

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	จ
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ช
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญภาพ	ฉ
<b>บทที่ 1 บทนำ</b>	
ที่มาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
สมมติฐานของการวิจัย	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ขอบเขตการวิจัย	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
<b>บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b>	
การมองในแง่ดี	6
ความซึมเศร้า	15
การเห็นคุณค่าในตนเอง	28
กรอบแนวคิดการวิจัย	36
<b>บทที่ 3 ระเบียบวิธีการวิจัย</b>	
ประชากร	37
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	37
โปรแกรมพัฒนาการมองในแง่ดี	38
แบบวัดการมองในแง่ดี	39
แบบวัดความซึมเศร้า	40
แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง	40
รูปแบบการวิจัย	42
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	43
ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย	44

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	44
<b>บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล</b>	
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	45
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	45
<b>บทที่ 5 สรุป อภิปรายและข้อเสนอแนะ</b>	
สรุปผลการวิจัย	53
การอภิปรายผลการวิจัย	54
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย	59
<b>บรรณานุกรม</b>	61
<b>ภาคผนวก</b>	
ภาคผนวก ก. รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบโปรแกรมพัฒนาการมองในแง่ดี	69
ภาคผนวก ข. โปรแกรมพัฒนาการมองในแง่ดี	71
<b>ประวัติผู้เขียน</b>	116

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1. เปรียบเทียบคะแนนการมองในแง่ดี ความซึ้งเศร้าและการเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมก่อนเข้าร่วม โปรแกรมพัฒนาการมองในแง่ดี	46
2. เปรียบเทียบคะแนนการมองในแง่ดี ความซึ้งเศร้าและการเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังเข้าร่วม โปรแกรมพัฒนาการมองในแง่ดี	47
3. เปรียบเทียบคะแนนการมองในแง่ดี ความซึ้งเศร้าและการเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มทดลอง ก่อนและหลังการทดลองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยมีคะแนนการมองในแง่ดี ความซึ้งเศร้าและการเห็นคุณค่าในตนเองก่อนการทดลอง เป็นตัวแปรร่วม	48
4. เปรียบเทียบคะแนนการมองในแง่ดี ความซึ้งเศร้าและการเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มควบคุมก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรมพัฒนาการมองในแง่ดี	49
5. วิเคราะห์ข้อมูลหลังการทดลอง เปรียบเทียบคะแนนการมองในแง่ดี ความซึ้งเศร้า และการเห็นคุณค่าในตนเองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะติดตามผล 19 วัน โดยมีคะแนนการมองในแง่ดี ความซึ้งเศร้าและการเห็นคุณค่าในตนเองหลังการทดลอง เป็นตัวแปรร่วม	50
6. เปรียบเทียบคะแนนการมองในแง่ดี ความซึ้งเศร้าและการเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มทดลองก่อนการทดลองและระยะติดตามผลหลังเข้าร่วม โปรแกรมพัฒนา การมองในแง่ดี	51
7. เปรียบเทียบคะแนนการมองในแง่ดี ความซึ้งเศร้าและการเห็นคุณค่าในตนเอง ของกลุ่มทดลองหลังการทดลองและระยะติดตามผลหลังเข้าร่วม โปรแกรมพัฒนา การมองในแง่ดี	52

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	แผนภาพแสดงกรอบแนวคิดการวิจัย	36
2	แผนภาพแสดงรูปแบบการวิจัย	42



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved