

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์

มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์

Factors Affecting the Stress in Work Performance of Instructors in

Princess of Naradhiwas University

กัญนิษฐ์ แซ่ว่อง¹ ลัดดาวรรณ ณ ระนอง²

Kunyanid Saewong¹ Laddawan Na Ranon²

¹ นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต แขนงวิชาการแนะแนวและการปรึกษาเชิงจิต มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

² รองศาสตราจารย์ ดร. ประจำสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ (2) ศึกษาระดับภาวะความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ (3) เปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล และ (4) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นอาจารย์ผู้สอนในมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ประจำปีการศึกษา 2556 ได้มาโดยการสุ่มอย่างง่าย จำนวน 175 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ การทดสอบค่าที สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว และวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของกลุ่มเป็นรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ

ผลการวิจัยพบว่า (1) ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ทุกด้านอยู่ในระดับปานกลาง (2) อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ มีภาวะความเครียดในการปฏิบัติงานอยู่ในระดับน้อย (3) ปัจจัยด้านเพศ อายุ สถานภาพการสมรส รายได้ต่อเดือน ตำแหน่งทางวิชาการ สถานภาพภายในสถานศึกษา อายุงานสอน ส่งผลต่อความเครียดไม่แตกต่างกัน ส่วนปัจจัยด้านระดับการศึกษา สังกัดหน่วยงาน ระดับชั้นที่สอน จำนวนรายวิชาที่สอน และจำนวนชั่วโมงสอน/สัปดาห์ ส่งผลต่อความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ (4) ปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบ มีความสัมพันธ์กันในทิศทางบวกกับปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสัมพันธ์กับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน สัมพันธ์กันในทิศทางบวก กับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

คำสำคัญ ความเครียดในการปฏิบัติงาน อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์

Abstract

The objectives of this research were to (1) explore factors affecting stress in work performance of instructors in Princess of Naradhiwas University (2) explore the level of stress in work performance of instructors in Princess of Naradhiwas University (3) compare the factors affecting stress in work performance of instructors in Princess of Naradhiwas University as specified by personal factors (4) investigate the correlation of factors affecting stress in work performance of instructors in Princess of Naradhiwas University.

The sample of this study comprised 175 instructors in Princess of Naradhiwas University in the academic year 2013, selected by simple random sampling method. The instrument used was a questionnaire on factors affecting stress in work performance of the instructors in Princess of Naradhiwas University . The data were analyzed by means of t-test, Pearson's Correlation Coefficient, One-way ANOVA and Scheffe's.

The results of the study showed that (1) all of the factors affected stress in work performance of instructors in Princess of Naradhiwas University at the moderate level (2) instructors in Princess of Naradhiwas University had a low level of stress in working. (3) factors concerning gender, age, marital status, salary, academic position, personal status, and years of teaching had no different impact on stress in work performance, whereas factors including level of education, work department, level of teaching, number of teaching courses, and workload affected stress at the .05 level of statistical significance, and (4) factors concerning responsibility had positive correlation with factors on relationship with boss and colleagues, and factors on inside and outside environment at the .05, and .01 level of statistical significance respectively. Also, factors on relationship with boss and colleagues had positive correlation with factors on inside and outside environment at the .01 level of significance

Keywords: Stress in work performance , Instructors in princess of Naradhiwas University

บทนำ

ความเครียดจากการปฏิบัติงานมีสาเหตุมาจากหลายๆ ประการ และอาจแตกต่างกันในแต่ละบุคคล เพราะบทบาทของแต่ละอาชีพแตกต่างกัน สำหรับอาชีพครู สังคมมีความคาดหวังว่าครูคือแบบอย่างที่ดีของศิษย์ ต้องใฝ่รู้ใฝ่เรียน พัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่องในด้านวิชาชีพ ควรมีบุคลิกภาพดี มีวิสัยทัศน์กว้างไกล ทนต่อเหตุการณ์การเปลี่ยนแปลงของสังคม และความก้าวหน้าทางวิชาการ ตลอดจนเทคโนโลยี ต่าง ๆ ทั้งยังต้องประพฤติตนให้เหมาะสมกับธรรมชาติของอาชีพ (ธีรศักดิ์ อัครบวร 2544, น. 63) จากความคาดหวังของบุคคลอื่นที่ต้องให้ครูมีบทบาทตามที่ต้องการ ซึ่งบางเรื่องเป็นสิ่งที่ยากแก่การปฏิบัติ เพราะสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา เช่นทัศนคติในเรื่องต่างๆ ที่มีต่อบทบาทของครูก็เปลี่ยนไป ดังที่ ทราเวอร์ และคูเปอร์ (Travers and Cooper 1996, p.7 อ้างถึงใน ทศพล บุญธรรม, 2547) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความเครียดของครู และกล่าวไว้ว่า สาเหตุที่ทำให้ครูเกิดความเครียดได้แก่ การเปลี่ยนแปลงบทบาทของครู และบทบาทของบุคคลแบบเก่าในกระบวนการบูรณาการทางสังคม ความขัดแย้งในบทบาทของครูที่มีเพิ่มมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงด้านเจตคติของสังคมที่มีต่อครู ความไม่ชัดเจนเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของระบบการศึกษา การแสวงหาความรู้เพิ่มเติม และความเสื่อมด้านภาพลักษณ์ของครู สิ่งเหล่านี้เป็นลักษณะของบทบาทที่คนคาดหวังว่าครูควรสำรวจตนเอง และปรับตนเองตามสิ่งที่สังคมต้องการ นอกจากนี้แล้วความคาดหวังที่อยากให้ครูผู้สอนมีคุณสมบัติในเรื่องอื่นๆ เช่น ใจดี สอนเก่ง เป็นคนดี เอาใจใส่นักเรียน ว่ากล่าวตักเตือนเมื่อเด็กทำผิด และให้โอกาสแก่ตัว รวมถึงการตกแต่งชั้นเรียนให้สวยงามน่าอยู่ สอนมีคุณภาพ มีการเตรียมการสอน มีการใช้สื่อการสอน บรรยากาศในการจัดการเรียนดี มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างครูกับนักเรียนดี มุ่งสอนให้เกิดความรู้ ความคิด เป็นต้น (กระทรวงศึกษาธิการ, 2541, น. 98 – 108)

จากปัญหาดังกล่าวส่วนมีส่วนทำให้อาจารย์ผู้สอนเกิดความเครียดไม่มากนักน้อยด้วยกันทั้งสิ้น หากไม่ได้รับการเยียวยาแก้ไข เพื่อหาทางออกที่ถูกต้องและเหมาะสม ในระยะยาวอาจส่งผลกระทบต่อทัศนคติ พฤติกรรม รวมถึงคุณภาพและประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานของอาจารย์ผู้สอน ส่งผลเสียต่อสังคม เศรษฐกิจ และประเทศชาติในที่สุด

ดังนั้นผู้วิจัยในฐานะบุคลากรของมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ และปฏิบัติงานในหน้าที่ ที่เกี่ยวข้องกับอาจารย์ผู้สอน ทำให้ผู้วิจัยสนใจและต้องการศึกษาหาปัจจัยสาเหตุแห่งความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ เพื่อใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการวางแผนหาแนวทางหลีกเลี่ยงสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ และเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานของอาจารย์ผู้สอนในอนาคตต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์
2. เพื่อศึกษาระดับภาวะความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์
3. เพื่อเปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาส

ราชนครินทร์ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ประชากรสำหรับการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ อาจารย์ผู้สอนในมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ประจำปีการศึกษา 2556 จำนวนทั้งสิ้น 310 คน กลุ่มตัวอย่างจำนวน 175 คน โดยใช้วิธีสุ่มกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย โดยใช้ตารางขนาดกลุ่มตัวอย่างของทาโร ยามาเน่ เท่ากับจำนวน 175 คน ที่ระดับความเชื่อมั่น 95%

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบสอบถาม ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี วรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับประเด็นที่ต้องศึกษา จำนวน 1 ฉบับ โดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ ตอนที่ 1 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน สังกัดหน่วยงานภายในมหาวิทยาลัย สถานภาพภายในมหาวิทยาลัย ตำแหน่งทางวิชาการ อายุงานการเป็นอาจารย์ ระดับชั้นที่สอน จำนวนรายวิชาที่สอน และจำนวนชั่วโมงสอน/สัปดาห์ จำนวน 12 ข้อ ตอนที่ 2 ปัจจัยความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้ตอบแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ 2.1) ด้านภาระงานที่รับผิดชอบ มีข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ 2.2) ด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน มีข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ และ 2.3) ด้านสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก มีข้อคำถามจำนวน 17 ข้อ ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับภาวะความเครียดในการปฏิบัติงาน มีข้อคำถามจำนวน 38 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามทั้ง 3 ตอน มีค่าความเที่ยงของแบบสอบถามทั้งฉบับ เท่ากับ .91

การวิเคราะห์ข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของอาจารย์ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน สังกัดหน่วยงานภายในมหาวิทยาลัย สถานภาพภายในมหาวิทยาลัย ตำแหน่งทางวิชาการ อายุงานการเป็นอาจารย์ ระดับชั้นที่สอน จำนวนรายวิชาที่สอน และจำนวนชั่วโมงสอน/สัปดาห์ โดยใช้สถิติเชิงพรรณนาการแจกแจงความถี่ (Frequency) และร้อยละ (Percentage) วิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติด้านภาระงานที่รับผิดชอบ สัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน สิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก และภาวะความเครียดจากการปฏิบัติงาน โดยค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) วิเคราะห์เปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์ ตามปัจจัยส่วนบุคคล โดยใช้การทดสอบค่าที (t-test) สำหรับตัวอย่าง 2 กลุ่ม และการทดสอบค่าเอฟ (F-test) สำหรับตัวอย่างมากกว่า 2 กลุ่มขึ้นไป หากพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่โดยใช้วิธีของเชฟเฟ (Scheffe) และวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์ ด้านภาระงานที่รับผิดชอบ ด้านความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน และด้านสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก โดยใช้การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient)

สรุปผลการวิจัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัย ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ สรุปได้ดังนี้

1. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานด้านภาระงานที่รับผิดชอบ พบว่า อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ มีภาระงานที่รับผิดชอบอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 3.24$) ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน พบว่า อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ มีสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.52$) ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานด้านสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก พบว่า อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ มีสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.65$)

2. ระดับภาวะความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์

ระดับภาวะความเครียดในการปฏิบัติงาน พบว่า อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ มีภาวะความเครียดในการปฏิบัติงานอยู่ในระดับน้อย ($\bar{x} = 2.27$)

3. การเปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดจากการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

ปัจจัยด้านเพศ อายุ สถานภาพการสมรส รายได้ต่อเดือน ตำแหน่งทางวิชาการ สถานภาพภายในสถานศึกษา อายุงานสอน ส่งผลต่อความเครียดไม่แตกต่างกัน ส่วนปัจจัยด้านระดับการศึกษา สังกัดหน่วยงาน ระดับชั้นที่สอน จำนวนรายวิชาที่สอน และจำนวนชั่วโมงสอน/สัปดาห์ ส่งผลต่อความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์

ปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบ มีความสัมพันธ์กันในทิศทางบวกกับปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสัมพันธ์กับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน มีความสัมพันธ์กันในทิศทางบวก กับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

อภิปรายผล

จากการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ มีประเด็นที่สามารถนำมาอภิปรายผล ดังนี้

1. ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยด้านภาระงานที่รับผิดชอบ ปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน

และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 2.80$) และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้านโดยเรียงลำดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย พบว่า ด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบ ($\bar{x} = 3.24$) อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมา คือ ด้านสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก ($\bar{x} = 2.65$) อยู่ในระดับปานกลาง และด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน ($\bar{x} = 2.52$) อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ เพิ่งก่อตั้งทำให้ยังขาดงบประมาณในการว่าจ้างบุคลากรเพิ่ม จึงทำให้อาจารย์แต่ละท่านต้องมีภาระงานเพิ่ม เพื่อให้เพียงพอกับภาระงานในปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นงานสอน งานโครงการตามนโยบายของมหาวิทยาลัย และงานการประกันคุณภาพการศึกษา ปัจจัยเหล่านี้เป็นปัจจัยที่มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเจษฎา คุ้มมมมาก (2555) ศึกษาเรื่อง ความเครียดในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยของรัฐ พบว่า ด้านการประกันคุณภาพการศึกษา อาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐมีความคิดเห็นพ้องต้องกันว่าการประกันคุณภาพการศึกษามีส่วนทำให้ภาระงานที่ต้องรับผิดชอบเพิ่มมากขึ้นและมีความยุ่งยากมากขึ้น อีกทั้งการรับรองจาก สมศ. ยังมีส่วนสร้างความกดดันแก่อาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐด้วย แต่ถึงอย่างนั้น อาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐก็จำเป็นต้องปฏิบัติตามตัวชี้วัดของ สมศ. และ/หรือ ก.พ.ร. ที่กำหนดขึ้นอย่างเลี่ยงไม่ได้ จะเห็นได้ว่าการประกันคุณภาพการศึกษาเป็นปัจจัยอันดับแรกที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐในปัจจุบัน

2. ระดับภาวะความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ จากผลการวิจัยพบว่า อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ มีภาวะความเครียดในการปฏิบัติงานอยู่ในระดับน้อย ($\bar{x} = 2.27$) นั้นแสดงให้เห็นว่าอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ มีภาวะจิตใจที่เข้มแข็ง มองโลกในแง่ดี ถึงจะมีภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบมาก และมีปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อมเกี่ยวกับสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ก็ตาม ดังเช่นผลสำรวจในข้อที่ว่า ท่านกังวลใจที่ไม่สามารถปฏิบัติงานตามความคาดหวังของผู้บังคับบัญชา ($\bar{x} = 2.75$) รองลงมาคือข้อ ท่านรู้สึกเหนื่อยและท้อที่ต้องแบกภาระงานมากจนไม่สามารถทำงานในแต่ละวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ ($\bar{x} = 2.73$) เมื่อมองในอีกแง่มุมก็จะพบว่าความเครียดจากปัจจัยเหล่านี้เป็นเรื่องดี เพราะเป็นกระตุ้นให้อาจารย์เกิดความมุ่งมั่นในการต่อสู้กับอุปสรรคต่าง ๆ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ มิลเลอร์ และคีน (Miller and Keane, 1972, pp.915-916) กล่าวว่า iva เมื่อบุคคลเผชิญกับเหตุการณ์ที่เป็นสิ่งเร้าซึ่งมีทั้งด้านบวกและด้านลบ ทำให้เกิดสภาวะที่ทางร่างกายและจิตใจต้องการตอบสนอง หรือตื่นตัวต่อสิ่งเร้าที่จู่โจมเข้ามา หรือตอบสนองต่อเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่ง ซึ่งทำให้ร่างกายเกิดการปรับตัวเพื่อเตรียมรับกับความกดดันต่างๆ รวมทั้งอาจเป็นสถานการณ์ที่ถูกเงินหรือเป็นอันตรายก็ได้ หากเกิดภาวะความเครียดขึ้นและบุคคลสามารถปรับตัวได้ หรือได้รับการแก้ไขก็จะมีโอกาสและทำให้เกิดการผ่อนคลาย แต่หากไม่สามารถปรับตัวหรือไม่สามารถแก้ไขได้ก็จะทำให้เกิดปัญหาขึ้นได้ เช่น ความวิตกกังวล ซึมเศร้า เป็นต้น

3. เปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล

1) จำแนกตามเพศ อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ที่มีเพศแตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากอาจารย์ในมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ บุคลากรในการสอนยังไม่เพียงพอต่อความต้องการของปริมาณงานในปัจจุบัน จึงทำให้ไม่ว่าจะเป็น

อาจารย์เพศชาย หรืออาจารย์เพศหญิง ทุกคนล้วนต่างก็มีภาระหน้าที่ในการสอน และหน้าที่พิเศษพอๆ กัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ อดิษฐสัย สิริวิปลั (2546) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของข้าราชการครู อาจารย์ในสถานศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร เขตยานนาวา พบว่าครูที่มีเพศแตกต่างกันมีความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อธิบายได้ว่า การทำงานของครู ไม่ว่าจะเพศหญิงหรือเพศชาย จะได้รับมอบหมายงานไม่แตกต่างกัน และเป็นไปตามที่ได้กำหนดไว้ในเกณฑ์มาตรฐานตำแหน่งข้าราชการครู ทั้งในด้านหน้าที่ความรับผิดชอบ ลักษณะงานที่ปฏิบัติ เช่น การสอนตามหลักสูตร การให้บริการทางการศึกษา ศึกษาค้นคว้าหาความรู้ การปกครองดูแลความประพฤติ การรักษาวินัย ดูแลการศึกษาเล่าเรียนของนักเรียน รวมถึงการร่วมรับผิดชอบงาน โครงการอื่น ๆ และกิจกรรมในโรงเรียนก็เป็นในลักษณะเดียวกัน ซึ่งทั้งเพศหญิงและเพศชายจะได้รับมอบหมายงานอย่างเท่าเทียมกัน เหมาะสมกับความรู้ ความสามารถ ความถนัด ตรงตามสาขาที่จบการศึกษามา และมีการแบ่งงานกันอย่างยุติธรรมจึงทำให้ครูปฏิบัติงานด้วยความสบายใจ

2) จำแนกตามอายุ อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ที่มีอายุแตกต่างกันมีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากอาจารย์ในมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ส่วนใหญ่ยังยึดติดอยู่กับระบบการทำงานแบบอาชีวศึกษา และประกอบกับมหาวิทยาลัย ยังเป็นมหาวิทยาลัยน้องใหม่ที่มีจำนวนอาจารย์น้อย อาจารย์ส่วนใหญ่รู้จักกันเป็นอย่างดี จึงทำให้อาจารย์ที่มีอายุน้อย ให้เกียรติและเคารพเชื่อฟังอาจารย์ที่มีอายุมากกว่า มีลักษณะการทำงานแบบพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกัน อาจารย์ที่มีอายุน้อยยังต้องการคำปรึกษา แนะนำ จากอาจารย์ที่มีอายุมากกว่า จึงทำให้อาจารย์ที่อายุแตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิธิมา ช่วยเพ็ง (2547) ศึกษาเรื่อง ความกดดันและความเครียดของข้าราชการครู ใน อ.ตะกั่วป่า จ.พังงา พบว่า อายุไม่มีความสัมพันธ์ต่อระดับความกดดันของข้าราชการครู ซึ่งไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ผู้วิจัยได้ตั้งไว้ และได้อธิบายไว้ว่า อาจเนื่องมาจากว่า ข้าราชการครูในปัจจุบันอายุเริ่มต้นของการทำงานสามารถทำหน้าที่ของการสอนหรือ หน้าที่นอกเหนือจากการสอน สามารถทำได้เหมือนกันในทุกๆ ระดับอายุ และหน้าที่ที่ได้รับอยู่ส่วนใหญ่ก็เป็นหน้าที่เดิมๆ ซ้ำๆ เป็นเวลาหลายๆ ปี และระบบการทำงานของข้าราชการครูยังเป็นแบบสมัยเดิมคือไม่ค่อยมีความกระตือรือร้น การพัฒนาเป็นไปอย่างช้าๆ ประกอบกับระดับอายุของผู้ตอบสอบส่วนใหญ่ในงานวิจัยครั้งนี้จะอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 41-50 ปี จึงอาจเป็นไปได้ว่าข้าราชการครูส่วนใหญ่จะเห็นว่าตนเองประกอบอาชีพข้าราชการครูเป็นระยะเวลาอันแล้ว หน้าที่ที่ได้รับก็เป็นเหมือนเดิมอยู่เป็นประจำ จึงมีความชำนาญในหน้าที่ที่ได้รับ

3) จำแนกตามสภาพการสมรส อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ที่มีสถานภาพการสมรสที่แตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์ไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากอาจารย์เป็นประชาชนในพื้นที่จังหวัดนราธิวาส ส่วนใหญ่จะยึดถือวัฒนธรรม ประเพณี ศาสนา อยู่แบบครอบครัวใหญ่ ไม่ว่าจะอาจารย์จะมีสถานภาพสมรส โสด หรือ หม้าย มักจะได้รับแรงสนับสนุนทั้งร่างกาย และแรงใจ จากบุคคลในครอบครัวเป็นอย่างดี เพราะฉะนั้นสถานภาพการสมรส จึงไม่ได้เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ทศพล บุญธรรม (2547) ศึกษาเรื่อง ภาวะความเครียดจากการทำงานของครูระดับมัธยมศึกษา ในเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 1 พบว่า อาจารย์ที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีภาวะความเครียดจากการทำงานไม่แตกต่างกัน

4) จำแนกตามระดับการศึกษา อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากอาจารย์ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี ปริญญาโท ส่วนใหญ่อยู่ระหว่างกำลังศึกษาต่อเพื่อเพิ่มคุณวุฒิการศึกษาของตนเองให้สูงขึ้น ส่วนใหญ่แล้วจะศึกษาต่อภาคนอกเวลาราชการ แต่ในขณะเดียวกันต้องปฏิบัติงานตามภาระหน้าที่รับผิดชอบทั้งงานสอน งานวิจัย งานโครงการตามนโยบายของมหาวิทยาลัย ปัจจัยเหล่านี้ล้วนส่งผลให้อาจารย์มีภาวะความเครียดในการปฏิบัติงานได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภวรรณ กรเพ็ชร์ (2550) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของพนักงานลูกค้าสัมพันธ์ ทัศนศึกษา บริษัทด้านโทรคมนาคมแห่งหนึ่ง พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลของพนักงานลูกค้าสัมพันธ์ที่มีลักษณะส่วนบุคคลแตกต่างกัน ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน ตำแหน่งหน้าที่ความรับผิดชอบในปัจจุบัน รายได้ภาระหนี้สิน และสถานภาพทางเศรษฐกิจโดยรวมที่แตกต่างกัน จะมีความเครียดที่มีสาเหตุมาจากปัจจัยส่วนบุคคลในการทำงานไม่แตกต่างกัน

5) จำแนกตามการศึกษาต่อเพื่อเพิ่มพูนวุฒิการศึกษา อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ที่มีการศึกษาต่อเพื่อเพิ่มพูนวุฒิการศึกษา มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ มีนโยบายส่งเสริมให้อาจารย์ศึกษาต่อเพื่อเพิ่มพูนวุฒิการศึกษาในระดับที่สูงขึ้น การมอบหมายงานในหน้าที่พิเศษ หรืองาน โครงการตามนโยบายของมหาวิทยาลัยการมอบหมายงานในหน้าที่ดังกล่าวก็จะลดน้อยลง เพื่อให้อาจารย์ได้มีเวลาในการศึกษาต่อ หน้าที่หลักๆ จึงอยู่ที่อาจารย์ ที่ไม่ได้ศึกษาต่อ จึงทำให้อาจารย์ที่ไม่ได้ศึกษาต่อมีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกันกับอาจารย์ที่ศึกษาต่อเพื่อเพิ่มพูนวุฒิการศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ วอลเลซ (Wallace 1979, pp. 457-458, อ้างถึงใน ประพันธ์ แพ้มคลองหอม 2540, น. 28-29) ที่กล่าวว่าสาเหตุของความเครียดแบ่งออกเป็น 2 สาเหตุ คือ 1) สาเหตุภายใน เป็นความเครียดที่เกิดจากตัวบุคคลนั่นเอง 2) สาเหตุภายนอก ส่วนใหญ่เป็นความเครียดที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมทางสังคมสัมพันธ์ภาพระหว่างบุคคล แบ่งออกเป็น สาเหตุในครอบครัว เช่น การตั้งครรภ์ การไม่ปรองดองกันของบุคคลในครอบครัว การทะเลาะเบาะแว้ง การอิจฉา การเสียชีวิตของบุคคลในครอบครัว และสาเหตุเกิดจากสังคมภายนอก เช่น การไม่ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน การเลื่อนตำแหน่ง การศึกษาต่อ การเข้าทำงานใหม่ การเปลี่ยนนิสัยการนอน เพราะต้องทำงานกลางคืน การเปลี่ยนกิจกรรมทางสังคม การเปลี่ยนที่อยู่ ความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา และผู้ใต้บังคับบัญชา ความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนร่วมงาน ขวัญและกำลังใจในการทำงาน เป็นต้น

6) จำแนกตามรายได้ต่อเดือน อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากอาจารย์มหาวิทยาลัยส่วนใหญ่เป็นคนในพื้นที่จังหวัดนราธิวาส ค่าครองชีพต่างๆ ยังไม่สูงมากนักถ้าเทียบกับเมืองใหญ่ ส่วนอาจารย์ที่มาจากต่างจังหวัด มหาวิทยาลัยมีสวัสดิการในการให้อยู่บ้านพักของมหาวิทยาลัย ทำให้อาจารย์ลดค่าใช้จ่ายในส่วนของค่าเช่าบ้านได้ ประกอบกับภาครัฐที่มีการสนับสนุนเงินค่าเลี้ยงชีพในพื้นที่สามจังหวัดชายภาคใต้เป็นประจำทุกเดือน จึงทำให้อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุภวรรณ กรเพ็ชร์ (2550) ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของพนักงานลูกค้าสัมพันธ์ ทัศนศึกษา บริษัทด้านโทรคมนาคมแห่งหนึ่ง พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลของพนักงานลูกค้าสัมพันธ์ที่มีลักษณะส่วนบุคคลแตกต่างกัน ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับ

การศึกษา ระยะเวลาในการปฏิบัติงาน ตำแหน่งหน้าที่ความรับผิดชอบในปัจจุบัน รายได้ภาระหนี้สิน และสถานภาพทางเศรษฐกิจ โดยรวมที่แตกต่างกัน จะมีความเครียดที่มีสาเหตุมาจากปัจจัยส่วนบุคคลในการทำงานไม่แตกต่างกัน

7) จำแนกตามตำแหน่งทางวิชาการ อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ที่มีตำแหน่งทางวิชาการแตกต่างกันมีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากมหาวิทยาลัยอยู่ในช่วงกำลังพัฒนามหาวิทยาลัยไม่ว่าจะด้านวิชาการ ด้านคุณภาพบัณฑิต ด้านกายภาพ อาจารย์ทุกคนในมหาวิทยาลัยต่างมีภาระหน้าที่ที่รับผิดชอบด้วยกันหมดทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นภาระงานสอน ภาระหน้าที่พิเศษ ตามที่มหาวิทยาลัยมอบหมาย เพราะต่างรู้ดีว่ามหาวิทยาลัยต้องการกำลังกาย กำลังใจ ในการพัฒนามหาวิทยาลัยเพื่อเป็นที่ยอมรับของสังคม เพราะฉะนั้นตำแหน่งทางวิชาการ จึงมีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เจษฎา คุงามมา (2555) ศึกษาเรื่องความเครียดในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐ ผลการศึกษา พบว่า อาจารย์ที่มีสถานภาพในมหาวิทยาลัย ประเภทมหาวิทยาลัยรัฐ กลุ่มวิชา ระดับตำแหน่งทางวิชาการ อายุงาน จำนวนชั่วโมงการทำงานสอนต่อสัปดาห์ ต่างกันมีความเครียดในการทำงานไม่แตกต่างกัน

8) จำแนกตามสังกัดหน่วยงานภายในมหาวิทยาลัย อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ที่มีสังกัดหน่วยงานภายในมหาวิทยาลัยแตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากการบริหารจัดการของมหาวิทยาลัยส่วนใหญ่ ยังไม่ได้มอบอำนาจเบ็ดเสร็จให้ส่วนราชการ การบริหารจัดการส่วนใหญ่จะขึ้นอยู่กับการตัดสินใจของผู้บริหารสูงสุด ประกอบกับมหาวิทยาลัยเกิดจากการหลอมรวมของสถานศึกษาในจังหวัดนราธิวาส บางคณะ วิทยาลัย สถาบัน ยังยึดติดกับการบริหารงานแบบเดิม ยังไม่สามารถปรับตัวเข้ากับการบริหารงานแบบใหม่ ดังนั้นผลที่ตามมาย่อมทำให้อาจารย์มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ วิทญา ตันอารีย์ (2551) ศึกษาเรื่อง ความเครียดจากการทำงานของพนักงานมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ พบว่า พนักงานมหาวิทยาลัยสายวิชาการส่วนใหญ่มีความเครียดในระดับปานกลาง ซึ่งหน่วยงานต่างๆ ในมหาวิทยาลัย เช่น สำนักงานอธิการบดี กองการเจ้าหน้าที่ สำนักงานคณบดี แต่ละคณะ ตลอดจนสาขาวิชาที่ทำการเรียนการสอนด้านสุขภาพในมหาวิทยาลัยควรนำข้อมูลไปใช้ในการจัดหน่วยงานที่คอยให้คำปรึกษา จัดแผนการส่งเสริมสุขภาพของพนักงานถึงวิธีการในการปรับตัวเมื่อเผชิญกับความเครียดการจัดการความเครียดของตนเอง ตลอดจนหาแนวทางในการปรับปรุงสภาพของการทำงานที่ก่อให้เกิดความเครียด

9) จำแนกตามสถานภาพภายในมหาวิทยาลัย อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ที่มีสถานภาพภายในมหาวิทยาลัยแตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากบุคลากรภายในมหาวิทยาลัยมีจำนวนน้อย ไม่เพียงพอกับภาระหน้าที่รับผิดชอบ ดังนั้นไม่ว่าอาจารย์จะมีสถานภาพภายในมหาวิทยาลัยเป็นอาจารย์ อาจารย์บรรจุที่เป็นพนักงานมหาวิทยาลัย อาจารย์ลูกจ้างชั่วคราว ในตำแหน่งใดก็ตาม อาจารย์แต่ละท่านก็มีภาระหน้าที่รับผิดชอบพอๆ กัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เจษฎา คุงามมา (2555) ศึกษาเรื่องความเครียดในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐ ผลการศึกษา พบว่า อาจารย์ที่มี

สถานภาพในมหาวิทยาลัย ประเภทมหาวิทยาลัยรัฐ กลุ่มวิชา ระดับตำแหน่งทางวิชาการ อายุงาน จำนวนชั่วโมงการทำงานสอนต่อสัปดาห์ ต่างกันมีความเครียดในการทำงานไม่แตกต่างกัน

10) จำแนกตามอายุงานการเป็นอาจารย์สอน อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ที่มีอายุงานการเป็นอาจารย์สอนแตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงาน ไม่แตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากอาจารย์ในมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์เกิดจากการหลอมรวมสถานศึกษาในจังหวัดนราธิวาส ระบบงานในส่วนราชการยังคงเป็นแบบพึ่งพาอาศัยกัน อาจารย์รุ่นใหม่ยังต้องการคำปรึกษา แนะนำจากอาจารย์ที่มีอายุงานมากกว่า ไม่ว่าจะเป็นงานเกี่ยวกับการสอน หรือการใช้ชีวิตประจำวันในพื้นที่จังหวัดนราธิวาสเพราะประชาชนในพื้นที่มีวัฒนธรรม ประเพณี ศาสนาที่หลากหลาย ประกอบกับเป็นพื้นที่ที่เสี่ยงต่อการเกิดเหตุความไม่สงบในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ จึงทำให้อายุงานในการสอนของอาจารย์ที่แตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สุรพล พะยอมรัมย์ (2548, น. 221, อ้างถึงใน รัชนิ ว่องวิวัฒน์ไวทยะ, 2549, น. 49) กล่าวว่า เมื่อบุคคลต้องอยู่ในองค์กรหรือที่ทำงานที่มีบุคคลที่หลากหลายที่ต้องมีปฏิสัมพันธ์ด้วยหลายคนอาจเกิดปัญหา ว่าควรทำอย่างไร หรือเริ่มต้นอย่างไรดี จึงจะมีเพื่อนหรือคนรู้จักได้ไม่น้อยกว่าคนอื่น คงไม่มีใครมีความสุขกับการอยู่คนเดียวมานานๆ หรือว่าอยู่อย่างโดดเดี่ยวในที่ทำงาน และแน่นอนว่าเราต้องการมีเพื่อนมากกว่าการมีศัตรูในที่ทำงาน สอดคล้องกับคำกล่าวที่ว่ามนุษย์เป็นสัตว์สังคม ไม่สามารถอยู่ได้อย่างโดดเดี่ยว การมีปัญหาข้อขัดแย้งเกิดขึ้นจึงนับว่าเป็นปรากฏการณ์ธรรมดา ที่เกิดขึ้นในองค์กรไม่มากนัก้อยในระดังาน รวมทั้งระหว่างหน่วยงานที่ต้องติดต่อประสานงานกัน และเป็นเหตุให้เกิดการแตกแยกของคนที่ทำงาน

11) จำแนกตามระดับชั้นที่สอน อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ที่มีระดับชั้นที่สอนแตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์มีหลักสูตรที่เปิดสอนในระดับต่ำกว่าปริญญาตรี และปริญญาตรี การจัดการเรียนการสอน การเตรียมการสอน ต้องมีเทคนิคและวิธีการสอนที่แตกต่างกัน นอกจากนี้แล้ว นักศึกษาแต่ละระดับชั้นที่สอนก็มีพฤติกรรมการเรียน หรือพฤติกรรมในห้องเรียนก็ย่อมแตกต่างกันไปด้วย จึงทำให้ระดับชั้นที่สอนที่แตกต่างกันของอาจารย์มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ทราเวอร์ และคูเปอร์ (Travers and Cooper 1996, p. 7, อ้างถึงใน ทศพล บุญธรรม, 2547, น. 16) ได้สรุปแนวคิดของอีสเทฟ (Esteve 1989) เกี่ยวกับสาเหตุที่ทำให้ครูเกิดความเครียดว่า ครูมีความเครียดไม่ใช่สาเหตุจากความรับผิดชอบงานที่ต่างระดับกัน สิ่งสำคัญคือการเกิดความเปลี่ยนแปลงที่สร้างความกดดันให้แก่ครูต่างหาก โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงทางสังคมที่สำคัญ 5 ประการ ที่สร้างความกดดันให้เกิดขึ้นกับครู เรียกว่าปัจจัยชั้นรอง หรือปัจจัยทุติยภูมิ (Secondary Factor) ซึ่งเป็นปัจจัยสภาพแวดล้อมที่ส่งผลในสถานการณ์การสอนของครู ส่วนปัจจัยปฐมภูมิหรือปัจจัยเบื้องต้น (Primary Factor) ได้แก่ ปัจจัยที่มีผลโดยตรงต่อการเรียนการสอนของครูในห้องเรียน เช่น พฤติกรรมของนักเรียน ส่วนการเปลี่ยนแปลงปัจจัยทุติยภูมิได้แก่ การเปลี่ยนแปลงบทบาทของครู ความขัดแย้งในบทบาทของครูที่เพิ่มมากขึ้น ความเปลี่ยนแปลงด้านเจตคติของสังคมที่มีต่อครู ความเสื่อมถอยด้านภาพลักษณ์ของครู ความไม่ชัดเจนเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของระบบการศึกษา

12) จำแนกตามจำนวนรายวิชาที่สอน อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ที่มีจำนวนรายวิชาที่สอนแตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกันอาจเนื่องมาจากมหาวิทยาลัย

นราธิวาสราชนครินทร์ ยังขาดอาจารย์สอนในบางรายวิชา ทำให้อาจารย์ต้องไปสอนในรายวิชาที่ตนเองไม่ถนัด หรือสอนหลายรายวิชามากเกินไป ประกอบกับมหาวิทยาลัยมีการเปิดสอนหลักสูตรในระดับต่ำกว่าปริญญาตรี และระดับปริญญาตรี นอกจากนี้จะเตรียมการสอนในรายวิชาที่สอนต่างระดับชั้นแล้ว อาจารย์ยังต้องมีภาระหน้าที่พิเศษ ตามที่ได้รับมอบหมายจากมหาวิทยาลัย หรือคณะ วิทยาลัย สถาบันที่ตนเองสังกัด ไม่ว่าจะเป็นการรับผิดชอบ เป็นหัวหน้างาน เจ้าหน้าที่งาน รับผิดชอบงานประกันคุณภาพของคณะ วิทยาลัย สถาบัน เป็นต้น ด้วยเหตุผลดังกล่าวอาจารย์นอกจากงานสอนแล้วยังต้องมีภาระหน้าที่พิเศษอื่นๆ ตามที่มหาวิทยาลัยมอบหมาย การที่อาจารย์มีจำนวนรายวิชาที่สอนแตกต่างกัน ย่อมทำให้มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ เบญจมาศ จงกล (2551, น. 20-21) ปัจจัยหรือสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดนั้นมาจากสาเหตุภายในและภายนอกตัวคน โดยสาเหตุภายในแบ่งได้เป็นสาเหตุร่างกายและสาเหตุทางจิตใจ สาเหตุทางร่างกาย ได้แก่ ความเหนื่อยล้าทางร่างกาย ไม่ได้รับการพักผ่อนเพียงพอ รับประทานอาหารไม่เพียงพอ และไม่ถูกสุขลักษณะ ความเจ็บป่วยทางร่างกายและภาวะติดสุราและยาเสพติด สาเหตุทางจิตใจได้แก่ เมื่ออารมณ์ไม่ได้อยู่เสมอ มีความรู้สึกเสียใจและรู้สึกผิด ความคับข้องใจ บุคลิกภาพแบบจริงจังต่อชีวิต ใจร้อนรุนแรง ก้าวร้าว และต้องพึ่งพาผู้อื่น สาเหตุภายนอก ได้แก่ การสูญเสีย การเปลี่ยนแปลงในชีวิต ภัยอันตรายจากสิ่งต่างๆ ทำงานหนัก รับผิดชอบงานมากหรืออยู่ในตำแหน่งงานบริหาร ความยากจนและสภาพของสังคมเมือง

13) จำแนกตามจำนวนชั่วโมงสอน/สัปดาห์ อาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ที่มีจำนวนชั่วโมงสอน/สัปดาห์แตกต่างกัน มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน อาจเนื่องมาจากอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ มีจำนวนชั่วโมงสอน/สัปดาห์ ไม่เท่ากันบางรายวิชาใช้ชั่วโมงสอน/สัปดาห์มาก บางรายวิชาใช้จำนวนชั่วโมงสอน/สัปดาห์น้อย โดยเฉพาะรายวิชาในหมวดศึกษาทั่วไป ที่ทุกคณะต้องจัดการเรียนการสอนในทุกสาขาวิชา เช่น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 ไม่ว่าจะเป็นระดับ ปวช. ปวส. และปริญญาตรี จำนวนชั่วโมงสอน/สัปดาห์ที่แตกต่างกันย่อมทำให้อาจารย์ผู้สอนเกิดความเหนื่อยล้าจากการเตรียมการสอน หรือจากการสอน จึงทำให้จำนวนชั่วโมงสอน/สัปดาห์ที่แตกต่างกัน ทำให้อาจารย์มีปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ กระทรวงสาธารณสุข, กรมสุขภาพจิต, 2541, น.10, อ้างถึงใน พัชราภรณ์ อุปแก้ว, 2550, น.18) กล่าวว่าความเครียดอาจเกิดได้จาก 3 ปัจจัย ดังนี้ 1) ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ประสบการณ์การทำงาน สถานภาพสมรส การศึกษา ตำแหน่งหน้าที่ เงินเดือน ภาระครอบครัว สภาพเศรษฐกิจ 2) ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางกายภาพในการทำงาน เช่น สภาพอากาศภายในห้องทำงานและภายในบริเวณองค์กร ความสว่างภายในห้องทำงาน สีของห้องทำงาน เสียงรบกวนเวลาทำงาน ชั่วโมงการทำงาน ขนาดของห้องทำงาน และอุปกรณ์สำนักงาน และ 3) ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางจิตวิทยา เช่น ความประพฤติของผู้บริหาร ความสัมพันธ์ระหว่างผู้บริหารกับพนักงาน ความสัมพันธ์ระหว่างพนักงาน ความมั่นคงในอาชีพ แรงจูงใจในการทำงาน เป็นต้น

4. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์

พบว่า ปัจจัยด้านภาระหน้าที่ที่รับผิดชอบ มีความสัมพันธ์กันในทิศทางบวกกับปัจจัยด้านสัมพันธ์ภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสัมพันธ์กับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม

ภายในและภายนอก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั้นแสดงให้เห็นว่าหากปัจจัยด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบ มีผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ เพิ่มมากขึ้น ย่อมส่งผลต่อ ปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน มากขึ้นตามไปด้วย แต่ในกรณีเดียวกันหากปัจจัยด้าน ภาระหน้าที่รับผิดชอบมีผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ลดลงก็จะทำให้ปัจจัยด้านอื่นๆ ลดลงตามไปด้วย

ปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน สัมพันธ์กันในทิศทางบวก กับปัจจัยด้าน สิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นั้นแสดงให้เห็นว่าหากปัจจัยด้าน สัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน มีผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์ในมหาวิทยาลัย นราธิวาสราชนครินทร์ เพิ่มมากขึ้น ย่อมส่งผลต่อปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอกมากขึ้นตามไปด้วยแต่ ในกรณีเดียวกันหากปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน มีผลต่อความเครียดในการ ปฏิบัติงานของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ลดลงก็จะทำให้ปัจจัยด้านอื่นๆ ลดลงตามไปด้วย

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยทำให้ทราบว่าปัจจัยใดที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์มหาวิทยาลัย นราธิวาสราชนครินทร์ ในด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบ ด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วม และด้าน สิ่งแวดล้อมภายในและภายนอก ซึ่งหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง คือ มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ สามารถนำ ผลการวิจัยไปใช้ได้ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1) มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ควรมีระบบการบริหารงานในด้านภาระหน้าที่รับผิดชอบ เนื่องจากผลการศึกษาพบว่า ภาระหน้าที่รับผิดชอบงานส่งผลต่อภาวะความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์ ดังนั้น ควรมีการจัดการด้านบุคลากรให้เพียงพอกับงาน เพื่อไม่ให้อาจารย์ได้ทำงานหลายหน้าที่ หากมีปริมาณงาน มาก ควรจัดตั้งทีมงานเพื่อช่วยกันทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย

2) มหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ ควรจัดให้มีกิจกรรมที่จะทำให้บุคลากรในหน่วยงานเกิด ความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เช่น การใช้การระดมพลังสมองในการคิดร่วมกัน เพื่อพัฒนางานของตนเอง จัดให้มี กิจกรรมเชื่อมความสัมพันธ์ในมหาวิทยาลัย เช่น การจัดการแข่งขันกีฬาภายในระหว่างอาจารย์ กับบุคลากรใน มหาวิทยาลัย และภายนอกมหาวิทยาลัยระหว่างมหาวิทยาลัยด้วยกันเอง หรือกับชุมชน กิจกรรมที่เน้นการพักผ่อน และการท่องเที่ยวระหว่างปีการศึกษา

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

- 1) ควรทำการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของบุคลากรสายสนับสนุน
- 2) ควรทำการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยอื่นๆ
- 3) ควรทำการศึกษาปัจจัยส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานในปัจจัยอื่นๆ เช่น ปัจจัยด้าน ครอบครัว เป็นต้น

บรรณานุกรม

- กระทรวงศึกษาธิการ. (2541). *มาตรฐานวิชาชีพครู*. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภา.
- เจษฎา กุงามมาก. (2555). *ความเครียดในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐ*. (ปริญญาานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- ถาวร นิลทวี. (2550). *สาเหตุและแนวทางการลดความเครียดของพนักงานปฏิบัติการฝ่ายช่างในบริษัท ไทยโทเรซินเทคส์ จำกัด กรุงเทพฯ*. (ปริญญาานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาเทคโนโลยีอุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏพระนคร).
- ทศพล บุญธรรม. (2547). *ภาวะความเครียดจากการทำงานของครูระดับมัธยม ในเขตพื้นที่การศึกษา นครปฐม เขต 1*. (ปริญญาานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศิลปากร, กรุงเทพมหานคร.
- ธีรศักดิ์ อัครบวร. (2544). *ความเป็นครูไทย*. กรุงเทพมหานคร : ก.พลพิมพ์.
- นิธิตา ช่วยเพ็ง. (2547). *ความกดดันและความเครียดของข้าราชการครูใน อ.ตะกั่วป่า จ.พังงา*. (ปริญญาานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ, กรุงเทพมหานคร.
- เบญจมาศ จงกล. (2551). *ความเครียดและการจัดการความเครียดในการปฏิบัติงานในพื้นที่เสี่ยงภัยของครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปัตตานี เขต 1*. (ปริญญาานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, สงขลา.
- ประพันธ์ แฟ้มคลองหอม. (2540). *ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับความพึงพอใจในการทำงานของพยาบาลโรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า กรมการแพทย์ทหารเรือ*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.
- พัชราภรณ์ อุปกแก้ว. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของอาจารย์มหาวิทยาลัยรัตนบัณฑิตวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*. (ปริญญาานิพนธ์ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยรามคำแหง, กรุงเทพมหานคร
- รัชณี ว่องวิวัฒน์ไวทยะ. (2549). *สุขภาพจิตของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษาจังหวัดนครปฐม*. (ปริญญาานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยศิลปากร, กรุงเทพมหานคร.
- วิทญา ตันอารีย์. (2551). *ความเครียดจากการทำงานของพนักงานมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่*. (การค้นคว้าอิสระปริญญาสาธาณสุขศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- สุกวรรณ กรเพชร. (2550). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของพนักงานลูกค้าสัมพันธ์กรณีศึกษา บริษัทค้าปลีกโทรคมนาคมแห่งหนึ่ง*. (สารนิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- อดิษฐ์ชัย ศิริไปล์. (2546). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของข้าราชการครู อาจารย์ในสถานศึกษาสังกัดกรุงเทพมหานคร เขตยานนาวา*. (ปริญญารัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี

Miller, Benjamin F. and Keane, Clarire B. (1972) *Encyclopedia and Dictionary of Medicine And Nursing*.
Philadelphia : WB. Saunders Co.