

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญแผนภูมิ	ฎ
บทที่ 1 บทนำ	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ประโยชน์ที่ได้รับจากวิจัย	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
ความเครียดและความหมายของความเครียด	7
แนวคิด ทฤษฎีที่เกี่ยวกับความเครียด	10
สาเหตุของความเครียด	14
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียด	25
ผลกระทบของความเครียด	28
ระดับความเครียด	32
การประเมินความเครียด	34
การปฏิรูปการศึกษา	35
ความจำเป็นที่ต้องมีการปฏิรูปการศึกษา	35
การพัฒนา ครู คณาจารย์ และบุคลากรทางการศึกษา	36
ใบอนุญาตประกอบวิชาชีพครู	41
การประกันคุณภาพการศึกษา	43
การปฏิรูปการเรียนรู้ ผู้เรียนสำคัญที่สุด	46

สารบาญ (ต่อ)

	หน้า
การวิจัยในชั้นเรียน	51
การปฏิรูปการศึกษาของกรมสามัญศึกษา	53
การศึกษาเกี่ยวกับความเครียดของครู	73
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของครูในประเทศ	75
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของครูในต่างประเทศ	78
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	80
กรอบแนวคิดในการวิจัย	87
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	88
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	89
การเก็บรวบรวมข้อมูล	91
การวิเคราะห์ข้อมูล	91
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	93
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการวิจัย	125
อภิปรายผลการวิจัย	128
ข้อเสนอแนะ	139
บรรณานุกรม	141
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญ	150
ภาคผนวก ข หนังสือขอความร่วมมือ	151
ภาคผนวก ค เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	155
ภาคผนวก ง ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม	164
ประวัติผู้เขียน	168

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 สาเหตุความเครียดในการทำงาน	23
2 ผลการประเมินคุณภาพของโรงเรียนในแต่ละสหวิทยาเขต	59
3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล	94
4 ค่าร้อยละ และ ระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง	97
5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ ระดับของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยทั่วไป	98
6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ ระดับของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษา	99
7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ ระดับของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยทั่วไป และ ปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามเพศ	100
8 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยทั่วไป และ ปัจจัยด้านการปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามอายุ	101
9 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยทั่วไป และ ปัจจัยด้านการปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามอายุราชการ	102
10 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยทั่วไป และ ปัจจัยด้านการปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามสถานภาพสมรส	103
11 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยทั่วไป และ ปัจจัยด้านการปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามระดับการศึกษา	104
12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยทั่วไป และ ปัจจัยด้านการปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามรายได้ต่อเดือน	105
13 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยทั่วไป และ ปัจจัยด้านการปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามสถานะทางการเงิน	106
14 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดด้านปัจจัยทั่วไป กับระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง	107

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
15 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อความเครียด ด้านการปฏิรูปการศึกษา กับระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง	108
16 เปรียบเทียบความแตกต่างของผลที่มีต่อความเครียดของ ปัจจัยทั่วไปและปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามเพศ	109
17 เปรียบเทียบความแตกต่างของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยทั่วไป และปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามอายุ	110
18 เปรียบเทียบความแตกต่างของผลที่มีต่อความเครียดของ ปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษาเป็นรายคู่ (ค่า t) จำแนกตามอายุ	111
19 เปรียบเทียบความแตกต่างของผลที่มีต่อความเครียดของ ปัจจัยทั่วไปและปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามอายุราชการ	112
20 เปรียบเทียบความแตกต่างของผลที่มีต่อความเครียดของ ปัจจัยทั่วไปและปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามสถานภาพสมรส	113
21 เปรียบเทียบความแตกต่างของผลที่มีต่อความเครียดของ ปัจจัยทั่วไปและปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามระดับการศึกษา	114
22 เปรียบเทียบความแตกต่างของผลที่มีต่อความเครียดของ ปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษาเป็นรายคู่ (ค่า t) จำแนกตามระดับการศึกษา	115
23 เปรียบเทียบความแตกต่างของผลที่มีต่อความเครียดของ ปัจจัยทั่วไปและปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษา จำแนกตามสถานะทางการเงิน	116
24 เปรียบเทียบความแตกต่างของผลที่มีต่อความเครียดของปัจจัยทั่วไป เป็นรายคู่ (ค่า t) จำแนกสถานะทางการเงิน	117
25 เปรียบเทียบความแตกต่างของผลที่มีต่อความเครียดของ ปัจจัยด้านปฏิรูปการศึกษาเป็นรายคู่ (ค่า t) จำแนกสถานะทางการเงิน	118
26 จำนวนและร้อยละของความคิดเห็น สาเหตุที่ทำให้ครูเกิดอาการเครียด	119
27 จำนวนและร้อยละของความคิดเห็น วิธีแก้ไขอาการเครียดของครู	120
28 จำนวนและร้อยละของความคิดเห็น ต่อความต้องการให้หน่วยงานช่วยแก้ไข ความเครียด	121
29 จำนวนและร้อยละของความคิดเห็นและข้อเสนอแนะด้านการปฏิรูปการศึกษา	122

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิ	หน้า
1 แบบจำลองพฤติกรรมความเครียด	10
2 ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดและโรคที่เกิดขึ้น	11
3 จุดที่มีความเครียดที่เหมาะสม	12
4 ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับประสิทธิภาพการทำงาน	31
5 พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติมุ่งสู่แนวทางการศึกษาผู้เรียนสำคัญที่สุด	46
6 ความสัมพันธ์ของการปฏิรูปการศึกษาของกรมสามัญศึกษา	72
7 กรอบแนวคิดในการวิจัย	87