

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ค
กิตติกรรมประกาศ	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ซ
สารบัญภาพ	ฅ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 หลักการและเหตุผล	1
1.2 วัตถุประสงค์ของการวิจัย	6
1.3 สมมติฐานของการวิจัย	6
1.4 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย	6
1.5 ขอบเขตของการวิจัย	7
1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการจากการวิจัย	7
บทที่ 2 บรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	8
2.1 ความหมายของความเครียด	8
2.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับความเครียด	10
2.3 สาเหตุของความเครียด	12
2.4 ระดับของความเครียด	14
2.5 ปัจจัยที่มีผลต่อระดับความเครียด	15
2.6 กลไกการปรับตัวต่อความเครียด	15
2.7 อาการของความเครียด	16
2.8 ผลของความเครียดที่มีต่อมนุษย์	17
2.9 วิธีผ่อนคลายความเครียดในชีวิตประจำวัน	20

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2.10 แนวความคิดเกี่ยวกับหน้าที่และความรับผิดชอบของตำรวจไทย	21
2.11 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	29
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	34
3.1 ประชากร	34
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	34
3.3 เกณฑ์การให้คะแนน	35
3.4 เกณฑ์การประเมินระดับความเครียด	35
3.5 การหาคุณภาพของแบบทดสอบ	35
3.6 การเก็บรวบรวมข้อมูล	36
3.7 การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	36
บทที่ 4 ผลการวิจัยและอภิปรายผล	37
4.1 ผลการวิจัย	38
4.2 อภิปรายผล	48
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ	53
5.1 สรุปผลการวิจัย	53
5.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัย	54
บรรณานุกรม	56
ภาคผนวก	61
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	62
ประวัติผู้เขียน	68

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1 สถิติการเกิดคดีอาญาในเขตพื้นที่อำเภอเมืองขอนแก่น	3
ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพส่วนตัว ทั้ง 6 ด้าน	38
ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย($\bar{X}$) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน(S.D.) ของระดับความ เครียดจำแนกตามองค์ประกอบทั้ง 4 ด้าน	41
ตารางที่ 4 เปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดระหว่างตำรวจ สายตรวจที่ลักษณะการปฏิบัติหน้าที่แตกต่างกัน	42
ตารางที่ 5 เปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดระหว่างตำรวจ สายตรวจที่มีอายุราชการแตกต่างกัน	43
ตารางที่ 6 เปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดระหว่างตำรวจ สายตรวจที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน	44
ตารางที่ 7 เปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดระหว่างตำรวจ สายตรวจที่มีรายได้แตกต่างกัน	45
ตารางที่ 8 เปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดระหว่างตำรวจ สายตรวจที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน	46
ตารางที่ 9 เปรียบเทียบความแตกต่างระดับความเครียดระหว่างตำรวจ สายตรวจที่มีลักษณะที่พิกอาศัยแตกต่างกัน	47

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 โครงสร้างสถานีตำรวจภูธรอำเภอเมืองขอนแก่น	4
ภาพที่ 2 สาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียด	12
ภาพที่ 3 แสดงอาการปรับตัวต่อความเครียด	16
ภาพที่ 4 การเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาเมื่อเกิดความเครียด	19