

ชื่อภาคนิพนธ์ : ความเครียดในการปฏิบัติงานของข้าราชการกรมสุขภาพจิต
ชื่อผู้เขียน : นายสรารุช ฉายาวีริยะ
ชื่อปริญญา : ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม)
ปีการศึกษา : 2549

ในการศึกษาเรื่อง “ความเครียดในการปฏิบัติงานของข้าราชการกรมสุขภาพจิต” มีวัตถุประสงค์คือ 1) เพื่อศึกษาระดับความเครียดในการปฏิบัติงานของข้าราชการกรมสุขภาพจิต 2) เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของข้าราชการกรมสุขภาพจิต

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ข้าราชการกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข จำนวน 132 คน โดยการสุ่มตัวอย่างแบบโควต้า เก็บรวบรวมข้อมูลโดยทดสอบแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์แบบ Person's correlation และ F- test

ผลการศึกษามีดังนี้

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงที่มีสถานภาพ โสด จบการศึกษาในระดับปริญญาตรี อายุ 41 ปี ขึ้นไป มีประสบการณ์การทำงานตั้งแต่ 15 ปี ขึ้นไป

กลุ่มตัวอย่างมีความเครียด โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ แต่จะมี 4 ประเด็นที่กลุ่มตัวอย่างมีความเครียดในระดับปานกลางคือ กลัวความผิดพลาด รู้สึกหงุดหงิด มีความวุ่นวายใจ และรู้สึกเหนื่อยท้อแท้ ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า ความแตกต่างของอายุ สถานภาพการสมรส ประสบการณ์ทำงาน และระดับการศึกษา ไม่ส่งผลให้มีความเครียดที่ต่างกัน ด้านความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา และความยืดหยุ่นของกฎระเบียบในการปฏิบัติงาน มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียด อย่างมีนัยสำคัญที่ 0.01 ปัจจัย เรื่องของความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียดอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และด้านบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ข้อเสนอแนะ

1. ในการปฏิบัติงานตามบทบาทหน้าที่ ควรส่งเสริมให้มีการตัดสินใจร่วมกันระหว่างผู้ปฏิบัติ เพื่อนร่วมงาน และผู้บังคับบัญชา
2. ควรส่งเสริมให้ข้าราชการทุกคนมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน มีการช่วยเหลือเกื้อกูลกันในการปฏิบัติงาน
3. ผู้บังคับบัญชา ควรใช้เหตุผลในการพูดคุย และสนับสนุนผู้ใต้บังคับบัญชาในการทางที่ถูก เช่น ร่วมรับผิดชอบเมื่องานที่เกิดการผิดพลาด หรือสนับสนุนความก้าวหน้าทางราชการ
4. หน่วยงาน หรือ ผู้บังคับบัญชาความยืดหยุ่นระเบียบที่วางไว้เป็นแนวทางในการปฏิบัติอย่างยืดหยุ่น โดยไม่ควรใช้กฎระเบียบอย่างเข้มงวด และเคร่งครัดจนเกินไป
5. เมื่อผู้ปฏิบัติงานเกิดความเครียดก็ควรหาวิธีการจัดการกับความเครียดที่เหมาะสมกับตนเอง เช่น เดินออกกำลังกาย ฟังเพลง หรือหยุดพักการทำงานชั่วคราวเพื่อให้เกิดความผ่อนคลายจากความเครียด
6. ผู้บังคับบัญชาควรสร้างบรรยากาศในการทำงานให้มีความเครียดในระดับที่ควบคุมได้ เพราะการปฏิบัติงานใดก็ตามที่ผู้ปฏิบัติทำอย่างสบายจนเกินไป ก็จะทำให้เกิดความเฉื่อยชา และไร้ประสิทธิภาพ
7. หน่วยงานควรมีการจัดระดับความเครียดเป็นระยะ ๆ เพื่อตรวจสอบระดับความเครียดไม่ให้สูงหรือต่ำเกินไป

ABSTRACT

181091

Title of Research Paper : Work Stress of the Government Officials in the Mental Health Department
Author : Mr. Srawuth Shavawiriya
Degree : Master of Arts (Social Development)
Year : 2006

The purpose of the study was twofold : (1) to measure the stress level of the government officials in the Mental Health Department, and (2) to identify the factors contributing to their stress.

A questionnaire was employed to collect the data from 132 officials in the Mental Health Department under the Ministry of Public Health. They were selected by quota sampling. The statistics for data analysis were percentage, mean, standard deviation, Person's Correlation and F - test.

The findings were briefly stated as follows :

Most of the respondents were female and single. They had a Bachelor's degree and were 41 years old or more. They had worked for the Mental Health Department for at least 15 years.

Overall, the sample group experienced stress at a low level the four aspects of stress which they experienced at a moderate level were fear of making marking mistakes, frustration, worry and discouragement. When the hypotheses were tested, it was found that age, marital status, work experience and education did not contributor to a different degree of stress. Conversely, relationship with the superior and flexibility of the work regulation were negatively related with their stress at the 0.01 level. But relationship with colleagues, though negatively related to the stress, was not statistically significant at the 0.05 level. On the contrary, duty and responsibility was positively related to the stress level at the 0.05 level.

Recommendations.

1. The superior, the colleagues and the officials who are responsible for a certain job should make decisions together.

2. A good relationship among the officials should be created so that they will help each other in doing work.

3. The superior should use reasoning when talking to the subordinates. He/She should support them in a correct way. For example, the superior must also be responsible when the subordinates made a mistake. He/She should also support them to move up their career paths.

4. the organization or the superior should enforce the regulations flexible – not too strict.

5. When the officials experience stress, they should learn some way to cope with it. For example, they may exercise by walking, listening to the music or stop their work temporarily to get relaxed.

6. The superior should create a nice, unstressful atmosphere, but it must be at the controllable level. If the officials are too comfortable, they will be inert and inefficient.

7. The organization should measure the official's stress level periodically so that they will exercise nether stress – free nor too much stress.