

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	5
คำถามการวิจัย	5
ขอบเขตการศึกษา	5
คำจำกัดความที่ใช้ในการศึกษา	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด	7
ความหมายของความเครียด	7
ประเภทของความเครียด	9
ระดับความเครียด	10
สาเหตุและปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด	12
อาการของความเครียด	17
ผลกระทบจากความเครียด	18
แนวคิดเกี่ยวกับการจัดการความเครียด	20
ความหมายของการจัดการความเครียด	20
ปัจจัยที่มีผลต่อการจัดการความเครียด	27
สถานการณ์ความไม่สงบและผลกระทบของความไม่สงบใน จังหวัดนราธิวาส	31
สถานการณ์ความไม่สงบในจังหวัดนราธิวาส	31
ผลกระทบของความไม่สงบต่อบุคลากรสาธารณสุขในสถานีนอนมัย	32
กรอบแนวคิดในการศึกษา	34

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 3	
วิธีการดำเนินการศึกษา	35
ลักษณะประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	35
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	36
การควบคุมคุณภาพเครื่องมือ	37
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	38
การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง	38
การวิเคราะห์ข้อมูล	39
บทที่ 4	
ผลการศึกษา	40
ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป	41
ตอนที่ 2 ระดับความเครียดของบุคลากรสาธารณสุข	45
ตอนที่ 3 การจัดการความเครียดของบุคลากรสาธารณสุข	48
บทที่ 5	
สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	53
สรุปผลการศึกษา	53
การอภิปรายผล	56
ข้อเสนอแนะ	59
ข้อเสนอแนะในการนำผลการศึกษาไปใช้	59
ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป	60
เอกสารอ้างอิง	61
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก แบบสอบถามเพื่อการค้นคว้าแบบอิสระ	67
ภาคผนวก ข ใบยินยอมเข้าร่วมในการวิจัย	74
ภาคผนวก ก รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ	75
ประวัติผู้เขียน	76

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ อายุ ศาสนา การศึกษา รายได้ สถานภาพสมรส และภูมิลำเนาเดิม	39
2 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนของข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามตำแหน่งในปัจจุบัน อายุราชการที่ปฏิบัติงานในพื้นที่ การเดินทาง และเหตุการณ์ในพื้นที่ปฏิบัติงาน	42
3 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความเครียดของบุคลากร สาธารณสุข จำแนกตามระดับความเครียด	43
4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความเครียดของบุคลากรสาธารณสุข จำแนก เป็นรายชื่อ	45
5 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การจัดการความเครียดของ บุคลากรสาธารณสุข จำแนกตามระดับการจัดการความเครียด	46
6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการจัดการความเครียดของบุคลากรสาธารณสุข แบบมุ่งแก้ที่อารมณ์	48
7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการจัดการความเครียดของบุคลากรสาธารณสุข แบบมุ่งแก้ที่ปัญหา	50