



โครงการสวัสดิการวิชาการ สบช.



แนวคิด ทฤษฎี

การสร้างเสริมสุขภาพและการนำมาใช้



10037595

ห้องสมุด วพบ.สุรินทร์

ประกาย จีโรจน์กุล

โครงการสวัสดิการวิชาการ สถาบันพระบรมราชชนก

สารบัญ

| | หน้า |
|---|-----------|
| บทที่ 1 พัฒนาการของแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพ | 1 |
| และการส่งเสริมสุขภาพ | |
| แนวคิดเกี่ยวกับสุขภาพ | 1 |
| พฤติกรรมสุขภาพ | 5 |
| การสร้างเสริมสุขภาพ และแนวคิดที่ใช้ในการส่งเสริมสุขภาพ | 7 |
| สรุป | 10 |
| เอกสารอ้างอิง | 11 |
| | |
| บทที่ 2 พัฒนาการของการกำหนดนโยบาย และยุทธศาสตร์ | 13 |
| การส่งเสริมสุขภาพในระดับนานาชาติ | |
| ศาสตร์ที่เกี่ยวข้องอันเป็นรากฐานของการกำหนดนโยบายและ | |
| ยุทธศาสตร์การส่งเสริมสุขภาพ | 13 |
| พัฒนาการของนโยบาย และยุทธศาสตร์การส่งเสริมสุขภาพ | |
| ในระดับนานาชาติ | 17 |
| นโยบาย และยุทธศาสตร์การส่งเสริมสุขภาพในศตวรรษที่ 21 | 26 |
| สรุป | 30 |
| เอกสารอ้างอิง | 31 |
| | |
| บทที่ 3 การสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค/การเจ็บป่วย | 33 |
| สถานการณ์ด้านปัญหาสุขภาพ และความจำเป็นในการ | |
| สร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค/การเจ็บป่วย | 33 |
| ความหมายของการสร้างเสริมสุขภาพ | 36 |
| การป้องกันโรค/การเจ็บป่วย และระดับของการป้องกัน | 37 |
| ความแตกต่างของการสร้างเสริมสุขภาพ และ | |
| การป้องกันโรค/การเจ็บป่วย | 38 |
| พัฒนาการของแนวคิดและวิธีการที่ใช้ในการ | |
| ส่งเสริมสุขภาพในประเทศไทย | 38 |
| สรุป | 50 |
| เอกสารอ้างอิง | 50 |

สารบัญ (ต่อ)

| | หน้า |
|--|-----------|
| บทที่ 4 ทฤษฎีที่ใช้อธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ | 54 |
| พัฒนาการของการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรม | 54 |
| พฤติกรรมสุขภาพ | 58 |
| การจัดหมวดหมู่ของทฤษฎีที่อธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพ และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม | 60 |
| ตัวอย่างทฤษฎี (Theory)/ แบบแผนหรือแบบจำลอง (Model) ที่อธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมสุขภาพและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม | 62 |
| แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ (Health Belief Model: HBM) | 63 |
| มโนทัศน์หลักของแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ | 66 |
| ตัวอย่างการนำแบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพมาใช้ | 66 |
| ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล (Theory of Reasoned Action: TRA) และทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน (A Theory of Planned Behavior: TPB) | 68 |
| ความหมายของมโนทัศน์หลักในทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน | 69 |
| ตัวอย่างการนำทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนมาใช้ | 71 |
| ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social cognitive theory - SCT) | 72 |
| มโนทัศน์หลักของทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม | 73 |
| ตัวอย่างการนำทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมมาใช้ | 78 |
| การสร้างเสริมพลังอำนาจ (Empowerment) | 79 |
| ตัวอย่างการนำแนวคิดของการเสริมสร้างพลังอำนาจมาใช้ | 82 |
| เครือข่ายทางสังคม และการสนับสนุนทางสังคม (Social networks and social support) | 83 |
| ผลของการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อสุขภาพ | 85 |
| ตัวอย่างการนำแนวคิดการสนับสนุนทางสังคมมาใช้ | 88 |
| แบบจำลองทางนิเวศวิทยาของพฤติกรรมสุขภาพ (Ecological models of health behaviors) | 89 |
| สรุป | 92 |
| เอกสารอ้างอิง | 92 |

สารบัญ (ต่อ)

| | หน้า |
|---|------------|
| บทที่ 5 แบบจำลองการสร้างเสริมสุขภาพและการนำมาใช้ | 96 |
| มโนทัศน์หลักของแบบจำลองการสร้างเสริมพฤติกรรมสุขภาพ | 98 |
| ตัวอย่างการนำแบบจำลองการสร้างเสริมสุขภาพมาประยุกต์ใช้ | 104 |
| การประยุกต์ใช้ในการประเมินการสร้างเสริมสุขภาพของบุคคล | 110 |
| แบบประเมินการสร้างเสริมสุขภาพฯ | 112 |
| ข้อวินิจฉัยทางการพยาบาล | 120 |
| สรุป | 120 |
| เอกสารอ้างอิง | 121 |
| | |
| บทที่ 6 ทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม และการนำมาใช้ | 125 |
| Transtheoretical Model and Stages of Change and Its Application | |
| มโนทัศน์หลักของทฤษฎี | 126 |
| ขั้นตอนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Stages of Change) | 128 |
| กระบวนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (Process of Change) | 130 |
| ความสมดุลของการตัดสินใจ (Decisional Balance) | 133 |
| การรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self - Efficacy) | 134 |
| ข้อตกลงเบื้องต้นของการนำทฤษฎีขั้นตอนการเปลี่ยนแปลง พฤติกรรมมาใช้ | 134 |
| ตัวอย่างการนำทฤษฎีมาใช้ในการวางแผนการพยาบาล | 135 |
| แผนการดูแลในสัปดาห์ที่ 2 | 137 |
| แผนการดูแลในสัปดาห์ที่ 3 | 140 |
| สรุป | 150 |
| เอกสารอ้างอิง | 151 |
| | |
| บรรณานุกรม | 153 |
| ภาคผนวก | 165 |
| แบบประเมินการสร้างเสริมสุขภาพ และป้องกันการเจ็บป่วยของบุคคล | 167 |