

สารบัญภาพประกอบ

	หน้า
แผนภูมิที่	
1 กรอบแนวคิดการวิจัย	9
2 ความสัมพันธ์ของปฏิกิริยาตอบสนองของร่างกายต่อภาวะเครียด	26
3 กราฟแสดงค่าเฉลี่ยคะแนนระดับความเครียดก่อนและหลังการฝึก โปรแกรมไบโอฟีดแบคแบบ Skin-conductance ร่วมกับเทคนิค ผ่อนคลายความเครียดกล้ามเนื้อแบบก้าวหน้า	82
4 กราฟแสดงค่าเฉลี่ยระดับความเครียดก่อนและหลังการฝึก โปรแกรมไบโอฟีดแบคแบบ Skin-Temperature ร่วมกับเทคนิค ผ่อนคลายความเครียดกล้ามเนื้อแบบก้าวหน้า	83
แผนภาพที่	
1 การฝึกไบโอฟีดแบคแบบ Skin-conductance Biofeedback Training	42
2 การฝึกไบโอฟีดแบคแบบ Skin-Temperature Biofeedback Training	44