

เอกสารอ้างอิง

- กนกรัตน์ สุขะตุงคะ. (2544). ชีวิตกับความเครียด. *วารสารจิตวิทยาคลินิก*, 32(1), 1 – 2.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2546). *ความเครียดของคนไทย การศึกษาระดับชาติ ปี 2546*. กรุงเทพฯ: บริษัท บิยอนด์พับลิชชิง จำกัด.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2550). *แผนยุทธศาสตร์กรมสุขภาพจิตในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550 – 2554)*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: บริษัท บิยอนด์พับลิชชิง จำกัด.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2551). *อัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จต่อแสนประชากรจำแนกตามจังหวัด*. สืบค้น 3 เมษายน 2551 จาก <http://www.dmh.go.th/plan/suicide/>
- กระทรวงสาธารณสุข. (2548). *แนวทางการปฏิบัติงานเมืองไทยแข็งแรง (Healthy Thailand) 2549 กระทรวงสาธารณสุข*. สืบค้น 3 เมษายน 2551 จาก http://healthdata.moph.go.th/HealthyThailand2006/HealthyThailand_PDF_DOC/หนังสือคู่มือแนวทางเมืองไทยแข็งแรง.pdf
- กิติกร มีทรัพย์. (2541). *พฤติกรรมความเครียดและการตอบสนองต่อความเครียด*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำพูน. (2549). *แผนพัฒนาสุขภาพระยะ 3 ปี (พ.ศ. 2549 – 2551) จังหวัดลำพูน*. ลำพูน : สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดลำพูน.
- ฉวีวรรณ สัตยธรรม. (2541). *การพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต*. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี: โครงการสวัสดิการวิชาการ สถาบันพระบรมราชชนก.
- จำลอง ดิษยวณิช และพริ้มเพรา ดิษยวณิช. (2545). *ความเครียด ความวิตกกังวล และสุขภาพ*. พิมพ์ครั้งที่ 1. เชียงใหม่ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด เชียงใหม่โรงพิมพ์แสงศิลป์ เชียงใหม่.
- เจริญ ธานีรัตน์. (2548). ภัยจากความเครียด. *วารสารพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ตุลาคม – ธันวาคม 2548*, 1 (1), 103 – 115.
- ฉัตรกัญญ์ ปิยะชนานนท์. (2547). *ความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของพนักงานบริษัท เชียงใหม่ฟูดแอนด์เบฟเวอเรจ จำกัด*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- เต็มศักดิ์ คทวณิช. (2547). *จิตวิทยาทั่วไป*. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น.

- ที่ทำการปกครองอำเภอบ้านธิ จังหวัดลำพูน. (2551). *บรรยายสรุปอำเภอบ้านธิ จังหวัดลำพูน*. การติดต่อส่วนตัว.
- ธงชัย ทวีชาติ, พนมศรี เสาร์สาร, ภักคนพิน กิตติรักษนนท์, นันทิกา ทวีชาติ และ สุขุม เฉลยทรัพย์. (2541). *ความเครียดและสุขภาพจิตของคนไทย*. กรุงเทพฯ : กระทรวงสาธารณสุข.
- ธนูชาติชนานนท์, สุวัฒน์ มหัตนิรันดร์กุล และวนิดาพุ่ม ไพศาลชัย. (2542). ภาวะเครียด กลไกการจัดการกับภาวะเครียดและความคิดฆ่าตัวตายของคนไทยในภาวะวิกฤตเศรษฐกิจ. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, 7(1), 29 – 36.
- นัจฉริ เจริญสุข. (2545). *ความเครียดของเยาวชนในเขตภาคใต้ตอนบนของประเทศไทย*. คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏสุราษฎร์ธานี.
- นารี จิตรรักษา. (2549). *พัฒนาการวัยรุ่น*. คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
- นิตานาด สารเดือนแก้ว. (2546). *ความเครียดและวิธีการปรับแก้ของเด็กวัยรุ่นในโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดน่าน*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสุขภาพจิต และการพยาบาลจิตเวช บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บุญวดี เพชรรัตน์. (2546). *การดูแลตนเองด้านสุขภาพจิตของวัยรุ่นในโรงเรียนมัธยมศึกษา จังหวัดสงขลา*. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, 11(1), 21 – 30.
- ประสิทธิ์ ลิระพันธ์, ภารดี เต็มเจริญ, สุรินทร กลัมพากร, ธราดล เก่งการพานิช. (2550). *แนวคิดและกรณีศึกษาการสร้างเสริมสุขภาพจิตในการพัฒนาสถาบันการศึกษาสาธารณสุขให้เป็นองค์กรการสร้างเสริมสุขภาพ*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : สุกพล อินเตอร์ พรินท์.
- ปราณี มิ่งขวัญ. (2542). *ความเครียดและการเผชิญความเครียดในผู้ป่วยสูงอายุโรคหลอดเลือดสมอง*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พวงเพ็ญ อ่อนสินบุตร และบุษบา อนุศักดิ์. (2549). รายงานการศึกษาผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าและเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายจังหวัดลำพูน ปี 2548. *การเฝ้าระวังทางระบาดวิทยา สาธารณสุขเขต 1*, 16 (2), 7 – 11.
- พิรภาวี่ ลิมนวิสต์. (2549). *ความเครียด การจัดการความเครียด และการปรับตัวของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัย ในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาชุมชน บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- พิงพิศ จักรปิง. (2549). *เอกสารคำสอนรายวิชาวิทยาการแนะแนวเด็กวัยรุ่น*. คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.

- เพ็ญประภา ถวิลลาภ. (2544). *วิธึคลายเครียดด้วยตนเอง*. เชียงใหม่ : ฝ่ายการพยาบาล
โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- มนตรี นามมงคล, วรธนีย์ เตชะสุข, อัจฉนา เชาว์ประยูร, เหวินเจา ชูติมา, ชาตรี ศรีระพงษ์.
(2540). *รายงานการวิจัยเรื่องการเปรียบเทียบความเครียด ความคิดอยากฆ่าตัวตายและ
ความคิดอยากฆ่าผู้อื่นของข้าราชการในจังหวัดเชียงใหม่*. ศูนย์สุขภาพจิต 2
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- มธุรส สว่างบำรุง. (2543). *เอกสารประกอบการสอนวิชาศษ 303 จิตวิทยาพัฒนาการ*. พิมพ์ครั้งที่ 1
เชียงใหม่ : ภาควิชาศึกษาทั่วไป คณะธุรกิจการเกษตร มหาวิทยาลัยแม่โจ้.
- ยุทธชัย กิตติโยธิน. (2545). *ความเครียดและวิธีลดความเครียดของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอน
ปลายแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ยุพดี ศิริวรรณ, อัจฉรา จรัสสิงห์, เนตรชนก บัวเล็ก และสตรีรัตน์ รุจิระชาคร. (2548). *รายงาน
การวิจัยเรื่องคุณภาพชีวิตและความเครียดของนักเรียนมัธยมศึกษาในประเทศไทย*.
สืบค้น 28 มีนาคม 2551 จาก <http://www.dmh.go.th/abstract/details.asp?id=3983>
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542*. กรุงเทพฯ : นานมี
บุ๊คส์พับลิเคชั่น.
- ลักขณา ศรีวัฒน์. (2544). *จิตวิทยาในชีวิตประจำวัน*. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: โอ.เอส.พรีนติ้ง
เฮาส์.
- วงศ์พรรณ มาลารัตน์. (2543). *ความเครียดและพฤติกรรมการแก้ปัญหาความเครียดของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดเชียงใหม่*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วราลักษณ์ ปานสุรินทร์. (2541). *อิทธิพลของความเชื่ออำนาจในการควบคุม พฤติกรรมการจัดการ
ปัญหาและการสนับสนุนทางสังคม ที่มีต่อความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของพยาบาล*.
วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- วีระ ชูรุจิพร. (2542). *วิธีการจัดการกับภาวะซึมเศร้าของคนไทย*. *วารสารสุขภาพจิตแห่ง
ประเทศไทย*; 7(3) : 176 – 178.
- วีระ ไชยศรีสุข. (2539). *สุขภาพจิต*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : แสงศิลป์การพิมพ์.

- วุฒิชัย บุญยฤทธิ์. (2551). เอกสารคำสอนกระบวนวิชา PSYCH501 (305501) เรื่อง *Neurotic Disorders (Neuroses)* สำหรับนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 5. สืบค้น 30 สิงหาคม 2551 จาก <http://www.medicine.cmu.ac.th/dept/Psychiatry/Document/Psycho/NeuroticDisorder.pdf>
- ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2549). จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย. พิมพ์ครั้งที่ 9. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิวาพร พงษ์นิลละออภรณ์. (2543). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความเครียดของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนจุฬาภรณราชวิทยาลัย เชียงราย. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สนาม บินชัย. (2543). ความเครียดของนักเรียนโรงเรียนสตรีนครสวรรค์. สืบค้น 28 มีนาคม 2551 จาก <http://www.dmh.go.th/abstract/details.asp?id=2717>
- สมชาย พลอยล้อมแสง. (2540). ความเครียดและภาวะซึมเศร้าของคนไทยในเขตสาธารณสุข 10. *วารสารสวนปรุง กันยายน 2540 – เมษายน 2541*, 13(3).
- สมภพ เรื่องตระกูล. (2547). ความเครียดและอาการทางจิตเวช. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์เรือนแก้วการพิมพ์.
- สถานีอนามัยห้วยยาบ. (2551). ข้อมูลด้านสาธารณสุข สถานีอนามัยตำบลห้วยยาบ ปิงปิงประมาณ 2550. ลำพูน : สถานีอนามัยห้วยยาบ ตำบลห้วยยาบ อำเภอบ้านธิ จังหวัดลำพูน.
- สมิต อาชวณิจกุล. (2547). ยอมรับความเครียด. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ดอกหญ้า.
- สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส คนพิการ และผู้สูงอายุ. (2551). นโยบายเยาวชนแห่งชาติและแผนพัฒนาเด็กและเยาวชนระยะยาว พ.ศ. 2545-2554. สืบค้น 3 เมษายน 2551 จาก http://www.opp.go.th/library/young_21_07_49_1.doc
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (2549). เอกสารแนวทางการดำเนินงานปฏิรูปการเรียนการสอน ตามเจตนารมณ์กระทรวงศึกษาธิการ “2549 ปีแห่งการปฏิรูปการเรียนการสอน” แนวทางการจัดการเรียนรู้เพื่อพัฒนาทักษะการคิดวิเคราะห์. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- สุชีรา ภัทรายุตวรรตน์ และคณะ. (2543). แบบวัดความเครียดสำหรับคนไทย Thai Stress Test (TST). *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 45(3), 237-250.

- สุนันฎดา คเชนทร์ชัย. (2547). *ความเครียด วิธีเผชิญความเครียด และความหวังของมารดาที่มีบุตรป่วยเป็นโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวและได้รับยาเคมีบำบัด*. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สุริย์ กาญจนวงศ์ และจริยาวัตร คมพยัคฆ์. (2545). *รายงานการวิจัยเรื่อง ความเครียด สุขภาพ และความเจ็บป่วย : แนวคิดและการศึกษาในประเทศไทย*. พิมพ์ครั้งที่ 1. นครปฐม : คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุวัฒน์ มหัตถนรินทร์กุล, วนิดา พุ่มไพศาลชัย และพิมพ์มาศ ตาปัญญา. (2540). *รายงานการวิจัยเรื่องการสร้างแบบวัดความเครียดสวนปรง*. โรงพยาบาลสวนปรง จังหวัดเชียงใหม่.
- โสภณัท นุชนาถ. (2544). *กลัวทำไมความเครียด*. *วารสารเผยแพร่ความรู้ทางวิชาการและงานวิจัย*, 10, 137 – 152.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ และอรวรรณ หนูแก้ว. (2543). *จิตพยาธิสภาพของวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตาย*. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 43(1), 22-38.
- Caver, C. S., Scheier, F. M., Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategy :A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Schetter, C. D., DeLongis, A. & Gruen, R. J. (1986). Dynamics of stressful encounter :Cognitive appraisal, coping, and encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 992 – 1003.
- Frydenberg E. (2004). Coping Competencies: What to Teach and When. *Theory into practice*, 43(1), 14 – 22.
- Jenis,I. L. (1952). *Psychological stress*. New York : John Wiley and sons.
- Lazarus, R. S., (1996). *Handbook of Emotion, Adult Development, and Aging*. California : Academic Press, Inc.
- Lazarus, R. S. , & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, coping*. New York: Springer.
- Selye H. (1956). *The Stress of life*. New York: Prentice Hall.
- Taro Yamane. (1967). *Elementary Sampling Theory*. New York: Prentice Hall.
- WHO. (2008). *Age groups*. Retrieved April 3, 2008 from <http://www.searo.who.int/en/Section13/ Section1245.html>