

บรรณานุกรม

กนกรัตน์ สุชะตุงคะ. (2529 , มกราคม). ความเครียด คลายเครียด. วารสารจิตวิทยาคลินิก . 7(1), 7-15.

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2541). การพัฒนาแบบประเมินและวิเคราะห์
ความเครียดด้วยตนเองสำหรับประชาชนไทยด้วยคอมพิวเตอร์. (รายงานการวิจัย).

นนทบุรี : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2541). ความเครียดของประชาชนจังหวัดนนทบุรีใน
ภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2541). คู่มือการดำเนินงานในคลินิกคลายเครียด.
(พิมพ์ครั้งที่ 2). นนทบุรี : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2540). คู่มือการดำเนินงานสุขภาพจิตในสถาน
ประกอบการ. นนทบุรี : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2541). คู่มือคลายเครียด. (พิมพ์ครั้งที่ 6). นนทบุรี :
กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

กิตติวราณ เทียมแก้ว พิมพ์มาศ คาปัญญา และ วณิดา พุ่มไพศาล. (2541). สภาพ และที่มาของ
ความเครียดของครูที่มาปฏิบัติงานในเขตจังหวัดเชียงใหม่. (รายงานการวิจัย). เชียงใหม่ :
โรงพยาบาลสวนปรุง.

กิติกร มีทรัพย์. (2532 , พฤษภาคม). ความเครียดในวัยผู้ใหญ่. สุขภาพจิต. 12(4), 3-6.

คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (2540). จิตวิทยาทั่วไป. (พิมพ์ครั้งที่ 5). เชียงใหม่ :
คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

จันทร์แรม กิจเหมา. (2539). ประสิทธิภาพการผ่อนคลายกล้ามเนื้อเพื่อลดความเครียดในนักศึกษา
พยาบาล. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

จันทร์เพ็ญ อินทร์ไชยา. (2537). ผลของการปรึกษาจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาตาม
ความเป็นจริง ต่อการลดความเครียดในขณะฝึกปฏิบัติงานของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2
มหาวิทยาลัยขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จินตนา ยูนิพันธ์. (2529). ทฤษฎีการพยาบาล. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ชูทิศ ปานปรีชา. (2529). จิตวิทยาทั่วไป. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

นงคราญ ผาสุก. (2523 , มกราคม). “ความเครียด : การปฏิบัติตัวเมื่อมีอาการเครียด.

วารสารพยาบาล. 29(1), 54-58.

นวลละอ อสุภาผล. (2527). ทฤษฎีบุคลิกภาพ. กรุงเทพฯ : คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

บวร สงคศิริ. (2540). ภาวะเครียดและพฤติกรรมเผชิญความของข้าราชการตำแหน่งในจังหวัดเชียงใหม่. นนทบุรี. : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

ประหยัด ประภาพรหม. (2539). การรับรู้ความไม่แน่นอนในการเจ็บป่วย และพฤติกรรมเผชิญความเครียด ของญาติผู้ป่วยโรคจิตเภท. วิทยานิพนธ์ ศีษศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

ปาทัน นุญหลง. (2539). การพยาบาลจิตเวช : สาเหตุและกลไกเจ็บป่วยทางจิต. กรุงเทพฯ : กองงานวิทยาลัย สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข.

พรทิพย์ เกตุรานนท์. (2527). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพยาบาลในโรงพยาบาลทั่วไปของรัฐในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

พรทิพย์ วิโรจน์แสงอรุณ. (2528). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพยาบาลที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลชุมชนภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

พรศิริ ใจสม. (2541). ความเครียดและกลวิธีเผชิญความเครียดของมารดาที่บุตรเข้ารับการรักษาในหออภิบาลผู้ป่วยกุมารเวชกรรม. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

พิมพ์ทอง เช็กจันทิก สภาวดี นวลมณี และ สกฤตต์ จารุสันติกุล. (2538). ความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพ สภาวะทางเศรษฐกิจ ครอบครัว สังคมและสิ่งแวดล้อมกับความเครียดและการเจ็บป่วยทางจิตของผู้ป่วยที่มารับบริการที่โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์. (รายงานการวิจัย). อุบลราชธานี : โรงพยาบาลศรีมหาโพธิ์.

พิมลพรรณ ทิพาคำ. (2543). ความเครียดในงาน และความยึดมั่นผูกพันในองค์การของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลชุมชนเขต 10. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

พิมลพรรณ สุวรรณโณ. (2531 , มกราคม). อารมณ์หรือความเครียด การประสาชงเคราะห์.

31(1) 75-77.

- พีระ ศรีกรรณจิตร. (2529). ความเครียด และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียด ของครูโรงเรียนมัธยมศึกษา เปรียบเทียบระหว่างเขตการศึกษาส่วนกลาง และเขตการศึกษา 5. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- มรุณ คำวงศ์ปิ่น. (2543). ความเครียด วิธีปรับแก้ และแรงสนับสนุนทางสังคม ของบุคคลที่เคยพยายามฆ่าตัวตาย. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- มนตรี นามมงคล และคณะ (2540). การเปรียบเทียบความเครียด ความคิดอยากฆ่าตัวตาย และความคิดอยากฆ่าผู้อื่น ของข้าราชการในจังหวัดเชียงใหม่. (รายงานการวิจัย). เชียงใหม่ : ศูนย์สุขภาพจิต 2.
- มบุญ คณะวัฒนา. (2539). ยุทธศาสตร์ และเทคนิคคลายเครียด. (พิมพ์ครั้งที่ 2) กรุงเทพฯ : ธีรพงษ์การพิมพ์.
- มุกดา สุขสมาน. (2537). ความเครียด กับขบวนการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายมนุษย์. กรุงเทพฯ : คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- มุกดา สุขสมาน. (2537). ภาวะกายและจิต. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- รุ่ง แก้วแดง. (2541). ปฏิวัติการศึกษาไทย. (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ : มติชน.
- ถ้วน สายยศ และอังคณา สายยศ. (2538). เทคนิคการวิจัย. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- วัชรรัตน์ หลิมรัตน์. (2527, มกราคม). ความเครียด. วารสารศูนย์แพทย์ศาสตร์. 10(1), 41-46.
- วันเพ็ญ ชูศักดิ์วัฒนาการ. (2540, กุมภาพันธ์). การสำรวจสุขภาพจิตของนิสิตแพทย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. 42(2), 88-100.
- วีระ ชูจิพร. (2542, มีนาคม). วิธีการจัดการกับภาวะซึมเศร้าของคนไทย. วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย. 4(3), 176-178.
- วีระ ไชยศรีสุข. (2533). สุขภาพจิต. กรุงเทพฯ : แสงศิลป์การพิมพ์.
- ศิริพร วิญญรัตน์. (2543). ความเครียดในงานของพยาบาลประจำการ และรูปแบบการบริหารงานของหัวหน้าหอผู้ป่วย ในโรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุกชัย ยาวประภาส. (2525, มิถุนายน). “ความเครียดของนักบริหาร ปัญหาและทางออก” วารสารสังคมศาสตร์. 19(2), 62-92.
- สนาม บินชัย. (2542). ความเครียดของประชาชนวัยแรงงานในภาวะวิกฤตเศรษฐกิจ จังหวัดชัยนาท. (รายงานการวิจัย). ชัยนาท : ศูนย์สุขภาพจิตชัยนาท.

- สมชาย จักรพันธ์, ม.ล. และคณะ. (2541). การพัฒนาแบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเองสำหรับประชาชนไทยด้วยคอมพิวเตอร์. (รายงานการวิจัย). กรุงเทพฯ : กรมสุขภาพจิต.
- ลำรวมจิต สุนทราภิรมย์สุข. (2538). ความเครียดกับการปรับตัว. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี ชลบุรี, 8(1), 35-52.
- สินีนานู จิตต์ภักดิ์. (2538). ภาวะเครียดและปัจจัยจากลักษณะงานที่ทำให้เกิดความเครียดของพยาบาล โรงพยาบาลสวนปรุง. วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สิริภรณ์ หันพงศ์กิตติกุล. (2543). แหล่งความเครียดในงานของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่. การค้นคว้าแบบอิสระ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุจริต สุวรรณชีพ. (2532, กรกฎาคม - ธันวาคม). ความเครียด. วารสารจิตวิทยาคลินิก. 19(2), 1-4.
- สุครัก พิละกันทา. (2541). ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความเครียดในการทำงานและพฤติกรรมเผชิญความเครียดของตำรวจจราจรเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุภาวดี นวลมณี. (2537). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียด กรณีข้าราชการตำรวจนครจังหวัดอุบลราชธานี. (รายงานการวิจัย). อุบลราชธานี : โรงพยาบาลพระศรีมหาโพธิ์.
- สุนีย์ เกี้ยวกิ่งแก้ว. (2527). การพยาบาลจิตเวช. เชียงใหม่ : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- สุนีย์ เกี้ยวกิ่งแก้ว. (2527). เอกสารคำสอนวิชาการพยาบาลจิตเวชชุมชน. เชียงใหม่ : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อนุสรณ์ วีระพงษ์. (2541). ความเครียดของนักกีฬาเยาวชนจังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อำภา บุญช่วย. (2537). การบริหารงานวิชาการในโรงเรียน. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : โอเคียนสโตร์.
- อินทรา ปัทมินทร. (2541). ความเครียดการสนับสนุนทางสังคมและภาวะสุขภาพจิตของนักเรียนไทยในมหาวิทยาลัยต่างประเทศ. จิตวิทยาคลินิก. 29(1), 36-40.
- Baron & Robert A. and Jerald Grenberg. (1990). Behavior in Organization Understanding and Management the Humanside of Work. Boston : Allyn and Bacon.
- Breakwell, G.M. (1990). Are You Stress Out ? American Journal of Nursing. 90(9), 31-33.

- Campbell, R.J. (1981). **Psychiatric Dictionary**. (5th edition). London : Oxford University Press.
- Cascio, W.F. (1989). **Managing Human Resources**. New York : McGraw – Hill.
- Cooper, C.L. and Marshall, J. (1976). Occupational Source of Stress. **Journal of Occupational Psychology**, 495(5), 11-28.
- Darley, J.M. , Glucksberg, S.K. and Kinchia, R.A. (1986). **Psychology**. (3rd edition). New Jersey : Prentice – Hall.
- Davis, L. E. (1977, July-August). Enhancing in Quality of Working Life : Development in the United States. **International Labour Review**. 116, 53.
- Engel, G.L. (1962). **Psychological Development in Health and Disease**. Philadelphia : W.B. Saunders.
- Farmer, R.E. (1987). **Stress management for Human Services**. (2nd edition). California : SAGE.
- Frain, Marita, and Valiga, Theresa M. (1979, April). "The Multiple Dimensions of Stress." **Topic in Clinical Nursing**. 1(4), 43-52.
- Garland, L.M. and Bush, C.T. (1982). **Coping Behavior and Nursing**. Virginia : Restion Publishing.
- Hilgard, R. (1975). **Introduction to Psychology**. New York : Harcourt Brace.
- Jacobson, S.M. (1963). **Student Activities in Teaching in Higher Education**. Chicaco : Rand McNancy College.
- Jalowice, A. and Powers, M.J. (1981, January). Stress and Coping in Hypertensive and Emergency Room Patient. **Nursing Research**, 31(1), 10-15.
- Janis, I.L. (1952). **Psychological Stress**. New York : John Wiley & Sons.
- Lazarus, R. S. and Flokman, S. (1984). **Stress, Appraisal, and Coping**. New York : Springer.
- Luckman, J. and Sorensen, K. (1989). **Medical-Surgical Nursing**. Philadelphia : W. B. Saunders.
- Modder, J. (1983). **Stress and Relaxation**. Singapore : P.G. Publishing.
- Miller, Benjamin F., and Keane, Claire B. (1972). **Encyclopedia and Dictionary of Medical and Nursing**. Philadelphia : W. B. Saunders.
- Morris, C.G. (1990). **Psychology : Introduction**. (7th edition). New Jersey : Prentice - Hall.
- Narrow, B.W. and Buschle, K.B. (1987). **Fundamental of Nursing Practice**. (2nd edition). New York : John Wiley & Sons.

**Robert, Sharon L. (1978). Concept and Nursing Through Out the Life Span. New York :
Prentice -Hall.**

Selye, H. (1978). The Stress of Life. New York : McGraw -Hill.

Taylor, S.E. (1986). Health Psychology. New York : Random House.

Wallace, J.W. (1978 ,March). Living With Stress. Nursing Times, 74(3), 457-458.

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University