

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดของบุคลากรทางการศึกษา ในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 3 ผู้วิจัยใช้วิธีการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เพื่อให้การวิจัยบรรลุตามวัตถุประสงค์เป็นที่เชื่อถือได้ จึงได้กำหนดวิธีการดำเนินการวิจัยเกี่ยวกับประชากร กลุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล วิธีวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ไว้ดังต่อไปนี้

ประชากร กลุ่มตัวอย่าง

1. ประชากรที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย บุคลากรทางการศึกษา ที่ปฏิบัติงานในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 1 จำนวน 124 คน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 2 จำนวน 111 คน และสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 3 จำนวน 102 คน รวม 337 คน (ปีงบประมาณ 2554)

2. กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ผู้วิจัยได้เลือกแบบเจาะจง คือ บุคลากรทางการศึกษา ประกอบด้วย ข้าราชการ พนักงานราชการ ลูกจ้างประจำ ลูกจ้างชั่วคราว และครูช่วยราชการที่ปฏิบัติงานอยู่ในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 3 ปีงบประมาณ 2554 จำนวน 102 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) เพื่อศึกษาระดับความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดของบุคลากรทางการศึกษา ที่ปฏิบัติงานอยู่ในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปทุมธานี เขต 3 ปีงบประมาณ 2554 แบ่งออกเป็น 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล เกี่ยวกับข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา ศาสนา และประสบการณ์การทำงาน ข้อคำถามเป็นแบบเลือกตอบ (Check list) จำนวน 5 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความเครียด คำถามปลายเปิดจากสถานการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ในความวิตกกังวล หรือทุกข์ใจ และวิธีการเผชิญความเครียด (เพ็ญประภา ปริญญาพล, 2546 ที่ปรับปรุงจาก The Coping Strategy indicator ของ Amirkhan ใน Chongruksa , 1994) (Check list) จำนวน 21 ข้อ

- ตอนที่ 3 ข้อมูลเพิ่มเติมต่อวิธีการจัดการกับความเครียด ลักษณะจะเป็นแบบเลือกตอบ (Check list) จำนวน 22 ข้อ ประกอบด้วยบุคคลที่ได้ไปปรึกษา 5 ข้อ และวิธีการที่ใช้จัดการกับความเครียดจำนวน 17 ข้อ
- ตอนที่ 4 แบบทดสอบ The New Thai Mental Health Indicator (TMHI-54): 2007 ฉบับสั้น 15 ข้อ ซึ่งจัดทำโดย นายแพทย์อภิชัย มงคล รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต และคณะ ทดสอบความรู้สึกในชีวิตต่อสถานการณ์ความไม่สงบ ในรอบ 1 เดือนที่ผ่านมา ลักษณะแบบสอบถามจะเป็นแบบเลือกตอบ (Check list) จำนวน 15 ข้อ

การสร้างเครื่องมือ

ในการสร้างเครื่องมือนี้ ผู้วิจัยดำเนินการ ตอนที่ 1 และตอนที่ 3 ผู้วิจัยได้จัดทำขึ้นจากการศึกษาข้อมูลต่าง ๆ และในตอนที่ 2 ใช้แบบทดสอบสอบถามความเครียด เป็นข้อคำถามปลายเปิดจากสถานการณ์ความไม่สงบใน 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ ในความวิตกกังวล หรือทุกข์ใจ และวิธีการเผชิญความเครียด (เพื่อประภา ปริญญาพล, 2546 ที่ปรับปรุงจาก The Coping Strategy indicator ของ Amirkhan ใน Chongruksa , 1994) (Check list) จำนวน 21 ข้อ ทดลองใช้กับบุคลากรทางการศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานราธิวาส เขต 1 จำนวน 50 คน เพื่อนำมาหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach 'Alpha Coefficient) ได้เท่ากับ 0.884 และในตอนที่ 4 เป็นแบบทดสอบ The New Thai Mental Health Indicator (TMHI-54) ฉบับสั้น 15 ข้อ (อภิชัย มงคลและคณะ, 2007) ทดสอบหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) กับทดลองใช้กับบุคลากรทางการศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานราธิวาส เขต 1 จำนวน 50 คน โดยหาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาของครอนบาค (Cronbach 'Alpha Coefficient) ได้เท่ากับ 0.728

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยค้นคว้าดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากบุคลากรในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานราธิวาส เขต 3 โดยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการทำวิจัยและขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล
2. เก็บข้อมูลโดยการส่งแบบสอบถามให้บุคคลที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง และจัดเก็บแบบสอบถามมายังผู้วิจัย โดยส่งแบบสอบถามไปยังกลุ่มตัวอย่าง ทั้งหมด 102 ชุด ได้รับแบบสอบถามกลับมาทั้งหมด 102 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100

3. นำแบบสอบถามที่ได้มาตรวจสอบความถูกต้องแล้ววิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการทางสถิติ โปรแกรมสำเร็จรูป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูล นำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS

1. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 1 มาวิเคราะห์โดยแจกแจงความถี่ของแต่ละข้อพร้อมค่าเป็นร้อยละ และนำเสนอในรูปตารางและความเรียง

2. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 2 ตอนที่ 3 และตอนที่ 4 โดยการสรุปความในคำถามปลายเปิด และแจกแจงความถี่ของข้อมูล ในแต่ละข้อแล้ว หาค่าเฉลี่ย (\bar{X}) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ทดสอบค่าระดับความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดจำแนกตามตัวแปร โดยทดสอบค่าที (t – test) ได้กำหนดความหมายของการประเมินค่าได้ดังนี้

การให้คะแนนและการแปลผลค่าปกติ (Norm)

1.แบบสอบถามตอนที่ 2 กลวิธีการเผชิญปัญหา วิธีการเผชิญความเครียด (เพ็ญประภา ปริญญาพล, 2546 ที่ปรับปรุงจาก The Coping Strategy indicator ของ Amirkhan ใน Chongruksa, 1994) (Check list) จำนวน 21 ข้อ แบ่งเป็นมาตรฐานประมาณค่า 3 ระดับ ซึ่งประกอบด้วย 3 กลุ่มย่อย คือ

(1) กลุ่มแก้ปัญหาโดยตรงได้แก่ข้อ 2,3,6,7,9,10,21

(2) กลุ่มที่ได้รับแหล่งสนับสนุนทางสังคม ได้แก่ข้อ 1,5,11,14,17,19,20

(3) กลุ่มหลีกเลี่ยงปัญหา ได้แก่ข้อ 4,8,12,13,15,16,18

เกณฑ์การให้คะแนนคือ

มาก	เท่ากับ	2	คะแนน
มีบ้าง	เท่ากับ	1	คะแนน
ไม่เลย	เท่ากับ	0	คะแนน

สำหรับกลุ่มที่หลีกเลี่ยงปัญหา จะมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

มาก	เท่ากับ	0	คะแนน
มีบ้าง	เท่ากับ	1	คะแนน
ไม่เลย	เท่ากับ	2	คะแนน

การแบ่งกลุ่มคะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหา ใช้ค่าเฉลี่ยและค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็นเกณฑ์ในการแบ่งดังนี้

คะแนนมากกว่า 30.76 หมายถึง บุคคลมีกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแก้ไขปัญหา โดยตรงและมีแหล่งสนับสนุนทางสังคมมาก

คะแนนระหว่าง 21.10 – 30.75 หมายถึง บุคคลมีกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแก้ไข ปัญหาโดยตรง มีแหล่งสนับสนุนทางสังคม และมีการหลีกเลี่ยงปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง

คะแนนตั้งแต่ 0 – 21.09 หมายถึง บุคคลมีกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหา **คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบแก้ไขปัญหาโดยตรง (Problem Solving)**

คะแนนมากกว่า 11.84 หมายถึง บุคคลมีวิธีการเผชิญปัญหาแบบแก้ไขปัญหาโดยตรงใน ระดับมาก

คะแนนระหว่าง 6.83 – 11.83 หมายถึง บุคคลมีวิธีการเผชิญปัญหาแบบแก้ไขปัญหา โดยตรงในระดับปานกลาง

คะแนนตั้งแต่ 0 – 6.82 หมายถึง บุคคลมีวิธีการเผชิญปัญหาแบบแก้ไขปัญหาโดยตรงใน ระดับต่ำ

คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหาแหล่งสนับสนุนทางสังคม (Social Support)

คะแนนมากกว่า 11.40 หมายถึง บุคคลมีวิธีการเผชิญปัญหาแบบหาแหล่งสนับสนุนทาง สังคมในระดับมาก

คะแนนระหว่าง 5.73 - 11.39 หมายถึง บุคคลมีวิธีการเผชิญปัญหาแบบหาแหล่งสนับสนุน ทางสังคมในระดับปานกลาง

คะแนนตั้งแต่ 0 – 5.72 หมายถึง บุคคลมีวิธีการเผชิญปัญหาแบบหาแหล่งสนับสนุนทาง สังคมในระดับต่ำ

คะแนนกลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนีสังคม (Avoidance)

คะแนนมากกว่า 8.08 หมายถึง บุคคลมีวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนีสังคมในระดับ มาก

คะแนนระหว่าง 3.89 - 8.07 หมายถึง บุคคลมีวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนี สังคมในระดับปานกลาง

คะแนนตั้งแต่ 0 – 3.88 หมายถึง บุคคลมีวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงหนีสังคมใน ระดับต่ำ

3. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 3 มาวิเคราะห์โดยแจกแจงความถี่ของแต่ละข้อพร้อมหาค่าเป็นร้อยละ และนำเสนอในรูปแบบตารางและความเรียงวิธีจัดการกับความเครียด มีเกณฑ์การให้คะแนนดังต่อไปนี้

ไม่เลย	เท่ากับ 0	คะแนน
เล็กน้อย	เท่ากับ 1	คะแนน
มาก	เท่ากับ 2	คะแนน
มากที่สุด	เท่ากับ 3	คะแนน

4. นำข้อมูลจากแบบสอบถามตอนที่ 4 เป็นแบบทดสอบ The New Thai Mental Health Indicator (TMHI-54) ฉบับสั้น (อภิชัย มงคลและคณะ, 2007)

การให้คะแนนและการแปลผลค่าปกติ (norm)

การให้คะแนน

1. แบบทดสอบ The New Thai Mental Health Indicator (TMHI-54) ฉบับสั้น (อภิชัย มงคลและคณะ, 2007) มีการให้คะแนนแบบประเมิน โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่มดังนี้

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อ 1,2,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15

แต่ละข้อให้คะแนนดังนี้

ไม่เลย	เท่ากับ 1	คะแนน
เล็กน้อย	เท่ากับ 2	คะแนน
มาก	เท่ากับ 3	คะแนน
มากที่สุด	เท่ากับ 4	คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อ 3,4,5

แต่ละข้อให้คะแนนดังนี้

ไม่เลย	เท่ากับ 4	คะแนน
เล็กน้อย	เท่ากับ 3	คะแนน
มาก	เท่ากับ 2	คะแนน
มากที่สุด	เท่ากับ 1	คะแนน

การแปลผลการประเมิน

ดัชนีวัดสุขภาพจิตของคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ มีคะแนนเต็มทั้งหมด 60 คะแนน

51 – 60 คะแนน หมายถึง สุขภาพจิตดีกว่าคนทั่วไป (Good)

44 – 50 คะแนน หมายถึง สุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป (Fair)

43 คะแนนหรือน้อยกว่า หมายถึง สุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป (Poor)

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน

1.1 ค่าเฉลี่ย (Arithmetic Mean) ใช้สูตร (ล้วน สายหยุดและอังคณา สายหยุด, 2540)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

เมื่อ \bar{X} แทน ค่าเฉลี่ย
 $\sum x$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
N แทน ค่าจำนวนคะแนนทั้งหมด

1.2 ร้อยละ (%) (Percentage) ใช้สูตร

$$P = \frac{F \times 100}{n}$$

เมื่อ P แทน ร้อยละ
F แทน ความถี่ที่ต้องการแปลค่าให้เป็นร้อยละ
n แทน จำนวนความถี่ทั้งหมด

1.3 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ใช้สูตร

$$SD = \sqrt{\frac{n \sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

เมื่อ SD แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
n แทน จำนวนคู่ทั้งหมด
X แทน คะแนนแต่ละตัวในกลุ่มข้อมูล
 $\sum x$ แทน ผลรวมของความแตกต่างของคะแนนแต่ละคู่

2. สถิติเพื่อตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือวิจัย หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยวิธีการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach) (ด้วน สายหยุดและอังคณา สายหยุด, 2540)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left\{ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right\}$$

เมื่อ	α	คือ ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่น
	n	คือ จำนวนข้อของเครื่องมือวัด
	$\sum S_i^2$	คือ ผลรวมของความแปรปรวนของแต่ละข้อ
	S_t^2	คือ ความแปรปรวนของคะแนนรวม

3. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐาน โดยใช้สูตร t-test (Dependent Samples) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540)

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{(n-1)}}}$$

เมื่อ	D	แทน ผลต่างของคะแนนในแต่ละคู่
	n	แทน จำนวนคู่
	df	แทน ความเป็นอิสระมีค่าเท่ากับ n-1