

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียดของพนักงานดับเพลิง  
อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

Factors Related To Stress Condition of Firefighter's  
Bang Phli District, Samut Prakarn Province

อารยา ดำช่วย\*, ณัฐนันท์ ทนงสูงเนิน, ศศิประภา ชัยพรหม, จุฑาทิพย์ นवलสว่าง,

กฤษณา เพียนจันทร์, กวินนา จำปาหอม, ขวัญเมือง บัวสุข

คณะสาธารณสุขศาสตร์และสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

\*Email : august\_nanku@hotmail.com

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านจิตสังคมและสิ่งแวดล้อมในการทำงาน และพฤติกรรมการจัดการความเครียดที่มีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียดของพนักงานดับเพลิง เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบภาคตัดขวาง กลุ่มตัวอย่าง คือ พนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ จำนวน 118 คน เครื่องมือในการวิจัย คือ แบบสอบถามแบบ Likert Scale วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา หาค่าร้อยละ คะแนนเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสถิติ Chi-Square และ Fisher Exact test

ผลการวิจัย พบว่า พนักงานดับเพลิงมีความเครียดในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 5.93 มีความเครียดในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 29.66 มีความเครียดในระดับสูง คิดเป็นร้อยละ 50.85 และมีความเครียดในระดับรุนแรง คิดเป็นร้อยละ 13.56 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียดของพนักงานดับเพลิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ ปัจจัยด้านลักษณะงาน ด้านบทบาทความรับผิดชอบ ด้านความก้าวหน้าในงาน ด้านความสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลในองค์กร ด้านโครงสร้างองค์กรและบรรยากาศในการทำงาน และปัจจัยด้านพฤติกรรมเผชิญความเครียดแบบมุ่งลดอารมณ์และแบบมุ่งแก้ปัญหา

**คำสำคัญ :** ภาวะความเครียด พนักงานดับเพลิง

### Abstract

The purpose of this study was to investigate personal factors, psychosocial factors, working environment, and stress management behaviors that were related to the factors associated with stress condition of firefighters of Bang Phli district, Samutprakarn province. This research was a cross-sectional descriptive research, by finding relationships from the sample who were firefighters of Bang Phli District Samut Prakan Province, comprising of 118 people. The instrument used in this study was a questionnaire and used descriptive statistics to find frequencies, percentages, means, and standard deviations, and find the relationship of variables by using Chi-square and Fisher Exact test. The results showed that firefighters had little stress accounting for 5.93 percent, with moderate stress accounting for 29.66 percent, with high stress accounting for 50.85 percent and

had severe stress accounting for 13.56 percent. Factors that are related to the stress of firefighters with statistical significance at the level of .05 are the factors in the characteristics of the job: role of responsibility, progress in the event, relationship between individuals in the organization, corporate structure and work atmosphere, and behavioral factors: facing emotions and aiming to solve problems.

**Keywords :** Stressful conditions, Firefighters

## บทนำ

ในปัจจุบันสภาพการเปลี่ยนแปลงเศรษฐกิจ สังคมที่เต็มไปด้วยการแข่งขัน ความก้าวหน้า ของเทคโนโลยีการสื่อสาร วิถีชีวิตที่เร่งรีบ ส่งผลให้ประชาชนทั้งเขตเมืองและชนบทเผชิญกับ ความเครียดทุกวัน อย่างไม่รู้ตัวและหลีกเลี่ยงได้ยาก โดยอาการเล็กน้อยแตกต่างกันขึ้นอยู่กับ พื้นฐานทางอารมณ์สภาพแวดล้อมและความสามารถในการปรับตัวของแต่ละคน กลุ่มที่น่าห่วง มากคือ วัยทำงาน เนื่องจากต้องรับผิดชอบหลายอย่างทั้งครอบครัวและที่ทำงาน จากสถิติผลการ ให้บริการทางสายด่วนสุขภาพจิต 1323 ในปี 2560 พบว่า ปัญหาที่ขอรับบริการมากเป็นอันดับ 1 ได้แก่ เรื่องความเครียด วิตกกังวล รวม 27,737 สาย คิดเป็นร้อยละ 40 ของสายที่โทรขอรับบริการ ทั้งหมด 70,268 สาย โดยจำนวนเพิ่มขึ้นเกือบ 2 เท่าตัวเมื่อเทียบกับ ปี 2557 ที่มีจำนวน 14,935 สาย กลุ่มอายุที่ใช้บริการมากที่สุดคือ อายุ 22-59 ปี คิดเป็นร้อยละ 70 ของผู้ใช้บริการทั้งหมด รองลงมา คือกลุ่มวัยรุ่นอายุ 15-21 ปี ร้อยละ 15 ที่เหลือเป็นผู้สูงอายุ (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข 2561)

จากมูลนิธิรณรงค์ผจญเพลิงแห่งชาติของประเทศสหรัฐอเมริกา ในปี 2014 พบว่า แผนกดับเพลิงมีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตายมากกว่าผู้เสียชีวิตตามหน้าที่ถึงสามเท่า โดยปัญหาหลักเกิดจาก ความเครียดทางจิตใจของพนักงานดับเพลิง ซึ่งสามารถนำไปสู่การใช้สารเสพติดและการใช้แอลกอฮอล์ในทางที่ผิดเพื่อจัดการกับความเครียด (The National Fallen Firefighters Foundation found) ต่อมาในปี2017 จากผลการสำรวจความคิดเห็นพนักงานและอาสาสมัคร 1,600 คนใน ส านักงานดับเพลิง พบว่า เกือบ 9 ใน 10 คนเคยรู้สึกเครียด หดหู่ หรือมีสภาพจิตย่ำแย่ในขณะที่ทำงาน (Faye McGuinness, 2017)

จากปัญหาที่กล่าวมาข้างต้นผู้วิจัยได้มีความตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาความเครียดของพนักงานดับเพลิง จึงได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียดของ พนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ เพื่อนำไปใช้เป็นข้อมูลหรือแนวทางสำหรับผู้ปฏิบัติงานในการลดภาวะความเครียดจากปัจจัยต่าง ๆ ตลอดจนเป็นแนวทางในการปรับปรุงให้ พนักงานดับเพลิงมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่ดี มีความพร้อมในการปฏิบัติงาน

## วิธีการวิจัย

### 1. กลุ่มตัวอย่าง

พนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ มีอายุงานอย่างน้อย 6 เดือนจำนวน 118 คน เข้าร่วมการวิจัยตามความยินยอมและสมัครใจโดยใช้หลักการคำนึงถึงสิทธิมนุษยชนของผู้ที่ให้ข้อมูล โดยได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมวิจัย ของมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิม พระเกียรติ เลขที่ อ.890/2562

## 2. การศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) แบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 คำถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานะทางการเงิน อายุการทำงาน สถานภาพสมรส และการพักผ่อน จำนวน 7 ข้อ

ส่วนที่ 2 คำถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านจิตสังคม และสิ่งแวดล้อมในการทำงานโดยมีการประยุกต์ของอนูรัตน์ อนันทนาธร และนภดล วงษ์น้อม (2559) จำนวน 34 ข้อ

ส่วนที่ 3 คำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการจัดการความเครียด โดยมีการประยุกต์ของอนูรัตน์ อนันทนาธร และนภดล วงษ์น้อม (2559) จำนวน 22 ข้อ

ส่วนที่ 4 แบบประเมินระดับความเครียดของสวนปรุง (SPST-20) จำนวน 20 ข้อ

นำแบบสอบถามให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของแบบสอบถามและคำนวณค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์ (Index of Objective Congruence : IOC) จากผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน โดยข้อคำถามของแบบสอบถามมีค่า IOC ทุกข้ออยู่ระหว่าง 0.67-1.00 และนำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาแล้วนำไปทดสอบ (Try Out) กับพนักงานดับเพลิง อำเภอบางเสาธง จำนวน 40 คน นำแบบสอบถามมาวิเคราะห์เพื่อหาความเชื่อมั่น โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์ แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) มีค่าความเชื่อมั่น 0.94

## 3. การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) เป็นสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อให้ทราบถึงลักษณะของข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มประชากร ได้แก่ ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยใช้วิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานะทางการเงิน อายุการทำงาน สถานภาพสมรส และการพักผ่อน

สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) เป็นสถิติที่ใช้ในการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านจิตสังคม และสิ่งแวดล้อมในการทำงาน พฤติกรรมการจัดการความเครียดกับภาวะความเครียดของพนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ โดยใช้สถิติ Chi-square

## ผลการวิจัย

พนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ เป็นเพศชาย จำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 100 อายุระหว่าง 40-49 ปี ระดับการศึกษา มัธยมศึกษาตอนปลาย หรือเทียบเท่า จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 37.29 สถานะทางการเงิน รายรับน้อยกว่ารายจ่าย มีหนี้สิน จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 41.53 และอายุการทำงาน 7 ปีขึ้นไป จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 39.83 (ดังแสดงในตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 แสดงจำนวนและร้อยละข้อมูลส่วนบุคคล

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	118	100.00
หญิง	0	0.00
อายุ		

น้อยกว่า 30 ปี	29	24.58
30-น้อยกว่า 40 ปี	37	31.35
40-น้อยกว่า 50 ปี	39	33.05
50 ปีขึ้นไป	13	11.02
<b>ระดับการศึกษา</b>		
ต่ำกว่ามัธยมศึกษาตอนปลาย	39	33.05
มัธยมศึกษาตอนปลาย หรือเทียบเท่า	44	37.29
อนุปริญญา หรือเทียบเท่า	18	15.25
ปริญญาตรี หรือเทียบเท่า	15	12.71
สูงกว่าปริญญาตรี	2	1.70
<b>สถานะทางการเงิน</b>		
รายรับน้อยกว่ารายจ่าย มีหนี้สิน	49	41.53
รายรับน้อยกว่ารายจ่าย แต่ไม่มีหนี้สิน	30	25.42
รายรับเท่ากับรายจ่าย	28	23.73
รายรับมากกว่ารายจ่าย	11	9.32
<b>อายุการทำงาน</b>		
ต่ำกว่า 1 ปี	8	6.78
1-3 ปี	28	23.73
4-6 ปี	35	29.66
7 ปีขึ้นไป	47	39.83
<b>รวม</b>	<b>118</b>	<b>100.00</b>

ผลการศึกษาระดับความเครียดของพนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า นักดับเพลิงส่วนใหญ่เครียดอยู่ในระดับสูง จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 50.85 เครียดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 29.66 เครียดอยู่ในระดับรุนแรง จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 13.56 และเครียดอยู่ในระดับน้อย จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 5.93 ตามลำดับ (ดังแสดงในตารางที่ 2)

**ตารางที่ 2** ระดับความเครียดของพนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

ระดับความเครียด	จำนวน (คน)	ร้อยละ
เครียดอยู่ในระดับน้อย	7	5.93
เครียดอยู่ในระดับปานกลาง	35	29.66
เครียดอยู่ในระดับสูง	60	50.85
เครียดอยู่ในระดับรุนแรง	16	13.56
<b>รวม</b>	<b>118</b>	<b>100.00</b>

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะความเครียดกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของพนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า ปัจจัยด้านลักษณะงาน ด้านบทบาทความรับผิดชอบ ด้าน

ความก้าวหน้าในงาน ด้านความสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลในองค์กร ด้านโครงสร้างองค์กรและบรรยากาศในการทำงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับนัยสำคัญ .05 (ดังแสดงในตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะความเครียดกับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของพนักงานดับเพลิง อำเภอ บางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

ปัจจัยที่เกี่ยวข้อง	ระดับความเครียด		รวม	$\chi^2$	Df	p-value
	เครียดน้อย	ถึง				
	ปานกลาง	เครียดสูงถึงรุนแรง				
<b>ด้านลักษณะงาน</b>						
น้อย-ปานกลาง	14	10	24	6.796	1	0.009
มาก-มากที่สุด	28	66	94			
<b>ด้านบทบาทความรับผิดชอบ</b>						
น้อย-ปานกลาง	29	37	66	4.551	1	0.033
มาก-มากที่สุด	13	39	52			
<b>ด้านความก้าวหน้าในงาน</b>						
น้อย-ปานกลาง	35	32	67	18.736	1	0.000
มาก-มากที่สุด	7	44	51			
<b>ด้านความสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคลในองค์กร</b>						
น้อย-ปานกลาง	37	52	88	5.649	1	0.017
มาก-มากที่สุด	5	24	29			
<b>ด้านโครงสร้างองค์กร และบรรยากาศในการทำงาน</b>						
น้อย-ปานกลาง	35	46	81	6.537	1	0.011
มาก-มากที่สุด	7	30	37			

ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการจัดการความเครียดกับภาวะความเครียดของพนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า ปัจจัยด้านพฤติกรรมเผชิญความเครียดแบบมุ่งลดอารมณ์และ

แบบมุ่งแก้ปัญหาที่มีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับนัยสำคัญ .05 (ดังแสดงในตารางที่ 4)

ตารางที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการจัดการความเครียดกับภาวะความเครียดของพนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ

พฤติกรรมจัดการ ความเครียด	ระดับความเครียด		รวม	$\chi^2$	Df	p-value
	เครียดน้อย	ถึง เครียดสูงถึง				
	ปานกลาง	รุนแรง				
<b>แบบมุ่งลดอารมณ์</b>						
น้อย-ปานกลาง	31	31	62	11.828	1	0.001
มาก-มากที่สุด	11	45	56			
<b>แบบมุ่งแก้ปัญหา</b>						
น้อย-ปานกลาง	16	9	25	11.166	1	0.001
มาก-มากที่สุด	26	67	93			

### สรุปผลการวิจัย

ผลการศึกษาภาวะความเครียดของพนักงานดับเพลิง อำเภอบางพลี จังหวัดสมุทรปราการ พบว่า ส่วนใหญ่เครียดอยู่ในระดับสูง (คะแนนเฉลี่ย 2.33) จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 50.85 เนื่องจาก เงินไม่พอใช้จ่าย กล้ามเนื้อตึงหรือปวดหลัง และปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะเครียด ดังนี้ ด้านลักษณะงานมีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียด ซึ่งสอดคล้องกับ สลิธร เทพ ตระการพร (2542, น. 604-605) กล่าวว่าเงื่อนไขหรือสภาพแวดล้อมในสถานที่ทำงาน บุคคลที่ไม่สามารถควบคุมตนเองไม่ให้ถูกรบกวนจากสภาพแวดล้อมที่เกิดขึ้น อันได้แก่ อุณหภูมิที่เปลี่ยนแปลง หากปล่อยให้เกิดปัญหาดังกล่าวเป็นระยะเวลาานานจะส่งผลให้บุคคลนั้นเกิดความเครียด ด้านบทบาทและความรับผิดชอบมีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียด ซึ่งสอดคล้องกับ ทฤษฎีของ Kahm et al, 1964 อ้างถึงใน (Cooper et al., 2001,p.38) การมีบทบาทหน้าที่รับผิดชอบมากเกินไปหรือการมีหลายบทบาทหน้าที่ (Role Overload) หมายถึง การที่บุคคลหนึ่ง ต้องทำหน้าที่หลายอย่างภายในองค์กร การรับผิดชอบหลายอย่างนั้น นอกจากจะนำไปสู่การทำงานล่วงเวลาของแต่ละบุคคล แล้วยังส่งผลกระทบต่อความรู้สึกที่ว่าจะสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายนั้นสำเร็จลุล่วงได้หรือไม่แต่ในความเป็นจริงพบว่าการมีบทบาทหน้าที่ที่ต้อง รับผิดชอบมากเกินไปถูกนำมากล่าวอ้างถึงในฐานะที่เป็นแหล่งกำเนิดความเครียด พฤติกรรมเผชิญความเครียดแบบมุ่งลดอารมณ์ และพฤติกรรมเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหาที่มีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียด มีความสัมพันธ์กับภาวะความเครียด สอดคล้องกับ ทฤษฎี ของลาซารัส และโพล์คแมน (Lazarus & Folkman, 1984) กล่าวว่าการปฏิบัตินั้นบุคคลสามารถใช้ พฤติกรรมเผชิญความเครียดทั้ง 2 แบบ โดยอาจมีส่วนเพิ่มหรือลดประสิทธิภาพของบุคลากร เช่น ใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ปัญหา ในกรณีที่เห็นว่าตนสามารถจัดการกับปัญหาได้ และมักใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียดแบบมุ่งลดอารมณ์ เมื่อเห็นว่าปัญหานั้นเกินกว่า ที่จะแก้ไขได้ การเผชิญปัญหาจะให้ผลดีที่สุด คือการใช้กลวิธีทั้ง 2 แบบ ดังกล่าวให้ช่วยเสริมซึ่งกันและกัน

## กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ ผศ.เสาวลักษณ์ ลักษณะมีจักรกุล ผศ.ดวงตร กัตถุญตานนท์ และอาจารย์ดร.นิรัฎกาณูจ์  
จันทร์หา อาจารย์ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์และสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

## เอกสารอ้างอิง

ฐาปนีย์ วั่งกานนท์ (2556). ศึกษาปัจจัยด้านการทำงานที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพนักงาน กรณีศึกษา บริษัท  
แอมพาส อินดัสตรี จำกัด. วิทยานิพนธ์ปริญญาบริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการทั่วไป บัณฑิต  
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี.

อนุรัตน์ อนันนทนาธร, นภดล วงษ์น้อม. (2560). ภาวะความเครียดและพฤติกรรมการจัดการความเครียดของ  
ข้าราชการตำรวจสังกัดตำรวจภูธรภาค 2. วารสารการเมือง การบริหารและกฎหมาย, 9(3). 137-171.

