

# PPSS

## จิตวิทยา

## กับ

## พฤติกรรมสุขภาพ

จิตวิทยากับพฤติกรรมสุขภาพ / อมราวพ

WA590 ๒449 2565 ๑.1



Barcode \*10054383\*

ห้องสมุดวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์

อมราวพ สุรการ

# สารบัญ

เรื่อง

หน้า

คำนำ

สารบัญ

สารบัญภาพประกอบ

สารบัญตาราง

บทที่ 1 สุขภาพกับจิตวิทยา.....	1
สุขภาพ.....	2
ความหมายของสุขภาพ.....	3
ความหมายของพฤติกรรมสุขภาพ.....	4
การส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรคและความเสี่ยงทางสุขภาพ.....	6
แนวคิดและทฤษฎีทางจิตวิทยา.....	14
บทที่ 2 แนวคิดและทฤษฎีทางจิตวิทยา กับการอธิบายสาเหตุของพฤติกรรมสุขภาพ.....	21
แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพ.....	21
ทฤษฎีการกระทำด้วยเหตุผล และทฤษฎีพฤติกรรมตามแผน.....	27
ทฤษฎีทางปัญญาสังคม.....	33
ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค.....	38
ทฤษฎีการกำหนดด้วยตนเอง.....	42
ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก.....	48
แนวคิด PRECEDE-PROCEED.....	52
บทที่ 3 แนวคิดและทฤษฎีทางจิตวิทยาในการแก้ไขและพัฒนาโปรแกรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพ.....	75
ทฤษฎีทางปัญญาสังคม.....	75
ทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อป้องกันโรค.....	82
ทุนทางจิตวิทยาเชิงบวก.....	87
แนวคิดกระบวนการกระทำด้านสุขภาพ.....	92
แนวคิด PRECEDE-PROCEED.....	98
โมเดล COM-B.....	102

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
บทที่ 4 จิตวิทยากับการป้องกันปัญหาสุขภาพจิต.....	119
สุขภาพจิตและปัญหาสุขภาพจิต.....	119
ภาวะซึมเศร้า.....	120
ความวิตกกังวล.....	128
บทที่ 5 จิตวิทยากับพฤติกรรมเสี่ยงในการขับขี่.....	141
สถานการณ์อุบัติเหตุบนท้องถนน.....	141
ความหมายของพฤติกรรมขับขี่.....	143
สาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุบนท้องถนน.....	144
แนวคิดการลดอันตราย ในการขับขี่.....	147
ปัจจัยทำนายของพฤติกรรมขับขี่ตามแนวคิดและทฤษฎีทางด้านจิตวิทยา.....	148
ผลกระทบของการเกิดอุบัติเหตุบนท้องถนน.....	148
การป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงในการขับขี่ด้วยแนวคิดและทฤษฎีทางด้านจิตวิทยา.....	149
บทที่ 6 จิตวิทยากับพฤติกรรมการติดยาเสพติด.....	157
พฤติกรรมติดยาเสพติด.....	157
การสูบบุหรี่.....	159
การดื่มแอลกอฮอล์.....	168
บทที่ 7 จิตวิทยากับพฤติกรรมป้องกันการโรคติดต่อ.....	183
ความหมายของโรคติดต่อ.....	183
สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับโรคติดต่อ.....	184
พฤติกรรมป้องกันการโรคติดต่อ.....	186
ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมป้องกันการโรคติดต่อ.....	186
ผลกระทบของโรคติดต่อ.....	187
การส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการโรคติดต่ออุบัติใหม่ด้วยแนวคิดทฤษฎี	
ทางด้านจิตวิทยา.....	189
การส่งเสริมพฤติกรรมป้องกันการโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ด้วยแนวคิดทฤษฎี	
ทางด้านจิตวิทยา.....	191

## สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
บทที่ 8 จิตวิทยากับพฤติกรรมการป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง.....	199
สถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง.....	199
ความหมายของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง.....	200
สาเหตุของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง.....	201
ผลลัพธ์ของโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง.....	203
การปฏิบัติตนเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง.....	203
พฤติกรรมการป้องกันและแก้ไขการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังด้วยแนวคิดทฤษฎี ทางด้านจิตวิทยา.....	205
บทที่ 9 จิตวิทยากับสุขภาวะและคุณภาพชีวิต.....	221
สุขภาวะ.....	221
คุณภาพชีวิต.....	230
ดัชนีคำค้น.....	247
ประวัติผู้เขียน.....	257