

## บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่อง “ความสมดุลของชีวิตและการทำงานของพนักงานในช่วงเตรียมการโภกัยสู่สุวรรณภูมิ” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบต่อความสมดุลของชีวิตและการทำงานความไม่สมดุล (Imbalance) ระหว่างชีวิตและการทำงาน และการปรับปรุงระบบงานและจัดสวัสดิการให้เกิดความสมดุลของชีวิตและการทำงานของพนักงานบริษัท ท่าอากาศยานไทย จำกัด (มหาชน) ในช่วงเตรียมการโภกัยสู่สุวรรณภูมิ เป็นการศึกษาวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นพนักงานบริษัท ท่าอากาศยานไทย จำกัด (มหาชน) ระดับ 2-8 ปฏิบัติงานใน 2 สายงาน ได้แก่ สายงานแผนงานและการเงินและสายงานเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร จำนวน 75 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลและใช้สถิติพรรณนาเพื่อบรยายลักษณะทั่วไปของกลุ่มประชากร และทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรโดยใช้ความแตกต่างของค่าร้อยละตั้งแต่ 0.05 ขึ้นไป

ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นหญิง อายุเฉลี่ย 33 ปี จบการศึกษาปริญญาตรี สถานภาพโสด ไม่มีผู้อยู่ในคุปการะ รายได้เฉลี่ยเดือนละ 30,227 บาท ตำแหน่งระดับ 3 ปฏิบัติงานมาแล้วเฉลี่ย 9 ปี ปฏิบัติงานในเวลาปกติ และไปปฏิบัติงานที่ท่าอากาศยานสุวรรณภูมิเป็นบางครั้ง กลุ่มตัวอย่างได้รับผลกระทบในภาพรวมของสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานในระดับปานกลาง แต่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ได้รับผลกระทบด้านความเป็นอยู่ของตนเองในระดับมาก และได้รับผลกระทบน้อย เรื่อง การปรับเลื่อนตำแหน่งและการพิจารณาความดีความชอบประจำปี กลุ่มตัวอย่างเกิดความไม่สมดุลระหว่างงานกับตนเอง ครอบครัวและสังคมในระดับมาก เนื่องจากใช้เวลาในการเดินทางมากขึ้น ค่าใช้จ่ายมากขึ้น เวลาส่วนตัวและเวลาพักผ่อนน้อยลง ด้วยเหตุนี้กลุ่มตัวอย่างจึงต้องการให้บริษัทปรับปรุงระบบงานและสวัสดิการในระดับมากเพื่อลดความไม่สมดุลที่เกิดขึ้น

ผลการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรปรากฏว่า ผู้ที่ไปปฏิบัติงานเป็นบางครั้งได้รับผลกระทบสูงกว่าผู้ที่ไปปฏิบัติงานเต็มเวลา กลุ่มตัวอย่างที่มีผู้อยู่ในคุปการะได้รับผลกระทบสูงกว่าผู้ที่ไม่มีผู้อยู่ในคุปการะ ผู้ที่อายุไม่เกิน 35 ปี ได้รับผลกระทบสูงกว่าผู้ที่อายุ 36 ปีขึ้นไป และหญิงได้รับผลกระทบสูงกว่าชาย

ข้อเสนอแนะจากการศึกษาในครั้งนี้ ได้แก่ บริษัทควรสนับสนุนให้เกิดสมดุลระหว่างชีวิตและการทำงานของพนักงานโดยจัดหารัฐบ-สง บ้านพักอาศัย เงินเพิ่มพิเศษ เพื่อให้พนักงานสามารถเดินทางไปปฏิบัติงานที่ท่าอากาศยานสุวรรณภูมิได้อย่างสะดวกสบายและไม่กระทบกับ

ค่าใช้จ่ายและเวลาที่เพิ่มขึ้น จัดสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ เพื่อให้เกิดสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ดีทั้งในและนอกสถานที่ทำงาน ศึกษาแนวทางการนำหลักความสมดุลของชีวิต และการทำงานมาใช้อย่างจริงจัง ปรับปรุงระบบงานต่าง ๆ ให้เหมาะสมและสอดคล้องกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป พิจารณาจัดสวัสดิการยืดหยุ่นเพื่อตอบสนองความต้องการของพนักงานแต่ละกลุ่มได้อย่างเหมาะสม ควรให้พนักงานมีส่วนร่วมปรับปรุงและเสนอแนะประเภทและรูปแบบสวัสดิการที่เหมาะสมกับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น พนักงานเองควรจัดสรรเวลาทำงานจัดลำดับความสำคัญของงาน รวมถึงบริการทางรือกับเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาเพื่อแบ่งเบาภาระงานซึ่งกันและกัน และขอความร่วมมือสมาชิกในครอบครัวเพื่อให้เข้าใจการเปลี่ยนแปลงครั้งนี้ และปรับตัวร่วมกัน

## Abstract

The study on “Work Life Balance of the Employees during the Preparation for Moving to Suvarnabhumi Airport” aims at exploring the impact of balance or imbalance of life and work of the employees of Airports of Thailand Public Company Limited during the period of preparation to move to Suvarnabhumi Airport. This is a survey research, having a sampling group of 75 levels 2-8 employees from 2 worklines namely Planning and Finance, and Information Technology and Communication. The instrument for data collection is questionnaire. Descriptive Statistics are used to report general characteristics of the population, and significant difference points used to determine variables relationship test are from 0.05 and over.

The study finds that the majority of the sampling group are females with an average age of 33, bachelor's degree graduates, single, do not have dependents, earn an average income of 30, 227 baht per month, belong to level 3 classification, and have been working for an average of 9 years. The sampling group both work at normal time and occasionally go to work at Suvarnabhumi Airport. Collectively their balance of life and work is affected at a moderate level, although most of them are highly affected by way of living and lowly affected by way of promotion or annual work evaluation. It is found that the sampling group is facing high imbalance between work and self, family, and also social environment since they have to spend more time commuting to work, plus the increase of expenditures and decrease of private time and leisure. Therefore, they require that the Company seriously improve work system and welfare to reduce their imbalance between work and life.

The test of variables relationship reveals that those who occasionally go to work at the new Airport are more affected by the move than those who work normally full-time; those with dependents are more affected than those without dependents; those who are within 35 years old are more affected than those who are 36 and older; and female employees are more affected than male employees.

Recommendations from the study include that the Company should support the employees' balance between life and work by providing them transportation, housing and additional payment to cover their daily travelling, increased expenditure, and time spending. The Company should also provide facilities for favorable work environment both inside and outside the workplace, study and effectively apply the principles of balancing life and work, and consider the provision of flexible welfare to appropriately serve the needs of individual groups of employees. On the employees' part, they should participate in suggesting types and models of welfare that are suitable for the changes occurred. The employees themselves should reorganize their work schedule, prioritize the importance of work, consult fellow employees and superiors on the sharing of responsibilities, and ask for the cooperation of family members to understand the change and make reasonable adjustment.