

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาสาเหตุและผลกระทบของความเครียดที่มีต่อพนักงานและองค์กร: กรณีศึกษา บริษัทผลิตเครื่องใช้ไฟฟ้าแห่งหนึ่งในนิคมอุตสาหกรรม เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (quantitative research) มีวัตถุประสงค์ของการวิจัยเพื่อศึกษาระดับความเครียดของพนักงานระดับปฏิบัติการ รวมถึงศึกษาสาเหตุที่ส่งผลต่อการเกิดความเครียดของพนักงาน และผลกระทบที่เกิดจากความเครียดของพนักงานทั้งในระดับบุคคล และระดับองค์กร โดยมีกลุ่มตัวอย่าง คือ พนักงานระดับปฏิบัติการซึ่งเป็นพนักงานประจำของบริษัท จำนวน 170 คน ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม (Questionnaire) แล้วนำมาวิเคราะห์และประมวลผลข้อมูล โดยผู้วิจัยได้นำเสนอด้วยตารางประกอบคำบรรยายตามลำดับ ซึ่งแบ่งออกเป็น 6 ส่วน ดังนี้

- 4.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม
- 4.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยด้านการทำงาน
- 4.3 ผลการวิเคราะห์แบบประเมินวัดระดับความเครียดสวนปรุง
- 4.4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบบประเมินผลกระทบที่เกิดจากความเครียด
- 4.5 ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน โดยใช้สถิติไคสแควร์ (Chi-square)
- 4.6 ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการทำงานกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงานโดยใช้สถิติ Pearson Correlation
- 4.7 ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างระดับคะแนนความเครียดของพนักงานกับผลกระทบที่เกิดจากความเครียดของพนักงานโดยใช้สถิติ Pearson Correlation

การกำหนดสัญลักษณ์ต่าง ๆ ในการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังต่อไปนี้

n	คือ	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
\bar{x}	คือ	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง
S.D.	คือ	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)
χ^2	คือ	ไค-สแควร์
P-value	คือ	นัยสำคัญทางสถิติ
*	คือ	ความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
Pearson Correlation	คือ	เพียร์สันคอรี่เรชัน

การวิเคราะห์ข้อมูลที่น่าเสนอในบทนี้ จะเป็นไปตามลำดับของข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม ซึ่งสอดคล้องกับคำถามการวิจัยและวัตถุประสงค์ โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

4.1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล (n=170)

ข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	85	50.0
หญิง	85	50.0
อายุ		
น้อยกว่า 30 ปี	95	55.9
30 - 49 ปี	59	34.7
41 - 50 ปี	11	6.5
มากกว่า 50 ปี	5	2.9
$\bar{x} = 31$, S.D. = 6.683 , Min = 22 , Mix = 54		
สถานภาพ		
โสด	65	38.2
สมรส (อยู่ด้วยกัน)	79	46.5
สมรส (แยกกันอยู่)	11	6.5
หย่าร้าง	15	8.8
หม้าย	0	0.00
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	4	2.4
มัธยมศึกษาตอนต้น	56	32.9
มัธยมศึกษาตอนปลาย	71	41.8
ปวช.	17	10.0
ปวส.	21	12.4
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	1	0.6
รายได้เฉลี่ยต่อเดือน		
น้อยกว่า 10,000 บาท	8	4.7
10,000 - 20,000 บาท	149	87.6
มากกว่า 20,000 บาท	13	7.6
$\bar{x} = 15,771$, S.D.=3,973.37 , Min = 10,000 , Mix = 30,000		

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
ภาระค่าใช้จ่ายต่อเดือน		
น้อยกว่า 10,000 บาท	48	4.7
10,000 - 20,000 บาท	118	87.6
มากกว่า 20,000 บาท	4	7.6
$\bar{x} = 13,624$, S.D.= 4,491.22 , Min = 5,000 , Mix = 40,000		
สถานภาพทางเศรษฐกิจ/ความเพียงพอของรายได้		
รายได้เพียงพอ และมีเหลือเก็บ	19	28.2
รายได้เพียงพอ แต่ไม่มีเหลือเก็บ	56	69.4
รายได้ไม่เพียงพอ แต่ไม่มีหนี้สิน	35	2.4
รายได้ไม่เพียงพอ และมีหนี้สิน		60
ภาระต้องรับผิดชอบทางครอบครัว		
ไม่มี	3	11.2
มี	167	32.9
ที่พักอาศัยในปัจจุบัน		
บ้านส่วนตัว	27	35.3
หอพัก/บ้านเช่า	141	
อื่นๆ โปรตระบุ	2	1.8
อายุงานที่บริษัทแห่งนี้		
ต่ำกว่า 5 ปี	78	98.2
5 - 10 ปี	56	15.9
10 - 20 ปี	28	82.9
มากกว่า 20 ปี	8	1.2
$\bar{x} = 7.66$, S.D.= 5.438 , Min = 3 , Mix = 30		
พฤติกรรมออกกำลังกายติดต่อกันอย่างน้อย 30 นาที/วัน		
ไม่เคยออกกำลังกายอย่างน้อย 30 นาที/วัน	127	74.7
เคยออกกำลังกายอย่างน้อย 30 นาที/วัน	43	25.3
$\bar{x} = 0.66$, S.D.= 1.388 , Min = 0 , Mix = 7		

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
โรคประจำตัว		
ไม่มี	121	71.2
เบาหวาน	3	1.8
ความดันโลหิตสูง	6	3.5
หัวใจ	0	0
ไทรอยด์เป็นพิษ	2	1.2
แผลในกระเพาะอาหาร	13	7.6
ปวดหลัง	11	6.5
มะเร็ง	0	0.0
หอบหืด	1	0.6
อื่นๆ	13	7.6
การนอนหลับพักผ่อน ชั่วโมง/วัน		
น้อยกว่า 4 ชั่วโมง/วัน	18	10.6
4 - 6 ชั่วโมง/วัน	103	60.6
6 - 8 ชั่วโมง/วัน	46	27.1
มากกว่า 8 ชั่วโมง/วัน	3	1.8
อาการนอนไม่ค่อยหลับ/หลับยาก/ชอบตื่นกลางดึก /หลับ ๆ ตื่น ๆ ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา		
ไม่	41	24.1
เป็นบางครั้ง	96	56.5
เป็นประจำ	33	19.4
ความรู้สึกสดชื่น หลังจากตื่นนอน		
ไม่สดชื่น	130	76.5
รู้สึกสดชื่น	40	23.5
พฤติกรรมการดื่มสุรา, เบียร์, หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา		
ไม่ดื่ม	68	40.0
ดื่ม	102	60.0
$\bar{x} = 0.67$, S.D.= 0.88 , Min = 0, Mix = 10		

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ข้อมูลทั่วไปส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
พฤติกรรมกรสูบบุหรี่ ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา		
ไม่สูบ	127	74.7
สูบ	43	25.3
$\bar{x} = 0.27, S.D. = 0.48, \text{Min} = 0, \text{Mix} = 20$		
การเผชิญกับสถานการณ์เครียด หรือเร่งรีบในชีวิตประจำวัน		
ไม่เคยเลย	8	4.7
เป็นบางครั้ง	103	60.6
เป็นประจำ	59	34.7
พฤติกรรมกรพูดน้อย ชอบเก็บตัว ไม่กล้าแสดงออกหรือแสดงความคิดเห็น		
ใช่	124	72.9
ไม่ใช่	46	27.1
พฤติกรรมกรมีอาการนอนหลับ หงุดหงิด โมโหง่าย		
ไม่	24	14.1
เป็นบางครั้ง	128	75.3
เป็นประจำ	18	10.6

จากตารางที่ 2 สามารถสรุปได้ว่า กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เป็นเพศชาย จำนวน 85 คน (ร้อยละ 50) และเพศหญิง จำนวน 85 คน (ร้อยละ 50) ช่วงอายุที่พบมากที่สุดคือ น้อยกว่า 30 ปี จำนวน 95 คน (ร้อยละ 55.9) รองลงมาอายุระหว่าง 30 - 40 ปี จำนวน 59 คน (ร้อยละ 34.7) และอายุระหว่าง 41 - 50 ปี จำนวน 11 คน (ร้อยละ 6.5) ตามลำดับ โดยเฉลี่ยกลุ่มตัวอย่างมีอายุ 31 ปี ด้านสถานภาพส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส (อยู่ด้วยกัน) จำนวน 11 คน (ร้อยละ 46.5) รองลงมา คือ โสด จำนวน 65 คน (ร้อยละ 38.2) ด้านระดับการศึกษาส่วนใหญ่ พบว่า จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จำนวน 71 คน (ร้อยละ 41.8) รองลงมาเป็นมัธยมศึกษาตอนต้น จำนวน 56 คน (ร้อยละ 32.9) และน้อยที่สุดคือ ปริญญาตรีหรือสูงกว่า จำนวน 1 คน (ร้อยละ 0.6) ด้านรายได้เฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง เท่ากับ 15,771 บาทต่อเดือน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3,973.37 ส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยอยู่ระหว่าง 10,000 - 20,000 บาทต่อเดือน จำนวน 149 คน (ร้อยละ 87.6) รองลงมาคือน้อยกว่า 10,000 บาท จำนวน 48 คน (ร้อยละ 28.2) และที่พบน้อยที่สุดคือ รายได้มากกว่า 20,000 บาท จำนวน 13 คน (ร้อยละ 7.6) ด้านภาระค่าใช้จ่ายต่อเดือนโดยเฉลี่ยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีภาระค่าใช้จ่ายต่อเดือนเฉลี่ย เท่ากับ 13,624 บาท ส่วนใหญ่มีภาระค่าใช้จ่ายต่อเดือนมากที่สุดอยู่ระหว่าง 10,000 - 20,000 บาท

จำนวน 118 คน (ร้อยละ 69.4) รองลงมาคือ น้อยกว่า 10,000 บาท จำนวน 48 คน (ร้อยละ 28.2) และภาระค่าใช้จ่ายมากกว่า 20,000 บาท จำนวน 13 คน (ร้อยละ 7.6) ตามลำดับ ด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจและความเพียงพอของรายได้ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความเห็นว่า มีรายได้ไม่เพียงพอ และมีหนี้สินมากที่สุด จำนวน 60 คน (ร้อยละ 35.3) รองลงมาคือ มีรายได้เพียงพอ แต่ไม่มีเหลือเก็บ จำนวน 56 คน (ร้อยละ 32.9) และที่พบน้อยที่สุดคือ มีรายได้เพียงพอ และมีเหลือเก็บ จำนวน 19 คน (ร้อยละ 11.2) ด้านภาระความรับผิดชอบทางครอบครัวพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาระความรับผิดชอบทางครอบครัว เช่น ทางการเงิน หรือ การเลี้ยงดู จำนวน 167 คน (ร้อยละ 98.2) ลักษณะที่พักอาศัยในปัจจุบันของกลุ่มตัวอย่างพบว่า ส่วนใหญ่เป็นหอพัก/บ้านเช่ามากที่สุด จำนวน 141 คน (ร้อยละ 82.9) รองลงมาเป็นบ้านส่วนตัว จำนวน 27 คน (ร้อยละ 15.9) และอื่น ๆ จำนวน 2 คน (ร้อยละ 1.2) ด้านอายุงานพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอายุงานเฉลี่ยเท่ากับ 7.66 ปี โดยส่วนใหญ่มีอายุงานต่ำกว่า 5 ปี จำนวน 78 คน (ร้อยละ 45.9) รองลงมาคืออายุงานระหว่าง 5-10 ปี จำนวน 56 คน (ร้อยละ 32.9) และน้อยที่สุดคือ อายุงานมากกว่า 20 ปี จำนวน 8 คน (ร้อยละ 4.7)

ด้านพฤติกรรมสุขภาพและบุคลิกภาพส่วนบุคคล พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เคยออกกำลังกายติดต่อกันอย่างน้อย 30 นาที/วัน จำนวน 127 คน (ร้อยละ 74.7) และการออกกำลังกายอย่างน้อย 30 นาที/วัน ของกลุ่มตัวอย่างเฉลี่ยเท่ากับ 0.66 ครั้ง/สัปดาห์ ด้านโรคประจำตัวพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว จำนวน 121 คน (ร้อยละ 71.2) และมีโรคประจำตัว จำนวน 49 คน (ร้อยละ 29.8) ด้านพฤติกรรมการนอนหลับพักผ่อนพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีชั่วโมงการนอนหลับพักผ่อนอยู่ระหว่าง 4 - 6 ชั่วโมง/วัน จำนวน 103 คน (ร้อยละ 60.6) รองลงมาคือ ระหว่าง 6 - 8 ชั่วโมง/วัน จำนวน 46 คน (ร้อยละ 27.1) และที่พบน้อยที่สุดคือ มีชั่วโมงการนอนหลับพักผ่อนมากกว่า 8 ชั่วโมง/วัน จำนวน 3 คน (ร้อยละ 1.8) และในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอาการนอนไม่ค่อยหลับ/หลับยาก/ชอบตื่นกลางดึก หรือหลับ ๆ ตื่น ๆ เป็นบางครั้ง จำนวน 96 คน (ร้อยละ 56.5) รองลงมาคือไม่มี จำนวน 41 คน (ร้อยละ 24.1) และมีอาการเป็นประจำจำนวน 33 คน (ร้อยละ 19.4) ตามลำดับ โดยความรู้สึกหลังจากตื่นนอนพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้สึกไม่สดชื่น จำนวน 130 คน (ร้อยละ 76.5) และรู้สึกสดชื่น จำนวน 40 คน (ร้อยละ 23.50) ด้านพฤติกรรมการดื่มสุรา เบียร์ หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์มากที่สุด จำนวน 102 คน (ร้อยละ 60) และไม่ดื่ม จำนวน 68 คน (ร้อยละ 40) โดยเฉลี่ยกลุ่มตัวอย่างดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์เท่ากับ 0.67 แก้ว/สัปดาห์ ด้านพฤติกรรมการสูบบุหรี่ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมาพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่สูบบุหรี่จำนวน 127 คน (ร้อยละ 74.7) และสูบบุหรี่จำนวน 43 คน (ร้อยละ 25.30) โดยเฉลี่ยแล้วกลุ่มตัวอย่างสูบบุหรี่อยู่ที่ 0.27 มวน/วัน ด้านการเผชิญกับสถานการณ์เคร่งเครียด หรือเร่งรีบในชีวิตประจำวันพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการเผชิญกับสถานการณ์เคร่งเครียด หรือเร่งรีบเป็นบางครั้ง จำนวน 103 คน (ร้อยละ 60.60) รองลงมา คือ เป็นประจำ

จำนวน 59 คน (ร้อยละ 34.70) และไม่เคยเลย จำนวน 8 คน (ร้อยละ 4.7) ด้านบุคลิกภาพส่วนตัว การเป็นคนพุดน้อย ชอบเก็บตัว ไม่กล้าแสดงออกหรือแสดงความคิดเห็นพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ เห็นว่า ใช่ จำนวน 124 คน (ร้อยละ 72.90) รองลงมาคือ ไม่ใช่ จำนวน 46 คน (ร้อยละ 27.10) และ พฤติกรรมการมีอารมณ์ฉุนเฉียว หงุดหงิด โมโหง่าย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอารมณ์ฉุนเฉียว หงุดหงิด โมโหง่ายเป็นบางครั้งจำนวน 128 คน (ร้อยละ 75.30) รองลงมาคือ ไม่ จำนวน 24 คน (ร้อยละ 14.10) และเป็นประจำจำนวน 18 คน (ร้อยละ 10.60) ตามลำดับ

4.2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยด้านการทำงาน

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของพนักงานจำแนกตามคะแนนเป็นรายข้อคำถามของปัจจัยด้าน การทำงาน (n=170)

ปัจจัยด้านการทำงาน	ความคิดเห็น (จำนวน/ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านตัวงาน					
ท่านคิดว่าปริมาณงานที่ท่านทำอยู่มากเกินไป	29 (17.1)	62 (36.5)	73 (42.9)	6 (3.5)	0 (0.00)
ท่านรู้สึกว่าการแบ่งเวลาสำหรับการทำงาน ไม่เหมาะสมกับปริมาณงานที่ได้รับมอบหมาย	14 (8.2)	49 (28.8)	82 (48.2)	23 (13.5)	2 (1.2)
งานที่ท่านทำต้องใช้ทักษะและความสามารถสูงเกินไป	8 (4.7)	19 (11.2)	98 (57.6)	36 (21.2)	9 (5.3)
ท่านคิดว่างานที่ท่านทำอยู่มีลักษณะเป็นงานที่ซ้ำซาก จำเจ ไม่มีความแปลกใหม่	66 (38.8)	57 (33.5)	39 (22.9)	7 (4.1)	1 (0.6)
ท่านคิดว่างานที่ท่านทำอยู่มีความเสี่ยงที่จะเกิดอุบัติเหตุ และได้รับอันตรายจากการทำงานได้ง่าย	48 (28.2)	60 (35.3)	42 (24.7)	15 (8.8)	5 (2.9)

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ปัจจัยด้านการทำงาน	ความคิดเห็น (จำนวน/ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านบทบาทหน้าที่ในงาน					
ท่านขาดอิสระในการปฏิบัติงาน และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับงาน	35 (20.6)	34 (20.0)	82 (48.2)	16 (9.4)	3 (1.8)
ท่านคิดว่าการสั่งการ หรือการมอบหมายงานไม่ชัดเจน ทำให้เกิดความสับสน	33 (19.4)	47 (27.6)	63 (37.1)	22 (12.9)	5 (2.9)
ท่านคิดว่าภาระงานที่ท่านทำในปัจจุบันไม่เหมาะสมกับความสามารถของท่าน	13 (7.6)	14 (8.2)	78 (45.9)	51 (30.0)	14 (8.2)
การปฏิบัติงานของท่านมีขั้นตอนที่ซับซ้อนและมากเกินไป	4 (2.4)	18 (10.6)	71 (41.8)	51 (30.0)	26 (15.3)
ท่านคิดว่าการจัดแบ่งพนักงานให้ปฏิบัติงานในหน่วยงานไม่มีความเหมาะสม	20 (11.8)	39 (22.9)	66 (38.8)	36 (21.2)	9 (5.3)
ด้านความสัมพันธ์ในที่ทำงาน					
สัมพันธภาพของท่านกับผู้บังคับบัญชาเป็นไปในทางที่ไม่ดี	8 (4.7)	28 (16.5)	74 (43.5)	48 (28.2)	12 (7.1)
สัมพันธภาพของท่านกับเพื่อนร่วมงานเป็นไปในทางที่ไม่ดี	5 (2.9)	23 (13.5)	72 (42.4)	51 (30.0)	19 (11.2)
ท่านรู้สึกว่าคุณบังคับบัญชาไม่ส่งเสริมหรือให้กำลังใจท่านในการทำงาน	17 (10.0)	49 (28.8)	75 (44.1)	21 (12.4)	8 (4.7)
ท่านไม่ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงาน เมื่อท่านขอความช่วยเหลือ	7 (4.1)	18 (10.6)	92 (54.1)	37 (21.8)	16 (9.4)
ท่านรู้สึกว่าคุณทอดทิ้งในการทำงาน ไม่ได้รับการแนะนำหรือสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชาในเรื่องต่างๆ	20 (11.8)	35 (20.6)	73 (42.9)	30 (17.6)	12 (7.1)

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ปัจจัยด้านการทำงาน	ความคิดเห็น (จำนวน/ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านความก้าวหน้าในอาชีพ					
ท่านคิดว่าโอกาสเรื่องความก้าวหน้าในงานของท่านมีน้อย	62 (36.5)	46 (27.1)	31 (18.2)	23 (13.5)	8 (4.7)
ท่านคิดว่าค่าตอบแทนที่ได้รับจากการทำงาน ไม่เพียงพอต่อค่าครองชีพของท่านในปัจจุบัน	89 (52.4)	39 (22.9)	34 (20.0)	5 (2.9)	3 (1.8)
โอกาสในความก้าวหน้าในงานเป็นไปตามระบบอาวุโส	40 (23.5)	38 (22.4)	65 (38.2)	22 (12.9)	5 (2.9)
ความก้าวหน้าในงานขึ้นอยู่กับความสามารถของท่าน	33 (19.4)	41 (24.1)	58 (34.1)	33 (19.4)	5 (2.9)
งานที่ท่านได้รับมอบหมายไม่ตรงกับความสามารถของท่าน	13 (7.6)	18 (10.6)	72 (42.4)	57 (33.5)	10 (5.9)
ด้านสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน					
ในสถานที่ทำงานของท่าน มีอากาศถ่ายเทไม่สะดวกทำให้รู้สึกอึดอัดขณะปฏิบัติงาน	59 (34.7)	56 (32.9)	41 (24.1)	13 (7.6)	1 (0.6)
สถานที่ทำงานของท่าน มีอุปกรณ์หรือเครื่องจักรที่เป็นอันตราย	58 (34.1)	55 (32.4)	35 (20.6)	14 (8.2)	8 (4.7)
แสงสว่างขณะปฏิบัติงานไม่เพียงพอ	21 (12.4)	30 (17.6)	68 (40.0)	33 (19.4)	18 (10.6)
บริเวณที่ทำงานของท่านมีเสียงดังรบกวนมากเกินไป	53 (31.2)	61 (35.9)	41 (24.1)	12 (7.1)	3 (1.8)
สภาพแวดล้อมในที่ทำงานของท่าน มีลักษณะซ้ำซาก ไม่ค่อยมีการปรับปรุงพัฒนาให้ดีขึ้น	75 (44.1)	42 (24.7)	38 (22.4)	9 (5.3)	6 (3.5)

จากตารางที่ 3 แสดงจำนวนและร้อยละของพนักงานจำแนกตามคะแนนเป็นรายข้อคำถาม ปัจจัยของปัจจัยด้านการทำงาน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อตามองค์ประกอบสามารถอธิบายได้ดังต่อไปนี้

(1) ปัจจัยด้านตัวงานพบว่า มีประเด็นที่น่าสนใจ 3 อันดับแรก คือ งานที่ท่านต้องใช้ทักษะและความสามารถสูงเกินไปอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 98 คน (ร้อยละ 57.6) รองลงมาคือ ท่านรู้สึกว่าการแบ่งเวลาสำหรับการทำงานไม่เหมาะสมกับปริมาณงานที่ได้รับมอบหมายอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 82 คน (ร้อยละ 48.2) และท่านคิดว่าปริมาณงานที่ท่านทำอยู่มากเกินไปอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 73 คน (ร้อยละ 42.9) ตามลำดับ

(2) ปัจจัยด้านบทบาทหน้าที่ในงาน มีประเด็นที่น่าสนใจ 3 อันดับแรก คือ ท่านขาดอิสระในการปฏิบัติงานอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 82 คน (ร้อยละ 48.2) รองลงมาคือ ท่านคิดว่าภาระงานที่ท่านทำในปัจจุบันไม่เหมาะสมกับความสามารถของท่านอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 78 คน (ร้อยละ 45.9) และคิดว่าการปฏิบัติงานมีขั้นตอนที่ซับซ้อนและมากเกินไปอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 71 คน (ร้อยละ 41.8) ตามลำดับ

(3) ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ในที่ทำงาน มีประเด็นที่น่าสนใจ 3 อันดับแรก คือ ท่านไม่ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงาน เมื่อท่านขอความช่วยเหลืออยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 92 คน (ร้อยละ 54.1) รองลงมาคือ ท่านรู้สึกว่าผู้บังคับบัญชาไม่ส่งเสริม หรือให้กำลังใจในการทำงานอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 75 คน (ร้อยละ 44.1) และสัมพันธ์ภาพกับผู้บังคับบัญชาเป็นไปในทางที่ไม่ดีอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 74 คน (ร้อยละ 43.5) ตามลำดับ

(4) ปัจจัยด้านความก้าวหน้าในอาชีพ มีประเด็นที่น่าสนใจ 3 อันดับแรก คือ ค่าตอบแทนที่ได้รับจากการทำงาน ไม่เพียงพอต่อค่าครองชีพของท่านในปัจจุบันอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 89 คน (ร้อยละ 52.4) รองลงมาคือ งานที่ท่านได้รับมอบหมายไม่ตรงกับความสามารถของท่านอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 72 คน (ร้อยละ 42.4) และโอกาสในความก้าวหน้าในงานเป็นไปตามระบบอาวุโสอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 65 คน (ร้อยละ 38.2) ตามลำดับ

(5) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน มีประเด็นที่น่าสนใจ 3 อันดับแรก คือ สภาพแวดล้อมในที่ทำงานของท่านมีลักษณะซ้ำซาก ไม่ค่อยมีการปรับปรุงพัฒนาให้ดีขึ้นอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 75 คน (ร้อยละ 44.1) รองลงมาคือ แสงสว่างขณะปฏิบัติงานไม่เพียงพออยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 68 คน (ร้อยละ 40.0) และบริเวณที่ทำงานของท่านมีเสียงดังรบกวนมากเกินไปอยู่ในระดับมาก จำนวน 61 คน (ร้อยละ 35.9) ตามลำดับ

ตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยด้านตัวงาน (n=170)

ปัจจัยด้านการทำงาน	ระดับความคิดเห็น		
	\bar{X}	S.D.	แปลผล
ด้านตัวงาน			
ท่านคิดว่าปริมาณงานที่ท่านทำอยู่มากเกินไป	3.67	0.80	มาก
ท่านรู้สึกว่าการแบ่งเวลาสำหรับการทำงาน ไม่เหมาะสมกับปริมาณงานที่ได้รับมอบหมาย	3.29	0.85	ปานกลาง
งานที่ท่านทำต้องใช้ทักษะและความสามารถสูงเกินไป	2.89	0.85	ปานกลาง
ท่านคิดว่างานที่ท่านทำอยู่มีลักษณะเป็นงานที่ซ้ำซาก จำเจ ไม่มีความแปลกใหม่	4.06	0.91	มาก
ท่านคิดว่างานที่ท่านทำอยู่มีความเสี่ยงที่จะเกิดอุบัติเหตุ และได้รับอันตรายจากการทำงานได้ง่าย	3.77	1.05	มาก
ด้านบทบาทหน้าที่ในงาน			
ขาดอิสระในการทำงาน และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับงาน	3.48	0.98	ปานกลาง
ท่านคิดว่าคำสั่งการ หรือมอบหมายงานไม่ชัดเจน ทำให้เกิดความสับสน	3.48	1.04	ปานกลาง
ท่านคิดว่าภาระงานที่ท่านทำในปัจจุบัน ไม่เหมาะสมกับความความสามารถของท่าน	2.77	0.99	ปานกลาง
การปฏิบัติงานของท่านมีขั้นตอนที่ซับซ้อนและมากเกินไป	2.55	0.95	ปานกลาง
ท่านคิดว่าการจัดแบ่งพนักงานให้ปฏิบัติงานในหน่วยงานไม่มีความเหมาะสม	3.15	1.05	ปานกลาง
ด้านความสัมพันธ์ในที่ทำงาน			
สัมพันธ์ภาพของท่านกับผู้บังคับบัญชาเป็นไปในทางที่ไม่ดี	2.84	0.95	ปานกลาง
สัมพันธ์ภาพของท่านกับเพื่อนร่วมงานเป็นไปในทางที่ไม่ดี	2.67	0.95	ปานกลาง
ท่านรู้สึกว่าผู้บังคับบัญชาไม่ส่งเสริม หรือให้กำลังใจท่านในการทำงาน	3.27	0.97	ปานกลาง
ท่านไม่ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงาน เมื่อท่านขอความช่วยเหลือ	2.78	0.91	ปานกลาง
ท่านรู้สึกว่าถูกทอดทิ้งในการปฏิบัติงาน ไม่ได้รับการแนะนำ หรือสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชาในเรื่องต่างๆ	3.12	1.06	ปานกลาง

ตารางที่ 4 (ต่อ)

ปัจจัยด้านการทำงาน	ระดับความคิดเห็น		
	\bar{x}	S.D.	แปลผล
ด้านความก้าวหน้าในอาชีพ			
ท่านคิดว่าโอกาสเรื่องความก้าวหน้าในงานของท่านมีน้อย	3.77	1.21	มาก
ท่านคิดว่าค่าตอบแทนที่ท่านได้รับจากการทำงาน ไม่เพียงพอต่อค่าครองชีพของท่านในปัจจุบัน	4.21	0.98	มาก
โอกาสในความก้าวหน้าในงานเป็นไปตามระบบอาวุโส	3.51	1.08	มาก
ความก้าวหน้าในงานขึ้นอยู่กับความสามารถของท่าน	3.38	1.09	ปานกลาง
งานที่ท่านได้รับมอบหมายไม่ตรงกับความสามารถของท่าน	2.81	0.97	ปานกลาง
ด้านสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน			
สถานที่ทำงานมีอากาศถ่ายเทไม่สะดวก ทำให้รู้สึกอึดอัดขณะปฏิบัติงาน	2.81	0.97	ปานกลาง
สถานที่ทำงานของท่านมีอุปกรณ์ เครื่องจักรที่เป็นอันตราย	3.94	0.97	มาก
แสงสว่างขณะปฏิบัติงานไม่เพียงพอ	3.83	1.13	มาก
บริเวณที่ทำงานของท่านมีเสียงดังรบกวนมากเกินไป	3.02	1.14	ปานกลาง
สภาพแวดล้อมในที่ทำงานมีลักษณะซ้ำซาก ไม่ค่อยมีการปรับปรุงพัฒนาให้ดีขึ้น	3.88	0.99	มาก

จากตารางที่ 4 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยด้านการทำงาน เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อตามองค์ประกอบสามารถอธิบายได้ ดังต่อไปนี้

(1) ปัจจัยด้านตัวงาน เมื่อพิจารณารายข้อ 3 อันดับแรกพบว่า งานที่ท่านทำอยู่มีลักษณะเป็นงานที่ซ้ำซาก จำเจ ไม่มีความแปลกใหม่มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=4.06, S.D.=0.56$) รองลงมาคือ งานที่ท่านทำอยู่มีความเสี่ยงที่จะเกิดอุบัติเหตุ และได้รับอันตรายจากการทำงานได้ง่าย ($\bar{x}=3.77, S.D.=1.05$) และปริมาณงานที่ท่านทำอยู่มากเกินไป ($\bar{x}=3.67, S.D.=0.80$) ตามลำดับ

(2) ปัจจัยด้านบทบาทหน้าที่ในงาน เมื่อพิจารณารายข้อ 3 อันดับแรกพบว่า ท่านขาดอิสระในการปฏิบัติงาน หรือการแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับงาน ($\bar{x}=3.48, S.D.=0.98$) และท่านคิดว่า การสั่งการ หรือการมอบหมายงานไม่ชัดเจนทำให้เกิดความสับสน ($\bar{x}=3.48, S.D.=1.04$) มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด รองลงมาคือ ท่านคิดว่า การจัดแบ่งพนักงานให้ปฏิบัติงานในหน่วยงานไม่มีความเหมาะสม ($\bar{x}=$

3.15, S.D.=1.05) และท่านคิดว่าภาระงานที่ท่านทำในปัจจุบันไม่เหมาะสมกับความสามารถของท่าน ($\bar{x}=2.77, S.D.=0.99$) ตามลำดับ

(3) ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ในที่ทำงาน เมื่อพิจารณารายชื่อ 3 อันดับแรกพบว่า ผู้บังคับบัญชาไม่ส่งเสริม หรือให้กำลังใจในการทำงานมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=3.27, S.D.=0.97$) รองลงมาคือ รู้สึกว่าถูกทอดทิ้งในการปฏิบัติงาน ไม่ได้รับการแนะนำ หรือสนับสนุนจากผู้บังคับบัญชาในเรื่องต่าง ๆ ($\bar{x}=3.12, S.D.=1.06$) และสัมพันธ์ภาพกับผู้บังคับบัญชาเป็นไปในทางที่ไม่ดี ($\bar{x}=2.84, S.D.=0.95$) ตามลำดับ

(4) ปัจจัยด้านความก้าวหน้าในอาชีพ เมื่อพิจารณารายชื่อ 3 อันดับแรกพบว่า ท่านคิดว่าค่าตอบแทนที่ได้รับจากการทำงาน ไม่เพียงพอต่อค่าครองชีพของท่านในปัจจุบันมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=4.21, S.D.=0.98$) รองลงมาคือ ท่านคิดว่าโอกาสเรื่องความก้าวหน้าในงานของมีน้อย ($\bar{x}=3.77, S.D.=1.21$) และโอกาสในความก้าวหน้าในงานเป็นไปตามระบบอาวุโส ($\bar{x}=3.51, S.D.=1.08$) ตามลำดับ

(5) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน เมื่อพิจารณารายชื่อ 3 อันดับแรกพบว่า สถานที่ทำงานของท่านมีอุปกรณ์ เครื่องจักรที่เป็นอันตรายมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=3.94, S.D.=0.97$) รองลงมาคือ สภาพแวดล้อมในที่ทำงานมีลักษณะซ้ำซาก ไม่ค่อยมีการปรับปรุงพัฒนาให้ดีขึ้น ($\bar{x}=3.88, S.D.=0.99$) และแสงสว่างขณะปฏิบัติงานไม่เพียงพอ ($\bar{x}=3.83, S.D.=1.13$) ตามลำดับ

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยด้านการทำงานโดยภาพรวม (n=170)

ปัจจัยด้านการทำงาน	ระดับความคิดเห็น		
	\bar{x}	S.D.	แปลผล
ด้านตัวงาน	3.53	0.56	มาก
ด้านบทบาทหน้าที่ในงาน	3.08	0.73	ปานกลาง
ด้านความสัมพันธ์ในที่ทำงาน	2.94	0.75	ปานกลาง
ด้านความก้าวหน้าในอาชีพ	3.57	0.82	มาก
ด้านสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน	3.74	0.79	มาก
รวม	3.10	0.75	ปานกลาง

จากตารางที่ 5 จะเห็นได้ว่า ค่าเฉลี่ยของปัจจัยด้านการทำงานโดยรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}=3.10, S.D.=0.75$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในที่ทำงานมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}=3.74, S.D.=0.79$) รองลงมา คือ ปัจจัยด้านความก้าวหน้าในอาชีพ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ($\bar{x}=3.57, S.D.=0.82$) และปัจจัยด้านตัวงาน

มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}=3.53, S.D.=0.56$) ส่วนปัจจัยด้านบทบาทหน้าที่ในงาน ($\bar{x}=3.08, S.D.=0.73$) และด้านความสัมพันธ์ในที่ทำงาน ($\bar{x}=2.94, S.D.=0.75$) มีค่าเฉลี่ยน้อยลงมาตามลำดับ โดยมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลางเท่าๆ กัน

4.3 ผลการวิเคราะห์แบบประเมินวัดระดับความเครียดสวนปรุง

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของพนักงานจำแนกตามคะแนนเป็นรายชื่อของแบบวัดประเมินความเครียดสวนปรุง (n=170)

แบบวัดประเมินความเครียด สวนปรุง	ระดับคะแนนความเครียด (จำนวน/ร้อยละ)				
	ไม่เครียด	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
กลัวทำงานผิดพลาด	20 (11.8)	49 (28.8)	62 (36.5)	16 (9.4)	23 (13.5)
ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้	14 (8.2)	34 (20.0)	67 (39.4)	21 (12.4)	34 (20.0)
ครอบครัวมีความขัดแย้งกันใน เรื่องเงินหรือเรื่องงานในบ้าน	20 (11.8)	33 (19.4)	35 (20.6)	32 (18.8)	50 (29.4)
เป็นกังวลกับเรื่องสารพิษหรือ มลภาวะในอากาศ น้ำ เสียง ดิน	7 (4.1)	32 (18.8)	72 (42.4)	37 (21.8)	22 (12.9)
รู้สึกต้องแข่งขันหรือเปรียบเทียบ	25 (14.7)	41 (24.1)	49 (28.8)	28 (16.5)	27 (15.9)
เงินไม่พอใช้จ่าย	10 (5.9)	19 (11.2)	27 (15.9)	36 (21.2)	78 (45.9)
กล้ามเนื้อตึงหรือปวด	2 (1.2)	20 (11.8)	53 (31.2)	51 (30.0)	44 (25.9)
ปวดหัวจากความตึงเครียด	6 (3.5)	25 (14.7)	57 (33.5)	45 (26.5)	37 (21.8)
ปวดหลัง	6 (3.5)	17 (10.0)	58 (34.1)	43 (25.3)	46 (27.1)
ความอยากอาหารเปลี่ยนแปลง	11 (6.5)	19 (11.2)	64 (37.6)	41 (24.1)	35 (20.6)
ปวดศีรษะข้างเดียว	19 (11.2)	25 (14.7)	42 (24.7)	42 (24.7)	42 (24.7)
รู้สึกวิตกกังวล	24 (14.1)	42 (24.7)	58 (34.1)	28 (16.5)	18 (10.6)
รู้สึกคับข้องใจ	27 (15.9)	42 (24.7)	54 (31.8)	30 (17.6)	1 (10.)
รู้สึกโกรธ หรือหงุดหงิด	17 (10.0)	33 (19.4)	61 (35.4)	35 (20.6)	24 (14.1)
รู้สึกเศร้า	34 (20.0)	45 (26.5)	48 (28.2)	24 (14.1)	19 (11.2)
ความจำไม่ดี	36 (21.2)	39 (22.9)	55 (32.4)	25 (14.7)	15 (8.8)
รู้สึกสับสน	41 (24.1)	43 (25.3)	57 (33.5)	20 (11.8)	9 (5.3)
ตั้งสมาธิลำบาก	37 (21.8)	48 (28.2)	55 (32.4)	16 (9.4)	14 (8.2)

ตารางที่ 6 (ต่อ)

แบบวัดประเมินความเครียด	ระดับคะแนนความเครียด (จำนวน/ร้อยละ)					
	สวนปรุง	ไม่เครียด	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
รู้สึกเหนื่อยง่าย		10 (5.9)	27 (15.9)	52 (30.6)	57 (33.5)	24 (14.1)
เป็นหวัดบ่อย ๆ		23 (13.5)	42 (24.7)	58 (34.1)	31 (18.2)	16 (9.4)

จากตารางที่ 6 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อตามองค์ประกอบ พบว่า มีประเด็นที่น่าสนใจ คือ อันดับ 1 เรื่องเงินไม่พอใช้จ่ายอยู่ในระดับมากที่สุด จำนวน 78 คน (ร้อยละ 45.9) รองลงมาคือ เป็นกังวลเรื่องสารพิษหรือมลภาวะในอากาศ น้ำ เสียง ดินอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 72 คน (ร้อยละ 42.4) และไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้ในระดับปานกลาง จำนวน 67 คน (ร้อยละ 39.4) ตามลำดับ

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของแบบประเมินความเครียดสวนปรุง (n=170)

แบบวัดประเมินความเครียดสวนปรุง	ระดับคะแนนความคิดเห็น	
	\bar{X}	S.D.
กลัวทำงานผิดพลาด	2.84	1.17
ไปไม่ถึงเป้าหมายที่วางไว้	3.16	1.20
ครอบครัวมีความขัดแย้งกันในเรื่องเงินหรือเรื่องงานในบ้าน	3.35	1.39
เป็นกังวลกับเรื่องสารพิษหรือมลภาวะในอากาศ น้ำ เสียงและดิน	3.21	1.03
รู้สึกว่าต้องแข่งขันหรือเปรียบเทียบ	2.95	1.28
เงินไม่พอใช้จ่าย	3.90	1.26
กลุ้มเนื้อตึงหรือปวด	3.68	1.02
ปวดหัวจากความตึงเครียด	3.48	1.09
ปวดหลัง	3.62	1.09
ความอยากอาหารเปลี่ยนแปลง	3.41	1.13
ปวดศีรษะข้างเดียว	3.37	1.30
รู้สึกวิตกกังวล	2.85	1.18
รู้สึกคับข้องใจ	2.81	1.20
รู้สึกโกรธ หรือหงุดหงิด	3.09	1.17
รู้สึกเศร้า	2.70	1.25

ตารางที่ 7 (ต่อ)

แบบวัดประเมินความเครียดสวนปรุง	ระดับคะแนนความคิดเห็น	
	\bar{x}	S.D.
ความจำไม่ดี	2.67	1.22
รู้สึกสับสน	2.49	1.14
ตั้งสมาธิลำบาก	2.54	1.17
รู้สึกเหนื่อยง่าย	3.34	1.09
เป็นหวัดบ่อย ๆ	2.85	1.15
รวม	3.11	0.75

จากตารางที่ 7 สามารถสรุปได้ว่า ค่าเฉลี่ยของผู้ตอบแบบประเมินความเครียดสวนปรุงโดยรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.11 ($\bar{x}=3.11, S.D.=0.75$) และเมื่อพิจารณารายชื่อจะพบว่า เรื่องเงินไม่พอใช้จ่ายมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=3.90, S.D.=1.26$) รองลงมาคือกลิ่นเนื้อตึงหรือปวด ($\bar{x}=3.68, S.D.=1.02$) และปวดหลัง ($\bar{x}=3.62, S.D.=1.09$) ตามลำดับ

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับความเครียด (n=170)

สรุปแบบวัดประเมินความเครียดสวนปรุง	จำนวน	ร้อยละ
คะแนน 0 - 24 หมายถึง มีความเครียดอยู่ในระดับน้อย	0	0
คะแนน 25 - 42 หมายถึง มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง	18	10.6
คะแนน 43 - 62 หมายถึง มีความเครียดอยู่ในระดับสูง	63	37.1
คะแนนมากกว่า 63 ขึ้นไป หมายถึง มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรง	89	52.4

จากตารางที่ 8 สรุปผลแบบวัดประเมินความเครียดสวนปรุงพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีคะแนนความเครียดมากกว่า 63 คะแนนขึ้นไป คือ มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรง จำนวน 89 คน (ร้อยละ 52.4) รองลงมาคือ มีคะแนนความเครียดระหว่าง 43-62 คะแนน คือ มีความเครียดอยู่ในระดับสูง จำนวน 63 คน (ร้อยละ 37.1) และคะแนนความเครียดระหว่าง 25-42 คะแนน คือ มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 18 คน (ร้อยละ 10.6) ตามลำดับ

4.4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบบประเมินผลกระทบที่เกิดจากความเครียด

ตารางที่ 9 จำนวน และร้อยละของพนักงานจำแนกตามคะแนนเป็นรายข้อคำถามด้านผลกระทบ

ต่อบุคคล (n=170)

ผลกระทบที่เกิดจากความเครียด ต่อบุคคล	ความคิดเห็น (จำนวน/ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ผลกระทบต่อสุขภาพ					
ท่านมีอาการปวดศีรษะอยู่เป็นประจำ	35 (20.6)	58 (34.1)	49 (28.8)	22 (12.9)	6 (3.5)
ท่านมีอาการหายใจลำบาก หรือหน้ามืดตาลายอยู่บ่อยครั้ง	7 (4.1)	18 (10.6)	58 (34.1)	58 (34.1)	29 (17.1)
ท่านมีอาการปวดกล้ามเนื้อ หรือปวดหลังอยู่เป็นประจำ	29 (17.1)	63 (37.1)	50 (29.4)	23 (13.5)	4 (2.4)
ท่านมักมีอาการเหงื่อออกมาก และรู้สึกหัวใจเต้นแรง	11 (6.5)	29 (17.1)	60 (35.3)	48 (28.2)	22 (12.9)
ท่านมักมีอาการอาหารไม่ย่อยหรือรู้สึกอึดอัดไม่สบายท้อง	27 (15.9)	54 (31.8)	53 (31.2)	27 (15.9)	9 (5.3)
ผลกระทบต่อจิตใจ					
ท่านนอนหลับยาก หรือหลับไม่สนิท	42 (24.7)	39 (22.9)	46 (27.1)	26 (15.3)	17 (10.0)
ท่านมีความรู้สึกทางเพศลดลง	11 (6.5)	13 (7.6)	53 (31.2)	55 (32.4)	38 (22.4)
ท่านมักมีปัญหาขัดแย้ง หรือทะเลาะกับคนในครอบครัว	29 (17.1)	27 (15.9)	47 (27.6)	40 (23.5)	27 (15.9)
ท่านมักมีความวิตกกังวล และซึมเศร้าอยู่บ่อยๆ	12 (7.1)	25 (14.7)	57 (33.5)	47 (27.6)	29 (17.1)
ท่านรู้สึกเบื่อหน่าย สิ้นหวัง และคิดหาวิธีฆ่าตัวตาย	5 (2.9)	4 (2.4)	28 (16.5)	29 (17.1)	104 (61.2)

ตารางที่ 9 (ต่อ)

ผลกระทบที่เกิดจากความเครียด ต่อบุคคล	ความคิดเห็น (จำนวน/ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ผลกระทบด้านพฤติกรรม					
ท่านสุขุมหรือบึ้ง หรือมากกว่าปกติ	24 (14.1)	5 (2.9)	15 (8.8)	6 (3.5)	120 (70.6)
ท่านดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าปกติ	29 (17.1)	9 (5.3)	33 (19.4)	19 (11.2)	80 (47.1)
ท่านมักแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว และใช้ความรุนแรง	1 (0.6)	5 (2.9)	36 (21.2)	59 (34.7)	69 (40.6)
ท่านมักจะมีปัญหากระทบ กระทั่งกับเพื่อนร่วมงาน	3 (1.8)	14 (8.2)	58 (34.1)	48 (28.2)	47 (27.6)
ท่านมีความยากอาหารลดลง หรือเบื่ออาหาร	4 (2.4)	25 (14.7)	70 (41.2)	43 (25.3)	28 (16.5)

จากตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของพนักงานจำแนกตามคะแนนเป็นรายข้อคำถามด้านผลกระทบต่อบุคคล เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อตามองค์ประกอบสามารถอธิบายได้ ดังต่อไปนี้

(1) ผลกระทบต่อสุขภาพพบว่า มีประเด็นที่น่าสนใจ 3 อันดับแรก คือ ท่านมีอาการปวดกล้ามเนื้อหรือปวดหลังอยู่เป็นประจำอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก จำนวน 63 คน (ร้อยละ 37.1) รองลงมาคือ ท่านมักมีอาการเหงื่อออกมาก และรู้สึกหัวใจเต้นแรงอยู่ในระดับเห็นด้วยปานกลาง จำนวน 60 คน (ร้อยละ 35.3) และท่านมีอาการปวดศีรษะอยู่เป็นประจำอยู่ในระดับเห็นด้วยมาก จำนวน 58 คน (ร้อยละ 34.1) กับท่านมีอาการหายใจลำบาก หรือหน้ามืดตาลายอยู่บ่อยครั้งอยู่ในระดับปานกลางและน้อย จำนวน 58 คน (ร้อยละ 34.1) เท่า ๆ กัน

(2) ผลกระทบต่อจิตใจพบว่า มีประเด็นที่น่าสนใจ 3 อันดับแรก คือ ท่านรู้สึกเบื่อหน่าย สิ้นหวัง และคิดหาวิธีฆ่าตัวตายอยู่ในระดับน้อย จำนวน 104 คน (ร้อยละ 61.2) รองลงมาคือ ท่านมักมีความวิตกกังวล และซึมเศร้าอยู่บ่อย ๆ อยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 57 คน (ร้อยละ 33.5) และท่านมีความรู้สึกทางเพศลดลงอยู่ในระดับน้อยน้อย จำนวน 55 คน (ร้อยละ 32.4)

(3) ด้านผลกระทบต่อพฤติกรรม มีประเด็นที่น่าสนใจ 3 อันดับแรก คือ ท่านสุขุมหรือบึ้งหรือมากกว่าปกติอยู่ในระดับน้อยที่สุด จำนวน 120 คน (ร้อยละ 70.6) รองลงมาคือ ท่านดื่มเครื่องดื่ม

แอลกอฮอล์มากกว่าปกติอยู่ในระดับน้อยที่สุด จำนวน 80 คน (ร้อยละ 47.1) และท่านมีความยากอาหารลดลง หรือเบื่ออาหารอยู่ในระดับปานกลาง จำนวน 70 คน (ร้อยละ 41.2)

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านกระทบต่อบุคคล (n=170)

ผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อบุคคล	ระดับความคิดเห็น		
	\bar{X}	S.D.	แปลผล
ผลกระทบต่อสุขภาพ			
ท่านมีอาการปวดศีรษะอยู่เป็นประจำ	3.55	1.07	มาก
ท่านมีอาการหายใจลำบาก หรือหน้ามืดตาลายอยู่บ่อยครั้ง	2.51	1.03	ปานกลาง
ท่านมีอาการปวดกล้ามเนื้อ หรือปวดหลังอยู่เป็นประจำ	3.53	1.01	มาก
ท่านมักจะมีอาการเหงื่อออกมาก และรู้สึกหัวใจเต้นแรง	2.76	1.09	ปานกลาง
ท่านมักจะมีอาการอาหารไม่ย่อยหรือรู้สึกอึดอัดไม่สบายท้อง	3.37	1.09	ปานกลาง
ผลกระทบต่อจิตใจ			
ท่านนอนหลับยาก หรือหลับไม่สนิท	3.37	1.28	ปานกลาง
ท่านมีความรู้สึกทางเพศลดลง	2.44	1.11	น้อย
ท่านมักมีปัญหาขัดแย้ง หรือทะเลาะกับคนในครอบครัว	2.95	1.31	ปานกลาง
ท่านมักมีความวิตกกังวล และซึมเศร้าอยู่บ่อยๆ	2.67	1.13	ปานกลาง
ท่านรู้สึกเบื่อหน่าย สิ้นหวัง และคิดหาวิธีฆ่าตัวตาย	1.69	1.02	น้อย
ผลกระทบด้านพฤติกรรม			
ท่านสูบบุหรี่บ่อย หรือมากกว่าปกติ	1.86	1.48	น้อย
ท่านดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าปกติ	2.34	1.52	น้อย
ท่านมักแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว และใช้ความรุนแรง	1.88	0.88	น้อย
ท่านมักจะมีปัญหากระทบกระทั่งกับเพื่อนร่วมงาน	2.28	1.02	น้อย
ท่านมีความยากอาหารลดลง หรือเบื่ออาหาร	2.61	1.00	ปานกลาง

จากตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านกระทบต่อบุคคล เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อตามองค์ประกอบสามารถอธิบายได้ ดังต่อไปนี้

(1) ผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อสุขภาพ เมื่อพิจารณารายข้อ 3 อันดับแรกพบว่า ท่านมีอาการปวดศีรษะอยู่เป็นประจำมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=3.55, S.D.=1.07$) รองลงมาคือ ท่านมีอาการ

ปวดกล้ามเนื้อ หรือปวดหลังอยู่เป็นประจำ ($\bar{x}=3.53, S.D.=1.01$) และท่านมักจะมีอาการอาหารไม่ย่อยหรือรู้สึกอึดอัดไม่สบายท้อง ($\bar{x}=3.37, S.D.=1.09$) ตามลำดับ

(2) ผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อจิตใจ เมื่อพิจารณารายข้อ 3 อันดับแรกพบว่า ท่านนอนหลับยากหรือหลับไม่สนิทมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=3.37, S.D.=1.28$) รองลงมาคือ ท่านมักมีปัญหาขัดแย้ง หรือทะเลาะกับคนในครอบครัว ($\bar{x}=2.95, S.D.=1.31$) และท่านมักมีความวิตกกังวล และซึมเศร้าอยู่บ่อยๆ ($\bar{x}=2.67, S.D.=1.13$) ตามลำดับ

(3) ผลกระทบที่เกิดจากความเครียดด้านพฤติกรรม เมื่อพิจารณารายข้อ 3 อันดับแรกพบว่า ท่านมีความอยากอาหารลดลง หรือเบื่ออาหารมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=2.61, S.D.=1.00$) รองลงมาคือ ท่านดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากกว่าปกติ ($\bar{x}=2.34, S.D.=1.52$) และมักจะมีปัญหากระทบกระทั่งกับเพื่อนร่วมงาน ($\bar{x}=2.28, S.D.=1.02$) ตามลำดับ

ตารางที่ 11 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อบุคคล โดยภาพรวม (n=170)

ผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อบุคคล	ระดับความคิดเห็น			
	\bar{x}	S.D.	แปลผล	ลำดับ
ผลกระทบต่อสุขภาพ	3.13	0.77	ปานกลาง	1
ผลกระทบต่อจิตใจ	2.62	0.86	ปานกลาง	2
ผลกระทบด้านพฤติกรรม	2.19	0.87	น้อย	3
รวม	2.64	0.68	ปานกลาง	

จากตารางที่ 11 สามารถสรุปได้ว่า ผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อบุคคลโดยรวมมีค่าเฉลี่ยระดับคะแนนอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}=2.64, S.D.=0.68$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านจะพบว่าผลกระทบต่อบุคคลในด้านสุขภาพมากมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=3.13, S.D.=0.77$) รองลงมาคือ ผลกระทบต่อจิตใจ ($\bar{x}=2.62, S.D.=0.86$) และผลกระทบด้านพฤติกรรม ($\bar{x}=2.19, S.D.=0.87$) ตามลำดับ

ตารางที่ 12 จำนวนและร้อยละของพนักงานจำแนกตามคะแนนเป็นรายข้อคำถามด้านผลกระทบของความเครียดต่อองค์กร (n=170)

ผลกระทบที่เกิดจากความเครียด ต่อองค์กร	ความคิดเห็น (จำนวน/ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ท่านมีสมาธิในการทำงานดี และไม่เคยทำงานผิดพลาด	2 (1.2)	34 (20.0)	85 (50.0)	37 (21.8)	12 (7.1)
ท่านให้ความสนใจ และเอาใจใส่ในการทำงาน	11 (6.5)	61 (35.9)	55 (32.4)	35 (20.6)	8 (4.7)
ท่านทำงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จทันตามเวลาที่กำหนด	29 (17.1)	72 (42.4)	60 (35.3)	8 (4.7)	1 (0.6)
ท่านมีความรู้สึกอยากทำงานอยู่ตลอดเวลา โดยไม่เบื่อหน่าย	3 (1.8)	25 (14.7)	70 (41.2)	48 (28.2)	24 (14.1)
ท่านมีความอดทน อดกลั้นในการทำงาน	17 (10.0)	52 (30.6)	72 (42.4)	21 (12.4)	8 (4.7)
สามารถบริหารเวลาในการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ	34 (20.0)	54 (31.8)	73 (42.9)	8 (4.7)	1 (0.6)
ในการปฏิบัติงานมักไม่เคยเกิดอุบัติเหตุจากการทำงาน	31 (18.2)	57 (33.5)	49 (28.8)	27 (15.9)	6 (3.5)
ท่านไม่เคยมาทำงานสาย และไม่เคยขาดงาน	32 (18.8)	63 (37.1)	50 (29.4)	19 (11.2)	6 (3.5)
ท่านรู้สึกภูมิใจในตำแหน่งหน้าที่การงานที่ทำอยู่ในขณะนี้	5 (2.9)	26 (15.3)	69 (40.6)	41 (24.1)	29 (17.1)
ท่านไม่เคยคิดอยากจะลาออกจากที่ทำงานเลย	7 (4.1)	15 (8.8)	64 (37.6)	39 (22.9)	45 (26.5)
ท่านยินดีที่จะให้ความร่วมมือกับองค์กรในการทำงาน	20 (11.8)	66 (38.8)	65 (38.2)	16 (9.4)	3 (1.8)
ท่านจะให้ความช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานในการทำงานทุกครั้งที่เพื่อนขอความช่วยเหลือจากท่าน	25 (14.7)	68 (40.0)	65 (38.2)	11 (6.5)	1 (0.6)

ตารางที่ 12 (ต่อ)

ผลกระทบที่เกิดจากความเครียด ต่อองค์กร	ความคิดเห็น (จำนวน/ร้อยละ)				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ท่านมีความรู้สึกที่ดีต่อผู้บังคับบัญชา และเพื่อนร่วมงาน	14 (8.2)	64 (37.6)	77 (45.3)	15 (8.8)	0 (0.00)
ท่านมักปฏิบัติตามคำสั่งของ ผู้บังคับบัญชาอย่างเคร่งครัด	11 (6.5)	77 (45.3)	73 (42.9)	9 (5.3)	0 (0.00)
ท่านยินดีทำงานหนักเพื่อความ ก้าวหน้าขององค์กร	20 (11.8)	60 (35.3)	75 (44.1)	14 (8.2)	1 (0.6)
ท่านปฏิบัติตามกฎระเบียบขององค์กร อย่างเคร่งครัด	14 (8.2)	62 (36.5)	82 (48.2)	10 (5.9)	2 (1.2)
ท่านรู้สึกพอใจกับการขึ้นตอนการ ดำเนินงานขององค์กร	12 (7.1)	36 (21.2)	104 (61.2)	18 (10.6)	0 (0.00)
ท่านมีความรู้สึกรักและผูกพันกับ องค์กร	10 (5.9)	48 (28.2)	82 (48.2)	25 (14.7)	5 (2.9)
ท่านคิดว่าความสำเร็จขององค์กร จะ ส่งผลให้ท่านได้รับความก้าวหน้าใน หน้าที่การงาน	39 (22.9)	70 (41.2)	42 (24.7)	15 (8.8)	4 (2.4)
ผลผลิตขององค์กรของท่าน มักจะ ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้ง ไว้เสมอ	14 (8.2)	47 (27.6)	90 (52.9)	18 (10.6)	1 (0.6)

จากตารางที่ 12 จำนวนและร้อยละของพนักงานจำแนกตามคะแนนเป็นรายข้อคำถามด้านผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กร สามารถอธิบายได้ ดังต่อไปนี้

(1) ท่านมีสมาธิในการทำงานดี และไม่เคยทำงานผิดพลาด พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 85 คน (ร้อยละ 50.0) รองลงมาคือ เห็นด้วยน้อย จำนวน 37 คน (ร้อยละ 21.8) และเห็นด้วยมาก จำนวน 34 คน (ร้อยละ 20.0) ตามลำดับ

(2) ท่านให้ความสนใจ และเอาใจใส่ในการทำงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 55 คน (ร้อยละ 32.8) รองลงมาคือ เห็นด้วยมาก จำนวน 61 คน (ร้อยละ 35.9) และเห็นด้วยน้อย จำนวน 35 คน (ร้อยละ 20.6) ตามลำดับ

(3) ท่านทำงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จทันตามเวลาที่กำหนด พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยมาก จำนวน 72 คน (ร้อยละ 42.4) รองลงมาคือ เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 60 คน (ร้อยละ 35.3) และเห็นด้วยมากที่สุด จำนวน 29 คน (ร้อยละ 17.1) ตามลำดับ

(4) ท่านมีความรู้สึกอยากทำงานอยู่ตลอดเวลา โดยไม่เบื่อหน่าย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 70 คน (ร้อยละ 41.2) รองลงมาคือ เห็นด้วยน้อย จำนวน 48 คน (ร้อยละ 28.2) และเห็นด้วยมาก จำนวน 25 คน (ร้อยละ 14.7) ตามลำดับ

(5) ท่านมีความอดทน อดกลั้นในการทำงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 72 คน (ร้อยละ 42.4) รองลงมาคือ เห็นด้วยมาก จำนวน 52 คน (ร้อยละ 30.6) และเห็นด้วยน้อย จำนวน 21 คน (ร้อยละ 12.4) ตามลำดับ

(6) สามารถบริหารเวลาในการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 73 คน (ร้อยละ 42.9) รองลงมาคือ เห็นด้วยมาก จำนวน 54 คน (ร้อยละ 31.8) และเห็นด้วยมากที่สุด จำนวน 34 คน (ร้อยละ 20.0) ตามลำดับ

(7) ในการปฏิบัติงานมักไม่เคยเกิดอุบัติเหตุจากการทำงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยมาก จำนวน 57 คน (ร้อยละ 33.5) รองลงมาคือ เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 49 คน (ร้อยละ 28.8) และเห็นด้วยมากที่สุด จำนวน 31 คน (ร้อยละ 18.2) ตามลำดับ

(8) ท่านไม่เคยมาทำงานสาย และไม่เคยขาดงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยมาก จำนวน 63 คน (ร้อยละ 37.1) รองลงมาคือ เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 50 คน (ร้อยละ 29.4) และเห็นด้วยมากที่สุด จำนวน 32 คน (ร้อยละ 18.8) ตามลำดับ

(9) ท่านรู้สึกภูมิใจในตำแหน่งหน้าที่การงานที่ทำอยู่ในขณะนี้ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 69 คน (ร้อยละ 40.6) รองลงมาคือ เห็นด้วยน้อย จำนวน 41 คน (ร้อยละ 24.1) และเห็นด้วยน้อยที่สุด จำนวน 29 คน (ร้อยละ 17.1) ตามลำดับ

(10) ท่านไม่เคยคิดอยากจะลาออกจากที่ทำงานเลย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 64 คน (ร้อยละ 37.6) รองลงมาคือ เห็นด้วยน้อยที่สุด จำนวน 45 คน (ร้อยละ 26.5) และเห็นด้วยน้อย จำนวน 39 คน (ร้อยละ 22.9) ตามลำดับ

(11) ท่านยินดีที่จะให้ความร่วมมือกับองค์กรในการทำงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 65 คน (ร้อยละ 38.2) รองลงมาคือ เห็นด้วยมาก จำนวน 66 คน (ร้อยละ 38.8) และเห็นด้วยมากที่สุด จำนวน 20 คน (ร้อยละ 11.8) ตามลำดับ

(12) ท่านจะให้ความช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานในการทำงานทุกครั้งเพื่อขอความช่วยเหลือจากท่าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยมาก จำนวน 68 คน (ร้อยละ 40.0) รองลงมาคือ เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 65 คน (ร้อยละ 38.2) และเห็นด้วยมากที่สุด จำนวน 25 คน (ร้อยละ 14.7) ตามลำดับ

(13) ท่านมีความรู้สึกที่ดีต่อผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 77 คน (ร้อยละ 45.3) รองลงมาคือ เห็นด้วยมาก จำนวน 64 คน (ร้อยละ 37.6) และเห็นด้วยน้อย จำนวน 15 คน (ร้อยละ 8.8) ตามลำดับ

(14) ท่านมักปฏิบัติตามคำสั่งของผู้บังคับบัญชาอย่างเคร่งครัด พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยมาก จำนวน 77 คน (ร้อยละ 45.3) รองลงมาคือ เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 73 คน (ร้อยละ 42.9) และเห็นด้วยมากที่สุด จำนวน 11 คน (ร้อยละ 6.5) ตามลำดับ

(15) ท่านยินดีทำงานหนักเพื่อความก้าวหน้าขององค์กร พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 75 คน (ร้อยละ 44.1) รองลงมาคือ เห็นด้วยมาก จำนวน 60 คน (ร้อยละ 35.3) และเห็นด้วยมาก จำนวน 20 คน (ร้อยละ 11.8) ตามลำดับ

(16) ท่านปฏิบัติตามกฎระเบียบขององค์กรอย่างเคร่งครัด พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 82 คน (ร้อยละ 48.2) รองลงมาคือ เห็นด้วยมาก จำนวน 62 คน (ร้อยละ 36.6) และเห็นด้วยมากที่สุด จำนวน 14 คน (ร้อยละ 8.2) ตามลำดับ

(17) ท่านรู้สึกพอใจกับการขึ้นตอนการดำเนินงานขององค์กร พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 104 คน (ร้อยละ 61.2) รองลงมาคือเห็นด้วยมาก จำนวน 36 คน (ร้อยละ 21.2) และเห็นด้วยน้อย จำนวน 18 คน (ร้อยละ 10.6) ตามลำดับ

(18) ท่านมีความรู้สึกรักและผูกพันกับองค์กรพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 82 คน (ร้อยละ 48.2) รองลงมาคือ เห็นด้วยมาก จำนวน 48 คน (ร้อยละ 28.2) และเห็นด้วยน้อย จำนวน 25 คน (ร้อยละ 14.7) ตามลำดับ

(19) ท่านคิดว่าความสำเร็จขององค์กรจะส่งผลให้ท่านได้รับความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยมาก จำนวน 70 คน (ร้อยละ 41.2) รองลงมาคือ ปานกลาง จำนวน 42 คน (ร้อยละ 24.7) และเห็นด้วยมากที่สุด จำนวน 39 คน (ร้อยละ 22.9) ตามลำดับ

(20) ผลผลิตขององค์กรของท่าน มักจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้เสมอ พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เห็นด้วยปานกลาง จำนวน 90 คน (ร้อยละ 52.9) รองลงมาคือ เห็นด้วยมาก จำนวน 47 คน (ร้อยละ 27.6) และเห็นด้วยปานกลาง จำนวน 18 คน (ร้อยละ 10.6) ตามลำดับ

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กร (n=170)

ผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กร	ระดับความคิดเห็น		
	\bar{X}	S.D.	แปลผล
ท่านมีสมาธิในการทำงานดี และไม่เคยทำงานผิดพลาด	3.14	0.86	ปานกลาง
ท่านให้ความสนใจ และเอาใจใส่ในการทำงาน	2.81	0.99	ปานกลาง
ท่านทำงานที่ได้รับมอบหมายเสร็จทันตามเวลาที่กำหนด	2.29	0.83	น้อย
ท่านมีความรู้สึกอยากทำงานอยู่ตลอดเวลา โดยไม่เบื่อหน่าย	3.38	0.96	สูง
ท่านมีความอดทน อดกลั้นในการทำงาน	2.71	0.97	ปานกลาง
สามารถบริหารเวลาในการทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ	2.34	0.87	น้อย
ในการปฏิบัติงานมักไม่เคยเกิดอุบัติเหตุจากการทำงาน	2.53	1.07	ปานกลาง
ท่านไม่เคยมาทำงานสาย และไม่เคยขาดงาน	2.44	1.03	น้อย
ท่านรู้สึกภูมิใจในตำแหน่งหน้าที่การงานที่ทำอยู่ในขณะนี้	3.37	1.03	ปานกลาง
ท่านไม่เคยคิดอยากจะลาออกจากที่ทำงานเลย	3.59	1.10	สูง
ท่านยินดีที่จะให้ความร่วมมือกับองค์กรในการทำงาน	2.51	0.89	ปานกลาง
ท่านจะให้ความช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานในการทำงานทุกครั้ง ที่เพื่อนขอความช่วยเหลือจากท่าน	2.38	0.84	น้อย
ท่านมีความรู้สึกที่ดีต่อผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน	2.55	0.77	ปานกลาง
ท่านมักปฏิบัติตามคำสั่งของผู้บังคับบัญชาอย่างเคร่งครัด	2.47	0.70	น้อย
ท่านยินดีทำงานหนักเพื่อความก้าวหน้าขององค์กร	2.51	0.83	ปานกลาง
ท่านปฏิบัติตามกฎระเบียบขององค์กรอย่างเคร่งครัด	2.55	0.78	ปานกลาง
ท่านรู้สึกพอใจกับการดำเนินงานขององค์กร	2.75	0.74	ปานกลาง
ท่านมีความรู้สึกรักและผูกพันกับองค์กร	2.81	0.87	ปานกลาง
ท่านคิดว่าความสำเร็จขององค์กร จะส่งผลให้ท่านได้รับ ความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน	2.26	0.99	น้อย
ผลผลิตขององค์กรของท่าน มักจะประสบความสำเร็จตาม เป้าหมายที่ตั้งไว้เสมอ	2.68	0.80	ปานกลาง
รวม	2.70	0.50	ปานกลาง

จากตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กร เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ 3 อันดับแรกพบว่า ท่านไม่เคยคิดอยากจะลาออกจากที่ทำงานเลยมี

ค่าเฉลี่ยมากที่สุด ($\bar{x}=3.59, S.D.=1.10$) รองลงมาคือ ท่านมีความรู้สึกอยากทำงานอยู่ตลอดเวลา โดยไม่เบื่อหน่าย ($\bar{x}=3.38, S.D.=0.96$) และท่านรู้สึกภูมิใจในตำแหน่งหน้าที่การงานที่ทำอยู่ในขณะนี้ ($\bar{x}=3.37, S.D.=1.03$) ตามลำดับ

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานด้านผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กร โดยภาพรวม ($n=170$)

ผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กร	ระดับความคิดเห็น		
	\bar{x}	S.D.	แปลผล
ผลกระทบด้านการทำงาน (ข้อที่ 1-10)	2.81	0.60	ปานกลาง
ผลกระทบด้านการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กร (ข้อที่ 11-20)	2.55	0.52	ปานกลาง
ผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กร โดยรวม	2.70	0.50	ปานกลาง

จากตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานจำแนกตามผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กรโดยภาพรวมจะพบว่า ผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กรโดยภาพรวมมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}=2.70, S.D.=0.50$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านจะพบว่า ความเครียดส่งผลกระทบต่อด้านการทำงานมากที่สุด อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}=2.81, S.D.=0.60$) รองลงมาคือ ส่งผลกระทบต่อด้านการเป็นสมาชิกที่ดีขององค์กร ซึ่งอยู่ในระดับปานกลางเช่นเดียวกัน ($\bar{x}=2.55, S.D.=0.52$)

4.5 ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระดับความเครียดของพนักงาน โดยใช้สถิติไคสแควร์ (Chi-square)

ตารางที่ 15 ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน (n=170)

ปัจจัย ส่วนบุคคล	ระดับคะแนนความเครียด		χ^2	P-value
	คะแนน 0 – 42	คะแนน ตั้งแต่ 43 – 63 ขึ้นไป		
	น้อย - ปานกลาง	สูง - รุนแรง		
1. เพศ				
ชาย	13 (7.6%)	72 (42.4%)	8.08	0.18
หญิง	5 (2.9%)	80 (47.1%)		
2.อายุ				
อายุต่ำกว่า 30 ปี	8 (4.8%)	87 (51.2%)	25.00*	0
30-40 ปี	4 (2.4%)	55 (32.4%)		
มากกว่า 40 ปี	6 (3.6%)	10 (5.9%)		
3.สถานภาพ				
โสด,หย่าร้าง,หม้าย	8 (4.8%)	72 (42.4%)	26.845*	0
สมรส (อยู่ด้วยกัน)	10 (5.9%)	69 (50.6%)		
สมรส (แยกกันอยู่)	0 (0.0%)	11 (6.5%)		
4.ระดับการศึกษา				
ประถมศึกษา - ม.ต้น	6 (3.5%)	50 (25.9%)	15.070	0.130
ม.ปลาย,ปวช.	10 (5.9%)	72 (45.9%)		
ปวส,ปริญญาตรี และ สูงกว่าปริญญาตรีขึ้นไป	1 (0.6%)	21 (13.4%)		
5.รายได้เฉลี่ยต่อเดือน				
น้อยกว่า10,000 บาท	0 (0.0%)	8 (4.8%)	13.611*	0.009
10,000 - 20,000 บาท	13 (7.6%)	136 (80%)		
มากกว่า 20,000 บาท	5 (2.9%)	8 (4.8%)		

ตารางที่ 15 (ต่อ)

ปัจจัย ส่วนบุคคล	ระดับคะแนนความเครียด		χ^2	P-value
	คะแนน 0 - 42	คะแนน ตั้งแต่ 43 - 63 ขึ้นไป		
	น้อย - ปานกลาง	สูง - รุนแรง		
6.ภาระค่าใช้จ่ายเฉลี่ยต่อเดือน				
น้อยกว่า10,000 บาท	8 (4.7%)	40 (23.6%)	6.989	0.136
10,000 บาทขึ้นไป	10 (5.9%)	112 (65.9%)		
7.สถานภาพทางเศรษฐกิจ/ความพอเพียงของรายได้				
รายได้เพียงพอและมี เหลือเก็บ	5 (2.9%)	14 (8.3%)	27.805*	0
รายได้เพียงพอแต่ไม่ มีเหลือเก็บ	10 (5.9%)	46 (27%)		
รายได้ไม่เพียงพอ	3 (1.8%)	92 (54.1%)		
8.ภาระความรับผิดชอบทางครอบครัว				
ไม่มี	1 (0.6%)	2 (1.2%)	1.7158	0.424
มี	17 (10.0%)	150 (88.3%)		
9.ที่พักอาศัยในปัจจุบัน				
บ้านส่วนตัว	7 (4.1%)	20 (11.8%)	9.695*	0.046
หอพัก/บ้านเช่า/อื่นๆ	11 (6.5%)	132 (77.7%)		
10.อายุงานในปัจจุบัน				
ไม่เกิน 10 ปี	12 (7.1%)	122 (71.8%)	19.235*	0.004
11 ปีขึ้นไป	6 (3.6%)	30 (17.7%)		
11.พฤติกรรมออกกำลังกาย				
ไม่เคย	15 (8.8%)	112 (65.9%)	1.083	0.582
เคย	3 (1.8%)	40 (23.5%)		
12.การมีโรคประจำตัว				
ไม่มี	13 (7.6%)	108 (63.5%)	1.395	0.498
มี	5 (2.9%)	44 (25.9%)		

ตารางที่ 15 (ต่อ)

ปัจจัย ส่วนบุคคล	ระดับคะแนนความเครียด		χ^2	P-value
	คะแนน 0 – 42	คะแนน ตั้งแต่ 43 – 63 ขึ้นไป		
	น้อย - ปานกลาง	สูง - รุนแรง		
13. ชั่วโมงการนอนหลับพักผ่อน				
น้อยกว่า 4 ชั่วโมง/วัน	1 (0.6%)	17 (10%)	16.875*	0.010
4-6 ชั่วโมง/วัน	10 (5.9%)	93 (54.8%)		
มากกว่า 6 ชั่วโมง/วัน	7 (4.1%)	42 (24.8%)		
14. พฤติกรรมการนอนไม่ค้อยหลับ/หลับยาก/ตื่นกลางดึก/หลับๆ ตื่นๆ				
ไม่เป็น	11 (6.5%)	30 (17.7%)	30.896*	0
เป็นบางครั้ง	7 (4.1%)	89 (52.3%)		
เป็นประจำ	0 (0.0%)	33 (19.4%)		
15. ความรู้สึกสดชื่นหลังตื่นนอน				
ไม่สดชื่น	11(6.5%)	119 (70%)	8.662*	0.013
รู้สึกสดชื่น	7(4.1%)	33 (19.4%)		
16. พฤติกรรมการดื่มสุรา, เบียร์, หรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์				
ไม่ดื่ม	7 (4.1%)	61 (35.9%)	0.019	0.990
ดื่ม	11 (6.5%)	91 (53.6%)		
17. พฤติกรรมการสูบบุหรี่				
ไม่สูบ	14 (8.2%)	113 (66.4%)	0.773	0.680
สูบ	4 (2.4%)	39 (22.9%)		
18. การเผชิญกับสถานการณ์เคร่งเครียด หรือเร่งรีบในชีวิตประจำวัน				
ไม่เคยเลย	1 (0.6%)	7 (4.2%)	16.281*	0.003
เคย (บางครั้ง, ประจำ)	17 (10%)	145 (85.3%)		
19. การเป็นคนพูดน้อย ชอบเก็บตัว ไม่กล้าแสดงออกหรือแสดงความคิดเห็น				
ไม่ใช่	14 (8.2%)	110 (64.7%)	1.834	0.40
ใช่	4 (2.4%)	42 (24.7%)		

* p < .05

ตารางที่ 15 (ต่อ)

ปัจจัย ส่วนบุคคล	ระดับคะแนนความเครียด		χ^2	P-value
	คะแนน 0 - 42	คะแนน ตั้งแต่ 43 - 63 ขึ้นไป		
	น้อย - ปานกลาง	สูง - รุนแรง		
20.พฤติกรรมการณ์อารมณ์ฉุนเฉียว หงุดหงิด โมโหง่าย				
ไม่เคยเลย	4 (2.4%)	20 (11.8%)	9.013	0.061
เคย (บางครั้ง,ประจำ)	14 (8.2%)	132 (77.6%)		

* p < .05

จากตารางที่ 15 ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน สามารถสรุปได้ ดังต่อไปนี้

(1) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างเพศกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า เพศไม่มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

(2) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 โดยพบว่า อายุต่ำกว่า 30 ปี มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรงมากที่สุด ร้อยละ 34.1 รองลงมา คือ อายุระหว่าง 30-40 ปี มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรงมากที่สุด ร้อยละ 17.1

(3) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า สถานภาพมีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 โดยพบว่า พนักงานที่มีสถานภาพโสด มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรงมากที่สุด ร้อยละ 27.1 รองลงมาคือ สถานภาพสมรส (อยู่ด้วยกัน) มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรงมากที่สุด ร้อยละ 25.9

(4) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า ระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

(5) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างรายได้เฉลี่ยต่อเดือนกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า รายได้เฉลี่ยต่อเดือน มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 โดยส่วนใหญ่พบว่า พนักงานที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนอยู่

ระหว่าง 10,000 -20,000 บาท มีคะแนนความเครียดอยู่ในระดับสูงและรุนแรง คิดเป็นร้อยละ 31.8 และ 48.2 ตามลำดับ

(6) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างภาระค่าใช้จ่ายต่อเดือนกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า ภาระค่าใช้จ่ายต่อเดือนไม่มีความสัมพันธ์กับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

(7) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างสถานภาพทางเศรษฐกิจ/ความพอเพียงของรายได้กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า สถานภาพทางเศรษฐกิจ/ความพอเพียงของรายได้ มีความสัมพันธ์กับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 โดยที่ส่วนใหญ่พบว่า รายได้ไม่เพียงพอมี และหนี้สิน มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรง ร้อยละ 20 รองลงมา คือ มีรายได้ไม่เพียงพอ แต่ไม่มีหนี้สิน ร้อยละ 16.5

(8) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างภาระต้องรับผิดชอบของทางครอบครัวกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า ภาระต้องรับผิดชอบของทางครอบครัวไม่มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

(9) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างที่พักอาศัยในปัจจุบันกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า ที่พักอาศัยในปัจจุบันมีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียด อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 โดยส่วนใหญ่พบว่า พนักงานที่พักอาศัยอยู่ที่หอพัก/บ้านเช่า มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรงมากที่สุด ร้อยละ 46.5 และระดับสูง ร้อยละ 30

(10) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างอายุงานกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า อายุงานมีความสัมพันธ์กับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 โดยส่วนใหญ่พบว่า พนักงานที่มีอายุงานต่ำกว่า 5 ปี มีคะแนนความเครียดอยู่ในระดับรุนแรงมากที่สุด ร้อยละ 25.9 รองลงมาคือ อายุงาน 5-10 ปี มีความเครียดอยู่ในระดับรุนแรง ร้อยละ 19.4

(11) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมออกกำลังกายกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า พฤติกรรมออกกำลังกายไม่มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียด อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

(12) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างการมีโรคประจำตัวกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า การมีโรคประจำตัวไม่มีความสัมพันธ์กับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

(13) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการนอนหลับพักผ่อนกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า พฤติกรรมการนอนหลับพักผ่อนมีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 โดยส่วนใหญ่ พบว่า พนักงานที่มี

ชั่วโมงการนอนหลับพักผ่อนอยู่ระหว่าง 4-6 ชั่วโมง/วัน มีคะแนนความเครียดอยู่ในระดับรุนแรงมากที่สุด ร้อยละ 32.4 และระดับสูง ร้อยละ 22.4

(14) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมอาการนอนไม่คอยหลับ หรือหลับยาก/ชอบตื่นกลางดึกหรือหลับ ๆ ตื่น ๆ ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า พฤติกรรมอาการนอนไม่คอยหลับ หรือหลับยาก/ชอบตื่นกลางดึกหรือหลับ ๆ ตื่น ๆ ในช่วง 1 เดือนที่ผ่านมา มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 โดยส่วนใหญ่ พบว่า พนักงานที่มีพฤติกรรมอาการนอนไม่คอยหลับ หรือหลับยาก/ชอบตื่นกลางดึกหรือหลับ ๆ ตื่น ๆ เป็นบางครั้งมีคะแนนความเครียดอยู่ในระดับรุนแรงมากที่สุด ร้อยละ 28.8 และมีคะแนนความเครียดระดับสูง ร้อยละ 23.5

(15) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกสดชื่นหลังจากตื่นนอนกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า ความรู้สึกสดชื่นหลังจากตื่นนอนมีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 โดยส่วนใหญ่ พบว่า พนักงานที่มีความรู้สึกไม่สดชื่นหลังจากตื่นนอนจะมีคะแนนความเครียดในระดับรุนแรงมากที่สุด ร้อยละ 44.7 และมีคะแนนความเครียดอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 25.3

(16) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

(17) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการสูบบุหรี่ระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า พฤติกรรมการสูบบุหรี่ไม่มีความสัมพันธ์กับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

(18) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเผชิญกับสถานการณ์เคร่งเครียดหรือเร่งรีบในชีวิตประจำวันกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า พฤติกรรมการเผชิญกับสถานการณ์เคร่งเครียด หรือเร่งรีบในชีวิตประจำวัน มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 โดยส่วนใหญ่ พบว่า พนักงานที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์เคร่งเครียด หรือเร่งรีบเป็นบางครั้ง จะมีคะแนนความเครียดอยู่ในระดับสูง ร้อยละ 27.1 รองลงมาคือ ต้องเผชิญกับสถานการณ์เคร่งเครียด หรือเร่งรีบเป็นประจำ จะมีคะแนนความเครียดในระดับรุนแรง ร้อยละ 25.3

(19) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเป็นคนพูดน้อย ชอบเก็บตัว ไม่กล้าแสดงออกหรือแสดงความคิดเห็น กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า พฤติกรรมการเป็นคนพูดน้อย ชอบเก็บตัว ไม่กล้าแสดงออกหรือแสดงความคิดเห็น ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

(20) ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพการเป็นคนที่มีความวิตกกังวลสูง หงุดหงิด โมโหง่าย กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน พบว่า บุคลิกภาพการเป็นคนที่มีความวิตกกังวลสูง หงุดหงิด โมโหง่าย ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05

สรุปผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงานโดยรวม พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลที่มีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน คือ อายุ สถานภาพ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน สถานภาพทางเศรษฐกิจ/ความเพียงพอของรายได้ที่ปกกาศัยในปัจจุบัน อายุงาน พฤติกรรมการนอนหลับพักผ่อน และการรับรู้ต่อเหตุการณ์ (การเผชิญ การณ์เคร่งเครียด หรือเร่งรีบ) โดยมีความสัมพันธ์กับระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4.6 ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการทำงานกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงานกับโดยใช้สถิติ Pearson Correlation

ตารางที่ 16 ความสัมพันธ์ปัจจัยด้านการทำงานกับคะแนนความเครียดของพนักงาน (n=170)

ปัจจัยด้านการทำงาน	ระดับคะแนนความเครียดของพนักงาน		
	Pearson Correlation (r)	P-value	ระดับความสัมพันธ์
1. ด้านตัวงาน	.395*	.000	ต่ำ
2. ด้านบทบาทหน้าที่ในงาน	.294*	.000	ต่ำมาก
3. ด้านความสัมพันธ์ในที่ทำงาน	.467*	.000	ต่ำ
4. ด้านความก้าวหน้าในอาชีพ	.394*	.000	ต่ำ
5. ด้านสภาพแวดล้อมในที่ทำงาน	.534*	.000	ปานกลาง
ภาพรวม	.464*	.000	ต่ำ

* p < .05

จากตารางที่ 16 ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านการทำงานกับระดับคะแนนความเครียดของพนักงานโดยรวมทุกด้านพบว่า ปัจจัยด้านการทำงานมีความสัมพันธ์กับความเครียดของพนักงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีความสัมพันธ์กันอยู่ในระดับต่ำ (.464) และเมื่อพิจารณารายด้านจะพบว่า ปัจจัยด้านตัวงานมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของพนักงานในระดับต่ำ (.395) ด้านบทบาทหน้าที่ในงานมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของพนักงานในระดับต่ำมาก (.294) ด้านความสัมพันธ์ในที่ทำงานมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของพนักงานในระดับต่ำมาก (.467) ด้านความก้าวหน้าในอาชีพมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของพนักงานในระดับต่ำ (.394) ด้านสภาพแวดล้อมในที่ทำงานมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของพนักงานในระดับปานกลาง (.534)

ต่ำ (.467) ด้านความก้าวหน้าในอาชีพมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของพนักงานในระดับต่ำ (.394) และด้านสภาพแวดล้อมในที่ทำงานมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดของพนักงานในระดับปานกลาง (.534)

4.7 ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความเครียดของพนักงานกับผลกระทบที่เกิดจากความเครียดของพนักงานโดยใช้สถิติ Pearson Correlation

ตารางที่ 17 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับคะแนนความเครียดของพนักงานกับผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อบุคคล (n=170)

ผลกระทบต่อบุคคล	คะแนนความเครียดของพนักงาน		ระดับความสัมพันธ์
	Pearson Correlation (r)	P-value	
ด้านสุขภาพ	.672*	.000	ปานกลาง
ด้านจิตใจ	.669*	.000	ปานกลาง
ด้านพฤติกรรม	.375*	.000	ต่ำ
ผลกระทบต่อบุคคลโดยรวม	.425*	.000	ต่ำ

* $p < .05$

จากตารางที่ 17 ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างระดับคะแนนความเครียดของพนักงานกับผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อบุคคลโดยรวม พบว่า ความเครียดของพนักงานมีความสัมพันธ์กับผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อบุคคล อย่างมีนัยทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยรวมมีความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ (.425) และเมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ผลกระทบด้านสุขภาพมีความสัมพันธ์กับความเครียดของพนักงานในระดับปานกลาง (.672) ผลกระทบด้านจิตใจมีความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง (.669) และผลกระทบด้านพฤติกรรมมีความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ (.375)

ตารางที่ 18 ความสัมพันธ์ระหว่างระดับคะแนนความเครียดของพนักงานกับผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กร (n=170)

ผลกระทบต่อองค์กร	คะแนนความเครียดของพนักงาน		
	Pearson Correlation (r)	P-value	ระดับความสัมพันธ์
ด้านการปฏิบัติงาน	.478*	.000	ต่ำ
ด้านความจงรักภักดีต่อองค์กร	.273*	.000	ต่ำมาก
ผลกระทบต่อองค์กรโดยรวม	.418*	.000	ต่ำ

* $p < .05$

จากตารางที่ 18 ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างระดับคะแนนความเครียดของพนักงานกับผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กรโดยรวมพบว่า ระดับคะแนนความเครียดของพนักงานมีความสัมพันธ์กับผลกระทบที่เกิดจากความเครียดต่อองค์กร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยมีความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ (.418) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า ผลกระทบด้านการปฏิบัติงานมีความสัมพันธ์กับความเครียดของพนักงานในระดับต่ำ (.472) และผลกระทบด้านความจงรักภักดีต่อองค์กรมีความสัมพันธ์กับความเครียดของพนักงานในระดับต่ำมาก (.273)