

บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่อง “เชาวน์อารมณ์ กับวิธีการเผชิญความเครียดของบุคลากร 5 สาขาอาชีพ : ทันตแพทย์ ดารา นักคอมพิวเตอร์ ครู และพนักงานขายประกัน” นี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงมิติเชาวน์อารมณ์ ระดับความเครียดในการทำงานจากปัจจัย 4 ด้าน และวิธีการเผชิญความเครียดของบุคลากร ทันตแพทย์ ดารา นักคอมพิวเตอร์ ครู และพนักงานขายประกัน ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเชาวน์อารมณ์กับความเครียดในการทำงาน และรูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในการทำงานจากปัจจัย 4 ด้าน กับวิธีการเผชิญความเครียดแบบต่างๆ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นบุคลากร ทันตแพทย์ 63 คน ดารา 61 คน นักคอมพิวเตอร์ 62 คน ครู 93 คน และพนักงานขายประกัน 76 คนในกรุงเทพมหานคร เครื่องมือในการศึกษาประกอบด้วยแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบวัดเชาวน์อารมณ์ ตามแนวคิดของโกลแมน(Goleman, 1999) แบบวัดความเครียดในการทำงานจากปัจจัย 4 ด้านตามแนวคิดของ Cooper และคณะ(Cooper et.al.,1976) และวิธีการเผชิญความเครียดตามแนวคิดของคาร์เวอร์ ไชเยอร์และไวน์ทรอป(Carver, Scheier and Weintraub , 1989) การวิเคราะห์ผลทำโดยคอมพิวเตอร์โปรแกรม SPSS for Window ได้ผลการวิจัยดังนี้

1. อาชีพที่ต่างกันจะมีมิติเชาวน์อารมณ์ต่างกัน และพบว่าดารามีมิติเชาวน์อารมณ์ด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ด้านการสร้างแรงจูงใจ ด้านการเข้าใจและรู้สึกร่วมกับผู้อื่น และด้านทักษะทางสังคมสูงกว่าอีก 4 อาชีพ ในขณะที่ครูมีมิติเชาวน์อารมณ์ด้านการจัดระเบียบอารมณ์ในตนเองสูงกว่าอีก 4 อาชีพ

2. อาชีพที่ต่างกันจะมี ระดับความเครียดในการทำงานจากปัจจัย 4 ด้านต่างกัน และพบว่า นักคอมพิวเตอร์มีความเครียดจากปัจจัยด้านลักษณะงาน และปัจจัยด้านความสำเร็จและความก้าวหน้าในอาชีพสูงกว่าอีก 4 อาชีพ ในขณะที่ดารามีความเครียดจากปัจจัยด้านสัมพันธภาพ และปัจจัยด้านโครงสร้างองค์การสูงกว่าอีก 4 อาชีพ

3. ทันตแพทย์ ดารา นักคอมพิวเตอร์ ครู และพนักงานขายประกัน ส่วนใหญ่มีวิธีการเผชิญความเครียดแบบมุ่งเน้นการแก้ปัญหาเป็นหลัก รองลงมาเป็นแบบมุ่งเน้นอารมณ์ที่สนับสนุนการแก้ปัญหา และลำดับสุดท้ายเป็นแบบมุ่งเน้นอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ปัญหา

4. เชาวน์อารมณ์โดยรวมของทันตแพทย์ ดารา นักคอมพิวเตอร์ ครู และพนักงานขายประกันไม่มีความสัมพันธ์ กับระดับความเครียดในการทำงาน

5. ความเครียดในการทำงานจากปัจจัย 4 ด้านของทันตแพทย์ ดารา ครู และพนักงานขายประกัน มีความสัมพันธ์กับวิธีการเผชิญความเครียด

ผลการวิจัยครั้งนี้ สามารถใช้เป็นแนวทางในการฝึกอบรมเพื่อพัฒนามติเชาวน์อารมณ์ของบุคลากรวิชาชีพ ทันตแพทย์ ดารา นักคอมพิวเตอร์ ครู และพนักงานขายประกัน และเป็นแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหที่เป็นสาเหตุของความเครียดในการทำงานของบุคลากรวิชาชีพดังกล่าวเพื่อนำไปสู่การแก้ไขหรือปรับปรุงให้เกิดวิธีการเผชิญความเครียดที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพต่อไป