

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความคิดอัตโนมัติด้านลบกับความซึมเศร้า ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะในการควบคุมความคิดตามแนวพุทธวิธีในวัดกถกสถานสูตร กับ ความคิดอัตโนมัติด้านลบ ความสัมพันธ์ระหว่างทักษะในการควบคุมความคิดตามแนวพุทธวิธีในวัดกถกสถานสูตรกับความซึมเศร้า และ อำนาจในการทำนายความซึมเศร้า ของคะแนนทักษะการควบคุมความคิดตามแนวพุทธวิธีในวัดกถกสถานสูตร และ ความคิดอัตโนมัติด้านลบ

กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย กลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 220 คน กลุ่มผู้ฝึกปฏิบัติวิปัสสนากรรมฐานที่วัดป่าปึง และวัดพระธาตุศรีจอมทอง จังหวัดเชียงใหม่ รวม 55 คน กลุ่มผู้ป่วยในของโรงพยาบาลสวนปรุงและโรงพยาบาลประสาท จังหวัดเชียงใหม่ ที่ได้รับการวินิจฉัย หรือประเมินว่ามีความซึมเศร้าในทางคลินิก และมีสติรู้ตัวเพียงพอที่จะตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริงได้ จำนวน 69 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลทางประชากร แบบประเมินทักษะในการควบคุมความคิดตามแนวพุทธวิธี ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเอง ตามเนื้อหาของวัดกถกสถานสูตรในพระไตรปิฎก เล่มที่ 12 ข้อที่ 256 - 262 แบบวัดความคิดอัตโนมัติด้านลบ ซึ่งผู้วิจัยได้ดัดแปลงจาก แบบวัดความคิดอัตโนมัติด้านลบ ของฮอลลอน และ เคนคอลล์ (1980) และ แบบวัดความซึมเศร้า ซึ่งผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบวัดความซึมเศร้าของ เบค (1967) ที่แปลเป็นภาษาไทยโดยรองศาสตราจารย์มุกดา ศรีรงค์ (2522)

ผลการวิจัยพบว่า ความคิดอัตโนมัติด้านลบมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001 ($r = .738$) ทักษะในการควบคุมความคิดตามแนวพุทธวิธีในวัดกถกสถานสูตร มีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดอัตโนมัติด้านลบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ($r = -.129$) ในขณะที่ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .001 ($r = -.194$) และ ทักษะในการควบคุมความคิดตามแนวพุทธวิธีในวัดกถกสถานสูตร และความคิดอัตโนมัติด้านลบ ร่วมกัน มีอำนาจในการทำนายความซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 ($R^2 = .555$)

ABSTRACT

TE 157003

The purposes of this research were to study the relationship between negative automatic thoughts and depression; the relationship between thought control skills according to Buddha's techniques in Vitakkasanthānasutta and negative automatic thoughts; the relationship between the thought control skills and depression; and the predictive ability of the thought control skills and negative automatic thoughts scores to depression.

The subjects were 220 students from Chiang Mai University; 55 insight meditators from Wat Rampoeng and Wat Phrathat Srichomthong, Chiang Mai; and 69 inpatients, who were diagnosed or assessed to be clinically depressed and were not out of reality, from Suan Prung Psychiatric Hospital and Chiang Mai Neurological Hospital, Chiang Mai.

The research materials consisted of a demographic questionnaire; the questionnaire of thought control skills according to Buddha's techniques in Vitakkasanthanasutta (in the Tripitaka volume 12, item 256 - 262) developed by the researcher; the questionnaire of negative automatic thoughts modified from Hollon & Kendall's Automatic Thoughts Questionnaire-Revised (ATQ-R, 1980); and the inventory of depression modified from the Beck Depression Inventory (BDI).

The results of this study revealed that negative automatic thoughts were positively correlated to depression at .001 ($r = .738$); negative automatic thoughts were negatively correlated to thought control skills according to Buddha's techniques in Vitakkasanthānasutta at .01 ($r = -.129$); the thought control skills were negatively correlated to depression at .001 ($r = -.194$); and negative automatic thoughts and the thought control skills could significantly and mutually predict depression at .01 ($R^2 = .555$).