

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญภาพ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การศึกษา	7
สมมติฐานการศึกษา	7
ขอบเขตการศึกษา	7
นิยามศัพท์	7
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
แนวคิดเกี่ยวกับภัยพิบัติ	10
แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้า	16
การพูดกับตัวเอง	27
แนวคิดของโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวก	32
กรอบแนวคิดในการศึกษา	36
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	37
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	37
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	38
การตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือ	39
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	40
การรวบรวมข้อมูล	41
การวิเคราะห์ข้อมูล	42

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการอภิปรายผล	43
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	43
การอภิปรายผล	51
บทที่ 5 สรุปผลการศึกษาและข้อเสนอแนะ	59
สรุปผลการศึกษา	59
ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้	61
เอกสารอ้างอิง	62
ภาคผนวก	70
ภาคผนวก ก การจัดกิจกรรมตามโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวก	71
ภาคผนวก ข เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล	82
ภาคผนวก ค การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	84
ภาคผนวก ง รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ	90
ภาคผนวก จ การคำนวณค่าดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา	91
ภาคผนวก ฉ เอกสารรับรองโครงการวิจัย	92
ภาคผนวก ช ข้อมูลการเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนน	
ภาวะซึมเศร้าของเยาวชนผู้รอดชีวิตจากภัยพิบัติจังหวัดอุตรดิตถ์	
ในกลุ่มควบคุม ก่อนและหลังได้รับโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเอง	
ทางบวก	93
ประวัติผู้เขียน	94

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และ อาชีพ	44
2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานที่เกิดภัยพิบัติ พักอาศัย สถานที่พักอาศัยในปัจจุบัน และปัจจุบันอาศัยอยู่ร่วมกับ	46
3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับความเสียหาย การได้รับบาดเจ็บทางกาย และสมาชิกในครอบครัว/คนใกล้ชิดเสียชีวิต	47
4 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนภาวะซึมเศร้าในกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวก	49
5 การเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนภาวะซึมเศร้าของกลุ่มตัวอย่าง ในกลุ่มทดลอง และ กลุ่มควบคุม ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมการฝึกพูดกับตัวเองทางบวก	50

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

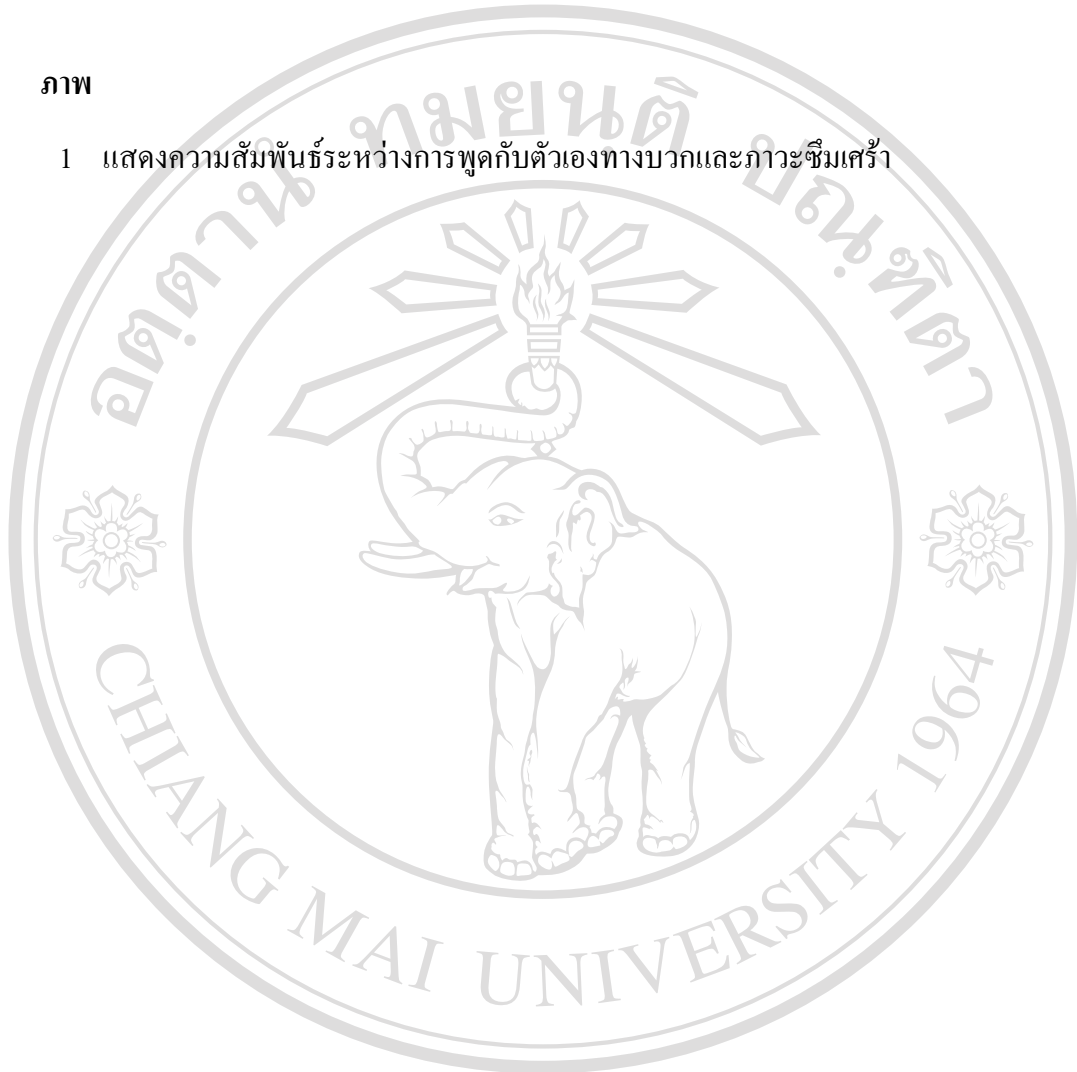
สารบัญภาพ

ภาพ

หน้า

- 1 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างการพูดกับตัวเองทางบวกและภาวะซึมเศร้า

32



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved