพการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาของ พรศิลป์ ศรีเรืองไกร (2555: บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยจูงใจของครูโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปทุมธานี เขต 2 วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาระดับปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงานของครูโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ปทุมธานี เขต 2 การเปรียบเทียบปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงานของครู ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ ปัจจัยในการปฏิบัติงานอยู่ในระดับมาก โดยเฉพาะปัจจัยการให้คำแนะนำปรึกษาในการปฏิบัติงานแก่ผู้ร่วมงานมีปัจจัยจูงใจสูงสุด เช่นเดียวกับ khemmarat yaemkhayai (2558: ออนไลน์) ศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูโรงเรียนประถมศึกษา อำเภอแก้วลาย สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครสวรรค์ เขต 1 ระดับแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูในภาพรวม อยู่ในระดับมาก สูงสุด คือ ด้านความสำเร็จของงาน รองลงมา คือ ด้านลักษณะของงานที่ปฏิบัติหน้าที่ แรงจูงใจด้านการยอมรับนับถือ ในภาพรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อเพื่อนร่วมงานประสบกับปัญหา ในการปฏิบัติงานมักขอคำปรึกษาจากครู ด้านการยอมรับนับถือ ในระดับมากเช่นกัน และมีความสอดคล้องกับการศึกษาของ เกศินี ทองทวี ฤชดา ผ่องพิทยา และวิเชียร อินทรสมพันธ์ (2559: 4) ศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการครูโรงเรียนบางมดวิทยา (สีสุกหวาดจวนอุปถัมภ์) สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 1 กรุงเทพมหานคร พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล โอกาสและความก้าวหน้า ลักษณะงานที่ปฏิบัติ การได้รับการยอมรับ สภาพการปฏิบัติงาน และปริมาณงานและความรับผิดชอบ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ความเหมาะสมของขนาดห้องเรียนและจำนวนนักเรียนมีค่าเฉลี่ยสูงสุด รองลงมา คือ สภาพแวดล้อมภายในห้องทำงาน ชั่วโมงการสอนมีความเหมาะสม และสภาพแวดล้อมภายในโรงเรียน ตามลำดับ

จากสมมติฐานข้อ 2 ระบุว่าแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครู มีความสัมพันธ์กับบทบาทของครูในการปฏิบัติงานการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ในการศึกษาครั้งนี้กำหนดแรงจูงใจ

4 ด้าน คือ ด้านลักษณะงาน ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างครูและผู้ร่วมงาน ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ และ ด้านสภาพการทำงาน ผลการศึกษา พบความสัมพันธ์ทางบวก ระหว่าง แรงจูงใจในการปฏิบัติงาน ด้านลักษณะงาน ด้านสัมพันธ์ภาพระหว่างครูและผู้ร่วมงาน ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ และด้านสภาพการทำงาน กับบทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐาน เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์จาก กราฟ ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการปฏิบัติงาน ด้านลักษณะงาน กับบทบาทของครูในการปฏิบัติงาน การป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนพบว่า มีการกระจายแบบไม่มีทิศทาง เนื่องจากแรงจูงใจ บางด้าน ไม่ส่งผลให้เกิดความพึงพอใจของครู ได้แก่ ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ ในระดับเห็นด้วยมากที่สุดมีคะแนนต่ำ โดยพบว่า การได้รับการยอมรับจากผู้ปกครองนักเรียน ระดับเห็นด้วยมากที่สุด มีคะแนน ร้อยละ 14.4 คะแนนเฉลี่ย 3.71 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.887 การได้รับการยอมรับในความสามารถจากผู้ร่วมงาน ระดับเห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 13.6 คะแนนเฉลี่ย 3.70 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.882 และความร่วมมือจากผู้ปกครองนักเรียนในการร่วมกันแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับเห็นด้วยมากที่สุดมีคะแนนเพียง ร้อยละ 8.8 คะแนนเฉลี่ย 3.48 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.885 เช่นเดียวกับด้านสภาพการทำงาน ระดับเห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 28.8 คะแนนเฉลี่ย 4.02 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.746 บรรยากาศและสิ่งแวดล้อมช่วยกระตุ้นให้เกิดความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงานให้มีประสิทธิภาพ ระดับเห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 28.0 คะแนนเฉลี่ย 3.99 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.757 ลักษณะสถานที่ทำงานเป็นสัดส่วนและมีความพร้อมในการปฏิบัติงาน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 26.4 คะแนนเฉลี่ย 3.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.881 และ ความพร้อมของเครื่องมือเครื่องใช้ในการทำงาน เห็นด้วยมากที่สุด ร้อยละ 11.2 คะแนนเฉลี่ย 3.64 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.677

ทั้งนี้ความสัมพันธ์ของแรงจูงใจด้านสภาพแวดล้อมในการทำงาน ไม่สอดคล้องกับการศึกษาที่มีผู้ได้ศึกษาไว้แล้ว เช่น เจตนิพิฐ สุจิระกุล และคนอื่น ๆ (2555: 98) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาในภาคภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของครู ได้แก่ ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในการทำงาน ปัจจัยด้านงานในหน้าที่รับผิดชอบ ปัจจัยด้านระบบบริหารจัดการโรงเรียน และปัจจัยด้านภาระหน้าที่พิเศษ ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของครู โดยอธิบายความแปรปรวนได้ ร้อยละ 68.0 ซึ่งมีความสอดคล้องกับการศึกษาของ จุติพร จินาพันธ์ และ สฎายุ ธีรวณิชตระกูล (2560: 277) ศึกษาแรงจูงใจของครูที่ส่งผลต่อประสิทธิผลของโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 18 โดยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจของครูกับประสิทธิผลของโรงเรียน และสร้างสมการพยากรณ์

ประสิทธิผลของโรงเรียนจากแรงจูงใจของครู ผลการวิจัยพบว่าแรงจูงใจของครู ในทุกด้านอยู่ในระดับสูง โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) ระหว่าง .71 ถึง .95 โดยทุกด้านมีความสัมพันธ์กับประสิทธิผลของโรงเรียน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับสูง แรงจูงใจของครูมีความสัมพันธ์ทางบวกกับประสิทธิผลของโรงเรียน ในระดับสูง ความสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.71 – 0.95 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ด้านแรงจูงใจของครู คือ ลักษณะงาน (X3) ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (X7) ความก้าวหน้า (X5) เงินเดือน (X10) ความรับผิดชอบ (X4) สามารถสร้างสมการพยากรณ์ประสิทธิผลของโรงเรียน ได้ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณเท่ากับ .973 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อำนาจพยากรณ์เท่ากับ 94.60 เปอร์เซนต์ เขียนเป็นสมการในรูปคะแนนดิบดังนี้ $\hat{Y} = .265 + .356(X3) + .517(X7) + .275(X5) - .146(X10) - .063(X4)$

การที่ผลการศึกษาไม่เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 เนื่องจากมีความเชื่อมโยงจากปัจจัยแรงสนับสนุนทางสังคมที่ส่งผลต่อการปฏิบัติของครูที่มีต่อ บทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการของของนักเรียน ซึ่งได้รับจากผู้บริหารโรงเรียน โดยตัวแปรพยากรณ์ที่สามารถอธิบายการผันแปร ของบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน มีเพียง 2 ตัวแปร คือ การปฏิบัติของครูต่อระบบการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน ร้อยละ 27.7 โดยตัวแปรอิสระที่ส่งผลต่อการปฏิบัติของครู คือ แรงสนับสนุนทางสังคม ด้านเครื่องมือ หรือสิ่งของ และ ตัวแปร การดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพ ร้อยละ 27.5 ซึ่งตัวแปรอิสระที่ส่งผลต่อการปฏิบัติของครู คือ แรงสนับสนุนทางสังคม ด้านเครื่องมือ หรือสิ่งของ เช่นกัน โดยที่ ตัวแปร การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน และการจัดอาหารกลางวัน สำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ไม่สามารถอธิบายการผันแปรตัวแปรของการปฏิบัติของครูที่มีต่อบทบาทการป้องกันภาวะโภชนาการเกิน ซึ่ง ตัวแปรอิสระที่ไม่มีผลต่อบทบาทของครูในการป้องกันภาวะโภชนาการ ทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านอารมณ์ ด้านข้อมูลข่าวสาร และด้านการประเมิน จึงมีส่วนให้แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูลดระดับลง ส่งผลต่อประสิทธิภาพการปฏิบัติงานของครู นอกจากนั้นภารกิจหลักของครู คืองานด้านการสอน ซึ่งครูมีความเชี่ยวชาญมากกว่าการดูแลสุขภาพนักเรียนที่ต้องอาศัยความร่วมมือจากสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง และผู้ปกครองนักเรียน ดังนั้นความต้องการที่จะปฏิบัติงานให้ประสบความสำเร็จ โดยเกิดจากความพึงพอใจจากภายใน ซึ่งเมื่อได้ปฏิบัติงานแล้วมีความสุข ไม่เกิดความเบื่อหน่ายท้อถอย ปฏิบัติงานโดยไม่ต้องการสิ่งตอบแทน มีความตั้งใจ เต็มใจ และทุ่มเทในการปฏิบัติงาน และสามารถปฏิบัติงานได้อย่างต่อเนื่องไม่มีที่สิ้นสุด จึงพบว่าการได้รับการยอมรับนับถือ ไม่ว่าจะจากผู้บังคับบัญชา หรือจากบุคคลทำงานในหน่วยงาน รวมทั้งการยกย่องชมเชย แสดงความยินดี การให้กำลังใจหรือการแสดงออกที่ปรากฏให้เห็นถึงการยอมรับในความสามารถ จึงเป็นเรื่องสำคัญ เพราะแรงจูงใจเป็นส่วนหนึ่งที่เกิดจากขวัญและ

กำลังใจของบุคคล ในการประกอบกรงานใด ๆ ก็ตามถ้าจะให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลต้องประกอบไปด้วยส่วนประกอบสำคัญ คือ ความสามารถหรือทักษะในการทำงานของบุคลากร และการสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นกับบุคลากรนั้น เพื่อให้เกิดการปฏิบัติงานอย่างตั้งใจและเต็มความสามารถ ประกอบกับแนวคิดของ สเตียร์ และพอร์เตอร์ (Steers & Porter, 1991, 210 – 212) ที่กล่าวว่าผลการปฏิบัติงาน (Job performance) ของแต่ละบุคคลจะขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ 3 ประการ คือ 1) ระดับของแรงจูงใจ 2) ความรู้ความสามารถหรือลักษณะส่วนตัว 3) ความเข้าใจบทบาทหน้าที่ของตน ทั้งนี้ หน้าที่ของครู คือ บุคลากรวิชาชีพที่มีหน้าที่หลักในการสั่งสอนและถ่ายทอดความรู้ให้แก่ศิษย์ด้วยความหนักแน่นในด้านการเรียนการสอน และการส่งเสริมการเรียนรู้ด้วยวิธีการต่าง ๆ ในสถานศึกษาทั้งของรัฐและเอกชน ครูเป็นบุคคลที่ทำหน้าที่ปกครองดูแลเด็กไม่น้อยไปกว่าบิดามารดา หรือผู้ปกครอง เมื่อครูได้รับการฝากความหวังจากบุคคลที่เกี่ยวข้องกับเด็ก เยาวชน นักเรียน โดยเล็งเห็นว่าครูเป็นบุคคลสำคัญในสังคม และสามารถนำพาสังคมไปสู่ความปกติสุขได้ ซึ่งมีนักการศึกษา ผู้เชี่ยวชาญ และหน่วยงานต่างๆ ได้พยายามกำหนดบทบาท หน้าที่ และภาระงานให้ครูได้ยึดถือเป็นแนวทางในการปฏิบัติ และดำเนินตามความคาดหวังของสังคมในการปลูกฝังเยาวชน อบรม สั่งสอนให้มีการพัฒนาทั้ง ร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา โดยให้ความหวังที่ฝากไว้กับครูได้บรรลุวัตถุประสงค์อย่างสูงสุด เนื่องด้วย เด็ก เยาวชน นักเรียน เป็นประจูดังดวงใจ และเป็นทรัพยากรที่ล้ำค่ายิ่งของชาติ ในอนาคต (บทบาทหน้าที่ของครู, 2558: ออนไลน์)

5.2.3 ภาวะโภชนาการของนักเรียนในอำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี ซึ่งศึกษาจำนวน 1 โรงเรียน โดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง และ ประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน การประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยนำผลการชั่งน้ำหนักและส่วนสูงของนักเรียน นำมาเทียบเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต การประเมินภาวะโภชนาการ พบว่านักเรียนมีภาวะอ้วน และท้วม ร้อยละ 19.4 ซึ่ง มีอัตรามากกว่าเป้าหมายตัวชี้วัด โดยกระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดตัวชี้วัดระดับกระทรวง คือเด็กวัยเรียนมีภาวะเริ่มอ้วน และอ้วนลดลงไม่เกินร้อยละ 10 (สำนักโภชนาการ, 2559: 8) และจากการศึกษา ของ นภาพร เหมาะเหม็ง ประทุม ยนต์เจริญล้ำ และ สุธีรา พิณีจ (2558: ออนไลน์) ศึกษาภาวะโภชนาการและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชร ศูนย์อนามัยที่ 9 พิษณุโลก ซึ่งเป็นการศึกษาเชิงสำรวจ (Survey Research) เก็บข้อมูลโดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงเพื่อประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน และสัมภาษณ์พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน ภาวะโภชนาการ จากการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูง แล้วนำข้อมูลมาเทียบเกณฑ์เพื่อประเมินภาวะโภชนาการ พบว่ามีนักเรียนเริ่มอ้วนและอ้วนร้อยละ 10.1 ซึ่งใกล้เคียงกับเกณฑ์เด็กไทยเติบโตสมวัยที่มีค่าเป้าหมายร้อยละ 10 และ จากการศึกษา โดย สุธี สฤกษ์ศิริ (2555: 78-89)

ศึกษาข้อมูลย้อนหลัง ภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียน เขตทวีวัฒนา ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนโรงเรียนพื้นที่เขตทวีวัฒนาส่วนใหญ่ น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ปกติมีส่วน แต่มีภาวะโภชนาการเกิน (เริ่มอ้วน และภาวะอ้วน) เพิ่มขึ้นทุกปี มีภาวะโภชนาการขาด (ผอม) เพิ่มขึ้นทุกปีเช่นเดียวกัน และพบว่า นักเรียนที่เตี้ย มีความสูงน้อยกว่าเกณฑ์ลดลง ในระดับชั้นประถมศึกษา และพบว่าการประเมิน ภาวะโภชนาการจากส่วนสูงตามเกณฑ์อายุระหว่าง เพศชาย-หญิง ไม่มีความแตกต่างกัน แต่การประเมิน ภาวะโภชนาการจากน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ระหว่าง เพศชาย-หญิง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติ ($p < 0.01$) ผลการศึกษาครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่าภาวะโภชนาการเกิน และภาวะโภชนาการขาด (ผอม) ยังเป็นปัญหาสำคัญในเด็กวัยเรียน ดังนั้นปัญหาโรคอ้วนในเด็กจึงเป็นปัญหาที่ต้องได้รับการแก้ไขอย่างรีบด่วนของหน่วยงาน องค์การที่เกี่ยวข้อง โดยการมีส่วนร่วม และบูรณาการทุกระดับ มีการประสาน ร่วมมือ และสร้างความเข้าใจในบทบาทหน้าที่ โดยเฉพาะ บทบาทหน้าที่ของครู คือ ภาระงานที่ครูต้องรับผิดชอบ โดยอาศัยหลักคุณธรรม จริยธรรม และความสำนึกในความถูกต้อง เพราะภาระงานของครูไม่ได้มีเพียงการสอน แต่ครูคือผู้ถ่ายทอดวิชาการ คุณธรรม จริยธรรม วัฒนธรรม และเป็นแบบอย่างที่ดีในการดำรงชีวิตของศิษย์ ดังคำกล่าวที่ว่า “ ครูเปรียบดั่งแม่พิมพ์ของชาติ ” ภาระงานอีกอย่างหนึ่งที่ถือว่ามีความสำคัญมากสำหรับบทบาทหน้าที่ของครู คือ การสร้างมนุษยสัมพันธ์อันดีต่อบุคคลอื่น ไม่ว่าจะเป็น ครูกับนักเรียน ครูกับผู้ปกครอง และครูกับครู ซึ่งการสร้างมนุษยสัมพันธ์อันดีจะส่งผลให้การจัดการเรียนการสอน และกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียน ประสบผลสำเร็จ การค้นหาปัญหา และประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน การเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน และการจัดกิจกรรมเพื่อนำไปสู่การลดปัญหา ภาวะอ้วน และเริ่มอ้วน โดยครูมีหน้าที่จัดกิจกรรมดังกล่าว อย่างต่อเนื่อง ด้วยความร่วมมือของ เจ้าหน้าที่ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ เจ้าหน้าที่ฝ่ายสาธารณสุข กรรมการชุมชน ผู้ปกครองนักเรียน และประการสำคัญ คือ แรงสนับสนุนจากผู้บริหารโรงเรียน ให้ครูมีแรงจูงใจในการปฏิบัติหน้าที่ อย่างมีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล

5.2.4 ข้อคิดเห็นของครู ซึ่งครูเห็นว่าการดำเนินงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน ต้องได้รับการสนับสนุนและความร่วมมือจากทุกฝ่ายทั้งผู้บริหารโรงเรียน ครู และผู้ปกครองนักเรียน การควบคุมอาหาร อาจไม่ได้ผลเพราะนักเรียนยังมีความต้องการอาหารที่ตนชอบ จึงควรเชิญชวนให้นักเรียนออกกำลังกายหลังเลิกเรียน ซึ่งสอดคล้องกับนโยบาย ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ อีกทั้งครูเห็นด้วยกับการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการ เพราะปัจจุบันเด็กมีน้ำหนักเกินเกณฑ์มากขึ้นหรือเป็นโรคอ้วนมากขึ้น โดยให้หน่วยงานที่รับผิดชอบ ให้ความสนใจการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการอย่างทั่วถึง และจริงจัง และเห็นว่าปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนส่วนใหญ่ เกิดจากการเลี้ยงดูที่บ้าน การละเลยไม่ดูแลเรื่องพฤติกรรมบริโภคอาหาร การดำเนินชีวิตขณะอยู่บ้านโดยไม่ออกกำลังกาย เป็นต้น

5.3 ข้อเสนอแนะ

5.3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลจากการวิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1) เนื่องจากการศึกษาครั้งนี้ ได้รับข้อมูลจากครูซึ่งเป็นตัวแทนของ อำเภอบางกรวย จังหวัดนนทบุรี จำนวน 10 โรงเรียน สิ่งที่ได้จากการศึกษาจึงสะท้อนถึงความต้องการของครูในการสนับสนุนด้านจิตใจจากผู้บริหารโรงเรียน โดยการให้ความหวังใจ ความหวังดี การให้ข้อมูลข่าวสาร และ ชี้แนะการทำงาน โดยเพิ่มแรงสนับสนุนทางสังคม ด้านแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์ คือ การดูแลเอาใจใส่ การให้ความไว้วางใจ ห่วงใย รับฟังความคิดเห็น การยอมรับในความสามารถ เห็นคุณค่า ให้การยกย่องเป็นส่วนหนึ่งขององค์กร หรือหน่วยงาน แรงสนับสนุนทางสังคมด้านข้อมูล ข่าวสาร การให้คำแนะนำ ให้การปรึกษา ซึ่งสามารถนำไปใช้ในการแก้ปัญหาการทำงานในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน และเพิ่ม แรงสนับสนุนด้านการประเมิน กิจกรรม หรือโครงการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน โดยการให้ข้อมูลย้อนกลับ การให้การรับรอง การให้โอกาสพัฒนางานหากไม่ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย เช่น โครงการควบคุม น้ำหนักนักเรียนที่มีภาวะอ้วน

2) สนับสนุนให้ครูเข้ารับการอบรมเพื่อพัฒนาองค์ความรู้ด้านโภชนาการในเด็ก เพื่อให้ เกิดความเชื่อมั่นต่อการปฏิบัติงาน

3) สร้างแรงจูงใจในการทำงานให้กับครู คือปัจจัยจูงใจที่เกี่ยวข้องกับงานโดยตรง เป็น ปัจจัยที่จูงใจให้คนชอบ และรักงาน เป็นตัวการสร้างความพึงพอใจให้บุคคลในองค์การปฏิบัติงาน ได้แก่ปัจจัย ดังนี้

(1) ลักษณะงานที่ทำคือภาระหน้าที่ด้านการดูแลให้นักเรียนในความรับผิดชอบ มี การเจริญเติบโตที่เหมาะสม ตามวัย เนื่องจากเด็กวัยเรียนใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่ในโรงเรียน และเรียนรู้ แบบแผนพฤติกรรมต่าง ๆ การสืบทอดวัฒนธรรมที่ดี อันเป็นรากฐานการเรียนรู้ของมนุษย์ ได้พบเห็น ประสบการณ์ จากสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน ดังนั้นการดูแลเอาใจใส่ให้เติบโต อย่างมีคุณภาพ ทั้ง กาย จิต สังคม และปัญญา จึงเป็นสิ่งที่ต้องใช้ทั้งความรู้ความสามารถ ประสบการณ์การทำงาน ความ

อดทน และความสามารถทางวิชาการ จากภาระหน้าที่งานประจำต่าง ๆ ซึ่งเป็นสิ่งที่ปรึกษาปัญหาของนักเรียนด้านการเรียน ปัญหาด้านความประพฤติส่วนตัว ปัญหาครอบครัวซึ่งมีผลกระทบต่อการศึกษา ปัญหาการปรับตัวตามยุคสมัย ที่มีความหลากหลาย และอาจมีการปรับเปลี่ยนการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา ลักษณะงานหน้าที่ของครูจึงมีหน้าที่ที่หลากหลาย การเป็นครูจึงต้องมีความรู้สึก รักงาน รักความเป็นครู เห็นความสำคัญของงานว่ามีความน่าสนใจ ทำทลายความสามารถในการที่จะคิดริเริ่มสร้างสรรค์ ดังนั้นหน่วยงานต่าง ๆ หรือผู้บริหารควรใช้วิธีการ สร้างความผูกพันครูกับโรงเรียน และงานของครูเพื่อให้ครูมีความรู้สึกที่ดีต่องานอีกทั้งส่งเสริมหรือกระตุ้นให้ครูมีความตื่นตัว มีโอกาสได้เรียนรู้สิ่งใหม่ การรับฟังความคิดเห็นของบุคลากรทุกคน และสนับสนุนให้บุคลากรทุกคนกล้าแสดงความคิดเห็น การอภิปรายในการประชุม อย่างสร้างสรรค์ ทำให้ครูรู้สึกกระตือรือร้นในการทำงาน และมีความตั้งใจปฏิบัติงานให้เกิดประสิทธิภาพ และประสิทธิผล

(2) ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน คือการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคล เพื่อนร่วมงานของครูด้วยกันในโรงเรียน ไม่ว่าจะเป็นกิริยาหรือวาจาที่แสดงถึงความสัมพันธ์อันดีต่อกัน มีการพูดคุย ทักทายอย่างเป็นกันเอง สามารถทำงานร่วมกันกันได้อย่างดี มีความเข้าใจซึ่งกันและกัน ให้เกียรติและเคารพซึ่งกันและกัน ผู้บริหารโรงเรียนและผู้บังคับบัญชาทุกระดับ ควรเพิ่มความเป็นกันเอง และแสดงถึงความสัมพันธ์กับบุคลากรทุกคน โดยการจัดกิจกรรม สร้างความสัมพันธ์ ระหว่างครูและฝ่ายบริหาร เช่น การจัดให้ไปศึกษาดูงาน ทัศนศึกษา งานประเพณี และ งานสร้างสรรค์ตามวาระพิเศษ เป็นต้น

(3) การได้รับการยอมรับนับถือ คือครูได้รับการยอมรับนับถือ ทั้งจากผู้บังคับบัญชา และจากครูในโรงเรียนและบุคคลอื่น ๆ ที่ทำงานร่วมกัน หรือ ขอรับคำปรึกษาเกี่ยวกับงานโภชนาการ รวมไปถึงการได้รับการยอมรับนับถือจากนักเรียนในโรงเรียน และผู้ปกครอง การยอมรับอาจอยู่ในรูปของการยกย่องชมเชย แสดงความยินดี การให้กำลังใจหรือการแสดงออก ที่บ่งบอก ถึงการยอมรับในความสามารถเมื่อได้ทำงานอย่างหนึ่งอย่างใด เป็นผลสำเร็จ

(4) สภาพการทำงาน คือ สภาพทางกายภาพของงาน เช่น แสง เสียง อากาศ ชั่วโมงการทำงาน ลักษณะของสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ เช่น อุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ ที่จำเป็นต่อการทำงาน และการเรียนการสอน สามารถสนับสนุนการจัดกิจกรรมต่าง ๆ สถานที่ทำงานทั้งภายในและภายนอกอาคารมีความสะอาด สวยงามรวมถึงสิ่งแวดล้อมภายในห้องพักเพื่อเตรียมการทำงาน โดยลักษณะของห้องพักเป็นสัดส่วนและมีความพร้อมในการปฏิบัติงาน เป็นต้น

- 3) จัดให้มีการอบรมภาวะโภชนาการ ให้กับ นักเรียนและผู้ปกครอง โดยหาวิธีทำให้ทุกฝ่ายตระหนักถึงปัญหาและเห็นความสำคัญของโภชนาการเพื่อจะได้ให้ความร่วมมือในการแก้ไขปัญห และควรดำเนินการอย่างต่อเนื่อง
- 4) ให้มีการควบคุมการขายอาหารของแม่ค้าในโรงเรียนให้ เป็นอาหารที่ถูกสุขลักษณะ โดยขอความร่วมมือจากเจ้าหน้าที่สาธารณสุขช่วยตรวจสอบ

5.3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ศึกษาภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับประถมศึกษา โดยการศึกษาให้ครอบคลุมทุกระดับชั้นเรียน เพื่อค้นหาความเสี่ยง และวางแผนการดูแลนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน
- 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง แรงสนับสนุนทางสังคม แรงจูงใจของครู ต่อการปฏิบัติหน้าที่ในบทบาทการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน ระดับประถมศึกษา
- 3) ศึกษาวิจัย การลดภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนในระดับการศึกษากลุ่มอื่น ๆ โดยนำ รูปแบบการจัดทำโครงการลดภาวะโภชนาการเกินในนักเรียน เช่น ระดับมัธยมศึกษา และระดับอาชีวศึกษา เป็นต้น



บรรณานุกรม

grad.bsru.ac.th/paper/.../การบริหารการศึกษา/ 533 บทความเกี่ยวกับ%20%20ทองทวี.
[http://www.kruinter.com/show.php?id_quiz=4115 &p=1.](http://www.kruinter.com/show.php?id_quiz=4115&p=1)
[http://www.Chiangmaihealth.go.th/cmpho_web/document/160817147141801012.pdf.](http://www.Chiangmaihealth.go.th/cmpho_web/document/160817147141801012.pdf)
[http://www.hpc2.anamai.moph.go.th/research/index.php/2558/108-9/2558.](http://www.hpc2.anamai.moph.go.th/research/index.php/2558/108-9/2558)
[http://www.thaihealth.or.th/content/20725.Pheochromocytoma.html.](http://www.thaihealth.or.th/content/20725.Pheochromocytoma.html)
Vatchainan2.blogspot.com/2011/11/Cushing-Syndrome-and
[www.maceducation.com/e-knowledge/2344203100/03.htm.](http://www.maceducation.com/e-knowledge/2344203100/03.htm)

กฎกระทรวง แบ่งส่วนราชการสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2555.

ประกาศในราชกิจจานุเบกษา วันที่ 28 ธันวาคม 2555.

กรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 -6 ที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์.วารสาร
 กรรสา จันทวงศ์วิไล ทิพย์สุดา คมวงศ์วิวัฒน์ ภัทร์ทิพา เพ็ญพาณิชย์ และ อมรศิริ ดิสสร. (2555).

ปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการสอนอย่างมีประสิทธิภาพ ของอาจารย์คณะ
 บริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลในเขตกรุงเทพมหานคร. คณะบริหารธุรกิจ
 มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพฯ.

กระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพยาบาลองค์การสงเคราะห์ ทหารผ่าน
 ศึก.

กฤตภาค แป้นถนอม และ ถวัลย์ เนียมทรัพย์. (2557). อิทธิพลของคุณลักษณะงาน การสนับสนุนทาง
 กองโภชนาการ กรมอนามัย. (2555). **แนวทางการดำเนินงานเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ.** พิมพ์ครั้งที่
 2.กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

กองสุขศึกษา. (2557). กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข. **คู่มือประเมินความรอบรู้
 ด้านสุขภาพสำหรับเด็กและเยาวชนไทยที่มีน้ำหนักเกิน.**

กานดาวลี มาลีวงษ์ บุญชอบ เกษโกวิท และ พนิดเทพ ทัพพะรังสี. (2558). **รายงาน การตรวจ
 ราชการเขต 4 ปี 2558.** จากรายงานการเฝ้าระวังภาวะการณ้เจริญเติบโตของนักเรียน ปี
 การศึกษา 2557 กระทรวงสาธารณสุข.

- กุลกานต์ ฤทธิฤชัย รัตนวราหะ. **แนวโน้ม เด็กไทยอ้วนอันดับหนึ่ง**. สืบค้นเมื่อ 3 พฤษภาคม 2559 จาก [http:// www. Taamkru.com./](http://www.Taamkru.com/)
- เกณฑ์พัฒนาศัภยภาพการจั้ดบริการระดับปฐมภูมิ เขต 14. **ผังโครงสร้างอัตรากำลัง**.pdf สืบค้น เกติณี ทองทวิ. (2559). **การบริหารการศึกษา**. สืบค้นเมื่อ 1 ธันวาคม 2560 จาก [เงาะ. สืบค้นเมื่อ 6 เมษายน 2559 จาก http:// www.thaigoodview.com/node/133850](http://www.thaigoodview.com/node/133850)
- จตุพร จินาพันธ์ และ สฎายู ธีรวณิขตระกูล. (2560). แรงจูงใจของครูที่ส่งผลต่อประสิทธิผลของ เจตนิพิฐ สุจิระกุล ธีระ รุณเจริญ ไพศาล หวังพานิช และ ศรุดา ชัยสุวรรณ. (2557). ปัจจัยที่ส่งผล ฉบับที่ 1 (194-207). ฉบับที่ 20 มกราคม – มิถุนายน 2557 (98-109)
- ชญาณิกา ศรีวิชัย ภัทร์ภร อยู่สุข และวนิดา แพร์ภษา. (2554). ภาวะโภชนาการเกินในเด็กนักเรียน ชั้นประถมศึกษา 1-6 โรงเรียนวัดมูลจินดารามและโรงเรียนธัญสิทธิ์ศิลป์. **วารสารวิชาการ เซารัตน์ เตมียกุล**. (2552). **เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย**. (ออนไลน์). สืบค้นเมื่อ 10 พฤษภาคม 2559 จาก [จาก http://www.kruchaow.com/kr-research/renew6.pdf](http://www.kruchaow.com/kr-research/renew6.pdf).
- ต่อชีวิตการทำงานของครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา ในภาค ตะวันออกเฉียงเหนือ. **วารสารบริหารการศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**. ปีที่ 11 **ตำบล**. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- เดือนใจ ปาประโคน และ วิทัศน์ จันทรโพธิ์ศรี. (2556). ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทาง นนทรี สัจจารธรรม. (2557). พฤติกรรมศาสตร์สาธารณสุข. นนทบุรี : จตุพรดีไซด์.
- นภาพร เหมาะเหม็ง ประทุม ยนต์เจริญล้ำ และ สุธีรา พิณิจ. (2558). **การศึกษาภาวะโภชนาการ บบาททหน้าที่ของครู**. (2558). สืบค้นเมื่อ 1 มีนาคม 2561 จาก [บริษัทเอกชนแห่งหนึ่งในจังหวัดนนทบุรี. **วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์** ปีที่ 40 เบญจพร ยิฐธรรม. \(2553\). **ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการติดต่อสื่อสาร และการสนับสนุน ทางสังคมในองค์กร กับขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน กรณีศึกษาข้าราชการสังกัด กระทรวงอุตสาหกรรม**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต \(การพัฒนาทรัพยากร มนุษย์และองค์การ คณะทรัพยากรมนุษย์ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์. **ประกายรัตน์ สุวรรณ และ อมรวิทย์ วิเศษสงวน**. \(2555\). **การวิจัยและวิเคราะห์ข้อมูลด้วย โปรแกรม SPSS เวอร์ชัน 20**. บริษัทซีเอ็ดยูเคชั่น จำกัด \(มหาชน\).](http://www.kruchaow.com/kr-research/renew6.pdf)

ประชุมหาตใหญ่วิชาการครั้งที่ 4 วันที่ 10 พฤษภาคม 2556. เรื่อง “การวิจัยเพื่อพัฒนาสังคมไทย.”

ประไพ เดชคำรณ.(2559). **โรคอ้วนในเด็ก**.สืบค้นเมื่อ12 กรกฎาคม 2560 จาก

ประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานของครูวิทยาลัยอาชีวศึกษาเอกชน กลุ่มภาคกลาง. การปีที่ 6 ฉบับที่ 3 เดือนกรกฎาคม-กันยายน 2556.

พรศิลป์ ศรีเรืองโร. (2553). **การศึกษาปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงานของครูโรงเรียน ประถมศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปทุมธานีเขต 2**. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาเทคโนโลยีการบริหารการศึกษา. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล ธัญบุรี.

พัชรภรณ์ ไชยสังข์ ปัญจภรณ์ ยะเกษม และ นุชจรีรัตน์ ชูทองรัตน์. (2557). ปัจจัยทำนายพฤติ
ไพบูลย์ คำสมุทร. (2555). ปัจจัยที่มีผลต่อแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของบุคลากรโรงเรียนบ้านพะปู
มหานคร: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

มหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเชีย. 2554.

มานิตย์ วัชรชัยนันท์. (2554). **Cushing- Syndrome**. สืบค้นเมื่อ 1 ตุลาคม 2560 จาก

เมษายน 2559 จาก <http://www.nutrition.anamai.moph.go.th>.

เมื่อ 25 กรกฎาคม 2560 จาก <http://www.cpho.moph.go.th/>.

ยุทธ ไภยวรรณ. (2550). **การสร้างเครื่องมือวิจัย**. กรุงเทพฯ. ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพ.

รินดา ชันธกรรม และ จันทนา แสนสุข. (2556). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อความผูกพันต่อองค์กรและ**
โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 18. **วารสารศึกษาศาสตร์** ปีที่
28 ฉบับที่ 2 พฤษภาคม - สิงหาคม 2560.

ลัดดา เหมาะสุวรรณ. (2551). **โภชนาการในเด็กไทย 10 ปี** ทศวรรษเพื่อเด็กและภูมิปัญญาของ
ครอบครัว. นนทบุรี: สหมิตรพรีนติ้งแอนด์พลับลิชชิง จำกัด.

ล้านคน. สืบค้นเมื่อ 7 เมษายน 2559 จาก

และพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนในโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพระดับเพชร ศูนย์

วรรณี แกมเกต. (2551). **วิธีวิทยาการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์**. (พิมพ์ครั้งที่ 2) กรุงเทพฯ

วรรณ เนตรทิพย์. (2557). อิทธิพลของจิตลักษณะและสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ส่งผลต่อการ
แสดงบทบาทผู้นำทีม โครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพในเขต กทม. และปริมณฑล. **วารสาร**
วิทยาการจัดการมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา. ปีที่ 1 ฉบับที่ 2 เดือนกรกฎาคม -
ธันวาคม 2557 (34-35).

- วันเพ็ญ เลี้ยงถนนอม. (2553). **แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของครูโรงเรียนเอกชน ระดับอาชีวศึกษา เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต การบริหาร การศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี.
- วารสารสาธารณสุขศาสตร์** ปีที่ 42 ฉบับที่ 1 มกราคม -เมษายน 2555 (78-89).
- วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี นครราชสีมา.** ปีที่ 20 ฉบับที่ 1 มกราคม มิถุนายน 2557.
- ศิริชัย พงษ์วิชัย. (2547). **การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติด้วยคอมพิวเตอร์.** พิมพ์ครั้งที่5 กรุงเทพฯ:
- สถานศึกษา สถานบริการสาธารณสุข และคลินิก DPAC.** กรมอนามัย กระทรวง สาธารณ สรรวงทิพย์ เขียวสุนทร 2555: **ปัจจัยของงาน บุคลิกภาพ และการสนับสนุนทางสังคมที่มีผลต่อการ ปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่โรงเรียนรักษาดินแดน ศูนย์การกำลังสำรอง.** คณะสังคมศาสตร์ ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน.
- สังคม และการถ่ายทอดทางสังคมขององค์การที่มีต่อความผูกพันต่อองค์การ ของพนักงาน สังคมกับ บทบาทของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ. (2554). **เด็กประถม-มัธยมไทยเป็นโรคอ้วน กว่า 5**
- สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข. (2552). **คู่มือการให้บริการของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ**
- สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดนนทบุรี. (2560). **รายงานประจำปี 2559.** กลุ่มงานพัฒนายุทธศาสตร์ สาธารณสุข สำนักงานสาธารณสุข จังหวัดนนทบุรี.
- สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์. (2555). **คู่มือบริหารจัดการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล.**
- สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข.
- สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. **ภาวะอ้วนตั้งแต่ ปี 2556-2558.** สืบค้นเมื่อ 6
- สำนักโภชนาการ. (2557). **แนวทางการควบคุมป้องกันภาวะอ้วนในเด็กวัยเรียน.** กรมอนามัย
- สำนักโภชนาการ. (2558). **แนวทางการคัดกรองส่งต่อ และแก้ปัญหาเด็กอ้วนกลุ่มเสี่ยงใน**
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย. (2555). **ภารกิจหลักพื้นฐานในการให้บริการโรงพยาบาล ส่งเสริมสุขภาพตำบล.**
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ. (2555). **รายงานประจำปี พ.ศ. 2555.** กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด.
- สำนักส่งเสริมสุขภาพ. (2556). **คู่มือ การประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ พ.ศ. 2556.** กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพฯ. ศูนย์สื่อและสิ่งพิมพ์แก้วเจ้าจอม.

- สำนักส่งเสริมสุขภาพ. (2558). **คู่มือการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ พ.ศ. 2558**. กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สุข จังหวัดนนทบุรี. กรุงเทพฯ: สำนักงานกิจการโรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ ทหารผ่านศึก. สุธิ สฤทธิศิริ. (2555). ภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียน เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร. **หลักโภชนบัญญัติ 9 ประการ**. สืบค้นเมื่อ 15 สิงหาคม 2560 จาก <http://>
- อนามัยที่ 9 พิษณุโลก**. สืบค้นเมื่อ 10 สิงหาคม 2560 จาก
- อรุณ จิรวัดน์กุล. (2548). **ชีวิตที่ดีสำหรับงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ**. ขอนแก่น: ภาควิชาชีวิตที่ดีและประชากรศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- อำนวยการชัย บุญศรี. (2556). **ทฤษฎี เฮอร์ซ เบอร์ก**. สืบค้นเมื่อ 2 พฤศจิกายน 2560 จาก <http://www.aumnuychai.blogspot.com/2013/09/herzberg-and-other.html> อำเภอบ้านกรวด จังหวัดบุรีรัมย์. **วารสารวิจัยสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น**.
- Cohen, S., Gottlieb, B.H., & Underwood, L.G. (2000). Social Relationships and Health. In S. Cohen, L.G. Underwood, & B.H. Gottlieb (Eds.), **Social Support Measurement and Intervention: A guide for Health and Social Scientists** (pp. 3–25). New York: Oxford University Press.
- Gidding SS, Dennison BA, Birch LL, Daniels SR, Gillman MW, Lichtenstein AH, et al. **Dietary Recommendations for Children and Adolescents: a Guide for Practitioners: Consensus Statement from The American Heart Association**. *Circulation*. 2005;112: 2061-75.
- Gottlieb, J. L. (1985). **Social participation of individuals in four rural community of the northeast: rural sociology**. Columbia: University Missouri Press.
- House, J. S. 1981. **Work Stress and Social Support**. New Jersey: Prentice Hall.
- Jason WB. (2009). Content validity is naught. **International Journal of Nursing Studies**: 46: 1274-1283.
- Kahn, R. (1979). **Aging and social support**. In M.W. Riley(Ed.), *Aging from Birth to Death: Interdisciplinary Perspectives* (pp. 189-199). Denver, CO: West View Press.
- Kaplan, B. H.; Cassel J. C. and Gore S. 1977. **Social Support and Health Medical**

Care. May, 50 : 5.

khemmarat yaemkhai. (2017). สืบค้นเมื่อ 15 สิงหาคม 2560 จาก

<https://prezi.com/6qjuhdddha6b/presentation/>

Krejcie, Robert V. and Morgan, Daryle W. (1970). **Determining Sample Size for Research Activities. Educational and Psychological Measurement.** v. 30,607 – 610.

Manning, R.C. (1977). **The satisfiers and dissatisfies of Virginia superintendent of school.** Dissertation Abstracts International, 37(7), 1452 – A.

Spear BA, Barlow SE, Ervin C, Ludwig DS, Saelens BE, Schetzina KE, et al.

Recommendations for Treatment of Child and Adolescent Overweight and Obesity. Pediatrics. 2007; 120 Suppl 4: S254-88.

Steers, R.M. & Porter, W.L. (1991). Motivation and work behavior. New York: McGraw – Hill.

<http://www.thaihealthlife.com>. สืบค้น 15 สิงหาคม 2560.

<https://www.rarediseases.org/rare-diseases/pseudohypoparathyroidism/> สืบค้นเมื่อ 15 สิงหาคม 2560.

[http://www.jpeds.com/article/S0022-3476\(37\)80155-9/abstract](http://www.jpeds.com/article/S0022-3476(37)80155-9/abstract) Laurence-Biedl Syndrome - The Journal of Pediatrics สืบค้นเมื่อ 15 สิงหาคม 2560.

ภาคผนวก

4. การศึกษาสูงสุด

- 1 () ต่ำกว่าปริญญาตรี
2 () ปริญญาตรี
3 () ปริญญาโท
4 () อื่น ๆ โปรดระบุ.....

5. ระยะเวลาปฏิบัติงานปี

6. บทบาทการดำเนินงานด้านโภชนาการ ของนักเรียนท่านมีสถานใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

1. () ครูประจำชั้น
2. () ครูอนามัยโรงเรียน
3. () ครูกลุ่มสาระการเรียนรู้
4. () อื่น ๆ (ระบุ)

7. การอบรมเกี่ยวกับภาวะโภชนาการของท่าน

1. () ไม่เคย
2. () เคย (ระบุหน่วยงานที่จัดอบรม)

8. ท่านได้เข้าอบรม หรือร่วมประชุม เรื่องภาวะโภชนาการในเด็กครั้งสุดท้าย เมื่อใด (โดยประมาณ)

1. () ภายใน 6 เดือน
2. () 6 เดือน – 1 ปี
3. () ภายใน 2 ปี
4. () มากกว่า 2 ปี

ส่วนที่ 2 การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ของครู จากผู้บริหารโรงเรียน

คำชี้แจง : ข้อความต่อไปนี้มีความเกี่ยวกับการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน โปรดอ่านข้อความ และทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่อง ความถี่ของแรงสนับสนุนทางสังคมขวามือ ซึ่ง ตรงกับความเป็นจริงที่ท่านได้รับมากที่สุด โดยมีค่าวัดระดับของการสนับสนุน ดังนี้

มากที่สุด หมายถึง	ได้รับการสนับสนุนเป็นประจำทุกเดือน
มาก หมายถึง	ได้รับการสนับสนุน 1-3 เดือนต่อครั้ง
ปานกลางหมายถึง	ได้รับการสนับสนุน 3-6 เดือน
น้อยหมายถึง	ได้รับการสนับสนุน 6- 9 เดือน
ไม่เคยหมายถึง	ไม่ได้รับการสนับสนุนเลยในรอบ 1 ปี

ส่วนที่ 2 การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ของครู จากผู้บริหารโรงเรียน

แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน	ความถี่ของการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย
การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมด้านอารมณ์					
1. ผู้บริหารโรงเรียนมักสนใจสอบถามภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนเสมอ					
2. ผู้บริหารโรงเรียนสอบถามและติดตามการทำงานของท่านด้วยความห่วงใย					
3. ผู้บริหารโรงเรียนให้ความสำคัญกับตนเองเมื่อต้องการปรึกษางาน					
4. ผู้บริหารโรงเรียนสอบถามปัญหาการปฏิบัติงานด้านโภชนาการของนักเรียน					
5. ผู้บริหารโรงเรียนเปิดโอกาสให้ท่านได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการทำงาน					
6. ผู้บริหารโรงเรียนให้กำลังใจ ในการแก้ไข ปัญหาจากการดำเนินงานภาวะโภชนาการของนักเรียน					
7. ผู้บริหารโรงเรียนเปิดโอกาสให้ท่านระบายความกังวลเรื่องงาน					
8. ผู้บริหารโรงเรียนได้ให้คำแนะนำการทำงานด้านการป้องกันภาวะโภชนาการเกินนักเรียน					
9. ผู้บริหารโรงเรียนได้มอบหมาย ให้ท่านรับผิดชอบงาน ด้านปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนเสมอ					
10. ผู้บริหารโรงเรียน มอบหมายให้ ท่านเลือกทีมงาน การจัดกิจกรรมด้านโภชนาการ					

ส่วนที่ 2 การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ของครู จากผู้บริหารโรงเรียน (ต่อ)

แรงสนับสนุนทางสังคมจาก ผู้บริหารโรงเรียน	ความถี่ของการได้รับแรงสนับสนุน ทางสังคม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย
11.ผู้บริหารโรงเรียนยกย่อง และชมเชย การทำงานของท่านกับบุคคลอื่น					
แรงสนับสนุนด้านข้อมูลข่าวสาร 12.ผู้บริหารโรงเรียนกำหนดนโยบายการสื่อสารข้อมูลด้านโภชนาการในการประชุม					
13.ผู้บริหารโรงเรียนให้ท่านร่วมรับรู้ ปัญหาการดำเนินงานด้านโภชนาการ					
14.ผู้บริหารโรงเรียนจัดประชุม ให้ครูทุกท่าน มีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็น และแก้ไข ปัญหาภาวะ โภชนาการเกินของนักเรียน					
15. ผู้บริหารโรงเรียนจัดอบรมเพื่อพัฒนา องค์ความรู้ด้านโภชนาการให้กับครูทุกคน					
16. ผู้บริหารโรงเรียนให้การสนับสนุน ครู เข้ารับการอบรม เพิ่มพูนความรู้ด้าน โภชนาการจาก หน่วยงานภายนอก					
17. ผู้บริหารโรงเรียนจัดระบบข้อมูล ด้านโภชนาการเพื่อรวบรวมความรู้ใน การปฏิบัติงาน ด้านภาวะโภชนาการ					
18. โรงเรียนได้ จัดหาเอกสาร/ หนังสือ ด้าน โภชนาการไว้ในหน่วยงาน					
19. ผู้บริหารโรงเรียนเปิดโอกาสให้ครูแสดง ความคิดเห็นและแลกเปลี่ยนความรู้การดำเนินงานภาวะ โภชนาการ เกินของนักเรียน					

ส่วนที่ 2 การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ของครู จากผู้บริหารโรงเรียน (ต่อ)

แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน	ความถี่ของการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย
แรงสนับสนุนด้านการสนับสนุนเครื่องมือหรือสิ่งของ 20. ผู้บริหารโรงเรียนให้การสนับสนุนการดำเนินกิจกรรมการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน					
21. โรงเรียนสนับสนุนงบประมาณ ในการจัดซื้อเอกสาร หนังสือ ตำรา วารสารวิชาการด้านภาวะโภชนาการของนักเรียนไว้ในห้องสมุด					
23. ผู้บริหารโรงเรียน อนุมัติให้จัดหาอุปกรณ์ที่ใช้ในการปฏิบัติงานด้านโภชนาการของนักเรียน ตามที่ท่านร้องขอ					
24. ผู้บริหารโรงเรียนจัดสรรงบประมาณที่ใช้ในโครงการ และกิจกรรม การป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนอย่างเพียงพอ					
25. ผู้บริหารโรงเรียนเห็นความสำคัญกับกิจกรรมการป้องกัน ภาวะโภชนาการของนักเรียน					
26. ผู้บริหารโรงเรียนได้ให้เวลาเข้าร่วมงานที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการดำเนินงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนอย่าง เหมาะสม และสม่ำเสมอ					
27. ผู้บริหารโรงเรียน มอบหมายผู้รับผิดชอบงาน ด้านภาวะโภชนาการอย่างเพียงพอต่อภาระงาน					

ส่วนที่ 2 การได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม ของครู จากผู้บริหารโรงเรียน (ต่อ)

แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บริหารโรงเรียน	ความถี่ของการได้รับแรงสนับสนุนทางสังคม				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เคย
แรงสนับสนุนด้านการประเมิน					
28. ผู้บริหารโรงเรียนแจ้งผลการป้องกันภาวะโภชนาการให้ท่านทราบเป็นระยะ ๆ					
29. ผู้บริหารโรงเรียนชี้แนะปัญหาการทำงานการป้องกันภาวะโภชนาการ					
30. ผู้บริหารโรงเรียนให้ข้อเสนอแนะการปรับปรุงการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ					
31. ผู้บริหารโรงเรียนประเมินผลงานตามตัวชี้วัด					
32. ผู้บริหารโรงเรียนเห็นด้วยกับผลงานของครู					
33. ท่านได้รับการเลื่อนขั้นจากผลการทำงาน					
34. ผู้บริหารโรงเรียนให้ความเสมอภาคกับทุกคน					
35. ผู้บริหารโรงเรียนชื่นชมทีมงานเมื่อการทำงานประสบความสำเร็จ					
36. ผู้บริหารโรงเรียนให้กำลังใจ และให้โอกาสท่านพัฒนาปรับปรุงการทำงาน					

ส่วนที่ 3 บทบาทการดำเนินงานระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของข้อมูลที่ท่านปฏิบัติกิจกรรม

เหล่านี้ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ไม่มีการปฏิบัติ

บทบาทของครูต่อการดำเนินงาน ระบบการป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียน	ความถี่ของการปฏิบัติ		
	ปฏิบัติทุกครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่มีการปฏิบัติ
1. ท่านค้นหาปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนโดยจัดให้มีการชั่งน้ำหนักวัด ส่วนสูง ภาคเรียนละ 1 ครั้ง			
2. จัดให้มีระบบบันทึก น้ำหนัก และส่วนสูงของนักเรียนและนำไปเทียบกับเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของนักเรียน			
3. ท่านตรวจสอบมาตรฐานอุปกรณ์เครื่องชั่งน้ำหนัก ที่วัด ส่วนสูงให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้			
4. ท่านจัดส่งข้อมูลภาวะโภชนาการของนักเรียนตามระบบรายงาน ส่งสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา ทุก 3 เดือน			
5. ท่านควบคุมการจัดเมนูอาหารกลางวัน และอาหารว่าง ตามมาตรฐานโภชนาการ			
6. ท่านขอความร่วมมือผู้ค้า ให้จำหน่ายอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาภายในบริเวณโรงเรียน			
7. ท่านเข้าประชุม คณะกรรมการควบคุมการจัดอาหารในโรงเรียนให้มีมาตรฐานทุกครั้ง			
8. ท่านบูรณาการ เนื้อหาการเรียนให้ สอดคล้องกับการเรียนรู้ทางโภชนาการ			
9. ท่านจัดทำโครงการลดปัญหาภาวะโภชนาการเกินในนักเรียนทุกปีการศึกษา			
10. ท่านเชิญผู้ปกครองเข้าร่วมกิจกรรมป้องกันภาวะโภชนาการเกินในนักเรียน			

ส่วนที่ 4 บทบาทการปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของความสำเร็จที่ท่านปฏิบัติกิจกรรมเหล่านี้ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ไม่มีการปฏิบัติ

บทบาทของครูต่อการปฏิบัติงานการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการ	ความถี่ของการปฏิบัติ		
	ปฏิบัติทุกครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่มีการปฏิบัติ
1. ท่านจัดให้มีการชั่งน้ำหนัก และวัด ส่วนสูงนักเรียน ภาคเรียนละ 1 ครั้ง			
2. ท่านจัดให้มีระบบบันทึกน้ำหนักและ ส่วนสูง โดยเทียบกับกราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิง การเจริญเติบโต ของเด็กวัยเรียน			
3. ท่านได้ประเมินการเจริญเติบโตของ นักเรียนและแปลผลทุก 3 เดือน			
4. ท่านได้ประเมินพฤติกรรมการบริโภค อาหารของนักเรียนทุก 3 เดือน			
5. ท่านได้นำข้อมูล การประเมินพฤติกรรมการบริโภคของนักเรียน มาวิเคราะห์ และวางแผนแก้ไขปัญหา กลุ่มที่เสี่ยงต่อ ภาวะโภชนาการเกิน ทุก 3 เดือน			
6. ท่านแจ้งผลการเจริญเติบโตและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนแก่ผู้ปกครอง			
7. ท่านดำเนินการป้องกัน ภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนกลุ่มเสี่ยง			
8. ท่านติดตามการดำเนินงานป้องกันและ แก้ปัญหาภาวะโภชนาการ			
9. ท่านรายงานผลการเปรียบเทียบน้ำหนัก ของนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน ตามลำดับชั้น ทุก 3 เดือน			

ส่วนที่ 5 บทบาทของครูต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ 2 องค์ประกอบ

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของความถี่ที่ท่านปฏิบัติกิจกรรม

เหล่านี้ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ไม่มีการปฏิบัติ

บทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ	ความถี่ของการปฏิบัติ		
	ปฏิบัติทุกครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่มีการปฏิบัติ
5.1 โภชนาการ และ อาหารที่ปลอดภัย			
1. ท่านวางแผนแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน ตั้งแต่เริ่มมีภาวะอ้วน และอ้วน			
2. ท่านได้ให้นักเรียนได้รับประทานอาหารครบ 5 กลุ่มอาหาร ตามสัดส่วนธงโภชนาการ ทุกวัน			
3. ท่านจัดให้นักเรียนชั้น ป.1 ขึ้นไปได้รับยาเม็ดเสริมธาตุเหล็ก 1 เม็ด (60 มิลลิกรัม)/ยาน้ำ 1 ซ้อนชา (ต่อสัปดาห์)			
4. ท่านจัดให้นักเรียนได้รับความรู้เรื่องธง โภชนาการ			
5. ท่านจัดให้นักเรียน ป.1 - ป.6 ทุกคนได้ดื่มนมรสจืดทุกวัน			
6. ท่านควบคุมให้มีการเก็บรักษานมของนักเรียนไว้ที่ อุณหภูมิที่เหมาะสม			
7. ท่านควบคุม มิให้จัดวาง น้ำปลา น้ำตาลที่จุดจำหน่ายอาหารในบริเวณโรงอาหาร เพื่อลดพลังงานส่วนเกิน			
8. ท่านดูแลไม่ให้มีการจัดจำหน่าย อาหารรสหวานจัด เค็มจัด มันจัด			
9. ท่านดูแลไม่ให้มีการจำหน่าย เครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมในโรงเรียน			

ส่วนที่ 5 บทบาทของครูต่อการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ 2 องค์ประกอบ (ต่อ)

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของความถี่ที่ท่านปฏิบัติกิจกรรม

เหล่านี้ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ไม่มีการปฏิบัติ

บทบาทการดำเนินงานโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ	ความถี่ของการปฏิบัติ		
	ปฏิบัติทุกครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่มีการปฏิบัติ
5.2 การออกกำลังกาย กีฬาและนันทนาการ			
1. ท่านมีส่วนสำรวจสถานที่ออกกำลังกายในโรงเรียน			
2. ท่านมีส่วนดูแลอุปกรณ์การออกกำลังกายให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งานและปลอดภัย			
3. ท่านมีส่วนร่วมจัดกิจกรรม การออกกำลังกาย/กีฬา สำหรับนักเรียน			
4. ท่านสนับสนุนให้โรงเรียนจัดตั้งชมรม/กลุ่ม ออกกำลังกาย กีฬาและ นันทนาการ			
5. ท่านจัดให้นักเรียนได้รับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ปี ละ 1 ครั้ง			
6. ท่านจัดให้มีการตรวจสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียน ปี ละ 1 ครั้ง			
7. ท่านบอกผลการตรวจสอบสมรรถภาพ และให้คำแนะนำนักเรียนที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยง และกลุ่มที่มีภาวะโภชนาการเกิน			
8. ท่านจัดกิจกรรมออกกำลังกาย เสริมสำหรับกลุ่มเสี่ยงต่อภาวะ โภชนาการเกิน			
11. ท่านควบคุม และติดตามนักเรียนที่ไม่ผ่านการทดสอบสมรรถภาพร่างกาย			

ส่วนที่ 6 บทบาทของครูต่อการจัดอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนในการป้องกันภาวะโภชนาการ
คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของความถี่ที่ท่านปฏิบัติกิจกรรม
 เหล่านี้ คือ ปฏิบัติทุกครั้ง ปฏิบัติบางครั้ง ไม่มีการปฏิบัติ

บทบาทของครูต่อการจัดอาหารกลางวันสำหรับ นักเรียน	ความถี่ของการปฏิบัติ		
	ปฏิบัติทุกครั้ง	ปฏิบัติบางครั้ง	ไม่มีการปฏิบัติ
1. ท่านจัดให้นักเรียนได้รับประทานอาหาร ครบ 3 มื้อ โดยเฉพาะมื้อเช้า			
2. ท่านแนะนำการบริโภคอาหารตาม สัดส่วนธงโภชนาการ			
3. ท่านจัดเมนู อาหารกลางวันสำหรับนักเรียน โดยเลือก ประเภทที่ มีสารอาหารหลากหลาย และครบถ้วน เช่น อาหารจานเดียว			
4. ท่านหลีกเลี่ยงการจัดอาหารที่มี รสหวาน และเค็มจัด ให้นักเรียน			
5. ท่านจัดข้าวกล่องให้นักเรียน รับประทาน แทนข้าวขาวมื้อมกลางวัน ทุกวัน			
6. ท่านจัดให้ใช้เครื่องปรุงประกอบอาหาร เช่น เกลือ น้ำปลา เสิร์มสารไอโอดีน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์			
7. ท่านจัดอาหารที่มีกะทิเป็นส่วนประกอบ ให้นักเรียนรับประทานสัปดาห์ละ 1 ครั้ง หรือทดแทนด้วยนมถั่วเหลือง หรือกะทิ			
8. ท่านเลือกใช้เนื้อสัตว์ที่ไขมันต่ำเช่น ปลา เนื้อ หมูไม่ติดมัน ทุกมื้อ			
9. ท่านจัดชุดสำหรับ อาหารจานเดียว มื้อ กลางวันให้นักเรียน 1 ครั้ง ต่อสัปดาห์			

ส่วนที่ 7 แรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

คำชี้แจง : กรุณาเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องทางขวามือที่ตรงกับระดับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด คือ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยอย่างมาก เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย

ปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงาน	ระดับของความคิดเห็น				
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยอย่างมาก	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย
ด้านลักษณะงานการป้องกันภาวะโภชนาการ					
1. ท่านเห็นว่าการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการของนักเรียนเป็นงานที่ต้องใช้ทั้งความรู้ความสามารถ และประสบการณ์					
2. ครูผู้ปฏิบัติงาน ต้องมีความอดทนและความเข้าใจถึงจิตวิทยาของเด็กวัยเรียน					
3. ท่านเห็นด้วยในการทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน					
4. ท่านเห็นว่าการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนได้ใช้ความรู้ความสามารถ					
5. การแก้ปัญหาภาวะโภชนาการ ช่วยให้เกิดความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์					
6. ท่านเห็นว่าการป้องกันภาวะโภชนาการเป็นงานที่น่าสนใจ และท้าทายความสามารถ					
7. ท่านรู้สึกมีความกระตือรือร้นในการทำงานให้มีประสิทธิภาพ และประสิทธิผล					
ด้านสัมพันธภาพระหว่างครูด้วยกัน					
1. มีการพูดคุยทักทายระหว่างครูด้วยกัน					
2. ท่านทำงานร่วมกับครูท่านอื่นได้เป็นอย่างดี					

ส่วนที่ 7 แรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (ต่อ)

ปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงาน	ระดับของความคิดเห็น				
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยอย่างมาก	เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย
3. มีความเข้าใจและเอื้อเฟื้อต่อกันอย่างดี					
4. ผู้ร่วมงานมีการให้เกียรติซึ่งกัน และกัน					
5. มีสัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูด้วยกัน					
6. ครูทุกคนสามารถทำงานร่วมกันให้เกิดความสำเร็จได้					
ด้านการได้รับการยอมรับนับถือ					
1. ผู้ปกครองนักเรียนมักขอคำปรึกษาการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนจากครูเสมอ					
2. ผู้ปกครองนักเรียนมักขอคำปรึกษาการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียนจากครูเสมอ					
3. ท่านได้รับความร่วมมือจากผู้ปกครองในการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน					
4. ท่านได้รับการยอมรับในความรู้และความสามารถด้านโภชนาการจากผู้ร่วมงาน					
5. ท่านได้รับการยอมรับนับถือจากผู้ปกครองที่มาขอปรึกษาเรื่องภาวะ โภชนาการของนักเรียน					
5. ระหว่างครูมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน					
6. ครูสามารถทำงานร่วมกันให้เกิดความสำเร็จได้					

ส่วนที่ 7 แรงจูงใจในการปฏิบัติงานป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน (ต่อ)

ปัจจัยจูงใจในการปฏิบัติงาน	ระดับของความคิดเห็น				
	เห็นด้วยมากที่สุด	เห็นด้วยอย่าง มาก	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่เห็นด้วย
ด้านสภาพการทำงาน					
1. ลักษณะสถานที่ทำงานเป็นสัดส่วนและมี ความพร้อมในการปฏิบัติงาน					
2. มีความพร้อมของอุปกรณ์เครื่องมือ เครื่องใช้ ในการทำงานป้องกันภาวะ โภชนาการของนักเรียน					
3. ลักษณะสิ่งแวดล้อมของการทำงานช่วย สร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนร่วมงาน					
4. สถานที่ทำงานทั้งภายใน และภายนอก อาคารสะอาดสวยงาม					
5. บรรยากาศ และ สิ่งแวดล้อม ช่วยกระตุ้น ให้เกิดความมุ่งมั่นในการปฏิบัติงานให้มี ประสิทธิภาพ					

ส่วนที่ 8 บทบาทของครูต่อการป้องกันภาวะโภชนาการเกินของนักเรียน

คำชี้แจง: แบบสอบถามปลายเปิด ตามประเด็นที่กำหนดไว้ และบันทึกข้อมูลคำตอบของท่านในแบบสอบถามฉบับนี้

: จากประสบการณ์ของท่าน เมื่อผลการประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน พบว่ามีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน ท่านได้ดำเนินการช่วยเหลือ อย่างไร

1. กลวิธี ที่ท่านใช้ในการวางแผนการลดน้ำหนักนักเรียนที่มีความเสี่ยงต่อภาวะโภชนาการเกิน

.....
.....
.....
.....
.....

2. ท่านมีวิธีการ ขอความร่วมมือจาก ผู้ปกครอง ในการจัดอาหารให้นักเรียนรับประทานที่บ้านเพื่อควบคุมน้ำหนักให้ประสบความสำเร็จได้อย่างไร

.....
.....
.....
.....
.....

3. เทคนิค และวิธีการ ที่ท่านใช้เพื่อให้ได้รับความร่วมมือ ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนักเรียนกลุ่มเสี่ยง หรือภาวะโภชนาการเกิน และไม่ออกกำลังกาย แต่ใช้เวลาส่วนใหญ่ กับกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายน้อย และใช้เวลา นั่งอยู่กับที่เป็นเวลานาน ๆ เช่น ดูโทรทัศน์ เล่นเกมกด เกมคอมพิวเตอร์ ให้ลดพฤติกรรมดังกล่าว

.....
.....
.....
.....
.....

ส่วนที่ 9 ข้อคิดเห็น และข้อเสนอแนะในการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน

9.1 ข้อคิดเห็น.....

.....
.....
.....
.....

9.2 ข้อเสนอแนะ.....

.....
.....
.....
.....



ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ-สกุล (ภาษาไทย) ผู้ช่วยศาสตราจารย์นนทรี สัจจาธรรม

ชื่อ-สกุล (ภาษาอังกฤษ) Assistant Professor Nontraree Sajjathram

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2526 : วิทยาศาสตร์บัณฑิต (พยาบาลสาธารณสุข)

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

พ.ศ. 2533 : วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์)

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

ประวัติการทำงาน

พ.ศ. 2526 - 2535 : ดำรงตำแหน่งหัวหน้างานส่งเสริมป้องกันและควบคุมโรค กลุ่มงานเวชกรรมสังคม โรงพยาบาลพระนั่งเกล้า

พ.ศ. 2536 - 2552 : ดำรงตำแหน่งหัวหน้ากลุ่มงานสุขศึกษา โรงพยาบาลพระนั่งเกล้า

พ.ศ. 2553 - 2556 : ดำรงตำแหน่งหัวหน้าสาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์

พ.ศ. 2557 - ปัจจุบัน : อาจารย์ประจำหลักสูตรสาธารณสุขศาสตร์ สาขาสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์

ประสบการณ์ด้านการวิจัย

- 1) การมีส่วนร่วมของทีมสหสาขาวิชาชีพในการเตรียมจำหน่ายและวางแผนดูแลผู้ป่วยต่อเนื่องโรงพยาบาลพระนั่งเกล้า จังหวัดนนทบุรี พ.ศ. 2547
- 2) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพและการใช้บริการสาธารณสุขของครูมัธยมศึกษา จังหวัดนนทบุรี พ.ศ. 2554
- 3) ทักษะคติและความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของนักศึกษาวิทยาลัยราชพฤกษ์ พ.ศ. 2555
- 4) พฤติกรรมการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุจังหวัดนนทบุรีโดยใช้การแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2556
- 5) รูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต พ.ศ. 2557
- 6) ประสิทธิภาพการสร้างพลังความสามารถของผู้ดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ พ.ศ. 2558

ผลงานวิจัยที่พิมพ์เผยแพร่

1) การมีส่วนร่วมของทีมนิสิตสาขาวิชาชีพในการเตรียมจำหน่ายและวางแผนดูแลผู้ป่วยต่อเนื่อง โรงพยาบาลพระนั่งเกล้า จังหวัดนนทบุรี. วารสารวิชาการโรงพยาบาลศูนย์/โรงพยาบาลทั่วไป เขต 4 ปีที่ 8 ฉบับที่ 1 มกราคม – เมษายน 2549

2) ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพและการใช้บริการสาธารณสุขของครูมัธยมศึกษา จังหวัดนนทบุรี 2553. เอกสารการประชุมวิชาการมหาวิทยาลัยกรุงเทพ ประจำปี 2554 “วิเคราะห์ภาพอนาคตของประชาคมอาเซียน 2015 – 2020 วันศุกร์ที่ 25 พฤษภาคม 2555

3) ทศนคติและความตั้งใจในการเลิกสูบบุหรี่ของนักศึกษาวิทยาลัยราชพฤกษ์ พ.ศ. 2555. เอกสาร การประชุมวิชาการเบญจมิตรวิชาการ ครั้งที่ 4 ประจำปีการศึกษา 2556 “องค์ความรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน” วิทยาลัยราชพฤกษ์ จังหวัดนนทบุรี วันศุกร์ที่ 25 เมษายน 2557

4) รูปแบบการดูแลสุขภาพผู้สูงอายุเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต.วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชพฤกษ์ ปีที่ 1 ฉบับที่ 1 กุมภาพันธ์ – พฤษภาคม 2558

5) ประสิทธิภาพการสร้างพลังความสามารถของผู้ดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ. เอกสารการประชุมวิชาการระดับชาติ เบญจมิตรวิชาการ ครั้งที่ 6 “Local Wisdom and Sustainable Development” The Far Eastern University Chiang Mai, Thailand วันที่ 26 พฤษภาคม 2559

ประสบการณ์การประเมินบทความวิจัย

1. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับผลการดำเนินงานดูแลผู้ป่วยเบาหวานของโรงพยาบาลในพื้นที่สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 11.

2. ภาวะทุโภชนาการของผู้ป่วย โรคมะเร็งศีรษะและลำคอ กอง โสต ศอ นาสิกกรรม โรงพยาบาล ภูมิพลอดุลยกรมแพทย์ทหารอากาศ.

3. การวินิจฉัยโรคผู้เสียชีวิตโดยธรรมชาติ ที่นำเข้ามาผ่าชันสูตรในโรงพยาบาลศิริราช

4. ความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตในการทำงาน กับความผูกพันองค์กรของพยาบาลวิชาชีพโรงพยาบาลบำรุงราษฎร์

5. การศึกษาการพัฒนาผลิตภัณฑ์ให้ตอบสนองต่อการบริโภครูปแบบใหม่ : กรณีศึกษาผลิตภัณฑ์อาหารว่างจากธัญพืช

6. เรื่องความสุขในการทำงานของเจ้าหน้าที่ความปลอดภัยในการทำงาน (วิชาชีพ) กรณีศึกษาโรงงานอุตสาหกรรม อ.บางปะอิน จ.พระนครศรีอยุธยา

7. การประมาณค่าและพยากรณ์อัตราการณะของผู้สูงอายุไทย

8. ปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจบริโภคน้ำผัก/ผลไม้สดของผู้บริโภคในเขตพระโขนง