

ภาคผนวก ข
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถาม

เรื่องอิทธิพลของปัจจัยด้านงานและการรับรู้ความสามารถของตนเองที่มีต่อความเครียด
ของเจ้าพนักงานเรือนจำของเรือนจำในจังหวัดนครศรีธรรมราช

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อการวิจัย โปรดตอบแบบสอบถามตาม
ความเป็นจริงคำตอบของท่านถูกปิดเป็นความลับ นอกจากจะนำผลที่ได้รับไปใช้สำหรับ
การวิจัยเท่านั้น การวิจัยครั้งนี้ จะไม่สามารถสำเร็จได้ถ้าไม่ได้รับความอนุเคราะห์จากท่าน
ผู้วิจัยขอขอบคุณทุกท่านที่กรุณาตอบแบบสอบถามนี้เป็นอย่างดี

แบบสอบถามชุดนี้ประกอบด้วย 4 ส่วน ดังนี้

- | | |
|-----------|---|
| ส่วนที่ 1 | แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล |
| ส่วนที่ 2 | แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยด้านงาน |
| ส่วนที่ 3 | แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง |
| ส่วนที่ 4 | แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับความเครียด |

แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือเติมข้อความลงในช่องว่างให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

1. อายุ ปี เดือน

2. สถานภาพสมรส

() โสด

() สมรส ม่าย หย่าร้าง หรือแยกกันอยู่

3. ระดับการศึกษาสูงสุด

4. อายุงาน ปี เดือน

5. รายได้ บาท (รวมเงินเดือน ค่าจ้าง และค่าตอบแทนอื่น ๆ ที่ได้จากการทำงานให้กับเรื้อนจำใน 1 เดือน)

แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยด้านงาน

คำชี้แจง โปรดพิจารณาว่าในด้านการทำงานของท่าน ท่านมีความรู้สึกต่อปัจจัยเหล่านี้
 มากน้อยเพียงใด กรุณาตอบโดยใช้เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับความเป็นจริงหรือ
 สอดคล้องกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด

	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
	ด้านลักษณะงาน					
1	งานที่ท่านได้รับมอบหมายให้ทำ ในแต่ละวันมีปริมาณมาก					
2	งานที่ท่านปฏิบัติมีขั้นตอนใน การปฏิบัติงานมากเกินไป					
3	การปฏิบัติงานของท่านในแต่ละวัน มีความเสี่ยงสูง					
4	งานที่ท่านปฏิบัติมีความจำเจ ซ้ำซาก					
5	งานที่ท่านปฏิบัติเป็นงานที่ต้องใช้ ความพยายามสูง					
6	งานที่ท่านปฏิบัติเป็นงานที่ต้องใช้ ความอดทนสูง					
7	งานที่ท่านปฏิบัติมีความเหมาะสมกับ ความรู้ของท่าน					
8	งานที่ท่านปฏิบัติมีความเหมาะสมกับ ความสามารถและความถนัดของท่าน					
9	งานที่ท่านทำอยู่เปิดโอกาสให้ท่าน ได้ใช้ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์					
10	งานที่ท่านทำอยู่เปิดโอกาสให้ ได้พบเห็นสิ่งใหม่ ๆ					
11	ท่านสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้เรียบร้อย ตามเวลาที่กำหนด					

	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
	ด้านบทบาทในองค์กร					
12	ในหน่วยงานของท่านได้มีการกำหนด แนวทางในการปฏิบัติงานของท่าน ไว้อย่างชัดเจน					
13	ในหน่วยงานของท่านมีการกำหนด ผู้ที่รับผิดชอบต่องานไว้อย่างชัดเจน					
14	ท่านเข้าใจในบทบาทและหน้าที่ของงาน ในหน่วยงานเป็นอย่างดี					
15	ท่านไม่พบอุปสรรคใด ๆ ในการปฏิบัติงาน ตามบทบาทและหน้าที่ของท่าน					
16	งานที่ท่านทำอยู่ในขณะนี้มีความสอดคล้อง กับอุดมการณ์ของท่าน					
	ด้านสัมพันธภาพในหน่วยงาน					
17	เมื่อท่านมีปัญหาในการทำงาน ท่านขอ ความช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงานได้เสมอ					
18	เพื่อนร่วมงานของท่านให้คำแนะนำปรึกษา และช่วยให้ท่านสามารถเผชิญกับปัญหา หรือสถานการณ์ที่เลวร้ายต่าง ๆ ได้					
19	เพื่อนร่วมงานยอมรับการทำงานของท่าน					
20	ผู้บังคับบัญชาสนใจและเอาใจใส่ใน ความเป็นอยู่ของท่าน					
21	ท่านคิดว่าผู้บังคับบัญชาให้ความไว้วางใจ ในการทำงานของท่าน					
22	เมื่อท่านมีปัญหาในการทำงานผู้บังคับบัญชา ของท่านจะให้คำปรึกษาแก่ท่าน ด้วยความเต็มใจ					
23	ผู้บังคับบัญชายอมรับฟังความคิดเห็น ของท่าน					

	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
	ด้านความก้าวหน้าในอาชีพ					
24	ท่านคิดว่าทุกคนในหน่วยงาน มีโอกาสดำเนินงานโดยเท่าเทียมกัน ตามขีดความสามารถ					
25	ท่านได้รับมอบหมายให้ปฏิบัติงานที่มี ความสำคัญต่อหน่วยงานของท่าน					
26	ผู้ที่มีอายุงานมากจะมีโอกาสดำเนินงาน ในการทำงาน					
27	ท่านมีความรู้สึกพึงพอใจ ในการเลื่อนตำแหน่งของท่าน					
28	ท่านได้รับการสนับสนุนให้เข้ารับ การฝึกอบรมหลักสูตรที่เหมาะสม กับการปฏิบัติงาน					
29	ท่านได้รับการสนับสนุนให้ศึกษาต่อ					
	ด้านโครงสร้าง นโยบาย และบรรยากาศองค์การ					
30	ในที่ทำงานมีอากาศถ่ายเทได้สะดวก ทำให้รู้สึกสบายไม่อึดอัด					
31	ในหน่วยงานของท่านมีห้องทำงาน ที่สะอาด					
32	ในบริเวณที่ทำงานของท่านมีแสงสว่าง ที่เพียงพอ					
33	ไม่มีเสียงรบกวนจากภายในและภายนอก ในบริเวณที่ท่านทำงาน					
34	ในหน่วยงานของท่านมีห้องน้ำที่สะอาด					
35	ในหน่วยงานของท่านมีห้องรับประทานอาหาร ที่ถูกสุขลักษณะ					
36	หน่วยงานของท่านมีการจัดวางเครื่องมือ อุปกรณ์และเอกสารเป็นระเบียบ สะดวก ในการใช้งาน					

	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
37	ในหน่วยงานของท่านมีอุปกรณ์ใน การปฏิบัติงานที่ทันสมัย					
38	ท่านมีความมั่นใจต่อระบบ ความปลอดภัยขณะปฏิบัติงาน					
39	ผู้บังคับบัญชามีนโยบาย การบริหารงานที่ชัดเจน					
40	ในหน่วยงานของท่านมีรายละเอียดของ การปฏิบัติงานไว้ชัดเจนสามารถปฏิบัติ ตามได้					
41	ลักษณะโครงสร้างของหน่วยงาน ที่ท่านสังกัดมีความเหมาะสม					
42	การติดต่อสื่อสารข้อมูลต่าง ๆ ของหน่วยงาน ที่ท่านปฏิบัติงานนั้นมีความเหมาะสม					
43	ในหน่วยงานของท่านมีการเสริมขวัญ และกำลังใจในการปฏิบัติงาน					
44	ในหน่วยงานของท่านมีสายการบังคับบัญชา ที่ชัดเจน					
45	ผู้บังคับบัญชาในหน่วยงานของท่าน มีหลักการปกครองตามนโยบายของ กรมราชทัณฑ์					

แบบสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการรับรู้ความสามารถของตนเอง

คำชี้แจง กรุณาอ่านข้อความ แล้วเลือกตอบโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุด เพียงคำตอบเดียวในแต่ละข้อ

	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
	การรับรู้ความสามารถในการทำงาน ของตนเอง					
1	ท่านมั่นใจว่าจะสามารถทำงานของ ท่านได้ดี					
2	ท่านวิตกกังวลเกี่ยวกับงานที่ท่านทำ					
3	เมื่อได้รับมอบหมายงานที่ไม่เคยทำ มาก่อน ท่านคิดว่าจะสามารถเรียนรู้ วิธีที่จะทำมันให้สำเร็จ					
4	ท่านมีความเชื่อมั่นในความสามารถ ของตนเอง					
5	ท่านมีความสามารถที่จะแก้ปัญหา และอุปสรรคต่าง ๆ ได้					
6	ท่านมีความสามารถที่จะทำสิ่งที่ท่าน คาดหวังไว้ได้					
7	ท่านมีความสามารถเพียงพอใน การทำงานในตำแหน่งที่สูงขึ้น					
	การรับรู้ความสามารถในการเป็น ตัวแบบให้ผู้อื่น					
8	ท่านสามารถเป็นตัวอย่างที่ดีใน การทำงานให้กับผู้อื่นได้					
9	ผลงานของท่านเป็นที่ยอมรับให้ผู้อื่น นำไปเป็นแบบอย่างหรือประยุกต์ใช้ได้					
10	ท่านสามารถให้คำปรึกษาแก่ผู้อื่นได้					
11	คนส่วนใหญ่หวังพึ่งคำแนะนำจากท่าน					

	ข้อความ	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่ แน่ใจ	ไม่ เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
	การรับรู้ความสามารถใน การพูดโน้มน้าวจิตใจผู้อื่น					
12	เพื่อนร่วมงานมักจะเห็นด้วยกับความคิด ของท่าน					
13	ท่านสามารถพูดชักจูงให้เพื่อนร่วมงาน เกิดความร่วมมือร่วมใจกันทำงาน จนประสบความสำเร็จ					
14	ท่านสามารถผลักดันให้เพื่อนร่วมงาน เกิดการทำงานโดยใช้ความสามารถสูงสุด ที่พวกเขามี					
15	ท่านสามารถชักจูงให้เพื่อนร่วมงานยอมรับ ความคิดเห็นของท่านในการทำงาน ให้มีประสิทธิภาพ					
16	ท่านสามารถประนีประนอมความขัดแย้ง และสามารถทำให้ทุกคนยอมรับได้					
	การรับรู้ความสามารถในการสร้างความรู้สึกลึก ทางบวกให้กับตนเองและผู้อื่น					
17	ท่านเชื่อว่าความผิดพลาดต่าง ๆ นำไปสู่ การกระทำที่ถูกต้องในครั้งต่อไป					
18	ท่านสามารถนำความผิดพลาดที่เกิดขึ้น ไปใช้ให้เกิดประโยชน์					
19	ท่านสามารถปรับปรุงการทำงานให้มี ประสิทธิภาพได้ ถ้าท่านทราบข้อบกพร่อง ของตนเอง					

แบบสอบถามเกี่ยวกับความเครียด

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตรงกับ
ความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ในช่วงระยะเวลา 3 เดือนที่ผ่านมา

	ข้อความ	ไม่มีอาการเลย	นาน ๆ ครั้ง	บ่อย	บ่อยมาก
	ความเครียดด้านร่างกาย				
1	ท่านมีอาการหอบ หายใจถี่				
2	ท่านรู้สึกกระสับกระส่าย กระวนกระวาย				
3	ท่านรู้สึกหัวใจเต้นแรง และเร็ว				
4	ท่านมีอาการหน้ามืด ใจวิงวอด กำดกราม เกร็งตามมือ				
5	ท่านรู้สึกเมื่อย เหนื่อยล้า หมดเรี่ยวแรง				
6	ท่านมีอาการปวดศีรษะ				
7	ท่านรู้สึกงุ่มง่าม ไม่กระฉับกระเฉง				
8	ท่านรู้สึกหนาว ร้อน เหมือนจะเป็นไข้				
9	ท่านมีอาการเกร็งตามไหล่ คอ และหลัง				
10	ท่านรู้สึกเบื่ออาหาร				
	ความเครียดด้านจิตใจ				
11	ท่านรู้สึกท้อแท้ ลึนหวัง				
12	ท่านรู้สึกโกรธ และหงุดหงิดง่าย				
13	ท่านรู้สึกว่าตนเองดื้อด้อยหรือ ถูกผู้อื่นรังเกียจ				
14	ท่านรู้สึกเงินอายุ ไม่กล้าแสดง ความคิด ความรู้สึกของตน ให้ผู้อื่นทราบ				
15	ท่านรู้สึกวิตกกังวล				
16	ท่านรู้สึกว่าตนเองอยู่ในภาวะที่กดดัน				

	ข้อความ	ไม่มีอาการเลย	นาน ๆ ครั้ง	บ่อย	บ่อยมาก
	ความเครียดด้านพฤติกรรม				
17	ท่านมีอาการหลงลืม				
18	ท่านรู้สึกสับสน ขาดสมาธิ				
19	ท่านรู้สึกว่าตนทำงานหนักเกินไป				
20	ท่านรู้สึกว่าตนขาดความคิดสร้างสรรค์ในการทำงาน				
21	ท่านมีความขัดแย้ง หรือทะเลาะเบาะแว้งกับผู้อื่น				
22	ท่านไม่ใส่ใจความรู้สึกของบุคคลรอบข้าง				
23	ท่านแสดงพฤติกรรมที่ก้าวร้าวต่อผู้อื่น				
24	ท่านมีอาการนอนไม่หลับ				
25	ท่านพบว่าการทำงานของท่านมีความผิดพลาดเกิดขึ้น				