

เอกสารอ้างอิง

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2541). *คู่มือคลายเครียด*. กรุงเทพมหานคร: ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กรมสุขภาพจิต. (2542). *ทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพติดในสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย*. กรุงเทพมหานคร: ประชาชน.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2545). *คู่มือคลายเครียดด้วยตนเองสำหรับวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ : องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- กระทรวงสาธารณสุข. (2546). *ความเครียดของคนไทย: การศึกษาระดับชาติปี 2546*. กรุงเทพฯ: ปิยอนด์พับลิชชิ่ง.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2547). *คู่มืออยู่อย่างมีความสุขในเรือนจำ*. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ, สหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2551). *การสำรวจภาวะสุขภาพจิตคนไทยในช่วงวิกฤตการเมือง*. Http://: www. dmh.moph.go.th (Online; 17/11/2008)
- กนกพร สุคำวง. (2527). *ผลของการสอนอย่างมีแบบแผนต่อภาวะความเครียด ความวิตกกังวล และพฤติกรรมเผชิญภาวะเครียดใน ไอ่ ชี ยู ของผู้ป่วยที่รับการรักษาด้วยการผ่าตัดเปิดเข้าไปในหัวใจ*. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เกษม ตันติผลาชีวะ. (2536). *ตำราจิตเวชศาสตร์สมาคมจิตแพทย์ศาสตร์แห่งประเทศไทย*. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- เกสร เจริญสิทธิสงค์. (2544). *ศึกษาผลของการฝึกผ่อนคลายด้วยการหายใจแบบลึก ซ้ำสามี่สามอกับการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบก้าวหน้าในการจัดการความเครียดของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- จำลอง ดิษยวณิช และพริ้มเพรา ดิษยวณิช. (2545). *ความเครียด ความวิตกกังวลและสุขภาพ*. เชียงใหม่: แสงศิลป์การพิมพ์.

- ชาติชาย หมั่นสมัค. (2542). การปรับตัวของนักศึกษาโครงการสมทบพิเศษคณะวิทยาศาสตร์
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง, วิทยานิพนธ์ปริญญาโท
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชมชื่น สมประเสริฐ. (2552). การส่งเสริมสุขภาพจิตด้วยการจัดการกับความเครียด. เอกสาร
ประกอบการบรรยายวิชาการพยาบาลสุขภาพจิต, มหาวิทยาลัยพยาบาลเวสเทอร์น.
- ชูชาติย์ ปานปรีชา. (2539). เอกสารการสอนชุดจิตวิทยาทั่วไป. มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช,
นนทบุรี.
- ญาดา จินประชา. (ตุลาคม-ธันวาคม 2551). ผลการใช้โปรแกรมสุขภาพจิตศึกษาต่อพฤติกรรม
การช่วยเหลือของสมาชิกในครอบครัวแก่ผู้ป่วยติดสุราเพื่อป้องกันการติดซ้ำ. วารสาร
สมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, ปีที่ 53 ฉบับที่ 4.
- ณัฐภัทร ตุ่มภู. (2552). ความเครียดของหัวหน้าครอบครัวไทย. บทความ.
<http://www.thairat.com>, (online)
- ดวงรัตน์ วัฒนกิจไกรเลิศ. (2541). ผลของการใช้ อีเอ็ม จี ไบโอฟีดแบคร่วมกับการผ่อนคลาย
กล้ามเนื้อแบบโปรแกรมสลิฟต่อความวิตกกังวล การรับรู้สมรรถนะของตนเองในการ
ควบคุมอาการหายใจลำบาก ความทนทานในการออกกำลังกาย อาการหายใจ
ลำบากและสมรรถภาพปอดในผู้ป่วยโรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง. วิทยานิพนธ์ดุซงญอบัณฑิต,
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เทพินทร์ พัชรานุรักษ์. (2541). พฤติกรรมการบริโภคสุรา. กรุงเทพฯ: องค์การสงเคราะห์ทหาร
ผ่านศึก.
- ทรงศิริ ยุทธวิสุทธิ. (2537). ผลของการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ร่วมกับการใช้อีเอ็มจีไบโอฟีดแบค
ต่อระดับความดันโลหิตสูงในผู้ป่วยความดันโลหิตสูงชนิดไม่ทราบสาเหตุ.
วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- นิภาวัลย์ บุญทับถม. (2550). ผลของโปรแกรมการจัดการชีวิตต่อความรู้ เจตคติและทักษะการ
ป้องกันการติดเชื้อของผู้ใช้สารเสพติดหลังจำหน่ายออกจากสถาบัน. วิทยานิพนธ์พยาบาล
ศาสตรมหาบัณฑิตสาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- ธงชัย อุ่นเอกลาภ. (2541). *การบำบัดรักษาผู้ติดยาและสารเสพติดแบบผู้ป่วยนอก*. กรุงเทพฯ: ชุมชมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
- บัณฑิต ศรีไพศาล. (2552). *น้ำเมาโคกนาฏกรรมร้ายสัมผัสผ่านภาพถ่ายพิษภัยสุรา*. หนังสือพิมพ์แนวหน้า ออนไลน์ สัปดาห์แนวหน้า, 17/6/52
- บุญใจ ศรีสถิตนรากร. (2547). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางพยาบาลศาสตร์*. พิมพ์ครั้งที่3. กรุงเทพฯ: ยูแอนด์ไอ อินเตอร์มีเดีย.
- ปราโมทย์ สุคนิษฐ์และมาโนช หล่อตระกูล. (2541). *เกณฑ์การวินิจฉัยโรคทางจิตเวชตามDSM IV-R*. ตำราจิตเวชศาสตร์ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามธิบดี. [http:// www.ramamental.com](http://www.ramamental.com)
- ปริทรรศน์ ศิลปกิจ, วนิดา พุ่มไพศาลชัย, และพันธุ์นภา กิตติรัตนไพบูลย์. (2542). *ความชุกและภาวะสุขภาพจิตของคนไทยที่ติดสุรา*. รายงานการวิจัย.
- พิชัย แสงชาญชัย. (2544). *สุราและความผิดปกติที่เกี่ยวข้อง*. ในวิโรจน์ วีระชัย (บรรณาธิการ). *ตำราการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติด*. กรุงเทพฯ: กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.
- พิทักษ์พล บุญยมาลิก. (2551). *รายงานสถิติผู้ป่วยจิตเวชของโรงพยาบาลในภาคตะวันออกเฉียงเหนือสังกัดกรมสุขภาพจิต*. สำนักข่าวเนชั่น.(ออนไลน์ 4 กันยายน 2551)
- เพ็ญแข วิจิตร. (2547). *ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาโดยประยุกต์ทฤษฎีความสามารถตนเองในการลดความเครียดของผู้ป่วยผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าซึ่งได้รับยาระงับความรู้สึกทางช่องน้ำไขสันหลังในโรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า*. ปรินญาณิพนธ์มหาบัณฑิต. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เพ็ญศรี ระเบียบ. (2531). *ความเครียด: มโนคติ การประเมินและการพยาบาล*. เอกสารประกอบการประชุมพยาบาลศาสตร์ครั้งที่ 1 เรื่องมโนคติในการพยาบาลแบบองค์รวม คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล.
- แท้จริง ศิริพานิช. มุลนิธิเมาไม่ขับ. (2551). *รายงานสถิติอุบัติเหตุในช่วงเทศกาลสงกรานต์ 7 วันอันตราย*. <http://mattichon.co.th/news> (online)

- มรรยาท รุจิวิทย์. (2548). *การจัดการความเครียดเพื่อสร้างเสริมสุขภาพ*. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- มรรยาท รุจิวิชัย และคณะ. (2547-2548). *การศึกษาภาวะสุขภาพและระดับความเครียดของผู้ป่วยโรคหัวใจหลังผ่านโปรแกรมการฝึกไปโอฟิตแบคและเทคนิคการผ่อนคลายความเครียด*. ปทุมธานี: คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2550). *การสำรวจพฤติกรรมการดื่มสุราของประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป ประจำปี 2550*. (สิงหาคม - ตุลาคม)
- สำนักงานสถิติกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2545). *จำนวนและอัตราผู้ป่วยทางสุขภาพจิตของประเทศไทย*. แหล่งที่มา: <http://www.moph.go.th>
- สำนักงานเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ กรมควบคุมโรค (2552). *ผลกระทบจากปัญหาสุรา*. ออนไลน์; [Http // www.Pr-ddc_modules.com,17/06/52](Http://www.Pr-ddc_modules.com,17/06/52)
- สภาอุตสาหกรรมแห่งประเทศไทย. (2551). *สรุปผลการสำรวจผู้ประกอบการเกี่ยวกับผลกระทบจากภาวะวิกฤตเศรษฐกิจในปัจจุบัน พ.ศ. 2551: ระหว่างวันที่ 9 – 15 ธันวาคม 2551*
- โรงพยาบาลธัญญารักษ์. (2544). *ตำราการบำบัดรักษาผู้ติดสารเสพติด*. กรุงเทพฯ: วัชร.
- สถาบันธัญญารักษ์ ศูนย์สารสนเทศ. (2549). *สถิติรายงานประจำปี 2548-2549*. กรุงเทพฯ: วัชร.
- สถาบันธัญญารักษ์ กรมการแพทย์. (2552). *รายงานสถิติการบำบัดรักษาผู้ป่วยยาเสพติดประจำปี*. กรุงเทพฯ: ม.ป.ท.
- สารนิ ธรรมรักษา. (2551). *ผลของการฝึกโปรแกรมไปโอฟิตแบคร่วมกับการฝึกสร้างจินตนาการต่อระดับความวิตกกังวลของผู้ป่วยที่อยู่ในภาวะวิตกกังวล*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิตสาขาการพยาบาลสุขภาพจิตและจิตเวช มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สมภพ เรืองตระกูล. (2543). *ยาเสพติดมหันตภัยเงียบที่ป้องกันได้*. กรุงเทพฯ: เรือนแก้วการพิมพ์
- สุจิต สุวรรณชีพ. (2532). *ความเครียด*. วารสารจิตวิทยาคลินิก, น.95-99.

- สุวิทย์ โพธิราช. (2542). *ปัจจัยและผลกระทบต่อพฤติกรรมการดื่มสุราของชาวชนบทอีสาน: กรณีศึกษาบ้านนามะเฟืองหมู่ที่ 9 ตำบลนามะเฟือง อำเภอเมือง จังหวัดหนองบัวลำภู* วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สุภาภรณ์ สมพาน. (2546). *การสนับสนุนทางสังคมจากคู่สมรสตามการรับรู้ของผู้ที่เป็นโรคจิตจากสุรา*. การค้นคว้าอิสระปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สมชาย จักรพันธ์ และคณะ. (2538). *รายงานการวิจัยเรื่องการพัฒนาแบบประเมิน และวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง สำหรับประชาชนไทยด้วยคอมพิวเตอร์*. กรุงเทพมหานคร: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- สมบัติ ตาปัญญา. (2526). *คู่มือคลายเครียด*. เจริญบุญ: กรุงเทพฯ.
- สมพร บุษราทิจ. (2540). *โรคพิษสุราเรื้อรัง*. กรุงเทพมหานคร: เรือนแก้ว.
- สมภพ เรื่องตระกูล. (2543). *ยาเสพติดมหันตภัยเงียบที่ป้องกันได้*. กรุงเทพฯ: เรือนแก้ว.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต และคณะ. (2533). *ความแตกต่างของเพศ ชั้นปี และสาขาวิชาที่มีต่อระดับความเครียด และการจัดการกับความเครียดของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*. วิกฤตความเครียดของสังคมไทย. ศูนย์วิจัยวิทยาศาสตร์จิตวิทยาตะวันออก-ตะวันตก: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ละเอียด ชูประยูร. (2541). *การศึกษาเปรียบเทียบผลของการฝึกผ่อนคลายและอีเอ็มจีไบโอฟีดแบคในการจัดการความเครียด*. โรงพยาบาลสมเด็จพระเจ้าพระยา : กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข.
- วัลลภ ปิยะมโนธรรม. (2528). *เทคนิคการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ*. จิตวิทยาพื้นฐานเพื่อการแนะแนว. กรุงเทพฯ: เซ็นทรัลเอ็กซ์เพรสการ, น. 77
- วิมลทิพย์ แก้วถา. (2546). *ผลของการฝึกผ่อนคลายร่วมกับการใช้ไบโอฟีดแบคต่อความเครียดและความดันโลหิตในผู้ที่มีความดันโลหิตสูง*. วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

- ศูนย์พึ่งได้จังหวัดขอนแก่น. (2544). *สุราในสังคมไทย*. <http://www.thairath.co.th>. (Online; 2/11/2008)
- ศูนย์วิจัยเอแบคฯ มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ. (2551). *ความเครียดของหัวหน้าครอบครัวคนไทย*. <http://www.thairath.co.th>. (Online; 2/11/2008)
- อังคณา อัครบุญญาเดช . (2543). *เปรียบเทียบระหว่างผลการฝึกการผ่อนคลายด้วยตนเองกับการฝึกผ่อนคลายแบบเกร็ง-คลายกล้ามเนื้อที่ละส่วน ต่อความเครียดของนิสิตพยาบาลที่มีบุคลิกภาพต่างกัน*.วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต. บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยบูรพา.
- อภิรักษ์ อร่ามรัตน์. (2549).*ผลกระทบต่อสุขภาพจากการดื่มสุรา*.“ประชุมวิชาการสุราระดับชาติ ครั้งที่ 2” โรงแรมรามาร์คเดนท์ กทม; 13-14/12/49
- อวิสดา จันทรแสนตอ. (2541). *ปัจจัยส่งเสริมและผลกระทบจากการเสพติดสุราของสตรี*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, สาขาสุขภาพจิตและการพยาบาลจิตเวช, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อุไรวรรณ จักษุจินดา. (2537). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเพื่อลดความเครียด ของสตรีมีครรภ์ในระยะก่อนคลอด ในโรงพยาบาลกรุงเทพคริสเตียน*. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒน์ประสานมิตร.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental Disorders. (4thed.)*. Washington, DC: Author.
- Avery, B.G.E., and B. Kane. (1984). *Stress and Coping*. Sydney: Prentice-Hall of Australia.
- Beland. I.L., (1967). *Clinical nursing: Pathophysiological approach*. NY. McMillan.
- Benson, Herbert. (1977). *The relaxation response: A bridge between psychiatry and medicine*. Medical Clinic of North American, 16(4), 25-27.
- Benson, H. & Kipper, M.Z. (1976). *The relaxation response*: New York: Avon Printing.
- Bourne. (1995). *The anxiety and phobia workbook*. Oakland, CA, New Harbinger

- Blanchard, E.B. and F. Andrasik. (1982). *Psychological assessment and treatment of Headache: Recent developments and emerging issues*. Journal of consulting and Clinical Psychology pp: 859-879.
- Brown, B.B. (1977). *Stress and the Art of Biofeedback*. Bantam Books, New York.
- Brown, W.B. and Moberg, D.J. (1980). *Organization theory and Management: A macro approach*. New York: John Wiley & Sone.
- Caplan, G. (1981). *Mystery of Stress: Psychosocial Aspects*. The American Journal of Psychiatry. pp: 413-419
- Chesney, M.A. and Shelton, J.L. (1976). *A comparison of muscle relaxation and Electromyogram biofeedback treatment for muscle contraction headache*. Journal of Behavior Therapist & Experimental Psychiatry, 7(6), pp. 221-225.
- Cohen, J. (1977). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. New York: Academic.
- Cope, C.L. (1964). *Adrenal Steroids and disease*. Philadelphia, J.B. Lippincott.
- Cornell Medical Index. (1949). *Symptoms of Stress Inventory: SOSI, A Self Assessment*, Department of Psychosocial Nursing SC- 76, University of Washington Seattle, Washington
- Crider, A.B., G.R. Goethals, R.D. Cavanaugh and P.R. Solow. (1983). *Psychology*. Scott Foreman and company, USA.
- Danskin, D.G., & Crow, M.A. (1981). *Biofeedback: An introduction and guide*. Mayfield.
- Demos, Jills. (1991). *Using biofeedback Training for stress reduction*. Medical Abstracts International, 29(4), p. 714.

- Fishbein, M. (1975). *The New Illustrated Medical and Health Encyclopedia*. H. S. Stuntman Publishers, New York.
- Elizabeth, Mary. (1995). *Electromyography biofeedback with relaxation training and home practice in the treatment of muscle-contraction headache in adolescents*. University of South Alabama. Dissertation Abstracts International, pp.147-149.
- Evans, J.R. and Abarbanel A, (1999). *Introduction to quantitative EEG and Neurofeedback CA*, Academic Press.
- Frain, M. & Valiga, T.M. (1981). *The Multiple Dimensions of Stress*. Topic in Clinical Nursing, I, 1: p. 31
- Graham & Conley. (1971). *Evaluation of anxiety and fear in adult surgical patient*. Nursing research, 20, 113-122.
- Green, J. and R. Shellenberger. (1991). *The Dynamics of Health*. Rinehart and Winston Inc., USA.
- Goldstein, A., & Foa, B.F. (1980). *Handbook of Behavioral Intervention: A Clinical Guide*. New York: John Wiley and Sons.
- Hale, A.C & Others. (1985). *A case of Pituitary Dependent Cushing's disease with clinical and biochemical features of the ectopic ACTH syndrome*. Clin Endocrinal (Oxf), 22, pp. 479-488. .
- Hatch, J.P., Fisher, J.G., & Rung, J.D., (1987). *Biofeedback*. Study in clinical efficacy. New York, Plenum Press.
- Jablon, Sharon L. (1989). *Effect of relaxation Training on glucose tolerance and metabolic control in type II diabetes*. Dissertation Abstracts International, 50(7), 174-B

- Jacobson, E. (1992). *You Must Relax*. McGraw – Hill Book, New York.
- Janis, I.L. (1952). *Psychological Stress*. New York: John Wiley and Sons
- Kaplan, Louis. (1959). *Mental Health and Human Relations in Education*. New York: Harper and Brothers.
- Kraemer, H.C., & Thiemann, S. (1987). *How many Subjects? : Statistical power analysis in research*. Newbery Park, CA: SAGE Publications.
- Lazarus, R.S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York, McGraw-Hill.
- Lazarus, R.S. and S. Folkman. (1984). *Stress, Appraisal, Coping and Adaptation Outcome*. Springer, New York.
- Lehrer, P.M. & Woolfolk. (1993). *Principle and practice of Stress Management*. (2nd ed). New York, the Guilford Press.
- LoBionDo-Wood, G., & Haber, J. (1998). *Nursing research: Methods, Critical appraisal, and utilization*. St. Louis, MO: Mosby-Year Book.
- Lustman, P.J. and C.J. Sowa. (1983). *Comparative efficacy of biofeedback and stress inoculation for stress reduction*. *Journal of Clinical Psychology* 39:191-197.
- Luckman, J. and K.C. Sorensen. (1987). *Medical-surgical Nursing: A Psychological Approach*. (2nd ed). Philadelphia: W.B. Saunders.
- McCaffery, Margo. (1979). *Nursing management of the patient with pain* (2nd ed.). Philadelphia: J.B. Lippincott.
- Martin, H.T., D.B. Howard and B. Mark. (1995). *Neural Network Design*. PWS P, Boston.
- Mart, R.A. and E.Y. Ploand. (1980). *Learning to Change: A Self-Management Approach to Adjustment*. McGraw Hill, New York.

- Murphy, B.E.P. & Others, (1981). *Lack of Specificity of Cortisol Determination in Human urine*. J Cline Endocrinal Me tab, 53, pp. 91-999.
- Maslow, A.H. (1970). *Motivation and Personality*. (2nded.). New York: Harper & Row.
- McDonald, N. and Dolye. (1981). *The Stress of Work*. Kenya: Nelson.
- McGee, M.G. and D.W. Wilson. (1984). *Psychology Science and Application*. West.
- Miller, J.H., A.D. Smith and L. Rothstein. (1993). *Stress Solution: An Action Plan to Manage the Stressing Your Life.*, New York.
- Miller, B.F and C.B. Keane. (1983). *Encyclopedia and Dictionary of Medicine and nursing*. Philadelphia: W.B. Saunders.
- Neal, C.M., Cohen, F.P., &Cooper, G.P. (1985). *Nursing care planning guides set 2* (2nd ed). Californin: Appleton & Lange. Philadelphia: F.A.Davis.
- Norman, Warrall and M. Derek. (1989). *Towards a Person-in Situation Model of TeacherStress*. The British Journal of Education Psychology: p. 59.
- Nor Beck, A.T., & Emery, G. (1985). *Anxiety disorder and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic book.
- Rachel, J., Andrew, M., Lynne.F, & Camilla, P. (2002) *introductory issues: Mental health and mental illness*. In developing a national mental health policy. UK: Psychology Press: pp. 1-4.
- Rice, P.L. (1999). *Stress and Health*. (3rded.). California: Books/Cole A division of International Thomson.
- Robert, L.J. & Leon, E., Byron G., & Arthur, K. (1995). *Substance abuse*. In World mental health: Problems and priorities in low – income countries. New York: Oxford University: pp. 87-115.

- Pender, N.J. (1996). *Stress Management. In Health Promotion in Nursing Practice* (3rd ed). Stamford, CT: Appleton & Lange.
- Podlesny, J.A. and D.C. Raskin. (1978). *Effectiveness of Techniques and Physiological Measures in the Detection of Deception* Psychophysiology.
- Polit, D.F., & Hungler, B.P. (1997). *Essentials of nursing research: Methods, appraisal, and utilization*. Philadelphia: Lippincott – Raven.
- Sanzero, Lucille Eller. (1994). *Guide imagery a nursing intervention for symptoms related to infection with HIV case*. Dissertation Abstracts International, 25(23), pp. 232-235.
- Saunders J.B. (2005). *National alcohol policy in Australia*. The first national conference: Alcohol consumption and related problems in Thailand. 13-15th July 2005, Prince Palace Hotel, Bangkok.
- Sebenick, C.W. (2000). *The six second method of relaxation*. Handout (February 7, 2000) from Counseling Services. George Mason University, Fairfax, VA.
- Selye, H. (1965). *Stress of Life*. New York: McGraw-Hill Book.
- Selye, H. (1976). *The stress of life*. (2nd ed). New York, McGraw-Hill.
- Slaunwhite & Others. (1962). *Inactivity in vivo of transaction Cortisol*. Science, 135, pp. 1062-1063
- Titlebaum, H.M. (1988). *Relaxation*. Holistic Nursing Practice, 2(5), 425-428.