รายการอ้างอิง

หนังสือ

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2541). *การพัฒนาแบบประเมินและการวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเองสำหรับประชาชนไทยด้วยคอมพิวเตอร์*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.

_____. (2541). *คู่มือคลายเครียด*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สยามเอ็นแอนเอ็นบีพลับลิชชิ่ง.

_____. (2543). *อีคิว: ความฉลาดทางอารมณ์*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.

_____. (2546). *ความเครียดของคนไทย: การศึกษาระดับชาติ ปี 2546*. กรุงเทพฯ: บียอน พลับลิชชิ่ง.

กองสุขภาพจิต กรมการแพทย์. (2533). *คู่มือคลายเครียดด้วยตนเอง*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์การศาสนา.

กานดา พูนลาภทวี. (2530). *สถิติเพื่อการวิจัย*. กรุงเทพฯ: ฟิสิกส์ เซ็นเตอร์.

ฉันทนิช อัศวนนท์. (2543). *การพัฒนาบุคลิกภาพ*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.

ฐิตินาถ ณ พัทลุง. (2545). *ธรรมทานของคุณแม่ ดร. สิริ กรินชัย*. มปท.

ธีระศักดิ์ กำบรรณารักษ์. (2548). *AQ อึดเกินพิกัด*. กรุงเทพฯ: บิสคิต (ในเครือเอ็กซเปอร์เน็ทบุ๊คส์).

ผจงจิต อินทสุวรรณ และคณะ. (2545). *การสร้างและพัฒนามาตรวัดปรีชาเชิงอารมณ์ตามแนวพุทธศาสนาสำหรับวัยรุ่นไทย*. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

พระธรรมปิฎก (ป.อ. ปยุตโต). (2546). *พุทธธรรม: ฉบับปรับปรุงและขยายความ*. (พิมพ์ครั้งที่ 11). กรุงเทพฯ: มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย.

_____ . (2548). *ศึกษา ฝึกฝน พัฒนาตนให้สูงสุด*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: อมรินทร์การพิมพ์.

พุทธทาส. (มปป.). *แก่นพุทธศาสน์*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.

_____. (2533). *คู่มือมนุษย์*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.

_____. (มปป.). *คู่มือพ้นทุกข์ฉบับสมบูรณ์*. กรุงเทพฯ: ธรรมสภา.

_____ . (2543). *ศิลปะการดำเนินชีวิต: เรื่องเกี่ยวกับการปฏิบัติธรรม*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สุขภาพใจ.

ไพรัตน์ พงษ์เจริญ. (2537). *ตำรวจไทยในอนาคต*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: พิมพ์ดีการพิมพ์.

รัตนา ศิริพานิช. (2533). *หลักการสร้างแบบสอบวัดทางจิตวิทยาและทางการศึกษา*. เจริญวิทย์การพิมพ์.

วีระวัฒน์ ปันนิตามัย และอุสา สุทธิสาคร. (2542). *เชาวน์อารมณ์ (EQ) ดรรชนีวัดความสุขและความสำเร็จของชีวิต*. กรุงเทพฯ: เอ็กซเปอร์เน็ท.

สิริ กรินชัย. (มปป.). *ธรรมทานของคุณแม่สิริกรินชัย*. มปท.

สิทธิโชค วรานุสันติกุล. (2539). *จิตวิทยาการจัดการองค์การ*. กรุงเทพฯ: บุ๊คแบงค์.

สุชีรา ภัทรายุตวรรตน์, (2548). *คู่มือการวัดทางจิตวิทยา*. กรุงเทพฯ: เมติคัล มีเดีย.

เสฐียรพงษ์ วรรณปก. (2545). *สมาธิและประโยชน์ของสมาธิ*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย.

วิทยานิพนธ์

คณิสสร ดวงพัตรา. (2545). *บุคลิกภาพแบบ MBTI ระดับเชาวน์อารมณ์ และความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง: ศึกษาเฉพาะกรณีบริษัทอุตสาหกรรมการผลิตแห่งหนึ่ง*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะศิลปะศาสตร์, สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว.

เจษฎา บุญมาโฮม. (2544). *ผลของโปรแกรมการแนะแนวกลุ่มต่อการพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนราชวินิต บางเขน กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะศิลปะศาสตร์, สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว.

ฉัตรฤดี สุกปลั่ง. (2543). *ผลของบุคลิกภาพและเชาวน์อารมณ์ที่มีต่อคุณภาพของการให้บริการตามการรับรู้ของหัวหน้างานของพนักงานส่วนหน้าของโรงแรมชั้นหนึ่งในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสต์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ.

ชวนจิตร ธุระทอง. (2544). *เชาวน์ปัญญา เชาวน์อารมณ์ และความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคที่ส่งผลต่อการปฏิบัติงานของหัวหน้าแผนกขายในธุรกิจสรรพสินค้าในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหการรมและองค์การ.

ช่อลัดดา ขวัญเมือง. (2542). *การศึกษาความฉลาดทางอารมณ์ของนักศึกษา คณะครุศาสตร์ สถาบันราชภัฏกลุ่มภาคเหนือตอนล่าง*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สถาบันราชภัฏพิบูลสงคราม, คณะครุศาสตร์.

ชัยณรงค์ บุรินทร์กุล. (2548). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ปัจจัยในการทำงาน ความสามารถในการเผชิญฟันฝ่าอุปสรรค และความเครียดของพนักงานรัฐวิสาหกิจ บริษัท อู่กรุงเทพ จำกัด*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหการรมและองค์การ.

ญาณิกา สวัสดิพงศา. (2549). *การพัฒนาเชาวน์อารมณ์ เหตุผลเชิงจริยธรรม และความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคด้วยการฝึกสมาธิ*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์,สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหการรมและองค์การ.

ณรงค์ชัย ปัญญานนทชัย. (2540). *การพัฒนาประสิทธิภาพในการแก้ปัญหาโดยการฝึกสมาธิ*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหการรมและองค์การ.

ทิพย์สุดา เผือกสกนธ์. (2550). *ความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์อารมณ์ บุคลิกภาพแบบมาคีอาเวลเลี่ยน และจริยธรรมในการทำงานของผู้ประกอบการธุรกิจขนาดกลางและขนาดย่อมในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหการรมและองค์การ.

ธานี กลิ่นเกษร. (2537). *ผลของการฝึกอบรมทางพุทธศาสนาเพื่อพัฒนาหิริโอตตัปปะและทัศนคติต่อพุทธศาสนาของนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคพัทลุง*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, สาขาวิจัยพฤติกรรมประยุกต์.

นงค์ อับไพ, พระมหา. (2546). *คำสอนเรื่องกฎแห่งกรรมกับการปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานของคุณแม่สิริ กรินชัย*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหการรมและองค์การ.

นภพล คำเติม. (2545). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค การสนับสนุนจากครอบครัว กับความสำเร็จในวิชาชีพของหัวหน้าหอผู้ป่วยโรงพยาบาลศูนย์*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะพยาบาลศาสตร์, สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล.

นันทนุช ตั้งเสถียร. (2546). *บุคลิกภาพแบบ MBTI ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคและความเครียดในการทำงาน: กรณีศึกษาบริษัทเอกชนแห่งหนึ่ง*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ.

นันทิยา วชิรลาภไพฑูรย์. (2547). *การเพิ่มระดับความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรคโดยการเรียนรู้พฤติกรรมการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค : กรณีศึกษาเยาวชนกระทำผิดชาย*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหการรมและองค์การ.

นิพนธ์ สุขอ้วน, พระมหา. (2548). *สมาธิตามหลักพระพุทธศาสนากับความฉลาดทางอารมณ์ของเยาวชนกรุงเทพมหานครในปัจจุบัน*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, สาขาวิชาพุทธศาสนาศึกษา.

นิรดา อดุลยพิเชฏฐ์. (2542). *ผลของการใช้โปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์ที่มีต่อระดับเชาวน์อารมณ์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว.

ปรเมศร์ กลิ่นหอม. (2547). *ผลของการฝึกสมาธิวิปัสสนาแบบ "ปัญญาอบรมใจ" ต่อการลดความเครียด : กรณีศึกษาเจ้าหน้าที่โรงพยาบาลศรีสะเกษ*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา.

พรเทพ รุ่งคุณากร. (2544). *ผลของการฝึกอานาปานสติต่อความสงบ ความหมายและความมุ่งหวังในชีวิตและความจริงแท้ของผู้เริ่มฝึกในโครงการอานาปานสติภาวนา ประจำเดือน ณ ธรรมาศรมนานาชาติ*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์,คณะศิลปศาสตร์.

พัทยา อุดมสินค้า. (2541). *ผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิที่มีต่อความเครียดของนักเรียนพยาบาลทหารอากาศชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลอากาศ*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์.

วรลักษณ์ วิรัชกุล. (2546). *ความสัมพันธ์ของการฝึกสมาธิแบบอานาปานสติกับความเครียดของผู้มาปฏิบัติธรรม ณ ศูนย์ปฏิบัติธรรม "พุทธศรัทธา" จังหวัดสระบุรี*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์.

วรวรรณ หงส์กิตติยานนท์. (2548). *เชาวน์อารมณ์ ความสามารถในการเผชิญและฟันฝ่าอุปสรรค และการรับรู้รูปแบบการเรียนรู้ของพนักงานในโรงงานผลิตเครื่องมือแพทย์แห่งหนึ่ง*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ.

วรินทร์ทิพย์ หมื่แสน. (2543). *ผลของการฝึกสมาธิตามแนวสติปัฏฐาน 4 ที่มีต่อเชาวน์อารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนศึกษาสงเคราะห์ตาก*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะครุศาสตร์.

วิชาญ ทรายอ่อน, พระมหา. (2544). *การศึกษารูปแบบและแนวทางการประยุกต์หลักอานาปานสติเข้ามามีส่วนร่วมในการป้องกันปัญหายาเสพติดในสถานศึกษา*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์.

สร้อยสุดา อิ่มอรุณรักษ์. (2543). *ผลของการฝึกอานาปานสติภาวนาที่มีต่อภาวะสุขภาพจิต*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล.

สำรวย วรเตชะคงคา. (2534). *ผลของการฝึกอบรมทางศาสนาที่มีผลต่อการพัฒนาจิตลักษณะของนักเรียนที่เข้าอบรมบรรพชาสามเณรภาคฤดูร้อนที่วัดม่วง เขตหนองแขม กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์.

สุจิรา จรัสศิลป์. (2545). *ผลของการฝึกสมาธิวิปัสสนาที่มีผลต่อความเครียด*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ.

สุดารัตน์ หนูหอม. (2544). *อิทธิพลของเชาวน์อารมณ์ที่มีต่อความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของพยาบาล: ศึกษาเฉพาะรณีโรงพยาบาลศิริราช*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ.

สุวิทย์ชัย คำโทน. (2547). *การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและบุคลิกภาพของผู้ต้องขังที่เข้าร่วมโครงการฝึกอบรมจิตภาวนา : ศึกษาเฉพาะกรณีเรือนจำกลางคลองเปรม*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาการบริหารงานยุติธรรม.

เสริมศรี กาญจนสินิทธิ์. (2539). *การเปรียบเทียบปฏิกิริยาจริยธรรมของพยาบาลที่มีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูงและต่ำต่อพฤติกรรมการดุแลรักษาผู้ติดเชื้อเอดส์*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, คณะครุศาสตร์.

เสาวรส วงศาสุลักษณ์. (2549). *เชาวน์อารมณ์ กับวิธีการเผชิญความเครียด ของบุคลากร 5 สาขาอาชีพ: ทันตแพทย์ ดารา นักคอมพิวเตอร์ ครู และพนักงานขายประกัน*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ.

อวยชัย โรจนนิรันดร์กิจ. (2526). *ผลของการฝึกอานาปานสติสมาธิในพุทธศาสนาต่อการพัฒนาการใช้เหตุผลเชิงจริยธรรม*. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล, สาขาจิตวิทยาคลินิก.

อ้อมเดือน สดมณี. (2536). *ผลของการฝึกอบรมทางพุทธพฤติกรรมศาสตร์ต่อจิตลักษณะและประสิทธิผลของครู*. วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร, สาขาพัฒนาการศึกษาศาสตร์.

บทความ

พลภัทร์ โล่เสถียรกิจ. (2549). รายงานผู้ป่วยการฝึกสติแนวพุทธร่วมกับการรักษาโรคซึมเศร้าและโรควิตกกังวล: กรณีผู้ป่วย 2 ราย. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*, 60 – 68.

สุชีรา ภัทรายุตวรรตน์, เธียรชัย งามทิพย์วัฒนา, และกนกรัตน์ สุขะตุงคะ. (2544). The Development of the Thai Stress Test: การพัฒนาแบบวัดความเครียดในคนไทย. *วารสารจิตวิทยาคลินิก*, 64 – 79.

เอกสารประกอบการเรียน

ศรีเรือน แก้วกังวาล. (2542). *การจัดการความเครียด*. เอกสารประกอบการเรียนวิชาจิตวิทยา. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 1.

Books

Christensen, Larry B. (2004). *Experimental methodology*. New York: Pearson A and B.

Caruso, David R., and Salovey, Peter. (2004). *The emotionally intelligent manager*. San Francisco: Jossey-Bass,.

Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam Books.

Miller, L. H., et al. (1998). *Stress solution*. New York: Houghton Mifflin Company.

Moorhead, C., and Griffin, R.W. (1998). *Organizational behavior*. New York: Houghton Miffin Company.

MOW International Research Team. (1987). *The meaning of work*. London: Academic Press.

Robbins, S. P. (2000). *Organizational behaviour*. (9th ed.). New Jersey: Prentice Hall.

Stoltz, Paul G. (1997). *Adversity quotients turning obstacles into opportunities*. New York: John Wiley & Son.

Yamane, Taro. (1970). *Statistics: An introductory analysis*. (2nd ed.). Tokyo: John Weatherhill Inc.

Articles

Clayton, Victoria. (1992). The TM technique. *American Fitness*. (Nov. – Dec. 1996), 19–27.

Frew, D. T. (1992). Transcendental meditation and productivity. *Graduate School of Business Administration, Gannon College*, 162.

Goldberg, Richard. (1982). Anxiety reduction by self-regulation: theory, practice, and evaluation. *Annals of Internal Medicine*, 483–496.

Hanley, Charles Patrick, and Spates, James. (1978). Transcendental meditation and social psychological attitudes. *Journal of Psychology*. (July 1978). 121– 29.

Holdrege, Craig. and others. (1980). Burnout and organization change. *Social Work*. (March 1980). 87–94.

Menhart, Suzy Fox. (1998). Emotional intelligence : an alternative explanation of career success. Development of multi-componential theory of emotional intelligence and its relationship to interview outcomes (affect). http://cdnet3.car.chula.ac.th/plweb-cgi-fastweb.exe.

Pelderloos, Paul. and others. (1990). Transcendence and psychological health: studies with long – term participants of the transcendental meditation and TM-Sidhi program. *Journal of Psychology*. (March 1990). 177-198.

Sorohan, Erica Gordon. (1995). Meditating at work. *Training & Development* . (September 1995). 12.

MP Water Resources. (2005). Measuring AQ performance studies. http://www.peaklearning.com/measuring-aq_sutdie.html.

Yuille, John and Sereda Lynn. (1980). Positive effects of meditation: a limited genneralization?. *Journal of Applier Psychology*. (April 1980). 333–340.