

**ชื่อสารนิพนธ์** ความเครียดและแนวทางการลดความเครียดในการปฏิบัติงานของบุคลากร  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

**ผู้เขียน** นางสาวประไพพร ใจเย็น

**สาขาวิชา** การบริหารการศึกษา

**ปีการศึกษา** 2553

### บทคัดย่อ

การวิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาระดับความเครียดในการปฏิบัติงานของบุคลากรมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี 2) เปรียบเทียบความเครียดของบุคลากรมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ประสบการณ์การทำงาน 3) ศึกษาแนวทางการลดความเครียดในการปฏิบัติงานของบุคลากรมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี วิธีการวิจัยแบบผสมผสาน ประกอบด้วย การวิจัยเชิงปริมาณและการวิจัยเชิงคุณภาพ กลุ่มตัวอย่างการวิจัยเชิงปริมาณ ได้แก่ บุคลากรมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี จำนวน 303 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยสูตรยามานู และใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นภูมิและสุ่มอย่างง่ายด้วยวิธีการจับฉลาก ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในการวิจัยเชิงคุณภาพ ได้แก่ บุคลากรและผู้บริหารมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี จำนวน 8 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเชิงปริมาณเป็นแบบสอบถาม มี 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเพื่อวัดระดับความเครียดในการปฏิบัติงาน มีจำนวน 24 ข้อ โดยมีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับ เท่ากับ .893 ตามแบบของ Likert การวิจัยเชิงคุณภาพเป็นแบบสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (Semi - Structured Interview) สำหรับการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยเชิงปริมาณวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบค่าที (t-test) การทดสอบค่าเอฟ (F-test) และทดสอบค่าเฉลี่ยรายคู่โดยวิธีการ LSD การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ วิเคราะห์โดยจำแนกและจัดระบบข้อมูล โดยพิจารณาเชื่อมโยงนำเสนอโดยการบรรยายที่ได้จากการสัมภาษณ์

ผลการวิจัยพบว่า 1) บุคลากรมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี มีความเครียดในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ความเครียดด้านอัตราเงินเดือน มีค่าเฉลี่ยในระดับสูง 2) บุคลากรมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ที่มีเพศ อายุ สถานภาพ และประสบการณ์การทำงานแตกต่างกัน มีความเครียดโดยภาพรวม

ไม่แตกต่างกัน 3) แนวทางการลดความเครียดในการปฏิบัติงานในด้านอัตราเงินเดือน มหาวิทยาลัย สงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี จัดให้มีการประชุมเพื่อชี้แจงเกี่ยวกับหลักเกณฑ์วิธีการในการจัดทำข้อตกลงภาระงานและจัดประชุมคณะกรรมการประเมินก่อนการพิจารณาทุกครั้ง มีมาตรฐานการพิจารณาเลื่อนขั้นเงินเดือนที่ชัดเจน ในด้านนโยบายการบริหารงาน มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ควรมีนโยบายที่ชัดเจน และสอดคล้องกับวิธีการปฏิบัติ เพิ่มวิธีการสื่อสารและถ่ายทอดไปยังบุคลากรทุกคน จัดเวทีให้ผู้บริหารได้มีโอกาสพูดคุยชี้แจงนโยบายการบริหาร ในด้านลักษณะงานที่รับผิดชอบ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี ควรจัดสรรอัตราค่าจ้างให้เพียงพอกับปริมาณงานและนำบุคลากรไปศึกษาดูงานนอกสถานที่ เพื่อเพิ่มพูนทักษะในการทำงานและปรับปรุงวิธีการทำงาน

Prince of Songkla University  
Pattani Campus