

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ.....	(2)
กิตติกรรมประกาศ.....	(6)
สารบัญตาราง.....	(11)
สารบัญภาพประกอบ.....	(12)
 บทที่	
1. บทนำ.....	1
ความสำคัญของการวิจัย.....	1
คำถามในการวิจัย.....	8
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	8
ขอบเขตของการวิจัย.....	8
วิธีการวิจัย.....	9
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	9
ชี้แจงลักษณะเฉพาะของการดำเนินเรื่อง.....	9
2. ทบทวนวรรณกรรม.....	10
พัฒนาการและสถานภาพความรู้เรื่องความเหงาโดยสังเขป.....	10
ประมวลองค์ความรู้ด้านแนวคิด-ทฤษฎีความเหงา และแนวทางการแก้ไข.....	14
1. ปัญหาในการนิยามความเหงา.....	14
2. คำจำกัดความของความเหงา.....	17

3. ประเภทของความเหงา.....	36
4. สาเหตุของความเหงา.....	53
4.1 มุมมองชีววิทยา.....	53
4.2 มุมมองจิตวิทยา.....	57
4.3 มุมมองสังคมวิทยา และมานุษยวิทยา.....	72
4.4 มุมมองจิตวิทยาสังคม.....	79
4.5 มุมมองวรรณกรรม.....	82
4.6 มุมมองปรัชญา.....	89
4.7 มุมมองศาสนา.....	96
4.7.1 มุมมองศาสนาคริสต์.....	96
4.7.2 มุมมองศาสนาพุทธ.....	106
5. วิจารณ์มุมมองต่างๆ และข้อเสนอมุมมองสหวิทยาการ.....	123
6. แนวทางแก้ไขความเหงา.....	124
ประมวลองค์ความรู้ด้านวิธีการวิจัยความเหงา.....	126
ผลการค้นพบในงานวิจัยความเหงา.....	136
1. พันธุกรรมและปัจจัยอื่นๆด้านร่างกายกับความเหงา.....	136
2. วยกับความเหงา.....	138
3. เพศกับความเหงา.....	141
4. คุณลักษณะเชิงบุคลิกภาพกับความเหงา.....	142
5. สถานภาพการสมรสกับความเหงา.....	146
6. ฐานะเศรษฐกิจกับความเหงา.....	147
7. ปัจจัยสถานการณ์กับความเหงา.....	148
8. งานวิจัยในไทย.....	149
3. ข้อเสนอทฤษฎีความเหงาที่อิงตัวตนเพื่อการทดสอบเชิงประจักษ์.....	150
ข้อเสนอนิยามความเหงา.....	150
ข้อเสนอการจัดประเภทความเหงา.....	154

มโนทัศน์พื้นฐานของทฤษฎี.....	167
ตัวตนกับการแสวงหาความเพิลิตเพิลินยินดีและจากการคิดเห็น	
ว่าตนโดดเดี่ยวสู่ความเหงา.....	174
เบื้องหลังทฤษฎีความเหงาที่อิงตัวตน.....	188
4. ระเบียบวิธีการวิจัยในการทดสอบข้อเสนอทฤษฎี.....	189
ใครคือผู้เหงา.....	189
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	190
ปัญหาทั่วไปในการระบุความเหงา/ผู้เหงา.....	193
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	196
การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบข้อเสนอทฤษฎี.....	199
การตรวจสอบข้อมูลและข้อวิเคราะห์.....	201
5. ความหมายและลักษณะของความเหงา.....	202
ความเหงาคืออะไร:นิยามของผู้มีส่วนร่วมในการศึกษา.....	203
ความเหงามีลักษณะอย่างไร:การพรรณนาบอกเล่าลักษณะต่างๆ	
ของความรู้สึกเหงา.....	208
1. การพรรณนาความเหงาและความรู้สึกต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง.....	209
2. ความสัมพันธ์ระหว่างความเหงากับมิติต่างๆ.....	217
6. ประเภทความเหงาในระดับที่ 1	
(ความเป็นไปไม่ได้ที่จะได้รับความเพิลิตเพิลินยินดี): ความเหงาสามัญ	
ความเหงาเชิงปฏิสัมพันธ์ และความเหงาเชิงการดำรงอยู่	
ที่แยกจากกัน.....	228
ความเหงาเชิงสามัญ.....	229

ความเหงาเชิงปฏิสัมพันธ์.....	236
ความเหงาเชิงการดำรงอยู่ที่แยกจากกัน.....	245
7. ประเภทความเหงาที่สามารถมีความเข้มข้นไปสู่ระดับที่ 2 (ความไร้แก่นสารของการดำรงอยู่): ความเหงาเชิงความสัมพันธ์ ความเหงาเชิงการมีความแตกต่าง และ ความเหงาเชิงการดำรงอยู่.....	251
ความเหงาเชิงความสัมพันธ์.....	252
ความเหงาเชิงการมีความแตกต่าง.....	291
ความเหงาเชิงการดำรงอยู่.....	296
8. การจัดการความเหงา.....	306
9. บทสรุป: สู่ทฤษฎีความเหงาที่อิงตัวตน.....	317
รายการอ้างอิง.....	327
ภาคผนวก	
ก. ตารางข้อมูลเชิงประชากรของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา.....	361
ข. รายละเอียดตัวอย่างความเหงาเชิงความสัมพันธ์ : ผู้ถูกเลิกรา.....	366
ประวัติการศึกษา.....	388