

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
สารบัญตารางภาคผนวก	ช
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
1.3 คำนินยามศัพท์เฉพาะ	3
1.4 ขอบเขตการวิจัย	4
1.5 ข้อตกลงเบื้องต้น	5
1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	5
บทที่ 2 บรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
2.1 ความหมายและสาเหตุของความเครียด	6
2.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเครียด	16
2.3 ชนิดและระดับของความเครียด	17
2.4 ปัจจัยที่มีผลต่อระดับของความเครียด	19
2.5 ผลกระทบจากความเครียด	21
2.6 การปรับตัวและการป้องกันความเครียด	23
2.7 การประเมินความเครียด	31
2.8 ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	33

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	43
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	43
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	44
3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล	50
3.4 การวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผล	51
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	53
4.1 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล	53
4.2 ปัจจัยด้านการงาน	56
4.3 ระดับของความเครียด	61
4.4 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับปัจจัยส่วนบุคคล	63
4.5 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับปัจจัยด้านการงาน	70
4.6 วิธีการผ่อนคลายความเครียดของผู้ปฏิบัติงานคลัง	75
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	78
5.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	78
5.2 วิธีดำเนินการวิจัย	78
5.3 สรุปผลการวิจัย	79
5.4 อภิปรายผล	80
5.5 ข้อเสนอแนะ	89
บรรณานุกรม	92
ภาคผนวก	100
ประวัติผู้เขียน	120

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1	จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่าง เจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานคลัง มหาวิทยาลัยขอนแก่น	43
ตารางที่ 2	จำนวนและร้อยละของแบบสอบถามที่ส่งไปและได้รับกลับคืน	51
ตารางที่ 3	จำนวนและร้อยละของปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ปฏิบัติงานคลัง มหาวิทยาลัยขอนแก่น	54
ตารางที่ 4	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลความเกี่ยวกับ ปัจจัยด้านการงาน	56
ตารางที่ 5	จำนวนและร้อยละของผู้ปฏิบัติงานคลัง จำแนกตามระดับการรับรู้ ต่อความสำเร็จในงาน	57
ตารางที่ 6	จำนวนและร้อยละของผู้ปฏิบัติงานคลัง จำแนกตามระดับ สัมพันธภาพระหว่างผู้ปฏิบัติงาน	58
ตารางที่ 7	จำนวนและร้อยละของผู้ปฏิบัติงานคลัง จำแนกตามการรับรู้ ด้านลักษณะงานที่รับผิดชอบ	59
ตารางที่ 8	จำนวนและร้อยละของผู้ปฏิบัติงานคลัง จำแนกตามการรับรู้ ต่อความสามารถในการทำงานของตนเอง	60
ตารางที่ 9	จำนวนและร้อยละของผู้ปฏิบัติงานคลัง จำแนกตามการรับรู้ ต่อระบบบริหาร	61
ตารางที่ 10	จำนวนและร้อยละของผู้ปฏิบัติงานคลัง ที่เผชิญกับความเครียด จำแนกตามระดับของความเครียด	62
ตารางที่ 11	เปรียบเทียบระดับความเครียดกับปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตามเพศ	63
ตารางที่ 12	เปรียบเทียบระดับความเครียดกับปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตามอายุ	64

สารบัญตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 13 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตามตำแหน่งหน้าที่ในการทำงาน	65
ตารางที่ 14 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตามระยะเวลาการทำงานในมหาวิทยาลัย	66
ตารางที่ 15 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตามระดับการศึกษา	67
ตารางที่ 16 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตามสถานภาพการสมรส	68
ตารางที่ 17 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับปัจจัยส่วนบุคคล จำแนกตามหน่วยงานที่ปฏิบัติ	69
ตารางที่ 18 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับการรับรู้ต่อความสำเร็จในงาน	70
ตารางที่ 19 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับการรับรู้ด้านสัมพันธภาพระหว่าง ผู้ปฏิบัติงาน	71
ตารางที่ 20 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับการรับรู้ด้านลักษณะงานที่รับผิดชอบ	72
ตารางที่ 21 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับการรับรู้ต่อความสามารถในการทำงาน	73
ตารางที่ 22 เปรียบเทียบระดับความเครียดกับการรับรู้ต่อระบบบริหาร	74
ตารางที่ 23 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการแปลความ วิธีผ่อนคลายความเครียดของผู้ปฏิบัติงานคลัง	75

สารบัญตารางภาคผนวก

		หน้า
ตารางภาคผนวกที่ 1	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลความ เกี่ยวกับการรับรู้ต่อความสำเร็จของงาน	102
ตารางภาคผนวกที่ 2	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลความ สัมพันธภาพระหว่างผู้ปฏิบัติงาน	103
ตารางภาคผนวกที่ 3	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลความ การรับรู้ด้านลักษณะงานที่รับผิดชอบ	104
ตารางภาคผนวกที่ 4	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลความ การรับรู้ต่อความสามารถในการทำงานของตนเอง	105
ตารางภาคผนวกที่ 5	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลความ การรับรู้ต่อระบบบริหาร	106
ตารางภาคผนวกที่ 6	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและการแปลความ ระดับความเครียดของผู้ปฏิบัติงานคลัง	108