

APPENDIX B

Questionnaire (in Thai)

แบบสอบถามเพื่อหาวิธีจัดการกับความเครียดจากการทำงานที่เกี่ยวข้องกับพนักงานของบริษัท แคนนอน

มาร์เก็ตติ้ง (ไทยแลนด์) จำกัด

แบบสอบถามชุดนี้ประกอบด้วยชุดคำถาม 3 ส่วนซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาโดยเอกเทศสำหรับนักศึกษา

ปริญญาโท สถาบันภาษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ข้อมูลของท่านที่ได้จากแบบสอบถามนี้จะถูกเก็บเป็น

ความลับ และมีวัตถุประสงค์ที่จะนำมาใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น ขอขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่งที่ท่านได้สละเวลาให้

ข้อมูลของท่านในแบบสอบถามนี้

ส่วนที่ 1 : ข้อมูลทั่วไป

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ในช่อง ☐ ที่ตรงกับข้อมูลของท่าน หรือเติมข้อมูลลงในช่องว่าง

1. เพศ

☐ ชาย

☐ หญิง

2. อายุ

☐ 20-30 ปี

☐ 31-40 ปี

☐ 41-50 ปี

3. อายุงานที่บริษัท แคนนอน มาร์เก็ตติ้ง (ไทยแลนด์) จำกัด

☐ 0-1 ปี

☐ 1-5 ปี

☐ 5-10 ปี

☐ 10 ปีขึ้นไป

4. ตำแหน่งงาน

.....

ส่วนที่ 2: การวัดระดับความเครียด

กรุณาอ่านข้อความต่อไปนี้และทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความรู้สึกหรือพฤติกรรมที่แสดงออก

ของท่านมากที่สุดเมื่อท่านต้องเผชิญกับความเครียด

ปัจจัยเนื่องมาจากผู้บังคับบัญชา	ระดับความเครียด			
	ไม่เคย	เล็กน้อย	ปานกลาง	รุนแรง
1. ไม่เชื่อใจในความสามารถในการทำงานของท่าน				
2. แบ่งงานไม่ยุติธรรม				
3. ไม่สอนงานหรือไม่แนะแนวทางในการทำงานให้ท่าน				
4. มีการบริหารจัดการ ให้คำปรึกษาน้อยหรือไม่เพียงพอ				
5. เลือกที่รักมากกว่า/พูดจาต่อเสียดในทางที่ไม่เหมาะสม				
6. ไม่เปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ				
7. ผู้บังคับบัญชาไม่เห็นผลงาน				
ปัจจัยเนื่องมาจากเพื่อนร่วมงานในหลายสายงาน				
8. ขาดการติดต่อประสานงาน				
9. มีการทำงานผิดพลาดเสมอๆและไม่เคยแก้ไข				
10. ท่านไม่พอใจเพื่อนร่วมงานในประเด็นเรื่องงาน				
11. เข้มงวดมากเกินไป (ต้องปฏิบัติตามระเบียบเป็นขั้นเป็นตอน)				
12. การจัดการ การวางแผนไม่ดีพอทำให้เกิดปัญหาค้างคา				
13. ไม่ได้ได้รับความร่วมมือเมื่อมีการสั่งงานด่วน				
14. ทักษะการสื่อสารไม่ดีพอ				

ส่วนที่ 3 (ต่อ)

อาการ พฤติกรรม หรือ ความรู้สึก	ความเครียดอันเกิดจาก											
	หัวหน้างาน				เพื่อนร่วมงาน				ลูกค้า			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
22. พุ่มเทให้กับการแก้ปัญหาโดยไม่ให้ความคิดหรือกิจกรรม อื่นๆมารบกวน												
23. มองหาข้อดีจากปัญหาที่เกิดขึ้น												
24. ปรึกษาคณะที่จะช่วยให้ฉันมองเห็นปัญหาได้ชัดเจน												
25. แสร้งทำเป็นไม่เคยมีปัญหาเกิดขึ้น												
26. ล้มเลิกความพยายามที่จะไปให้ถึงเป้าหมายที่วางไว้												
27. คิดถึงเรื่องอื่นที่ทำให้มีความสุขมากกว่าคิดถึงแต่ปัญหาที่ เกิดขึ้น												
28. ปรึกษานักคนอื่นเพื่อหาข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัญหาที่ เกิดขึ้น												
29. หยุดทำกิจกรรมอื่นๆเพื่อพุ่มเทให้กับการแก้ปัญหาอย่าง เต็มที่												
30. ขอมรับความจริงที่ว่าปัญหาเกิดขึ้นไปแล้ว												
31. ขอมรับว่าฉันไม่สามารถแก้ไขปัญหาคได้ และล้มเลิกการ แก้ไขปัญหา												
32. ขอคำแนะนำวิธีการแก้ไขปัญหจากบุคคลอื่น												
33. เรียนรู้ที่จะอยู่กับปัญหาที่เกิดขึ้น												

ข้อเสนอแนะอื่นๆ:

.....

.....