

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้า
พัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรส์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
ศรียุตา ทรัพย์สิน

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
มีนาคม 2550

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้า
พัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

สารนิพนธ์
ของ
ศรียุทธา ทรัพย์สิน

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
มีนาคม 2550
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้า
พัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรส์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
ศรีสุดา ทรัพย์สิน

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา
มีนาคม 2550

ศรีสุตา ทรัพย์สิน (2550). องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก
โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน โมโคโร เอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย
กรุงเทพมหานคร สารนิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ ฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ : อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา

การศึกษานี้มีจุดมุ่งหมาย เพื่อศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้
จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน โมโคโร เอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์
เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ซึ่งมีองค์ประกอบแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือองค์ประกอบด้าน
ส่วนตัว ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ และความฉลาดทางอารมณ์
องค์ประกอบด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว และภาวะ
ความรับผิดชอบต่อครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน ได้แก่ ลักษณะทาง
กายภาพในที่ทำงาน สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชาและสัมพันธภาพระหว่าง
สมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน

กลุ่มตัวอย่างเป็นสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน โมโคโร เอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอป
เม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จำนวน 250 คน เป็นเพศชาย จำนวน 77 คน เพศหญิง 173
คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษานี้คือ แบบสอบถามองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดใน
การใช้จ่ายเงิน วิเคราะห์ข้อมูลโดยหาค่าเฉลี่ยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน และการ
วิเคราะห์แบบถดถอยพหุคูณ

ผลการวิจัยพบว่า

1. องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก
โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน โมโคโร เอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย
กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 1 องค์ประกอบ ได้แก่ ภาวะความ
รับผิดชอบต่อครอบครัว (X_{13})
2. องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก
โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน โมโคโร เอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย
กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 3 องค์ประกอบ ได้แก่ สัมพันธภาพ
ระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว (X_{12}) สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา (X_{15})
และสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน (X_{16})

3. องค์ประกอบที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก สมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร มี 12 องค์ประกอบได้แก่ เพศ : ชาย (X₁) เพศ : หญิง (X₂) อายุ (X₃) สถานภาพสมรส : โสด (X₄) สถานภาพสมรส : คู่ (X₅) สถานภาพสมรส : หม้าย หรือหย่า หรือแยกกันอยู่ (X₆) ระดับการศึกษา : ต่ำกว่าปริญญาตรี (X₇) ระดับการศึกษา : ปริญญาตรี (X₈) ระดับการศึกษา : สูงกว่าปริญญาตรี (X₉) รายได้ (X₁₀) ความฉลาดทางอารมณ์ (X₁₁) และลักษณะทางกายภาพในที่ทำงาน (X₁₄)

4. องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อย่างน้อยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 2 องค์ประกอบ โดยเรียงลำดับจากองค์ประกอบที่มีอิทธิพลมากที่สุดไปยังองค์ประกอบที่มีอิทธิพลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน (X₁₆) และภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว (X₁₃) โดยทั้ง 2 องค์ประกอบนี้ สามารถร่วมกันพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ได้ร้อยละ 16.40

5. สมการพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ได้แก่

5.1 สมการพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ในรูปแบบคะแนนดิบ ได้แก่

$$\hat{Y} = 3.467 - .125X_{16} + .006X_{13}$$

5.2 สมการพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้แก่

$$Z = -.373X_{16} + .155X_{13}$$

**FACTORS AFFECTING ON MONEY SPENDING TENSION OF
STEP-AHEAD MEMBERS IN MICRO ENTERPRISE DEVELOPMENT
PROGRAM IN KLONGTOEY DISTRICT, BANGKOK**

**AN ABSTRACT
BY
SRISUDA SUPSIN**

Presented in Partial Fulfillment of the Requirement for the
Master of Education Degree in Educational Psychology
At Srinakharinwirot University
March 2007

Srisuda Supsin. (2550) *Factors Affecting on Money Spending Tension of Step-Ahead Members in Micro Enterprise Development Program in Klongtoey District, Bangkok*. Master's Project M.Ed. (Educational Psychology). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Project Advisor : Inst. Wilailuck Pongsopar.

The purposes of this research were to study the factors effecting on spending tension of Step-Ahead Members in Micro Enterprise Development Program in Klongtoey District, Bangkok. The factors were divided into 3 dimensions , first of them was personal factor : gender, class level, marital status, educational level, members' income and emotional intelligence, second of them was family factor : interpersonal relationship between members and their family membership and burden of family responsibilities and third of them was working environmental factor : physical working environment, interpersonal relationship between members and their executive and interpersonal relationship between members and their colleagues.

The 250 samples : 77 males and 173 females were members of Step Ahead in Micro Enterprise Development Program, Klongtoey, Bangkok. The instrument were the factors affecting on spending tension questionnaires. The data was analyzed by the Pearson Product Moment Correlation Coefficient and Stepwise Multiple Regression Analysis.

The results were as follows :

1. There were significantly positive correlation between tension spending of Step Ahead Member in Micro Enterprise Development Program in Klongtoey District, Bangkok with 1 factor : burden of family responsibilities (X_{13}) at .05 level.

2. There were significantly negative correlation among tension spending of Step Ahead Member in Micro Enterprise Development Program in Klongtoey district, Bangkok with 3 factors : interpersonal relationship between members and their family membership (X_{12}), interpersonal relationship between members and their executive (X_{15}) and interpersonal relationship between members and their colleagues (X_{16}) at .01 level .

3. There were no significantly correlation among tension spending of Step Ahead Member in Micro Enterprise Development Program in Klongtoey district, Bangkok with 12 factors : gender : male (X_1), gender : female (X_2), age (X_3), marital status : single (X_4), marital status : couple (X_5), marital status : divorced or seperated (X_6), educational level : lower bachelor degree (X_7), educational level : bachelor degree (X_8), educational level : above bachelor degree (X_9), members' income (X_{10}), emotional intelligence, (X_{11}) and physical working environment (X_{14}).

4. There were 2 factors affecting on spending of Step Ahead Member in Micro Enterprise Development Program in District, Bangkok at .01 level ranking from the most affecter to the least affecter were as follows; interpersonal relationship between members and their colleagues (X_{16}) and burden of family responsibilities (X_{13}) These 2 factors could predicted spending of Step Ahead Member in Micro Enterprise Development Program in District, Bangkok about percentage of 16.40.

5. The significantly predicted equations of tension spending of Step Ahead Member in Micro Enterprise Development Program in Klongtoey district, Bangkok were as follows :

5.1 In term of raw score were;

$$\hat{Y} = 3.467 - .125X_{16} + .006 X_{13}$$

5.2 In term of standard score were;

$$Z = -.373X_{16} + .155$$

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และคณะกรรมการสอบ
ได้พิจารณาสารนิพนธ์เรื่อง องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการ
ก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ของ ศรีสุดา
ทรัพย์สิน ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษา
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์

.....
(อาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร

.....
(รองศาสตราจารย์ เวณีย์ กรีทอง)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน
(อาจารย์ วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา)

..... กรรมการสอบสารนิพนธ์
(รองศาสตราจารย์ เวณีย์ กรีทอง)

..... กรรมการสอบสารนิพนธ์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง)

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษา
มหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีคณะศึกษาศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย ชูชาติ)

วันที่ เดือน มีนาคม พ.ศ. 2550

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้โดยความเมตตากรุณาของ อาจารย์วิไลลักษณ์ พงษ์โสภา อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ รองศาสตราจารย์เวณี กรีทอง และผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง กรรมการสอบปากเปล่าสารนิพนธ์ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษาแนะนำ ให้กำลังใจ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเอาใจใส่ ตั้งแต่เริ่มดำเนินการเพื่อให้สารนิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาและความเสียสละเวลาของท่านอย่างยิ่ง จึงกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์เวณี กรีทอง ดร.พาสนา จุฬรัตน์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พรรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง ที่กรุณาให้คำแนะนำและเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย พร้อมทั้งคำแนะนำตลอดข้อคิดที่เป็นประโยชน์ในการวิจัย

ขอกราบของพระคุณคณาจารย์ ภาควิชาแนะแนวและจิตวิทยาการศึกษา ที่ให้การอบรมสั่งสอน ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ และให้ความกรุณาต่อผู้วิจัยเสมอมา

ขอขอบพระคุณ คุณจอห์น ควินลี เจ อาร์ ผู้อำนวยการโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโครเอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ที่กรุณาให้ความสะดวกต่อการเก็บข้อมูลเพื่อหาประสิทธิภาพของเครื่องมือในการวิจัย และขอขอบคุณบุคลากรทุกท่าน ตลอดทั้ง นักศึกษาฝึกงานวิทยาลัยชุมชน โปรแกรมสาขาการพัฒนาชุมชน ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ อาจารย์ศศินันท์ นิลจันทร์ศิริ คุณสุพัทธรา ศิริสมฤทัย เบเกอร์ และคุณ วลีพร จันทรทอง ที่ให้คำปรึกษาด้านการเรียน เป็นกำลังใจ ให้คำปรึกษาแนะนำและให้ความช่วยเหลือด้วยดีมาตลอด

ขอขอบพระคุณ สามี และลูกชายสุดที่รัก ตลอดทั้งญาติพี่น้องทุกคน ที่คอยช่วยเหลือห่วงใย สนับสนุนการศึกษา และเป็นแรงใจสำคัญจนให้งานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

คุณค่าและประโยชน์ใด ๆ ที่พึงมีจากสารนิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบเป็นเครื่องบูชา พระคุณมารดา บิดา ครูอาจารย์ และเป็นเครื่องแทนคุณแด่ผู้มีพระคุณทุก ๆ ท่าน

ศรีสุดา ทรัพย์สิน

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	4
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	4
การกำหนดประชากร และการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	4
ตัวแปรที่ต้องศึกษา.....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
กรอบแนวคิดในการศึกษาค้นคว้า	9
สมมติฐานของการศึกษาค้นคว้า.....	10
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการใช้จ่าย.....	11
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการใช้จ่าย.....	39
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า....	40
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบด้านส่วนตัว.....	40
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบด้านครอบครัว	47
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ..	49
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับ ผู้บังคับบัญชา.....	50
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับ เพื่อนร่วมงาน.....	51
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน.....	53
ไมโคร เอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์	

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	55
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	55
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	55
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	70
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	70
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	72
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	72
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	73
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	74
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	75
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	82
สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	82
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	84
อภิปรายผลการวิจัย.....	86
ข้อเสนอแนะ.....	97
บรรณานุกรม.....	100
ภาคผนวก.....	105
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	132

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1. จำนวนร้อยละของสมาชิก จำแนกตามเพศ สถานภาพสมรส และระดับการศึกษา.....	75
2. ค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานขององค์ประกอบ อายุ รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว ภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว ลักษณะกายภาพ ในที่ทำงานสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา สัมพันธภาพระหว่าง	76
3. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านครอบครัวและองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน	78
4. ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานที่มีผลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน	80
5. แสดงองค์ประกอบ ที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน	81
6. ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านด้านครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน.....	75
7. ความฉลาดทางอารมณ์.....	122
8. สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว	124
9. ภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว.....	125
10. สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา.....	126
11. ลักษณะทางกายภาพในที่ทำงาน.....	127
12. สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน.....	128
13. ความเครียดในการใช้จ่ายเงิน.....	129

ภูมิหลัง

สังคมในปัจจุบันเป็นสังคมที่มีการแข่งขันสูงเพื่อความอยู่รอดของแต่ละบุคคล ในชีวิตประจำวันของมนุษย์ทุกคน ต้องเผชิญกับสิ่งต่าง ๆ มากมาย โดยเฉพาะในสภาพสังคมปัจจุบันที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สภาพความเปลี่ยนแปลงทางสังคม เศรษฐกิจ วัฒนธรรม ที่มีความซับซ้อนเชิงโครงสร้างของสังคม การพัฒนาทางเทคโนโลยีที่ไม่สอดคล้องกับการพัฒนาทางจิตใจ ค่านิยมทางวัตถุ ปัญหาความตกต่ำทางเศรษฐกิจ การเปลี่ยนแปลงสภาพครอบครัวและชุมชน ล้วนส่งผลเป็นปัญหาความเครียดที่แต่ละบุคคลจะต้องเผชิญและปรับตัว ดังที่ กวี สุวรรณกิจ (2533:66) กล่าวว่า การเปลี่ยนแปลงด้านกิจวัตรประจำวัน ความสัมพันธ์ในครอบครัว การเปลี่ยนแปลงวิธีทำงานไปสู่รูปแบบที่ดี ประสิทธิภาพการแข่งขัน ปัญหาการคมนาคม มลภาวะ ความจำเป็นในด้านการเงินที่มากขึ้นทำให้เราต้องแข่งขันเพื่อให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงและเกิดการพัฒนา จึงเป็นสาเหตุของความเครียด

ความเครียดเป็นประสบการณ์ชีวิตที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ เพราะความเครียดเป็นผลมาจากการที่มนุษย์มีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม (Kneish and Others.1992 : 80) เป็นปฏิสัมพันธ์ที่กระตุ้นการตอบสนองซึ่งกันและกันเมื่อขาดสมดุลทำให้ความเครียดซึ่งส่งผลต่ออารมณ์ อารมณ์เครียดที่เกิดขึ้นแสดงออกทั้งทางร่างกายและจิตใจ กล่าวคือ ในทางร่างกายบุคคลนั้นจะเกิดอาการไม่สบายในระบบต่าง ๆ เช่น ปวดศีรษะ ความดันโลหิตสูง นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย ในทางจิตใจจะเกิดเป็นความทุกข์ใจ เคร่งเครียด กังวล ขาดสมาธิ มองโลกในแง่ร้าย ซึ่งจะก่อเกิดผลกระทบต่องาน ครอบครัว ชุมชน และสังคม มีความขัดแย้งในสัมพันธภาพ ปัญหาอาชญากรรมความรุนแรง ยาเสพติดตามมา ความเครียดจึงสามารถเกิดขึ้นกับทุกเพศทุกวัย ทุกอาชีพ ทุกคนล้วนแล้วแต่ต้องเผชิญกับความเครียดกันทั้งนั้น เมื่อเกิดภาวะความเครียดจากปัญหา การตอบสนองต่อภาวะความเครียดของแต่ละบุคคลจึงแตกต่างกันไป แม้ความเจริญทางเทคโนโลยีที่เพิ่มขึ้นจะทำให้มีความสะดวกสบายรวดเร็วมากขึ้นก็ตาม แต่คนกลับมีความเครียดความกดดันเพิ่มขึ้น มีความเข้าใจชีวิตลดลง

ปัจจุบันกรุงเทพมหานคร มีประชากรอาศัยอยู่มากกว่าหนึ่งล้านคน ซึ่งอาศัยอยู่ในชุมชนแออัดมากกว่า 1400 แห่ง เนื่องจากปัญหาค่าครองชีพ ปัญหาเกี่ยวกับการดำรงชีวิต เศรษฐกิจ และสถานภาพความเป็นอยู่ ของประชากรในกรุงเทพมหานคร แต่ละคนต้องดิ้นรนเพื่อความอยู่รอดของครอบครัว เมื่อปัญหาประดังเข้ามาจนไม่สามารถหาทางออกได้จึงต้องหันไปพึ่งพาแหล่งเงินกู้นอกระบบ ที่คิดดอกเบี้ยในอัตราร้อยละ 20 บาท ต่อเดือน หรือดอกกลอยร้อยละ 10 บาทต่อวัน ดังนั้น โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เป็นหน่วยงานอิสระองค์กรระหว่างประเทศ เรียกว่าองค์กรช่วยเหลือบรรเทาทุกข์ของคณะอนุชชนนานาชาติ ซึ่งเป็นองค์กรคริสเตียนซึ่งดูแลรับผิดชอบโครงการที่นำการเปลี่ยนแปลงและความช่วยเหลือไปสู่คนยากจน โดยสร้างทางเลือกใหม่ในด้านการเงิน ในอัตราค่าดำเนินการที่ต่ำมาก เพียงร้อยละ 15 บาทต่อปี เพื่อช่วยลดภาระและความกดดันอย่างหนักหน่วง โดยให้คำแนะนำ ฝึกอบรม สนับสนุนเงินทุนในการประกอบอาชีพ สำหรับสมาชิกที่เข้าร่วมโครงการจะได้รับเงินทุนขนาดเล็ก การสะสมเงินออม การพัฒนาส่วนตัว และการให้กำลังใจกันและกัน ผ่านการประชุมกลุ่มย่อยอย่างเป็นประจำทุกสัปดาห์ เพื่อช่วยนำการพัฒนาไปสู่ชุมชนในภาพรวม

ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นพนักงานของโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ และได้สัมภาษณ์สมาชิกเกี่ยวกับปัญหาที่ต้องเผชิญในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็นปัญหาการประกอบอาชีพ การทำงาน รายได้ ไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย และความหิวหยาพุ่มเพื่อที่ไม่สามารถหักห้ามใจได้ จึงต้องมาพึ่งพาเงินนอกระบบ ตามแหล่งเงินต่าง ๆ ซึ่งบางรายอาจต้องพึ่งพาเงินนอกระบบครั้งเดียวหลาย ๆ แห่งด้วยกัน และบางครั้งก็ไม่สามารถชำระหนี้ตามที่ตกลงไว้ จึงกลายเป็นการสะสมปัญหาสะสมความเครียด จนบางคนไม่สามารถที่จะหาทางออกได้ จึงต้องหันไปพึ่งพายาเสพติด และอาจก่ออาชญากรรม จนเป็นปัญหาของสังคมได้

ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงได้สำรวจปัญหาเบื้องต้นกับสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จำนวน 40 คน โดยใช้คำถามปลายเปิดจำนวน 2 ข้อ ดังต่อไปนี้

คำถามข้อแรก ถามว่า “ในขณะนี้ท่านคิดว่าท่านมีปัญหาหรือไม่ ถ้ามีคือปัญหาใด” จากคำตอบของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เรียงลำดับจากปัญหามากที่สุดไปหาน้อยที่สุด พบว่า สมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ ตอบว่ามีปัญหาในเรื่องค่าใช้จ่ายจำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 40 ได้แก่ ค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ไม่เพียงพอไม่ว่าจะเป็นค่าใช้จ่ายส่วนตัว ค่าใช้จ่ายในครอบครัว และค่าใช้จ่าย ค่าน้ำประปา ค่าไฟฟ้า ค่าโทรศัพท์ และค่าอาหาร จนมีอาการเครียด เช่น นอนไม่หลับ

รับประทานอาหารไม่ค่อยได้ รู้สึกหงุดหงิดจนบางครั้งทำงานไม่ได้ เป็นต้น รองลงมามีปัญหาในเรื่องรายได้ จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 27.5 ได้แก่ รายได้ไม่เพียงพอต่อค่าครองชีพที่สูงขึ้น เพราะต้องรับภาระเลี้ยงดูครอบครัวเพียงลำพัง รองลงมา มีปัญหาเรื่องครอบครัว จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 20 ได้แก่ ปัญหาการหย่าร้าง ปัญหาครอบครัวแตกแยก และปัญหาของสมาชิกไม่รู้จักบทบาทในหน้าที่ของตนเอง และอันดับสุดท้าย มีปัญหาในเรื่องการทำงาน จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 12 ได้แก่ เกิดความขัดแย้งระหว่างเพื่อนร่วมงาน

คำถามข้อที่สอง ถามว่า “จากปัญหาข้อที่ 1 ท่านคิดว่าเกิดจากสาเหตุใด”

พบว่าปัญหาในเรื่องค่าใช้จ่าย ซึ่งเกิดจากการมีภาระรับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ภายในครอบครัวมาก ปัญหาในเรื่องค่าใช้จ่าย เกิดจากการมีรายได้น้อย หรือบางรายตกงาน รายรับไม่เพียงพอต่อค่าครองชีพที่สูงขึ้นต้องรับภาระเลี้ยงดูครอบครัวเพียงคนเดียว ปัญหาเรื่องครอบครัวเกิดจาก การหย่าร้าง ครอบครัวแตกแยก สมาชิกไม่รู้จักบทบาทในหน้าที่ของตนเอง และปัญหาในเรื่องการทำงาน เกิดจาก การเอาเปรียบกัน และมีความคิดเห็นที่แตกต่างกัน

จากการสำรวจปัญหาเบื้องต้น สรุปว่าปัญหาของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน เขตคลองเตย น่าจะมีปัญหาในด้านความเครียดในการใช้จ่าย มากที่สุดดังที่ อัมพร โอตระกูล. (2538;25 อ้างมาจาก (Robinson,1983) กล่าวว่า เมื่อเกิดมีสิ่งมาคุกคามใจคนเราจะรู้สึกเครียดหรือไม่ก็ขึ้นอยู่กับความรู้สึกส่วนตัวของแต่ละบุคคล เพราะความเครียดจะเกี่ยวข้องกับภาวะที่คุกคามนั้นกับการตัดสินใจรับรู้สำหรับคนที่รู้สึกที่ไม่สามารถเผชิญกับสภาวะนั้นได้ก็จะเกิดความเครียดขึ้น มนุษย์เรามีความต้องการทางด้านร่างกาย ทางอารมณ์และจิตใจ และทางสังคม ในการดำรงชีวิต เมื่อความต้องการเหล่านั้นไม่เป็นไปตามความต้องการหรือความคาดหวังก็จะเกิดเป็นความคับข้องใจแสดงออกในรูปความเครียด เช่น การเงิน ความอยากมีชื่อเสียง ความก้าวหน้าในอาชีพการงาน เป็นต้น

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัวและด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานกับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปमेंท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาองค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปमेंท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อสร้างสมการความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปमेंท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เพื่อใช้เป็นข้อมูลประกอบการวางนโยบายในการพิจารณาหาแนวทางในการลดความเครียดของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปमेंท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปमेंท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จำนวน 250 คน เป็นสมาชิกชายจำนวน 77 คน และสมาชิกหญิงจำนวน 173 คน ซึ่งใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1. ตัวแปรอิสระ แบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบ ได้แก่

- 1.1 องค์ประกอบด้านส่วนตัว ได้แก่

- 1.1.1 เพศ
- 1.1.2 อายุ
- 1.1.3 สถานภาพสมรส
- 1.1.4 ระดับการศึกษา
- 1.1.5 รายได้
- 1.1.6 ความฉลาดทางอารมณ์

1.2 องค์ประกอบด้านครอบครัว ได้แก่

1.2.1 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว

1.2.2 ภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว

1.3 องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน ได้แก่

1.3.1 ลักษณะกายภาพในที่ทำงาน

1.3.2 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา

1.3.3 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความเครียดในการใช้จ่ายเงินหมายถึง ความรู้สึกไม่สบายใจของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อันทำให้เกิดความรู้สึกว่าไม่สามารถแก้ปัญหาในการใช้จ่ายเงินได้ จนเกิดอาการทางร่างกาย จิตใจ และการแสดงออกทางพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมในการดำรงชีวิตประจำวัน ดังนี้

1.1 อาการทางร่างกาย ได้แก่ หัวใจเต้นแรง ปวดศีรษะ เบื่ออาหาร นอนไม่หลับ เจ็บป่วยบ่อย ไม่กระปรี้กระเปร่า มือเท้าเย็นผิดปกติ และอ่อนล้า

1.2 อาการทางจิตใจ ได้แก่ ไม่มีความสุข สับสน หงุดหงิดง่าย หวาดกลัว อึดอัดขาดความมั่นใจในตนเอง เบื่องาน เบื่อเพื่อน และเบื่อครอบครัว

1.3 การแสดงออกทางพฤติกรรม ได้แก่ ไม่สามารถทำอะไรได้นาน ๆ ขาดงานบ่อย มาทำงานสายและย่ำคิดย่ำทำ

2. องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการ

ก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร หมายถึงสิ่งที่ส่งผลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบได้แก่ องค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1 องค์ประกอบด้านส่วนตัว ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครอบครัว ระดับการศึกษา อาชีพ ประสบการณ์การทำงาน รายได้ และสุขภาพจิต ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1.1 เพศ ได้แก่ เพศชาย และเพศหญิง

2.1.2 อายุ หมายถึง จำนวนปีของสมาชิกตามปฏิทินสากลนับจากแรกเกิดจนถึงปัจจุบัน

2.1.3 สถานภาพสมรส ได้แก่

2.1.3.1 โสด

2.1.3.2 คู่

2.1.3.3 หม้าย หรือหย่าร้าง แยกกันอยู่

2.1.4 ระดับการศึกษา ได้แก่

2.1.4.1 ต่ำกว่าปริญญาตรี

2.1.4.2 ปริญญาตรี

2.1.4.3 สูงกว่าปริญญาตรี

2.1.5 ประสบการณ์การทำงาน หมายถึง ระยะเวลาจำนวนปีที่สมาชิกเริ่มทำงานจนถึงปัจจุบัน

2.1.6 รายได้ หมายถึง เงินที่ได้จากการทำงานในแต่ละเดือน

2.1.7 ความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง สภาวะทางจิตใจของสมาชิกที่จะปรับตัวให้มีความสุขอยู่กับบุคคลและสิ่งแวดล้อมได้ดี มีสัมพันธภาพอันดีกับคนอื่น และดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสุขอย่างสุขสบาย

2.2 องค์ประกอบด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว และการระบอบการรับผิดชอบต่อครอบครัว ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.2.1 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ กับบุคคลในครอบครัว หมายถึงการปฏิบัติตนของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ ต่อบุคคลในครอบครัว ได้แก่ บิดา มารดาและญาติพี่น้อง และการปฏิบัติตนของบุคคลในครอบครัว ได้แก่ บิดา มารดาและญาติพี่น้องต่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ดังนี้

2.2.1.1.1 การปฏิบัติตนของสมาชิกต่อบุคคลในครอบครัว ได้แก่ การดูแลเอาใจใส่ต่อบุคคลในครอบครัว การช่วยเหลือด้านต่าง ๆ การทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน การพูดคุยและการแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ของครอบครัว

2.2.1.1.2 การปฏิบัติของบุคคลในครอบครัวต่อสมาชิก ได้แก่ การเอาใจใส่ดูแล ให้คำปรึกษาและคอยช่วยเหลือเมื่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ มีปัญหาในด้านการทำงาน และเรื่องส่วนตัว

2.2.2 ภาระความรับผิดชอบต่อบริษัท หมายถึง สิ่งที่สมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ ต้องรับผิดชอบต่อบุคคลในครอบครัวในแต่ละเดือน ได้แก่ การดูแลครอบครัว ซึ่งประกอบด้วย การดูแลบิดามารดา บุตร ธิดา ญาติพี่น้อง การรับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ภายในครอบครัว เกี่ยวกับค่าใช้จ่ายของสมาชิกในครอบครัว ค่าเช่าบ้าน และค่าใช้จ่ายภายในบ้าน เกี่ยวกับ ค่าน้ำ ค่าไฟ และค่าโทรศัพท์

2.3 องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน ได้แก่ ลักษณะกายภาพในที่ทำงาน สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา และสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.3.1. ลักษณะทางกายภาพในที่ทำงาน หมายถึง สภาพแวดล้อมในที่ทำงาน ได้แก่ สถานที่ทำงาน และวัสดุ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการทำงาน ที่ทำให้การทำงานประสบความสำเร็จ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.3.1.1 สถานที่ทำงาน ได้แก่ ลักษณะที่ตั้งและบริเวณที่ทำงานขนาดของห้องทำงานพอเหมาะเมื่อเทียบกับจำนวนพนักงาน มีความเป็นระเบียบเรียบร้อยของห้องทำงาน มีความสะอาด มีอากาศถ่ายเทสะดวก อุณหภูมิ และแสงสว่างเพียงพอ พื้นที่ทำงานปราศจากกลิ่น และเสียงรบกวน

2.2.3.1.2 วัสดุ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการทำงาน ได้แก่ มีวัสดุ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกเพียงพอเมื่อเทียบกับจำนวนพนักงาน และมีความทันสมัย เหมาะสมในการใช้งาน

2.3.2 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ ต่อผู้บังคับบัญชา หมายถึง การปฏิบัติตนของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ ต่อผู้บังคับบัญชา และการปฏิบัติตนของผู้บังคับบัญชาต่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ เพื่อให้เกิดความสัมพันธที่ดีต่อกัน ดังนี้

2.3.2.1 การปฏิบัติตนของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ ต่อผู้บังคับบัญชา ได้แก่การให้ความเคารพนับถือ เชื้อมั่นในความสามารถ การยอมรับการตัดสินใจ การปรึกษา เมื่อเกิดปัญหา กล่าวแสดงความคิดเห็น การปฏิบัติตามคำสั่ง การให้ความร่วมมือในการทำงาน และทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตามกำหนด

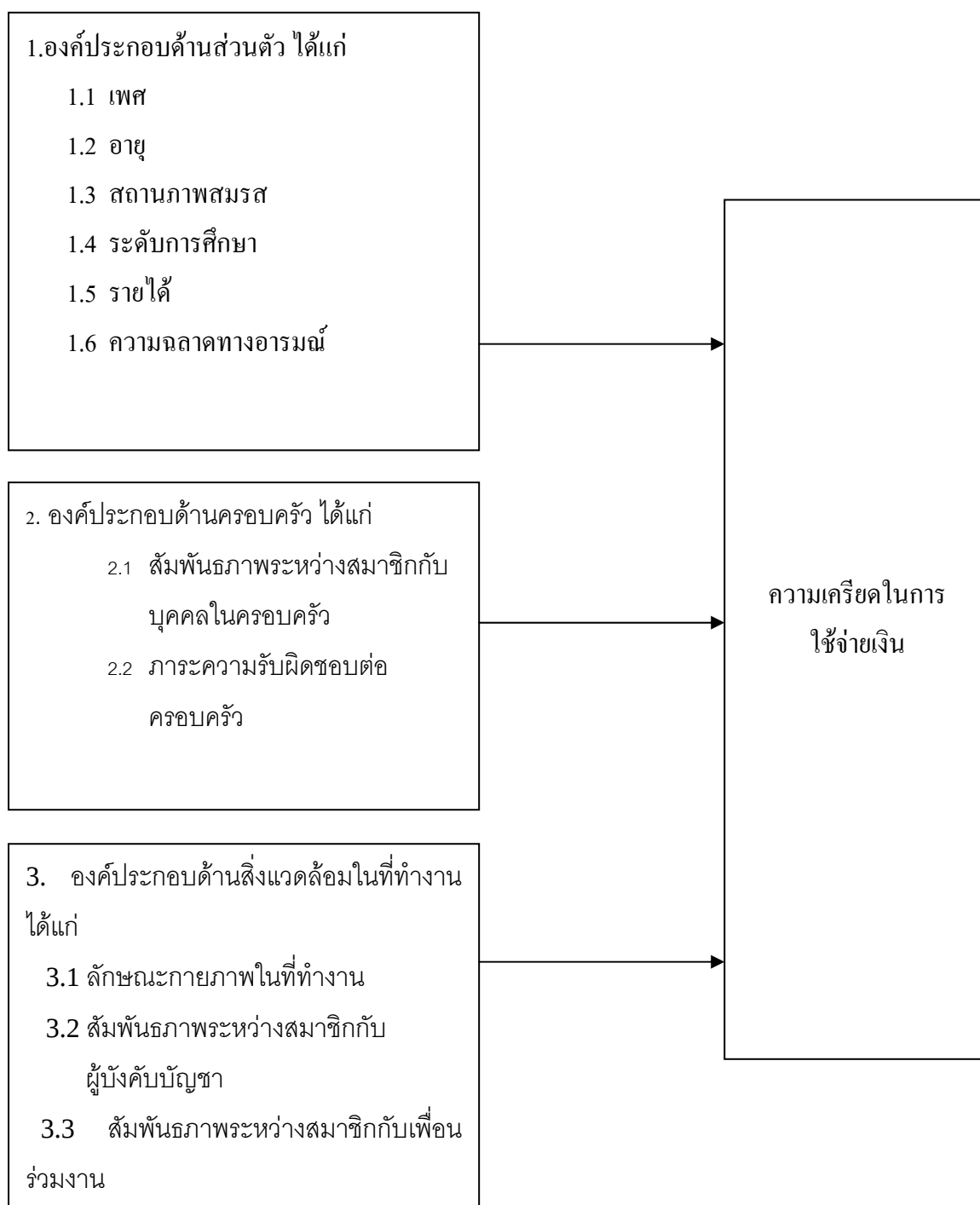
2.3.2.2 การปฏิบัติตนของผู้บังคับบัญชาต่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ ได้แก่ การให้ความเป็นกันเอง การให้ความไว้วางใจ การเอาใจใส่ การช่วยเหลือสนับสนุนในการทำงาน การเป็นที่ปรึกษาที่ดี รับฟังความคิดเห็น และมีความยุติธรรม

2.3.3 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ กับเพื่อนร่วมงาน หมายถึง การปฏิบัติตนของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ ต่อเพื่อนร่วมงาน และการปฏิบัติตนของเพื่อนร่วมงาน ต่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ ทั้งในและนอกสถานที่ เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ ความปรารถนาดี เอาใจใส่ ให้ความไว้วางใจ ให้เกียรติยกย่องนับถือ ยอมรับความสามารถ ของเพื่อนร่วมงาน การช่วยเหลือซึ่งกันและกันทั้งในด้านการทำงาน และเรื่องส่วนตัว การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่อกัน มีความเป็นกันเอง ใกล้ชิดสนิทสนม ทำงานต่างๆ ร่วมกันด้วยความรัก ความสามัคคี และร่วมมือกันแก้ไขปัญหา

กรอบแนวคิดในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



ความเครียดในการใช้จ่ายเงิน เกิดจากองค์ประกอบ 3 ด้าน ได้แก่ องค์ประกอบด้านส่วนตัว ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครอบครัว ระดับการศึกษา อาชีพ ประสบการณ์การทำงาน รายได้ และสุขภาพจิต องค์ประกอบด้านครอบครัว ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว และภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน ได้แก่ ลักษณะกายภาพในที่ทำงาน สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา และสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน ผู้วิจัยจึงขอตั้งสมมติฐาน ดังนี้

สมมติฐานของการวิจัย

1. องค์ประกอบด้านส่วนตัว องค์ประกอบด้านครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปमेंท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร
2. องค์ประกอบด้านส่วนตัว องค์ประกอบด้านครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปमेंท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบที่ศึกษาค้นคว้า
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบที่ศึกษาค้นคว้า
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรส์ ดีเวลลอป
मेंท์

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับกับความเครียดในการใช้จ่าย

1.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการใช้จ่าย

1.1.1 ความหมายของเครียด

“ความเครียด” ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 หมายถึง
อาการที่สมองไม่ได้ผ่อนคลายเพราะเคร่งเครียดอยู่กับงานมากเกินไป

ความเครียด (Stress) เป็นคำที่มาจากภาษาละติน คือ Strietus หรือ Strict หมายถึงความ
กดดัน (Noah Webster, 1968) ทำให้มีความรู้สึกไม่สบายใจ เป็นภาวะที่ทำให้เกิดความวุ่นวาย
ทางจิตใจทำให้บุคคลนั้น ๆ เสียความสมดุลของตนเอง ซึ่งเป็นแรงผลักดันให้มีพฤติกรรม
เปลี่ยนแปลงไปเพื่อให้ความรู้สึกดังกล่าวลดน้อยลง และรักษาสมดุลไว้

มีผู้ให้ความหมายของความเครียดไว้ดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 (2543:231) ได้อธิบายความหมายของ
คำว่า เครียด เป็นอาการที่สมองไม่ได้ผ่อนคลายเพราะคร่ำเคร่งอยู่กับงานมากเกินไป หรือลักษณะ
อาการที่จิตใจมีอารมณ์บางอย่างกดดันกับความรู้สึกอย่างรุนแรง

ส่วนพจนานุกรมของออกซ์ฟอร์ด (1988 : 626) ได้ให้ความหมายของความเครียดว่า เป็นสภาวะที่เป็นสาเหตุให้เกิดความเศร้าใจ เกิดความเจ็บป่วยทางจิตใจ และเกิดความกังวล เป็นต้น โดยสาเหตุของความเครียดนั้นอาจเกิดจากการทำงาน ความยากจน ความกลัว

ความเครียดคือปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นจากการสะสมความกดดันต่าง ๆ นานนาไว้ในร่างกาย และจิตใจเป็นปริมาณพอสมควร และสำแดงออกเป็นอาการตึงเครียดให้เป็นปริมาณความกดดันมากหรือกดดันน้อยแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล (นิมิต ศัลยา. 2532:1)

สุวณีย์ แก้วกิ่งแก้ว (2527 : 92) กล่าวถึงความเครียดว่า คือการตอบสนองของบุคคลที่ระบุน้อย่างชัดเจนไม่ได้ต่อสภาวะการณ์บางอย่างที่คุกคามต่อความมั่นคงปลอดภัยของชีวิต ซึ่งการตอบสนองมีลักษณะจำเพาะในตัวบุคคล ไม่จำเป็นต้องเหมือนกัน จะปรากฏให้เห็นเป็นรูปอาการแสดงออกบางอย่าง และเป็นต้นเหตุทำให้มีการเปลี่ยนแปลงหลาย ๆ อย่างภายในร่างกายของบุคคล ทำให้บุคคลต้องมีการปรับตัวทั้งร่างกาย และจิตใจ

สุจิต สุวรรณชีพ (2532 : 1) กล่าวว่า ความเครียดเป็นภาวะจิตใจของเราเองที่ตื่นตัวเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์ หรือความกดดันอย่างใดอย่างหนึ่งอันไม่พึงประสงค์ ซึ่งเราคาดคิดว่าสถานการณ์หรือความกดดันนั้น ๆ หนักหนา หรือเกินกว่ากำลังความสามารถในยามปกติของเราจะแก้ไขหรือขจัดปัดเป่าให้หมดสิ้นหรือบรรเทาเบาบางลงได้

เซลเย่ (Selye. 1956 : 53-54) กล่าวว่า ความเครียดเป็นภาวะที่ร่างกายและจิตใจมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่มากระตุ้นทั้งภายในและภายนอกร่างกาย ซึ่งมาคุกคามหรือขัดขวางการทำงาน การเจริญเติบโต และความต้องการของมนุษย์ เป็นผลให้มีการเปลี่ยนแปลงในการร่างกายเกี่ยวกับโครงสร้างและปฏิกิริยาทางเคมี เพื่อต่อต้านการคุกคามนั้น ทำให้อวัยวะและจิตใจขาดสมดุล

ลาซาลัส (Lazarus. 1976 : 47) กล่าวว่า การดำรงชีวิตของมนุษย์ต้องอาศัยสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ซึ่งบางครั้งสิ่งแวดล้อมเหล่านี้มีผลกระทบหรือคุกคามต่อการทำงานของทางร่างกายและจิตใจสิ่งที่คุกคามชีวิตดังกล่าวนี้อาจทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดปฏิกิริยาตอบสนอง อันเป็นผลทำให้เกิดความเครียดขึ้น

อัมพร โอตระกุล (2540 : 60) ได้ให้ความหมายว่า ความเครียดเป็นความรู้สึกและเป็นปฏิกิริยาตอบสนองทางร่างกาย และจิตใจของบุคคลที่มีต่อสิ่งเร้า หรือสถานการณ์ที่ไม่พึงปรารถนา

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2541 : 2) ได้ให้ความหมายของความเครียดว่าเป็นเรื่องของจิตใจที่เกิดความดันต่ำ พร้อมรับเหตุการณ์อย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งไม่น่าพึงพอใจ และเป็นเรื่องที่เราคิดว่าหนักหนาสาหัส เกินกำลังความสามารถที่จะแก้ไขได้ ทำให้เกิดความรู้สึกหนักใจ และทำให้เกิดอาการผิดปกติทางร่างกายขึ้นด้วย หากความเครียดนั้นมีมาก และคงอยู่เป็นเวลานาน

ศรีเรือน แก้วกังวาน (2542 : 1) ได้ให้ความหมายของความเครียดว่าเป็นสภาวะอารมณ์ประเภทหนึ่ง โดยเป็นปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าทั้งภายนอกและภายใน การตอบสนองต่อภาวะที่ทำให้เกิดความเครียดเป็นเรื่อง “เฉพาะตัว” ความเครียดจะมีผลต่อสภาพร่างกายและจิตใจของบุคคลทั้งทางบวกและทางลบ กล่าวคือบุคคลที่มีความเครียดในระดับสูงจะมีผลทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บทั้งทางร่างกายและทางลบ กล่าวคือ บุคคลที่มีความเครียดในระดับสูงจะมีผลทำให้เกิดโรคภัยไข้เจ็บทั้งทางร่างกายและจิตใจหลายประการตั้งแต่เบาจนถึงหนัก อย่างไรก็ตาม ความเครียดในระดับต่ำจะมีผลทางบวกต่อพฤติกรรมในด้านต่าง ๆ เช่น มีความกระตือรือร้น มีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักปรับตัว เป็นต้น

สร้อยศรี อนันต์ประเสริฐ (2544 :13) กล่าวว่า ความเครียดหมายถึง ภาวะที่ร่างกายและจิตใจมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นทั้งจากภายในและภายนอกร่างกาย ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างและปฏิกิริยาเคมีภายในร่างกาย และทำให้ร่างกายและจิตใจขาดความสมดุล โดยจะแสดงอาการต่าง ๆ ออกจากร่างกายที่มีลักษณะไม่เฉพาะเจาะจง ซึ่งเป็นสัญญาณเตือนให้ร่างกายจะต้องมีการปรับเปลี่ยนให้เกิดภาวะสมดุล

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าความเครียดหมายถึง ภาวะที่ร่างกายหรือจิตใจถูกกระตุ้นเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มาจากภายนอกและภายในร่างกาย เป็นผลให้ร่างกายหรือจิตใจเสียสมดุล เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย และ หรือจิตใจ โดยแต่ละคนจะการแสดงออกที่แตกต่างกัน ซึ่งความเครียดสามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน ทุกเพศ ทุกวัย ไม่สามารถหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับความเครียดที่เกิดขึ้นได้

1.1.2 ทฤษฎีความเครียด

แนวคิดของเซลเย (Selye. 1958 : 31-31) ได้กล่าวว่า ความเครียด เกิดขึ้นจากการที่ร่างกายถูกคุกคามหรือถูกกระตุ้นด้วยสิ่งเร้าบางอย่างจนทำให้เกิดความเครียด ซึ่งอาจเป็นสิ่งที่ดีและสิ่งที่ไม่ดี จะทำให้ร่างกายเราเปลี่ยนแปลงไป และเกิดการตอบสนองทำให้มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านสรีระวิทยา และชีวเคมีทางร่างกาย และมีการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมต่าง ๆ ซึ่งจะเรียกการเปลี่ยนแปลงนี้ว่าการปรับตัว (General Adaptation Syndrome) และได้แบ่งปฏิกิริยาของร่างกาย ที่ต่อต้านความเครียดไว้ 3 กระบวนการ ดังนี้

1. ระยะสัญญาณอันตราย (Alarm Reaction Stage) เป็นปฏิกิริยาตอบสนองของบุคคลต่อสิ่งเร้า หรือตัวกระตุ้นที่ก่อให้เกิดภาวะความเครียดในระยะแรก เป็นระยะเริ่มต้นของการมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้นหรือที่มากคุกคามซึ่งทำให้เกิดขึ้นในระยะเวลานั้น ขึ้นอยู่กับความรุนแรงของตัวกระตุ้น อาการแสดงนั้นเป็นผลเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทอัตโนมัติซิมพาเทติก และต่อมพิทูอิทารีส่วนหน้า แบ่งออกเป็น 2 ระยะ คือ

1.1 ระยะช็อก (Phase of Shock) เป็นระยะแรกของการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่บุคคลถูกรบกวน จะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงความสมดุลของร่างกาย ปฏิกิริยาจะเกิดขึ้นเป็นอันดับแรกที่สมองส่วนคอร์เทกซ์ แล้วส่งคลื่นประสาทมากระตุ้นต่อมพิทูอิทารีส่วนหน้า ประสาทอัตโนมัติซิมพาเทติกและต่อมหมวกไตตามลำดับ ทำให้เกิดการหลั่งฮอร์โมนแอดรีนาลินคอร์ติโคสเตียรอยด์คอร์ติโคโทรฟิค และโกนาโดโทรฟิคเข้าสู่กระแสเลือดเพิ่มขึ้น ในระยะนี้พบว่ามีการสลายโปรตีนของกล้ามเนื้อ มีการหลั่งน้ำย่อยในกระเพาะอาหารเพิ่มขึ้น และเซลล์ตับมีการหลั่งฮีปาทามีนเพิ่มขึ้น มีน้ำและเกลือโซเดียมคั่งระหว่างเซลล์ ระดับโปรตีนเชื่อมในเลือดสูงขึ้น ซึ่งโปรตีนเชื่อมสูงขึ้นนี้จะมีผลกดสมองส่วนกลาง ทำให้การตั้งตัวของกล้ามเนื้อหัวใจลดลง หลอดเลือดไปเลี้ยงกล้ามเนื้อขยายตัว ในขณะที่หลอดเลือดฝอยส่วนปลายตามผิวหนังและข้อต่อหดตัว ถ้าปฏิกิริยาที่เกิดขึ้นรุนแรงมากความดันโลหิตอาจจะตกต่ำลง อาจมีอาการช็อกหรือหัวใจหยุดเต้น ร่างกายจะใช้พลังงานจนหมด ซึ่งเข้าสู่ระยะต่อต้านช็อก

1.2 ระยะต่อต้านภาวะช็อก (Phase of Counter Shock) เป็นระยะถัดจากระยะช็อก ซึ่งถ้าร่างกายมีการปรับตัวกลับสู่ภาวะสมดุล โดยมีการดึงกลไกการต่อสู้ของร่างกายออกมาช่วยเหลือระบบต่าง ๆ ของร่างกายเริ่มประสานกันอย่างมีระเบียบ ต่อมพิทูอิทารีจะขับฮอร์โมนคอร์ติโคโทรฟิคเพิ่มขึ้น ส่วนต่อมหมวกไตจะมีการหลั่งฮอร์โมนกลูโคคอร์ติคอยด์เพิ่มขึ้น ทำให้อัตราการเผาผลาญของร่างกายสูงขึ้น ร่วมกับการเร่งของประสาทอัตโนมัติ ซิมพาเทติก อาการที่แสดง

ตรวจพบคือ อัตราการของหัวใจจะแรง และเร็ว ความดันโลหิตสูงขึ้น หายใจเร็ว มีอาการคลื่นไส้ หรืออาเจียน ม่านตาจะขยายและเหงื่อออกมากผิดปกติ

2. ระยะต่อต้าน (Stage of Resistance) เป็นระยะที่บุคคลคิดหาวิธีที่จะนำมาใช้ในการปรับตัวเพื่อต่อสู้กับภาวะความเครียด ระยะนี้จะมีการแสดงพฤติกรรมออกมาทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทางด้านร่างกายจะมีการกระทำโดยตรง ทางด้านจิตใจอาจจะมีการใช้กลไกทางจิต พฤติกรรมที่แสดงออกมาจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับความรุนแรงของสิ่งที่มากระตุ้น หากการปรับตัวโดยใช้กลวิธีต่าง ๆ อย่างเต็มที่ต่อสิ่งที่มาคุกคามได้ดี ผลที่ตามมาคือ อาการจะดีขึ้นหรือหายไปแต่ถ้ายังได้รับสิ่งที่มากระตุ้นที่ก่อให้เกิดความเครียดอยู่ ร่างกายก็จะสูญเสียการปรับตัวอีกและเข้าสู่ระยะที่ 3 คือระยะหมดกำลัง

3. ระยะหมดกำลังใจ (Stage of Exhaustion) เนื่องจากความสามารถในการปรับตัวของสิ่งมีชีวิตต้องมีจุดจบ ถ้าตัวกระตุ้นก่อให้เกิดความเครียดรุนแรงและไม่สามารถขจัดออกไป ได้ สิ่งมีชีวิตจะเกิดการหมดกำลังใจ อาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในระยะเดีอนก็จะกลับมาอีก และถ้าหากไม่ได้รับความช่วยเหลือหรือประคับประคองจากภายนอกอย่างเพียงพอ กลไกการปรับตัวจะล้มเหลวเกิดโรค และเสียชีวิตได้ในที่สุด (Selye Hans, 1956 อ้างถึงใน ทิพา หอมสวัสดิ์, 2543)

ลาซารัสและฟอล์คแมน (Lazarus & Folkman, 1984 : 22) ได้พัฒนาแนวคิดเกี่ยวกับความเครียดและอธิบายว่า ความเครียดไม่ได้ขึ้นอยู่กับบุคคลหรือสิ่งแวดลอม แต่คนกับสิ่งแวดลอมจะมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน ดังนั้นความเครียด (Stress) จึงหมายถึงเหตุการณ์ที่บุคคลประเมินว่ามีผลต่อสวัสดิภาพของตนเอง และตนเองจะต้องใช้แหล่งประโยชน์ในการปรับตัวที่มีอยู่อย่างเต็มที่ หรือเกินกำลัง นั่นคือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจะเครียดหรือไม่ขึ้นอยู่กับประเมินความสมดุลระหว่างความต้องการกับแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่ ของบุคคลนั้น การตัดสินใจว่าเครียดของบุคคลต้องผ่านกระบวนการความรู้สึกนึกคิด

ทฤษฎีของกลุ่มที่เชื่อในอิทธิพลของสังคม ประเพณี และวัฒนธรรม (Social-Cultural Concept) (สุรศักดิ์ ศาณูจารย์, 2536 : 33) ซึ่งกล่าวไว้ว่า ความผิดปกติทางจิตอาจเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม ความบีบคั้นในเรื่องการงาน การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม ความเชื่อในบางเรื่องในวันที่เสี่ยงต่อการเจ็บป่วย เช่น วัณโรค วัณโรค หรือวัยเข้าทำงานใหม่ นอกจากนี้ในวัยกลางคน (25 – 35 ปี) เป็นวัยทำงาน ต้องรับผิดชอบ บางคนเพิ่งแต่งงานใหม่ หรือมีลูกคนแรก ต้องปรับตัวต่อปัญหาต่าง ๆ อย่างมาก ถ้าประสบความสำเร็จ ก็จะมีสุขภาพที่ดีเป็นสุข ถ้าล้มเหลวก็ทำให้เกิดความเบื่อหน่ายต่อชีวิตและความวิตกกังวล ไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดลอม ในบางกรณีอาชีพการงานทำให้เกิดความเครียดทางจิตใจ เช่น การขัดแย้งกับหัวหน้า

เพื่อนร่วมงาน การแก่งแย่งชิงดีชิงเด่น ความไม่พอใจ ไม่สนใจในงานอาชีพ ต้องทำงานที่ไม่ชอบ เพราะฐานะทางเศรษฐกิจไม่อำนวย ความรู้สึกไม่มั่นคงในการทำงานอาชีพ หรือความยากจน สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดความเครียดและความกดดันทางอารมณ์

จากทฤษฎีเกี่ยวกับความเครียดจะเห็นได้ว่า ความเครียดที่เกิดขึ้นกับบุคคลจะมีรูปแบบที่เป็นกระบวนการหรือมีขั้นตอน กล่าวคือความเครียดจะเกิดขึ้นเมื่อมีสิ่งเร้า ที่ก่อให้เกิดความไม่สบายกายไม่สบายใจมากระทบต่อบุคคล หรือที่เรียกว่า “สาเหตุของความเครียด” บุคคลก็จะมี การตอบสนองที่แตกต่างกันไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับภูมิหลังของแต่ละบุคคลแต่ละคนด้วย ความเครียดที่เกิดขึ้นอาจจะก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ บุคคลที่ไม่สามารถตอบสนอง ต่อความเครียดในระดับต่ำได้ก็จะมีแนวโน้มที่จะก่อให้เกิดความเครียดในระดับสูงต่อไปได้

1.1.3 ประเภทของความเครียด

มิลเลอร์และคีน (Miller and Heane. 1972 : 915 – 916) ได้แบ่งความเครียดออกเป็น 2 ชนิด ดังนี้

1. ความเครียดทางร่างกาย เป็นความเครียดที่เกิดจากสิ่งที่มากระทบหรือคุกคาม ต่อร่างกาย อาจเป็นสิ่งที่เกิดจากภายในตัวบุคคล เช่นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามวัย ความเจ็บป่วย เป็นต้น หรืออาจเกิดจากสิ่งแวดล้อมภายนอกในร่างกายคน เช่นความร้อน ความเย็น การเกิดอุบัติเหตุ เป็นต้น

2. ความเครียดทางจิตใจ เป็นความเครียดที่เกิดจากสิ่งที่กระทบ หรือคุกคามต่อ จิตใจและความรู้สึกนึกคิดของตน อาจเกิดจากภายในตัวบุคคลเอง เช่น ความรู้สึกผิดหวัง ถูกดูถูก ความล้มเหลว รู้สึกอึดอัดที่ไม่สามารถแสดงออกได้ เป็นต้น หรืออาจเกิดจากสิ่งแวดล้อมภายนอก เช่น ความตึงเครียดของสถานการณ์รอบตัว สภาพครอบครัวสภาพสังคม วัฒนธรรม เศรษฐกิจ หน้าที่การงาน และกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ทางสังคม เป็นต้น

มิลเลอร์และคีน (Miller and Keane) ยังได้แบ่งความเครียดออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความเครียดทางด้านร่างกาย หมายถึง ประสบการณ์ หรือ เหตุการณ์ที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพร่างกาย แบ่งเป็น

1.1 ความเครียดชนิดเฉียบพลัน (Emergency Stress) เกิดขึ้นเมื่อ ร่างกายถูกคุกคามอย่างทันทีทันใด เช่นได้รับบาดเจ็บ อุบัติเหตุ หรืออยู่ในสถานการณ์ที่น่ากลัว

1.2 ความเครียดชนิดต่อเนื่อง (Continuing Stress) เกิดขึ้นเมื่อร่างกายถูก คุกคามอย่างต่อเนื่อง เช่น การเปลี่ยนแปลงตามวัย หรือการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายในบางโอกาส เช่น เจ็บป่วยเรื้อรัง การตั้งครรภ์

2. ความเครียดทางด้านจิตใจ หมายถึง สภาพการณ์ที่เป็นผลกระทบให้เกิดความคับข้องใจ และขัดแย้ง ภายในจิตใจ เป็นปฏิกิริยาตอบสนองอย่างทันทีทันใด เมื่อคิดว่าจะเกิดอันตราย หรืออาจเกิดจากสิ่งแวดล้อมภายนอก เช่น ความอึดอัดในหน้าที่การงาน และกฎระเบียบต่าง ๆ ในสังคม เป็นต้น

นฤมล กิตตะยานนท์ ได้แบ่งความเครียดออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความเครียดที่มีได้เกิดจากงาน (Non-Job Stress) เป็นความเครียดในชีวิตประจำวันของพวกเรา เช่น พี่น้องทะเลาะกัน มีภาวะคับข้องใจเกี่ยวกับความไม่สมบูรณ์ในด้านเศรษฐกิจ หรือ ภาวะเจ็บป่วยของบุคคลในครอบครัว เป็นต้น

2. ความเครียดที่เกิดจากงาน (Job Stress) เป็นความเครียดที่บุคคลได้รับจากการทำงาน เช่น ปัญหาต่าง ๆ ที่พบในที่ทำงาน ความกลัวว่า จะไม่ได้เลื่อนตำแหน่ง กลัวว่าเงินเดือนจะไม่ขึ้น หรือ การแข่งขันชิงดีชิงเด่นในที่ทำงาน เป็นต้น

สมิต อาชนวนิจกุล. (2542 : 23) ได้จำแนกความเครียดตามหลักจิตวิทยา แบ่งออกเป็น 5 ประเภท

1. เกิดจากความกดดัน คนถูกกดดันจากสภาพแวดล้อมและบุคคลรอบข้าง เช่น ลูกน้องถูกกดดันจากหัวหน้างานทำให้งานให้เกิดประสิทธิภาพผลอย่างมากที่สุด บางคนทำไม่ได้ก็เกิดอาการเครียดขึ้นมา และถ้าเป็นมากอาจเป็นโรคประสาทหรือโรคจิตได้

2. เกิดจากความวิตกกังวล คนที่ชอบคิดมาก กังวลกับอดีต วิตกกังวลกับอนาคต ทำให้ขาดความสุขในชีวิต เงินทองไม่พอใช้ คนเหล่านี้จะนอนไม่หลับ หรือนอนหลับยาก รู้สึกผิดปกติ ซึมเศร้า อ่อนเพลีย และไม่อาจบังคับจิตใจของตนให้สงบราบเรียบได้

3. เกิดจากความซับซ้อนใจ โดยปกติคนเรามักจะมีเป้าหมายในชีวิต หรือการทำงาน แต่เมื่อถูกขัดขวางจะเกิดอาการเครียดได้ง่าย

4. เกิดจากความขัดแย้ง ถ้าเกิดความขัดแย้งในใจเมื่อจำเป็นต้องตัดสินใจให้เลือกอย่างใดอย่างหนึ่งหรือเพียงอย่างเดียว บางคนอยากได้เงินมากแต่ไม่ชอบทำงานมาก บางคนเบื่อต่อการทำงานเพราะงานไม่ก้าวหน้า ทำผิดพลาด บ่อยครั้งขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงานหรือขัดแย้งกับผู้บังคับบัญชา หรือผู้ใต้บังคับบัญชา ทำให้กลุ่มใจเกิดอาการเครียดขึ้นทั้งกายและทางใจ

5. เกิดจากความผิดปกติทางร่างกายของตน เช่นความพิการทางด้านร่างกายหรือจิตใจ ถูกดูถูกว่าทำงานไม่เป็นหรือทำงานไม่ได้ บางคนเป็นโรคเรื้อรังรักษาไม่หาย ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง บางคนท้อแท้ต่อการดำรงชีวิต

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด ได้แก่ สาเหตุภายในและภายนอกตัวบุคคล สำหรับสาเหตุภายในแบ่งได้เป็นสาเหตุทางกายและสาเหตุทางจิตใจ สาเหตุทางกายได้แก่ ความเหนื่อยล้าร่างกาย ไม่ได้รับการพักผ่อนเพียงพอ รับประทานอาหารไม่เพียงพอ และไม่ถูกสุขลักษณะความเจ็บป่วยทางร่างกาย ภาวะติดสุราและยาเสพติด สาเหตุทางจิตใจได้แก่ มีอารมณ์ไม่ดีอยู่เสมอ มีความรู้สึกสูญเสียและรู้สึกผิด ความคับข้องใจ บุคลิกภาพแบบจริงจังต่อชีวิต ใจร้อน รุนแรง ก้าวร้าวและต้องพึ่งพาผู้อื่น ส่วนสาเหตุภายนอกได้แก่ การสูญเสีย การเปลี่ยนแปลงในชีวิต ภัยอันตรายจากสิ่งต่าง ๆ ทำงานหนัก รับผิดชอบมากหรืออยู่ในตำแหน่งหน้าที่การงานสูง ความยากจนและสภาพของสังคมเมือง

1.1.4 สาเหตุของความเครียด

ความเครียด คือสภาวะของจิตใจที่ขาดความอดทน อดกลั้น และเต็มไปด้วยความคิดที่ไร้ประโยชน์ อันเนื่องมาจากความกดดันจากภาระหน้าที่การงาน การเงิน ความสัมพันธ์ที่ขัดแย้ง รวมทั้งความไม่ถูกต้อง ความก้าวร้าวรุนแรง และสภาพแวดล้อมที่เป็นพิษ เป็นการบั่นทอนจิตใจให้ขาดพลัง ความเครียดเกิดขึ้นได้จากหลายสาเหตุ หรือปัจจัยหลาย ๆ อย่าง ความเครียดที่เกิดขึ้นมีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล แม้จะมีสาเหตุเดียวกันแต่อาจมีความรุนแรงไม่เท่ากัน ทั้งนี้มีองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องของบุคคลหลายประการคือ พื้นฐานด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมในขณะนั้น และยังขึ้นอยู่กับระดับความมากน้อยของสิ่งมากระตุ้น

อัมพล สุอำพัน (2533 : 91-92) แบ่งสาเหตุของความเครียดออกเป็น 2 สาเหตุดังนี้

1. **สาเหตุภายใน** หมายถึง ความเครียดที่เกิดจากสาเหตุ หรือปัจจัยต่าง ๆ ที่มาจากตัวตน แยกได้ 2 ชนิด คือ

1.1 สาเหตุทางกาย เป็นภาวะบางอย่างของร่างกายที่ทำให้เกิดความเครียด ร่างกายและจิตใจเป็นสิ่งที่แยกจากกันไม่ได้ เมื่อร่างกายเครียดก็จะทำให้จิตใจเครียดด้วย ซึ่งจะมีผลกระทบไปยังจิตใจด้วยเพราะร่างกายและจิตใจเป็นสิ่งที่แยกกันไม่ได้ เช่น ความเจ็บป่วยทางร่างกาย ภาวะติดสุราหรือยาเสพติด เป็นต้น

1.2 สาเหตุทางจิตใจ เช่นอารมณ์ไม่ดีต่าง ๆ ได้แก่ ความกลัว ความโกรธความวิตกกังวล ความเศร้า อารมณ์เหล่านี้บางคนเรียกว่า อารมณ์ความเครียด หรือความรู้สึกสูญเสียชื่อเสียง ความคับข้องใจ ความไม่พอใจ ความรู้สึกบีบคั้น ความทุกข์ใจ ความรู้สึกหมดความภาคภูมิใจ หรือบุคลิกบางชนิดทำให้เกิดความเครียดได้ง่าย เช่น ก้าวร้าว เจ้าระเบียบ ควบคุมอารมณ์ไม่อยู่ ต้องพึ่งพาผู้อื่นอยู่เสมอ เป็นต้น

2. **สาเหตุภายนอก** หมายถึงปัจจัยต่างๆ นอกตัวคนที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียด ได้แก่

2.1 การสูญเสียสิ่งที่รัก ได้แก่ คนรัก เช่น พ่อแม่ ลูก คู่รัก คู่สมรส เป็นต้น การสูญเสียของรัก ทรัพย์สิน หน้าที่การงาน

2.2 การเปลี่ยนแปลงในชีวิต พบว่าในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตทุกคน จะมีจิตใจแปรปรวน (Psychological Imbalance) เช่น การเข้าโรงเรียนครั้งแรก วัยหมดประจำเดือน เกษียณอายุใหม่ๆ

2.3 ภัยอันตรายต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นภัยที่มนุษย์สร้างขึ้น หรือภัยธรรมชาติ

2.4 ทำงานชนิดที่ทำให้เกิดความเครียด เช่น งานที่ต้องรับผิดชอบมาก ทำงานหลายหน้าที่ หรือหลายแห่ง ขาดความปลอดภัยในที่ทำงาน งานไม่น่าพึงพอใจ

2.5 สภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ ยากจน เป็นหนี้สิน เป็นต้น

2.6 สภาพของสังคมเมือง เช่นที่อยู่แออัด การจราจรติดขัด อากาศเป็นพิษขาดอากาศบริสุทธิ์ ชีวิตต้องต่อสู้แข่งขัน

จากสาเหตุของความเครียดที่นักวิชาการต่าง ๆ ได้กล่าวมา สามารถสรุปได้ว่า สาเหตุทำให้เกิดความเครียด ได้แก่ สาเหตุภายในและภายนอกตัวบุคคล สำหรับสาเหตุภายใน แบ่งได้เป็นสาเหตุทางกายและสาเหตุทางจิตใจ สาเหตุทางกายได้แก่ ความเหนื่อยล้า ทางความเจ็บป่วยของร่างกาย ภาวะติดสุราและยาเสพติด สาเหตุทางจิตใจได้แก่ อารมณ์ไม่ดีอยู่เสมอ มีความรู้สึกสูญเสียและรู้สึกผิด ความคับข้องใจ บุคลิกภาพแบบจริงจังต่อชีวิต ใจร้อน รุนแรง ก้าวร้าว และต้องพึ่งผู้อื่น สาเหตุภายนอกได้แก่ การสูญเสีย การเปลี่ยนแปลงในชีวิต ภัยอันตรายจากสิ่งต่าง ๆ ความยากจน ทำงานหนัก รับผิดชอบในการแบกภาระครอบครัวเพียงคนเดียว

1.1.5 อาการของความเครียด

สันต์ หัตถิรัตน์ (2534 : 36) ได้กล่าวถึงอาการเครียดว่า เป็นอาการที่อาจแสดงออกโดยตรง และตรงกับสาเหตุที่ทำให้เกิดอาการเครียด เช่น ความวิตกกังวล ความตื่นเต้น ความตกใจ ความประหม่า เหนื่อย หรืออาย ความโกรธเกลียด หรือความไม่พอใจ ความรัก เป็นต้น

ความรู้สึกหรืออารมณ์ต่าง ๆ ถ้าเกิดขึ้นมากหรือนานเกินไป ย่อมก่อให้เกิดความเครียด ซึ่งอาจแสดงออกโดยอาการอื่น ๆ ได้แก่

1. หน้ามืดเป็นลม เช่น ตื่นเต้นจนเป็นลม ตกใจจนเป็นลม
2. หน้าซีดหรือหน้าแดง เช่นตกใจจนหน้าซีด โกรธจนหน้าซีด อายจนหน้าแดง
3. ใจเต้นใจสั่น หรือรู้สึกตื้นเต้นแรงจนทะลุออกมานอกอก

4. ปวดศีรษะ มึนศีรษะ หรือรู้สึกศีรษะ ตัวเบา รู้สึกโหวง ๆ
5. มือเท้าเย็น และอาจมีเหงื่อออกตามมือตามเท้า
6. หงุดหงิดไม่ไหว
7. นอนไม่หลับ หรือหลับมาก หลับ ๆ ตื่น ๆ มักฝันร้าย
8. เบื่ออาหาร ร่ายกายจะผอมลง แต่บางคนเครียดมากจะอ้วนอย่างรวดเร็ว
9. ปวดท้อง ท้องเดิน (ท้องเสีย) หรือท้องผูก
10. ปัสสาวะบ่อย เช่น เวลาจะเข้าห้องสอย
11. อ่อนเพลีย ไม่มีแรง เบื่อหน่าย ท้อถอย ไม่มีกำลังใจในการทำงาน
12. หายใจไม่ออก หายใจไม่เต็มปอด เหนื่อย หอบ ถ้าเป็นมากจะเกิดอาการเกร็ง มือเท้าแขนขาแข็งเกร็ง และปวดเมื่อยทั้งตัว

นันทวรรณ นาวี (2536 : 41-43) กล่าวว่ามนุษย์สามารถจัดการกับความเครียดได้เป็นอย่างดีในระดับหนึ่ง หากกลไกการปรับตัวทำงานหนักเกินไป ผลที่เกิดขึ้นจากความเครียดที่มีสาเหตุต่าง ๆ กันจะก่อให้เกิดปฏิกิริยาการตอบสนองและแสดงออก 3 ทางคือ

ทางที่ 1 อาการทางร่างกาย ร่างกายส่งผ่านความเครียดได้หลายทาง บางอย่างเป็นความเคยชิน อาการที่แสดงออกทางร่างกายจะแสดงในรูปของความเจ็บป่วย ซึ่งขึ้นอยู่กับอวัยวะหรือระบบของร่างกายที่อ่อนแอที่สุด การตอบสนองความเครียดที่พบมากมักเกิดที่บริเวณศีรษะและเท้า เช่น ขอบเอามือแตะผม หู หรือจมูก การขบฟัน กัดริมฝีปาก เข่าขา หรือพลิกเท้า ส่วนอาการเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้องเนื่องจากความเครียดเช่น ความดันโลหิตสูง ท้องอืด ผื่น ภูมิแพ้ คลอเรสเตอรอลสูง โรคหัวใจ ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ ปวดหลัง ความผิดปกติทางเพศ เป็นต้น

ทางออกที่ 2 อาการทางจิตใจ ความเครียดมีผลต่ออารมณ์ของเราได้หลายทาง บางอย่างเปลี่ยนแปลงเพียงภายนอก บางอย่างอยู่ในระดับลึกรุนแรง เช่น อาการกระสับกระส่ายขาดความอดทน เป็นอาการภายนอกของความก้าวร้าว และความกังวลที่อยู่ลึกลงภายใน นอกจากนี้ยังมีความรู้สึกของความสำนึกผิด ความละอาย หรือความรู้สึกว่าช่วยตัวเองไม่ได้ หมดหวัง หดหู่ อารมณ์เหล่านี้สามารถนำไปสู่ปัญหาทางจิตได้ หากเกิดขึ้นและดำรงอยู่นาน

ทางออกที่ 3 อาการทางพฤติกรรม ได้แก่ ก้าวร้าว นอนได้ไม่เต็มที่ ทำหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ลุกแกล่โทสะ แสดงกริยาอาการที่เกินสมควร พุดเร็วเกินไป หรือดั่งเกินไป

ลิขิต กาญจนารักษ์ (2547:47) กล่าวว่า เมื่อเกิดความเครียดก็จะส่งผลถึงการแสดงออกของพฤติกรรมหลายอย่าง สามารถสังเกตได้อย่างง่าย ได้แก่

1. มีความผิดปกติของการเคลื่อนไหว เช่น ต้ม กิน เดินอย่างรีบเร่ง ง่วงงาน
2. มีความผิดปกติจากนิสัยเดิมในด้านการกิน การนอน การขับถ่าย
3. มีความวิตกกังวลในเรื่องใดเรื่องหนึ่งโดยเฉพาะ ทำให้ครุ่นคิด ย้ำคิด ใจลอย หน้าตาไม่สดชื่น คิดแต่เรื่องร้าย ๆ

อาการของความเครียดเป็นการแสดงออกโดยตรงกับสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด เมื่อมีสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด ร่างกายจะมีปฏิกิริยาต่าง ๆ เพื่อปรับตัวทั้งทางร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรม

จากเอกสารข้างต้นสรุปได้ว่า อาการของความเครียดจะแสดงออกโดยตรงกับสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด เมื่อมีสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด ร่างกายจะแสดงปฏิกิริยาต่าง ๆ เพื่อปรับตัวทั้งร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรม

1.1.6 ผลของความเครียด

กรมสุขภาพจิต (2539:26) ได้กล่าวถึงผลของความเครียดว่า ความเครียดในระดับต่ำ และความเครียดในระยะเวลาที่ไม่เกินไบนัก เป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลทำสิ่งต่าง ๆ อย่างกระตือรือร้น ได้ฝึกปรือที่จะแก้ไขปัญหา มีความคิดสร้างสรรค์ อวัยวะในร่างกายมีโอกาสที่จะรับมือกับภาวะเครียดที่เกิดขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ จะทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจในทักษะความสามารถของตนเอง มีความรู้สึกเชื่อมั่น และภาคภูมิใจในตัวเองมากยิ่งขึ้น แต่ถ้าความเครียดในระดับรุนแรงหรือที่เกิดขึ้นเป็นระยะเวลานานก็กลับก่อให้เกิดผลเสียมากมาย ดังนี้

1. ผลเสียทางด้านสรีระ

เมื่อบุคคลตกอยู่ในความเครียดเป็นเวลานาน จะทำให้สุขภาพร่างกายเลวลง เนื่องจากเกิดความไม่สมดุลของระบบฮอร์โมน ฮอร์โมนเป็นชีวเคมีที่สำคัญของร่างกาย เป็นตัวทำหน้าที่ช่วยควบคุมการทำงานของระบบต่างๆ ภายในก็จะบกพร่อง ทำให้เกิดอาการตั้งแต่ปวดศีรษะ ปวดหลัง อ่อนเพลีย เจ็บป่วย หรือทำให้เกิดโรคทางกาย ที่มีสาเหตุมาจากจิตใจ (Psychosomatic Disease) เช่น หน้ามืดเป็นลม เจ็บหน้าอก ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ หลอดเลือดอุดตัน โรคอ้วน แผลในกระเพาะอาหาร โรคหอบหืด โรคแพ้ต่างๆ โรคผิวหนัง ผอมว่องและโรคมะเร็ง หรือความเครียดที่รุนแรงมาก ๆ อาจมีผลทำให้บุคคลเสียชีวิตได้ หรือทำให้โรคที่เป็นอยู่เดิมแล้วกำเริบ เช่น เบาหวาน

2. ผลเสียทางด้านจิตใจและอารมณ์

จิตใจของบุคคลที่เครียดจะเต็มไปด้วยการหมกมุ่นครุ่นคิด ไม่สนใจสิ่งรอบตัว ใจลอยขาดสมาธิความระมัดระวังในการทำงานเสียไปเป็นเหตุให้เกิดอุบัติเหตุได้ง่าย จิตใจขุ่นมัว ซึมเศร้า โกรธง่าย สูญเสียความเชื่อมั่นในความสามารถที่จะจัดการกับชีวิตของตนเอง เคร่าซึม คับข้องใจวิตกกังวล ขาดความภูมิใจในตนเอง ในบางรายที่ตกอยู่ในภาวะเครียดอย่างยาวนานมาก อาจก่อให้เกิดอาการทางจิต จนกลายเป็นโรคจิตโรคประสาทได้

3. ผลเสียทางด้านความคิด

ความเครียดที่เกิดจากความคิดต่อมาของบุคคล เช่น คิดวิพากษ์วิจารณ์ตนเอง ในทางลบ คิดแบบท้อแท้หมดหวัง คิดบิดเบือนไม่มีเหตุผล คิดเข้าข้างตนเองและโทษผู้อื่น คิดแปลความหมายสภาพการณ์นั้นผิดพลาด เป็นต้น

4. ผลเสียด้านพฤติกรรม

บุคคลที่มีความเครียดจะเบื่ออาหาร นอนหลับยาก ปลีกตัวจากสังคม ซึ่งจะทำให้ตนเองตกอยู่ในปัญหา และความเครียดอย่างโดดเดี่ยว ก้าวร้าวไม่อดทน พร้อมทั้งจะเป็นศัตรูกับผู้อื่น ทำงานได้น้อยลง และบ่อยครั้งบุคคลจะมีการปรับตัวในทางที่ผิด เพื่อผ่อนคลายความเครียด เช่น สูบบุหรี่ ดื่มเหล้า ดื่มยา เล่นการพนัน หรือแม้แต่การฆ่าตัวตาย ซึ่งการกระทำเหล่านี้ก็จะก่อให้เกิดผลร้ายตามมาอีก

5. ผลเสียทางด้านเศรษฐกิจ

ความเครียดก่อให้เกิดความสูญเสียทางเศรษฐกิจอย่างใหญ่หลวง จากการขาดงาน ผลของการทำงานลดน้อยลง และมีประสิทธิภาพด้อยลง เมื่อบุคคลเจ็บป่วยก็ต้องเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล

ดังที่ได้กล่าวถึงผลเสียจากความเครียด จะเห็นได้ว่าผลเสียในแต่ละด้านของบุคคลจะเชื่อมโยงกันเป็นลูกโซ่ และผลเสียเหล่านี้ก็ไม่ได้กระทบกระเทือนแต่เฉพาะบุคคลที่ตกอยู่ในภาวะเครียดเท่านั้น แต่จะส่งผลกระทบไปสู่บุคคลรอบข้าง ตลอดจนสังคมโดยรวมอีกด้วย ฉะนั้น การค้นหาวิธีการที่จะช่วยลดความเครียดในบุคคลนั้นย่อมจะเป็นหนทางที่จะลดผลกระทบต่าง ๆ ในทางที่เสียหายทั้งต่อบุคคลนั้นเองและสังคมรอบข้างได้

เรียม ศรีทอง (2542:191-192) กล่าวว่าผลของความเครียด ก่อให้เกิดผลกระทบต่อบุคคลหลายประการดังนี้

1. ปฏิกริยาต่อสุขภาพร่างกาย (Physical Reactions) เช่น การหลั่งกรดออกมาจากกระเพาะอาหาร ทำให้ไม่สามารถย่อยได้ ระบบการหมุนเวียนของโลหิต ทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้น หัวใจต้องทำงานหนักมาก ทำให้การเต้นของหัวใจเร็วกว่าปกติ และอาจเกิดการอุดตันของเส้นโลหิต เพิ่มความดันโลหิต เป็นโรคหัวใจ เป็นต้น

2. ปฏิกริยาต่อสุขภาพจิต (Affective Reactions) ในปัจจุบันนักจิตวิทยาเชื่อว่า จิตใจและร่างกายของคนเราแยกกันไม่ได้ ฉะนั้น ความเครียดจึงมีผลกระทบต่อสภาวะจิตวิทยาของบุคคลหลายประการ เช่น ความวิตกกังวล อาการซึมเศร้า ความฉุนเฉียว และความเหนื่อยล้า ความเครียดมีผลต่อการเห็นคุณค่าและสมรรถภาพของตนในระดับต่ำ ความเครียดมีความสำคัญมากในเชื่อมโยงต่อการลดความพึงพอใจในงาน(Matteson,1982)

3. ปฏิกริยาต่อพฤติกรรมของบุคคล (Behavioral Reactions) ความเครียดมีผลต่อการปฏิบัติงานอย่างกว้าง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สัมพันธภาพระหว่างความเครียดและการปฏิบัติงาน จากการศึกษาของ Motowidlo, Packard and Manning (1986) โดยการสอบถามพยาบาลกลุ่มใหญ่ ให้ไต่ระดับความเครียดที่เกี่ยวกับงาน ผลปรากฏว่า ความรู้สึกเครียดระดับสูง มีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติงานต่ำ

จะเห็นได้ว่าความเครียดไม่จำเป็นต้องเป็นสิ่งเลวร้าย หรือเกิดความเสียหายแก่ผู้นั้นเสมอไป โดยที่ความเครียดที่เกิดขึ้นในระดับน้อยๆ จะกระตุ้นให้คนพยายามทำการต่อสู้เพื่อขจัดความเครียด ผลก็คือส่งเสริมให้บุคคลนั้นเข้มแข็ง มีความอดทน สามารถที่จะเอาชนะอุปสรรคหรือปัญหาต่างๆได้ ทำให้มีความก้าวหน้าในชีวิต เช่น เมื่อมีความยากจนก็จะมี การเก็บหอมรอมริบจนมีฐานะดีขึ้น ก็จะไม่รู้สึกเครียด ไม่มีปัญหา นั่นคือร่างกายและจิตใจสามารถปรับตัวอยู่ในระดับต่อต้าน ผลกระทบของความเครียดกรณีเช่นนี้จะเป็นสิ่งที่ดี คือความเครียดส่งผลให้คนไม่ย่อท้อ มีความมานะที่จะเอาชนะอุปสรรค กระตุ้นให้มีสภาพชีวิตที่ดีขึ้น แต่ในกรณีที่เกิดความเครียดสูงมาก และมีความเครียดอยู่เป็นเวลานาน ถึงแม้บุคคลนั้นจะต่อสู้แล้วก็ตาม แต่ถ้าความเครียดเกิดอยู่นานๆ และรุนแรงเกินไปก็จะทำให้ความสามารถในการต่อสู้เหนื่อยล้าหมดแรงได้ คือ คน ๆ นั้นก็จะถึงระยะที่หมดกำลังตามทฤษฎีของ Selye จนที่สุดทนไม่ไหวก็จะเกิดปัญหาสุขภาพจิตหรือเจ็บป่วยทางใจ เช่น เกิดเป็นโรคประสาทหรือโรคจิตได้ แล้วแต่สถานการณ์ สรุปได้ว่า เมื่อคนเรามีความเครียดมากและเป็นเวลานาน หรือเรียกว่ามีความเครียดส่วนเกิน จะเกิดผลเสียนำไปสู่ปัญหา

สุขภาพจิต หรือป่วยทางจิตใจ แต่ถ้าความเครียดเล็กน้อย ก็จะกระตุ้นให้เกิดความมานะบากบั่นต่อสู้ ทำให้ชีวิตมีความก้าวหน้ามากขึ้น ความเครียดเล็กน้อยจึงไม่ถือว่าเป็นปัญหาสุขภาพจิต

1.1.7 ระดับของความเครียด

กองสุขภาพจิต กรมการแพทย์ (2533 : 3-4) ได้แบ่งระดับของความเครียดที่ แตกต่างกันอย่างมีผลกระทบท่อร่างกาย และจิตใจที่แตกต่างกันไปด้วย กล่าวคือ

1. ถ้าเป็นความเครียดในระดับต่ำจะเป็นตัวผลักดันให้คนทำงานได้ดีขึ้น ไม่เกียจคร้านนิ่งดูตาย
2. ถ้าเป็นความเครียดในระดับปานกลาง อาจมีผลกระทบท่อการทำงาน เช่น กินมากกว่าปกติ นอนไม่หลับ ติดเหล้าติดยา เป็นต้น
3. ถ้าเป็นความเครียดระดับรุนแรง อาจทำให้เกิดการกระทำก้าวร้าว ถึงบ้าดีเดือด หรือซึมเศร้าถึงกับวิกลจริตไม่สามารถควบคุมตัวเองได้
4. ถ้าเป็นความเครียดในระยะยาวก็อาจทำให้เกิดโรคทางกายได้ เช่น โรคกระเพาะ โรคหัวใจ รวมทั้งแก่เร็ว และอายุสั้นด้วย

เจนิส (อัมพร โอตระกูล, 2540 : 30 ; อ้างอิงจาก Janis, 1952) แบ่งระดับความเครียดเป็น 3 ระดับ

1. ความเครียดระดับต่ำ (mild stress) คือมีความเครียดเกิดขึ้นน้อยมากและหมดไปในระยะเวลาอันสั้นเพียงวินาทีหรือภายในชั่วโมงเท่านั้น มักเกี่ยวข้องกับสาเหตุเพียงเล็กน้อย ได้แก่ เหตุการณ์ในชีวิตประจำวัน เช่น ไปทำงานไม่ทันเวลา ฯลฯ
2. ความเครียดระดับกลาง (moderate stress) ความเครียดระดับนี้รุนแรงกว่า โดยมีระยะเวลานานเป็นชั่วโมงหรือหลาย ๆ ชั่วโมง จนกระทั่งนานเป็นวันก็ได้ เช่น การเจ็บป่วยที่ไม่รุนแรง ความเครียดจากการทำงานมากเกินไป ความขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน ฯลฯ
3. ความเครียดระดับสูง (severe stress) ความเครียดระดับนี้จะอยู่นานเป็นสัปดาห์หรืออาจเป็นเดือนหรือเป็นปีก็ได้ เช่น การตายจากการเจ็บป่วยที่รุนแรง การสูญเสียอวัยวะที่มีความสำคัญต่อวิถีการดำรงชีวิต ฯลฯ

เมมินเจอร์ (Norman, Worrall and Dered May. 1989 : 175; citing Meminger.1977 ; unpaged) ได้แบ่งระดับความเครียดเป็น 3

ระดับแรก เป็นภาวะที่จิตใจมีความเครียดอยู่เล็กน้อย ยังถือว่าเป็นภาวะปกติของทุกคนขณะเผชิญกับปัญหาต่างๆ หรือกำลังต่อสู้กับความรู้สึกที่ไม่ดีของตนเอง ความเครียดในระดับนี้จะเกิดขึ้นในช่วงเวลาอันสั้น และสามารถกลับเข้าสู่สภาวะปกติได้ โดยการพักผ่อนในวันสุดสัปดาห์ ในยามค่ำคืน และในวันหยุดเป็นครั้งคราว

ระดับสอง เป็นภาวะของจิตใจที่มีความเครียดในระดับรุนแรง เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นเป็นเวลานาน ต้องได้รับการบำบัดจากผู้เชี่ยวชาญระดับวิชาชีพ ความเครียดในระดับนี้อาจทำให้เป้าหมายในการดำเนินชีวิตลดน้อยลงหรือมากขึ้นก็ได้ ถ้าได้รับการจัดการ ความเครียดในระดับนี้จะกลับสู่ความเครียดในระดับปกติได้

ระดับสาม เป็นภาวะของจิตใจที่มีความเครียดรุนแรงหรือความเครียดมาก ความเครียดในระดับนี้เกี่ยวข้องกับอาการโรคประสาทและโรคจิต อาการที่ปรากฏก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเอง และผู้อื่น เช่น มีอาการโรคจิตเศร้าหมอง โรคหลงผิด และมีพฤติกรรมเบี่ยงเบน

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า ระดับของความเครียดที่แตกต่างกัน ย่อมส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจที่ต่างกันไปด้วย กล่าวคือ ถ้าเป็นความเครียดในระดับต่ำ จะเป็นตัวผลักดันให้คนทำงานได้ดีขึ้นไม่เกียจคร้านนั่งดูตาย ถ้าเป็นความเครียดระดับปานกลางอาจมีผลกระทบต่อการทำงาน เช่น กินมากกว่าปกติ นอนไม่หลับ ติดเหล้าติดยา ถ้าเป็นความเครียดในระดับรุนแรงอาจทำให้เกิดการกระทำที่ก้าวร้าว หรือซึมเศร้า หรือถึงกับวิตกกังวลไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ ถ้าเป็นความเครียดในระยะยาวอาจทำให้เกิดโรคทางกายได้ เช่นโรคกระเพาะอาหาร โรคหัวใจ เป็นต้น รวมทั้งจะส่งผลให้แก่เร็วและอายุสั้นอีกด้วย

1.1.8 การวัดความเครียด

ยรรยง ศุทธารัตน์ (2526:32-35) ได้นำแบบสำรวจสุขภาพจิต (Cornell Medical Index (CMI) มาใช้เป็นครั้งแรกโดยดัดแปลงจากแบบสำรวจสุขภาพจิตของมหาวิทยาลัยคอร์เนลล์ ซึ่งประกอบด้วยคำถาม 195 ข้อ เป็นคำถามเกี่ยวกับสุขภาพกาย จำนวน 130 ข้อ ส่วนอีก 65 ข้อ เป็นคำถามเกี่ยวกับอาการทางอารมณ์และจิตใจ เกณฑ์การพิจารณาเกี่ยวกับสุขภาพจิตของแบบวัดนี้พิจารณา 2 ทาง คือ คะแนนรวมจากการตอบแบบวัดทั้งหมด และคะแนนเกี่ยวกับอารมณ์และจิตใจโดยเฉพาะประกอบกัน

แบบวัดความเครียด HOS และ CMI นี้ ได้มีนักวิชาการหลายท่านนำไปศึกษาวิจัย และบางรายก็มีการนำแบบวัดทั้งสองนี้มารวมกัน เพื่อวัดความเครียดและใช้วิธีคิดคะแนนโดยหลักคะแนนอิงกลุ่ม แบ่งความเครียดออกเป็น 3 กลุ่ม คือ ผู้ที่มีคะแนนต่ำกว่าค่าเฉลี่ยบวก 1 ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐานจัดว่ามีความเครียดระดับต่ำ ผู้ที่มีคะแนนความเครียดระหว่างค่าเฉลี่ยบวก 1 ถึง 2 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานถือว่ามีความเครียดระดับสูงปกติ และผู้ที่มีคะแนนความเครียดมากกว่าค่าเฉลี่ยบวก 2 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานขึ้นไป ถือว่ามีระดับความเครียดระดับสูงมาก

ซูทิตย์ ปานปรีชา (2529 : 482) กล่าวว่า การที่จะทราบได้ว่าบุคคลมีความเครียดหรือไม่ และมากน้อยเพียงใดนั้น มี 2 วิธี ได้แก่

วิธีที่ 1 การสังเกตจากสิ่งปรากฏออกมาในตัวคน ทั้งทางด้านอารมณ์ คำบอกเล่า พฤติกรรมรวมทั้งอาการต่าง ๆ เช่น อารมณ์หงุดหงิด โกรธง่าย ขาดความอดทน ควบคุมอารมณ์ไม่อยู่ บ่นถึงปัญหาที่มี แสดงอาการเหน็ดเหนื่อย ถอนหายใจ สิ้นหน้า กระสับกระส่าย ตลอดจนแสดงพฤติกรรมที่ผิดไปจากเดิมหรือมีความแปรปรวนทางร่างกาย เช่น เบื่ออาหาร น้ำหนักลด อ่อนเพลีย โดยมีสาเหตุจากการที่ต้องรับผิดชอบมาก การมีปัญหามากมายและแก้ปัญหาไม่ตก เป็นต้น

วิธีที่ 2 การใช้แบบทดสอบที่สร้างขึ้นเพื่อตรวจหาความเครียด โดยสามารถคำนวณออกมาเป็นตัวเลขเปรียบเทียบกับคะแนนมาตรฐานของแบบสำรวจนั้น ๆ ทำให้บอกได้ว่า มีความเครียดหรือไม่มีความเครียดและมากน้อยเพียงใด ตัวอย่างแบบวัดความเครียด ได้แก่

การใช้แบบทดสอบที่สร้างขึ้นเพื่อตรวจหาความเครียด โดยสามารถคำนวณออกมาเป็นตัวเลขเปรียบเทียบกับคะแนนมาตรฐานของแบบสำรวจนั้น ๆ ทำให้บอกได้ว่ามีความเครียดหรือไม่ และมากน้อยเพียงใด ตัวอย่างแบบวัดความเครียด ได้แก่

แบบวัดความเครียดของเฮาส์และเฟรนช์ (House and French. 1980) เป็นแบบวัดความเครียดเพื่อใช้ในการศึกษาเรื่องความเครียดในการทำงานและสุขภาพ โดยวัดความเครียดที่เกิดขึ้นทางร่างกายและจิตใจ ได้แก่ อาการที่เกิดขึ้นทางร่างกาย ความวิตกกังวล ความซึมเศร้า ความรู้สึกหงุดหงิดฉุนเฉียว

แบบสำรวจความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาพ (Health Opinion Survey) มีคำถามจำนวน 20 ข้อ ที่ถามเกี่ยวกับอาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นทางร่างกายและจิตใจ ซึ่ง บรรจง สืบสมาน เป็นผู้แปลแบบสำรวจ HOS นี้ และนำมาใช้เป็นครั้งแรกในปี พ.ศ. 2516 โดยศึกษาความเครียดของนักเรียนในกรุงเทพมหานคร และต่อมาได้มีการนำแบบสำรวจ HOS มาใช้ศึกษาเกี่ยวกับระดับความเครียดกันอย่างแพร่หลายและนิยมใช้กันมากในวงการสุขภาพจิต เนื่องจากเป็นแบบสอบถามที่ใช้ได้ง่าย

สะดวก รวดเร็ว สามารถเป็นเครื่องบ่งชี้ถึงสภาวะสุขภาพจิตของผู้ตอบได้ระดับหนึ่ง และสามารถ
ใช้บุคลากรที่ไม่ใช่จิตแพทย์เป็นผู้ทำการสัมภาษณ์ได้

แบบสำรวจ HOS นี้ มีหลักเกณฑ์การให้คะแนน คือ อาการที่เกิดขึ้นบ่อย ๆ ให้ 3 คะแนน
อาการที่เกิดขึ้นนาน ๆ ครั้ง ให้ 2 คะแนน ไม่เคยคิดอาการเลยให้ 1 คะแนน แล้วนำคะแนนมา
ประเมินระดับความเครียด โดยใช้หลักคะแนนอิงกลุ่ม ผู้ที่ได้คะแนนตั้งแต่ค่าเฉลี่ยบวก 1 ส่วน
เบี่ยงเบนมาตรฐานลงมา จัดว่ามีคามเครียดในระดับน้อย ผู้ที่มีคะแนนความเครียดระหว่าง
ค่าเฉลี่ยบวก 1 ถึง 2 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานถือว่าเป็นผู้ที่มีความเครียดระดับสูงกว่าปกติ มี
แนวโน้มต่อการเกิดปัญหาสุขภาพจิต และผู้ที่มีความเครียดในระดับสูงมากเป็นกลุ่มที่อาจมีปัญหา
สุขภาพจิตเล็กน้อยมาบ้างแล้ว ควรได้รับการตรวจจากจิตแพทย์

คูเปอร์และวิลเลียม (สิริลักษณ์ ตันชัยสวัสดิ์. 2535 : 45 ; อ้างอิงจาก Cooper and
Williams: 1988) ได้สร้างแบบวัดความเครียด Occupational Stress Indicator (OSI) ในปี 1988
ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับความเครียด 2 ด้านคือ

ด้านที่ 1 ด้านความรู้สึกเกี่ยวกับงาน เป็นคำถามในด้านความพึงพอใจในงานที่ทำ
แนวทางที่ประพุดติปฏิบัติเกี่ยวกับบุคลิกภาพส่วนตัวของแต่ละบุคคล การแปลเหตุการณ์รอบตัว
ปัจจัยความเครียดในงานและกลยุทธ์ในการเผชิญปัญหา

ด้านที่ 2 ด้านความเครียดทั่วไป ซึ่งประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับความเจ็บป่วย
ทางกายและทางใจเมื่อมีความเครียด จำนวน 30 ข้อ เป็นคำถามเกี่ยวกับความเจ็บป่วยทางใจ 18
ข้อ และคำถามเกี่ยวกับความเจ็บป่วยทางกาย 12 ข้อ

จากเอกสารต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า วิธีการที่จะทราบว่าคุณค่าใดมีความเครียด
หรือไม่มากนักน้อยเพียงใดนั้น สามารถพิจารณาได้จากปฏิกิริยาที่บุคคลนั้นแสดงออกและจาก
แบบทดสอบวัดความเครียดต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น

1.1.9 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

ปัจจุบันคนไทยยังคงนิยมใช้จ่ายด้วยเงินสด หลายคนไม่ได้บันทึกค่าใช้จ่ายไว้เป็น
กิจจะลักษณะ ทำให้ผู้มีรายได้ประจำเมื่อได้รับเงินมา มักจำได้ว่ามีรายได้เป็นจำนวนเท่าใด แต่
ตอบไม่ได้ว่าเงินเดือนหมดไปกับการใช้จ่ายอะไรบ้าง ซึ่งลักษณะการใช้จ่ายตามความเคยชิน
ดังกล่าวทำให้เกิดหนี้สินพอกพูนได้ง่าย ต้องพึ่งพาเงินกู้เพื่อการอุปโภคบริโภค สภาพแวดล้อมทาง
การเงินที่เอื้ออำนวยให้ประชาชนส่งผลให้มีการใช้จ่ายโดยไม่ยับยั้งชั่งใจจนเกิดลักษณะการใช้

จ่ายเงินกันตัวกันมากขึ้น จากสถิติการใช้เงินเพื่อการอุปโภคบริโภคของประชาชนขยายตัวอย่างรวดเร็ว ซึ่งอาจมีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตในระยะต่อไปหลายประการ แนวความคิดเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายหรือรายจ่ายมีผู้เสนอแนวคิดไว้ดังนี้

พจนานุกรมในไทยฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2525 (2526 :323) กล่าวถึง "ความต้องการ" ว่าหมายถึง ความอยากได้ ใครได้หรือประสงค์จะได้ และเมื่อเกิดความรู้สึกดังกล่าวจะทำให้ร่างกายเกิดการความขาดสมดุลเนื่องมาจากมีสิ่งรบกวนกระตุ้น มีแรงขับภายในเกิดขึ้น ทำให้ร่างกายไม่อาจอยู่นิ่งต้องพยายามดิ้นรน และแสวงหาเพื่อตอบสนองความต้องการนั้น ๆ เมื่อร่างกายได้รับตอบสนองแล้ว ร่างกายมนุษย์ก็กลับสู่ภาวะสมดุลอีกครั้งหนึ่ง และก็จะเกิดความต้องการใหม่ ๆ เกิดขึ้นมา ทดแทนวนเวียนอยู่ไม่มีที่สิ้นสุด ดังที่ Samuelson (1917 อ้างใน กฤษณา ศักดิ์ศรี, 2534 : 159) กล่าวว่า มนุษย์นั้น เพียรพยายามทุกวิถีทางในอันที่จะให้บรรลุความต้องการที่ละขั้น เมื่อความต้องการขั้นแรกได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการขั้นนั้นก็จะลดความสำคัญลงจนหมดความสำคัญไป ไม่เป็นแรงกระตุ้นอีกต่อไป แต่จะเกิดความสนใจและความต้องการสิ่งใหม่อีกต่อไป แต่ความต้องการขั้นต้นๆ ที่ได้รับการตอบสนองไปเรียบร้อยแล้วนั้น อาจกลับมาเป็นความจำเป็นหรือความต้องการครั้งใหม่อีกได้ เมื่อการตอบสนองความต้องการครั้งแรกได้สูญเสียหรือขาดหายไป และความต้องการที่เคยมีความสำคัญจะลดความสำคัญลง เมื่อมีความต้องการใหม่ ๆ เข้ามาแทนที่ นอกจากนั้นแล้ว กิลเมอร์(Gilmer.1986:83) กล่าวว่า "มนุษย์มีความต้องการหลายสิ่งหลายอย่าง เช่น อาหาร อากาศ น้ำ ที่อยู่อาศัยรวมทั้งสิ่งอื่นๆ ด้วย เช่น การยอมรับนับถือ สถานภาพ การเป็นเจ้าของ ฯลฯ แต่อย่างไรก็ตาม โดยทั่วไปความต้องการเหล่านี้ยากที่จะได้รับการตอบสนองจนอิ่มและพอใจทุกๆ ที่ที่ได้รับอยู่แล้ว"

สำนักงานสถิติและสังคมแห่งชาติ (2531 : 3) ได้ให้ความหมายไว้ว่า รายจ่ายทั้งหมดของครัวเรือนได้แก่

1. จำนวนเงินที่ครัวเรือนได้ใช้เพื่อซื้อสินค้าและบริการต่าง ๆ เพื่อใช้การดำรงชีวิต
2. มูลค่าสินค้าและบริการที่ได้รับเป็นส่วนหนึ่งของค่าแรง , เงินเดือน
3. รายจ่ายอื่น ๆ เช่น ค่าภาษี เงินบริจาค ค่าเบี้ยประกัน ค่าฉลากกินแบ่ง ดอกเบี้ยจ่าย และรายจ่ายที่ไม่ใช่เพื่อการบริโภคอื่น ๆ

นอกจากนี้ยังได้แบ่งค่าใช้จ่ายของครัวเรือนออกเป็น 2 หมวดใหญ่ ๆ ได้แก่ ค่าใช้จ่ายเพื่อการอุปโภคบริโภค และค่าใช้จ่ายที่ไม่ใช่เพื่อการอุปโภคบริโภค ค่าใช้จ่ายเพื่อการอุปโภคบริโภค หมายถึง รายจ่ายครอบครัวด้านต่าง ๆ โดยแยกออกเป็น 11 รายการ ได้แก่

1. อาหารและเครื่องดื่ม เป็นการใช้จ่ายในการซื้อ ข้าว แป้ง เนื้อ นม เนย ไข่ ผัก ผลไม้ น้ำตาล ชา กาแฟ เครื่องดื่มที่ไม่มีแอลกอฮอล์ อาหารสำเร็จรูป เป็นต้น
 2. เครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น สุรา เบียร์
 3. ยาสูบ เป็นค่าใช้จ่ายในการซื้อบุหรี่ ยาแก้ไอ
 4. เครื่องนุ่งห่มและเครื่องแต่งกาย
 5. ที่อยู่อาศัยได้แก่ค่าเช่าบ้าน ค่าเช่าที่ดิน ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าเชื้อเพลิง ตลอดจนอุปกรณ์ที่ใช้ในบ้าน
 6. ค่ารักษาพยาบาล
 7. ยานพาหนะและค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการสื่อสาร ได้แก่ค่าซื้อพาหนะ ค่าซ่อมแซม ค่าบำรุงรักษา ค่าเดินทาง ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการติดต่อสื่อสารต่าง ๆ
 8. การบันเทิง การอ่าน และกิจกรรมทางศาสนา ได้แก่ค่าผ่านประตู อุปกรณ์การกีฬา เครื่องดนตรี หนังสือที่ไม่เกี่ยวกับการงาน กิจกรรมทางศาสนา
 9. การศึกษา ได้แก่ ค่าเล่าเรียน ค่าบำรุงการศึกษา ค่าหนังสือ และอุปกรณ์การเรียน และค่าใช้จ่ายอื่น ๆ เกี่ยวกับการศึกษา
 10. ค่าใช้จ่ายส่วนบุคคล ได้แก่ ของใช้ส่วนบุคคล เช่นสบู่ ยาสีฟัน เครื่องสำอาง เป็นต้น รวมไปถึงบริการส่วนบุคคล เช่น ค่าตัดผม ค่าเสริมสวย ฯลฯ
 11. เบ็ดเตล็ด ได้แก่ ค่าใช้จ่ายเล็ก ๆ น้อย ๆ ซึ่งไม่จัดอยู่ใน 10 รายการข้างต้น
- ค่าใช้จ่ายที่ไม่ใช่เพื่อการอุปโภค เป็นค่าใช้จ่ายอื่นที่นอกเหนือจากการซื้อสินค้าและบริการประเภทอุปโภค ได้แก่ ภาษี ของขวัญและเงินบริจาค ดอกเบี้ย การซื้อฉลากกินแบ่งรัฐบาล ฯลฯ ซึ่งมีการแบ่งออกเป็นหมวดดังนี้

1. หมวดอาหาร
2. หมวดค่ารักษาพยาบาล
3. หมวดเครื่องนุ่งห่ม
4. ค่าใช้จ่ายส่วนตัว เช่น ค่าเครื่องสำอาง ค่าตัดผม เป็นต้น
5. ค่าใช้จ่ายด้านที่พักอาศัย เช่น ค่าเช่าบ้าน ค่าน้ำ ค่าไฟฟ้า
6. ค่าใช้จ่ายด้านของใช้ภายในบ้าน เช่น เฟอร์นิเจอร์ อุปกรณ์ห้องครัว

7. ค่าใช้จ่ายด้านส่งเงินให้พ่อแม่ใช้สอย

8. ค่าใช้จ่ายด้านศาสนาและประเพณี เช่น ตักบาตร เข้าวัด ทำบุญ ทอดกฐิน ทอดผ้าป่า งานแต่งงาน งานบวช งานศพ เป็นต้น

9. ค่าใช้จ่ายด้านบันเทิง เช่น ดูหนัง ฟังเพลง ท่องเที่ยว

10. หวย หรือการเลี้ยงโชค อาจจะเป็นหวยรัฐบาล หรือหวยใต้ดิน

สมศักดิ์ สัมคคีธรรม (2533:34) ได้สรุปว่า รายจ่ายหมายถึง ค่าใช้จ่ายที่เป็นตัวเงินที่ใช้ในการดำรงชีวิต สามารถแบ่งประเภทของรายจ่าย สามารถแบ่งประเภทของรายจ่ายออกเป็นหมวดหมู่ดังนี้

1. หมวดอาหาร ซึ่งเป็นหมวดจำเป็นพื้นฐานที่สุดสำหรับการมีชีวิตอยู่ของบุคคล
2. หมวดค่ารักษาพยาบาล ในปัจจุบันค่าใช้จ่ายส่วนนี้ถูกหักเข้ากองทุนประกันสังคมตอนสิ้นเดือน
3. หมวดเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม เป็นที่น่าสังเกตว่าแรงงานที่ได้รับยูนิฟอร์มจากนายจ้างจะมีค่าใช้จ่ายส่วนนี้ต่ำกว่าแรงงานที่ไม่ได้รับ
4. หมวดที่อยู่อาศัย ได้แก่ ค่าเช่าบ้าน ค่าใช้จ่ายในการซื้อหรือผ่อนส่งบ้าน ค่าน้ำ ค่าไฟฟ้า
5. หมวดค่าใช้จ่ายด้านของใช้ภายในบ้าน เช่น เฟอร์นิเจอร์ อุปกรณ์ห้องครัว
6. หมวดค่าใช้จ่ายส่วนตัว เช่น ค่าตัดผม เป็นต้น
7. หมวดค่าใช้ด้านส่งเงินให้พ่อแม่
8. หมวดค่าใช้ด้านศาสนาและประเพณี เช่นการทำบุญ ทอดกฐิน แต่งงาน งานบวช

และงานศพ เป็นต้น

9. ค่าใช้จ่ายด้านบันเทิง เช่น การท่องเที่ยว ดูหนัง ฟังเพลง

10. หวย หรือค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงโชค เป็นค่าใช้จ่ายของแรงงานที่ขึ้นอยู่กับบุคคลที่จะมีมาก หรือน้อย โดยส่วนใหญ่จะไม่คงที่แน่นอน

ภาวะเศรษฐกิจและสังคมปัจจุบัน ทำให้คนต้องดิ้นรน ขวนขวาย ทั้งในด้านการทำหา
 กินการหาความสุขสงบปลอดภัยให้กับตนเอง และครอบครัว บ่อยครั้งต้องเผชิญกับการหวาดกลัว
 ความวิตกกังวล (anxiety) ความเครียด (Stress) ความอึดอัดคับข้องใจ (Frustration) ความ
 ขัดแย้งต่าง ๆ (conflict) รวมทั้งความรู้สึกอ้างว้าง เกรี้ยวแค้น (Hostility) นับครั้งไม่ถ้วน ความวิตก
 กังวลในเรื่องการทำมาหากินนั้นมีมา ตั้งแต่สมัยดึกดำบรรพ์ แต่ในสภาพปัจจุบัน ทั้งที่มนุษย์มี
 ความสะดวกสบายในทางด้านวัตถุ แต่สุขภาพจิตทั่วไปกลับแย่ลง

เมื่อบุคคลมีความต้องการหรือความจำเป็น ซึ่งเกิดจากสิ่งกระตุ้นทั้งภายในและภายนอก
 ตัวกระตุ้นภายในได้แก่ ความหิว ความกระหายเป็นต้น ตัวกระตุ้นภายนอกได้แก่ ได้กลิ่นอาหาร
 แล้วอยากทาน เห็นโฆษณาการท่องเที่ยวหมู่เกาะแล้วอยากไป เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เมื่อเกิดขึ้นระดับ
 หนึ่ง จะกลายเป็นสิ่งกระตุ้นให้บุคคลตอบสนองความต้องการของตนเองอย่างพึงพอใจ

ทุกวันนี้คนเราพยายามทำงานก็เพื่อจะสนองความต้องการของตน ทำงานเพื่อเงินเพราะ
 เงินเป็นสื่อกลางของการแลกเปลี่ยนสิ่งต่างๆ ตามต้องการ แต่ถ้ามองให้ลึกลงไปแล้วการทำงาน
 ไม่ใช่เพื่อเงินแต่อย่างเดียวนะครับ เศรษฐีมีเงินมหาศาลก็ยังทำงานทั้ง ๆ ที่ทำงานแล้วได้เงินเป็น
 ค่าตอบแทนเพียงเล็กน้อย การทำงานเพื่อเงิน เป็นเพียงเหตุผลประการหนึ่งเท่านั้น ยังมีปัจจัย
 อื่นๆ อีกมากที่คนต้องการได้รับจากการทำงาน ซึ่งบางครั้งเงินไม่สามารถซื้อความต้องการ
 บางอย่างได้ เพราะความต้องการของมนุษย์ มีอยู่ 3 ประการ (เสถียร เหลืองอร่าม , 2525 : 10-
 18 และนิพนธ์ คันธเสวี, 2528 : 71)

1. ความต้องการทางด้านร่างกาย หรือความต้องการทางสรีระ

(Physical or Physiological Needs) หรือ ความต้องการปฐมภูมิ (Primary Needs) หรือ
 ความต้องการทางด้าน ชีววิทยา (Biological Needs) หรือความต้องการปฐมภูมิ (Primary) เป็น
 ความต้องการทางชีววิทยา หรือ ความต้องการทางกายภาพ เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานอันดับ
 แรกหรือขั้นต่ำสุดของมนุษย์ซึ่งจำเป็นในการ ดำรงชีวิต เป็นความต้องการที่จำเป็นสำหรับชีวิต เป็น
 ความต้องการเพื่อการดำรงชีวิตอยู่ของมนุษย์ เพื่อการมีชีวิตอยู่ เป็นความต้องการที่มีมาตั้งแต่
 กำเนิด ในฐานะที่เป็นอินทรีย์ทาง กายภาพ เป็นแรงขับ (Drive) ที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เป็นแรงขับ
 ดันทางกายภาพ เป็นความต้องการที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ เป็นปรากฏการณ์ทางธรรมชาติของ
 สิ่งมีชีวิตเพื่อความอยู่รอด จึงเป็นความต้องการพื้นฐานที่จะขาดเสียมิได้ ความต้องการชนิดนี้หาก
 ไม่ได้รับการตอบสนองจะมีความรู้สึกตึงเครียดอยู่ตลอดเวลา และมีความกระวนกระวาย เช่น
 ความต้องการอากาศหายใจ อาหาร ความอบอุ่น น้ำ ยารักษาโรค อุณหภูมิที่เหมาะสม
 เครื่องนุ่งห่ม การเคลื่อนไหวทางร่างกาย การขับถ่าย ความต้องการเรื่องเพศ การพักผ่อนนอนหลับ

ที่อยู่อาศัย ถ้าขาดความต้องการประเภทนี้เพียงประการใดประการหนึ่งชีวิตจะต้องมีอันเป็นไป เพราะความต้องการนี้เป็นสิ่งจำเป็นมากสำหรับมนุษย์ทุกคนจะขาดเสียมิได้ การแสวงหาสิ่งต่างๆ มาเพื่อตอบสนองความต้องการในทางกายของมนุษย์ นี้ขึ้นอยู่กับเงื่อนไขของสังคม วัฒนธรรม การฝึกอบรม สิ่งแวดล้อม ศาสนา เศรษฐกิจ ฯลฯ

2. ความต้องการทางด้านจิตใจ หรือ ความต้องการในระดับสูง หรือ ความต้องการทางด้านจิตวิทยา หรือความต้องการทุติยภูมิ หรือความต้องการที่เกิดขึ้นใหม่ (Psychological Needs or Secondary Needs or Acquired Needs) เป็นความต้องการที่ส่วนใหญ่เกิดขึ้นภายหลัง หลังจากความต้องการทางร่างกายได้รับการตอบสนองแล้ว บางครั้งจึงเรียกความต้องการทางจิตใจว่า "ความต้องการที่เกิดขึ้นใหม่" (Acquired Needs) เพราะเป็นความต้องการที่เกิดจากความรู้อย่าง การเรียนรู้ประสบการณ์ การสนองตอบต่างๆ ก็เพื่อให้เกิดความพึงพอใจ เป็นแรงขับ (Drive) ชนิดหนึ่งที่ไม่หยุดอยู่กับที่ (Dynamic) ไม่มีรากฐานจากความต้องการทางร่างกาย แต่อาศัยกลไกทางสมอง ที่สั่งสมจากประสบการณ์ สภาพแวดล้อม วัฒนธรรม เป็นส่วนใหญ่ ซึ่งแต่ละบุคคลอาจเหมือนกันหรือต่างกันก็ได้ เนื่องจากแต่ละคนมีระดับความต้องการแตกต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ การเรียนรู้ และประสบการณ์ ความต้องการทางจิตใจเป็นความต้องการที่สลับซับซ้อน และมีความแตกต่างกันมากระหว่างบุคคล

3. ความต้องการทางสังคม เป็นความต้องการทางจิตใจนั่นเอง แต่เน้นหนักในด้านความต้องการที่จะดำรงชีวิตให้เป็นที่ยอมรับนับถือของคนอื่น หรือมีความเป็นอยู่ดีกว่าบุคคลอื่น เช่น ต้องการความปลอดภัย ต้องการได้รับการยกย่องนับถือ ต้องการความยอมรับในสังคม ต้องการความก้าวหน้า เป็นต้น

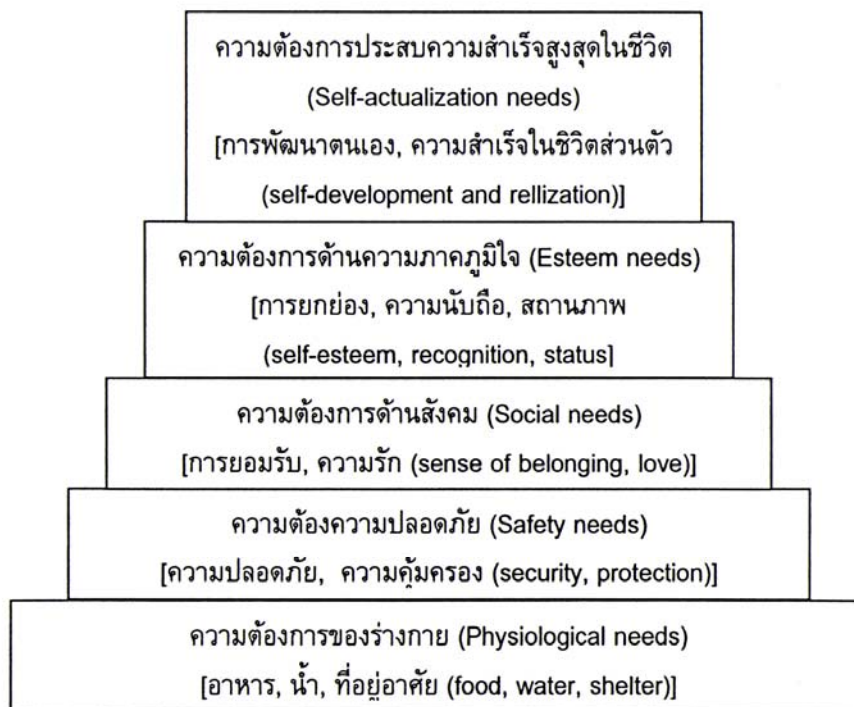
ตามธรรมชาติแล้วมนุษย์มีความต้องการมากมายหลายอย่าง จนไม่มีขอบเขตจำกัด ซึ่งทั้งความต้องการที่เกิดจากความคิดคำนึง หรือความต้องการด้านจิตใจ หรือความต้องการทางกาย ซึ่งเป็นความต้องการที่ขาดมิได้ และในบรรดาความต้องการต่างๆ ของมนุษย์นั้นยากที่จะได้รับการสนองตอบจนเป็นที่พอใจ เพราะเป็นเรื่องของความแตกต่างระหว่างบุคคล

มาสโลว์ (Dr. Abraham H. Maslow) นักจิตวิทยา กลุ่มมนุษยนิยมได้อธิบายเรื่อง ความต้องการของมนุษย์ว่าเป็นลำดับทั้งหมด 5 ชั้น (Five general system of needs) โดยเขียนเป็นรูปพีระมิดแห่งความต้องการไว้ แสดงความต้องการขั้นมูลฐานของมนุษย์ (Basic needs) เป็นทฤษฎีการจูงใจ ซึ่งเป็นคนแรกที่ได้เขียนขึ้น เรียกว่า "Maslow's General theory of human mativation" (เสถียร เหลืองอร่าม , 2519 : 325) มาสโลว์ กำหนดหลักการว่าบุคคลพยายามสนองความต้องการของตนเพื่อความอยู่รอดและความสำเร็จของชีวิต

ความต้องการ หมายถึงความต้องการอันจำเป็น ซึ่งชีวิตจะขาดเสียมิได้ ผลจากการศึกษา ทราบว่าทุกกริยาทำทาง หรืออาการที่มนุษย์แสดงออกมาเป็นรูปของพฤติกรรมนี้ก็เพราะ แรงผลักดันจากความต้องการเป็นกำลังสำคัญให้แสดงออกมา ความต้องการอาจเกิดขึ้นได้จากการเรียนรู้ที่ได้มาภายหลัง และจากสิ่งที่เกิดขึ้นเองโดยไม่ต้องเรียนรู้เป็นความต้องการทางชีววิทยา (Biological Needs) ทั้งที่เป็นสิ่งที่แสดงออกมาให้เห็นได้และเป็นสิ่งที่ซ่อนตัวอยู่

ตามทฤษฎีของมาสโลว์ แบ่งระดับความต้องการได้เป็น 5 ระดับ

1. ความต้องการของร่างกาย (physiological needs) เป็นความต้องการ พื้นฐานระดับแรกที่สำคัญต่อการดำรงชีวิต เช่น ต้องการอาหาร น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่พักอาศัย เป็นต้น
2. ต้องการความปลอดภัย (Safety needs) เป็นความต้องการที่จะได้รับการ ปกป้องคุ้มครอง ความต้องการความปลอดภัยจากอันตราย ต้องการความมั่นคงในหน้าที่การงาน
3. ความต้องการด้านสังคม (Social needs) เป็นความต้องการได้เป็นส่วนหนึ่งของสังคม ให้คนอื่นชื่นชม เป็นที่ยอมรับของสมาชิกในกลุ่ม รวมทั้งการได้รับความรักจากสมาชิกในกลุ่ม
4. ต้องการด้านความภาคภูมิใจ (Esteem needs) เป็นความต้องการความภาคภูมิใจในตัวเอง ต้องการการยกย่องและนับถือจากสังคม
5. ต้องการประสบความสำเร็จสูงสุดในชีวิต (Self-actualization needs) เป็น ความต้องการขั้นสูงสุดของแต่ละบุคคลในการดำรงชีวิต เช่น ต้องการเป็นนักร้อง ความต้องการเป็นนักแสดง เป็นต้น



ภาพประกอบ 2 แสดงลำดับขั้นความต้องการตามทฤษฎีมาสโลว์ (Maslow's hierarchy of human needs)
(Koler. 1998 : 172)

การศึกษาอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน เพื่อทราบถึงพฤติกรรมการใช้จ่าย ซึ่งได้รับอิทธิพลจากปัจจัยด้านวัฒนธรรม ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยทางด้านจิตวิทยา โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

ปัจจัยด้านวัฒนธรรม (Cultural Factor) เป็นสัญลักษณ์และสิ่งที่มีมนุษย์สร้างขึ้น โดยเป็นที่ยอมรับจากกลุ่มหนึ่ง โดยเป็นตัวกำหนดและควบคุมพฤติกรรมของมนุษย์ในสังคมหนึ่ง ค่านิยมและวัฒนธรรมจะกำหนดลักษณะของสังคม และกำหนดความแตกต่างของสังคมหนึ่งจากสังคมอื่น ๆ วัฒนธรรมเป็นตัวกำหนดความต้องการและพฤติกรรมของบุคคล วัฒนธรรมแบ่งออกเป็น วัฒนธรรมพื้นฐาน วัฒนธรรมกลุ่มย่อย และชั้นของสังคม ดังต่อไปนี้

1. วัฒนธรรมพื้นฐาน (Culture) เป็นลักษณะพื้นฐานของบุคคลในสังคมเป็นตัวกำหนดปัจจัยทางด้านความต้องการ และพฤติกรรมของบุคคล เพราะถูกหล่อหลอมมาตั้งแต่เด็กจึงเป็นสิ่งกำหนดความต้องการและพฤติกรรมในการใช้จ่ายเงิน

2. วัฒนธรรมกลุ่มย่อย (Subculture) หมายถึงวัฒนธรรมของแต่ละกลุ่มที่มีลักษณะเฉพาะที่มีอยู่ในสังคมใหญ่และสลับซับซ้อน วัฒนธรรมย่อยเกิดจากพื้นฐานทางภูมิศาสตร์และลักษณะพื้นฐานของมนุษย์ ลักษณะของวัฒนธรรมย่อยประกอบด้วย กลุ่มเชื้อชาติ กลุ่มศาสนา กลุ่มสีผิว พื้นที่ทางภูมิศาสตร์ กลุ่มอาชีพ กลุ่มย่อยด้านอายุ และกลุ่มย่อยด้านเพศ

3. ชั้นของสังคม (Social Class) หมายถึงการแบ่งสมาชิกในสังคมออกเป็นระดับฐานะที่ต่างกัน โดยที่สมาชิกในแต่ละชั้นสังคมจะมีสถานะภาพเดียวกัน และสมาชิกในชั้นสังคมที่แตกต่างกันจะมีลักษณะที่แตกต่างกัน การแบ่งชั้นสังคมโดยทั่วไปแล้วถือเกณฑ์รายได้ ทรัพย์สิน หรืออาชีพ แต่ละชั้นสังคมจะมีบทบาท หน้าที่ที่แตกต่างกัน ซึ่งแต่ละชั้นของสังคมจะมีค่านิยมและพฤติกรรมการใช้จ่ายเงินที่แตกต่างกัน

ปัจจัยด้านสังคม (Social Factors) เป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวัน และมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้จ่าย ลักษณะทางสังคมประกอบด้วยกลุ่มอ้างอิง ครอบครัว บทบาทและสถานภาพ

1. กลุ่มอ้างอิง (Reference Group) เป็นกลุ่มที่มีบุคคลเข้าไปเกี่ยวข้องด้วย กลุ่มนี้มีอิทธิพลต่อทัศนคติ ความคิดเห็น และค่านิยมของบุคคลในกลุ่มอ้างอิง กลุ่มอ้างอิงแบ่งออกเป็น 2 ระดับคือ

1.1 กลุ่มปฐมภูมิ (Primary Groups) ได้แก่ ครอบครัว เพื่อนสนิท และเพื่อนบ้าน

1.2 กลุ่มทุติยภูมิ (Secondary Group) ได้แก่ กลุ่มบุคคลชั้นนำในสังคม เพื่อนต่างอาชีพและบุคคลต่าง ๆ ในสังคม

2. ครอบครัว (Family) บุคคลในครอบครัวถือว่ามีอิทธิพลมากที่สุดต่อทัศนคติ และความคิดเห็นและค่านิยมของบุคคล สิ่งเหล่านี้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้จ่ายของครอบครัว

3. บทบาทและสถานภาพ (Roles and Statuses) บุคคลจะเกี่ยวข้องกับหลายกลุ่ม เช่น ครอบครัว กลุ่มอ้างอิง องค์กร และสถาบันต่าง ๆ บุคคลจะมีบทบาทและสถานภาพที่ต่างกันในแต่ละกลุ่ม ปัจจัยส่วนบุคคล (Personal Factor) การตัดสินใจในการใช้จ่ายเงินได้รับอิทธิพลจากส่วนลักษณะบุคคลต่าง ๆ ได้แก่ อายุ ขั้นตอนวัฏจักรชีวิตครอบครัว อาชีพ โอกาสทางเศรษฐกิจ การศึกษา รูปแบบการดำรงชีวิต บุคลิกภาพและแนวคิดส่วนบุคคล

ปัจจัยทางจิตวิทยา (Psychological Factor) ปัจจัยทางจิตวิทยา เป็นปัจจัยสำคัญอีกปัจจัยหนึ่งซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมมนุษย์ในการใช้จ่าย ปัจจัยทางจิตวิทยา จะทำหน้าที่ เป็นสื่อกลางในการรับรู้และตีความสิ่งเร้าก่อนที่ร่างกายจะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ปัจจัยทางจิตวิทยาที่สำคัญ ประกอบด้วย แรงจูงใจและ การรับรู้

การจูงใจ (Motivation) หมายถึง แรงผลักดันจากภายในที่ทำให้มนุษย์เกิดพฤติกรรมตอบสนองอย่างมีทิศทางและ แรงจูงใจของมนุษย์จำแนกได้เป็น 2 ประเภทหลัก ประเภทแรก ได้แก่ แรงจูงใจทางกาย ที่ทำให้มนุษย์แสดงพฤติกรรมสนองความต้องการ ที่จำเป็นทางกาย เช่น หาน้ำ และอาหารมา ต้มกิน เมื่อกระหายและหิว ประเภทที่สอง ได้แก่ แรงจูงใจทางจิตซึ่งเกี่ยวข้องกับ ความต้องการทางสังคม เช่น ความต้องการความสำเร็จ เงิน ค่าชมเชย อำนาจ กลุ่มและพวก เป็นต้น ปัจจัยที่ทำให้เกิดแรงจูงใจในมนุษย์ ประกอบด้วย

1. ปัจจัยทางชีวภาพ ได้แก่ ความต้องการจำเป็นของชีวิต คือ อาหาร น้ำ ความปลอดภัย
2. ปัจจัยทางอารมณ์ เช่น ตื่นเต้น วิตกกังวล กลัว โกรธ รัก เกลียด และความรู้สึกอื่นใด

ที่ให้คนมีพฤติกรรม ตั้งแต่เชื้อเพื่อเผื่อแผ่จนถึง การฆ่าผู้อื่น

3. ปัจจัยทางความคิด เป็นปัจจัยที่กำหนดให้บุคคลกระทำในเรื่องที่คิดว่า เหมาะสม และเป็นไปได้ และตามความคาดหวังว่า ผู้อื่นจะสนองตอบ การกระทำของตนอย่างไร
4. ปัจจัยทางสังคม เป็นปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ เพื่อให้สอดคล้องกับสังคม และเป็นที่ยอมรับของบุคคลในสังคมนั้นด้วย การกระทำของผู้อื่นและผลกรรมที่ได้รับจึงทำให้เกิด การเรียนรู้พฤติกรรมทางสังคม ซึ่งเป็นไปตามกฎระเบียบ และตัวแบบทางสังคม

การรับรู้ (Perception) เป็นกระบวนการซึ่งแต่ละบุคคลได้รับการเลือกสรรจัดระเบียบและตีความหมายข้อมูลที่จะสร้างภาพที่มีความหมาย หรือหมายถึง (กระบวนการของความเข้าใจ การเปิดรับของบุคคลที่มีต่อโลกที่เขาอาศัยอยู่) จากความหมายนี้จะเห็นว่าการรับรู้เป็นกระบวนการของแต่ละบุคคลซึ่งขึ้นอยู่กับปัจจัยภายใน เช่น ความเชื่อ ประสบการณ์ความต้องการและอารมณ์ และยังขึ้นอยู่กับลักษณะปัจจัยภายนอก หรือสิ่งกระตุ้น การรับรู้จะแสดงถึงความรู้สึกจากประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ การได้เห็น การได้กลิ่น การได้ยิน การได้รสชาติ และได้รู้สึก

จากทฤษฎีและแนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบต่อการใช้จ่ายที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นว่าพฤติกรรมในการใช้จ่ายเงินสามารถเกิดขึ้นได้จากหลายปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยด้านวัฒนธรรม ปัจจัยด้านสังคม ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยทางด้านจิตวิทยา ปัจจัยต่าง ๆ ที่กล่าวนี้มีอิทธิพลในการใช้จ่ายเงิน เพื่อตอบสนองความต้องการในด้านต่าง ๆ ได้แก่ รายจ่ายในชีวิตประจำวันเพื่อการดำรงชีพ เช่น อาหาร ที่อยู่อาศัย สาธารณูปโภค เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค

1.1.10 แผนการปรับปรุงค่าใช้จ่ายประจำวันเพื่อลดระดับความเครียด

ในอนาคตมีการคาดการณ์กันว่า มีพฤติกรรมค่าใช้จ่ายของประชากรไทยมีแนวโน้มที่เพิ่มมากขึ้น อีกทั้งยังมีเครื่องอำนวยความสะดวกในการจับจ่ายใช้สอยมากมาย สิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้บุคคลปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภค มีการใช้จ่ายสินค้าฟุ่มเฟือย โดยเฉพาะสินค้าที่ผลิตจากต่างประเทศ ดังนั้นควรจะร่วมมือกัน ร่วมใจกันประหยัด งดการใช้จ่ายสิ่งฟุ่มเฟือย และร่วมกันใช้ของที่ผลิตในเมืองไทย ฯลฯ ดังคำขวัญที่ว่า “ไทยช่วยไทย ใช้ของไทย กินของไทย เทียวเมืองไทย ร่วมใจกันประหยัด”

แผนการปรับปรุงค่าใช้จ่ายประจำวัน ได้เสนอแนวทาง 2 ประการในการบริหารรายจ่าย โดยไม่มีการเปลี่ยนแปลงการใช้ชีวิตจากความเป็นอยู่ ไม่ว่าขณะนี้จะมีการใช้จ่ายอย่างไร ประกอบด้วย

1. ตั้งเป้าหมายที่จะลดรายจ่ายตามที่เป็นอยู่ให้ได้อย่างน้อยร้อยละ 5-20 โดยใช้หลัก ประโยชน์และประหยัด เริ่มจากการทบทวนรายการใช้จ่ายต่าง ๆ อย่างละเอียด จนสามารถปรับลดหรือยกเลิกการใช้จ่ายบางอย่างลงได้ จากนั้นจึงตั้งบร่ายจ่ายรายเดือนหรือรายสัปดาห์สำหรับสิ่งจำเป็นต่าง ๆ ไว้และใช้จ่ายจริงให้ได้ตามแผนนั้น

วิธีการจัดทำบร่ายจ่ายดังกล่าวเป็นการสร้างวินัยการใช้จ่ายซึ่งจะทำให้บรรลุวัตถุประสงค์ 2 ประการ คือ

1.1 มั่นใจได้ว่าจะมีเงินเพียงพอใช้จ่ายเพื่อสิ่งจำเป็นและชำระหนี้สินตามกำหนดเวลาได้

1.2 ช่วยในการตรวจสอบบร่ายจ่ายว่ามีการใช้เพื่อสิ่งจำเป็นหรือไม่ เช่น ตั้งบร่ายจ่ายไว้สัปดาห์ละ 1,000 บาท ซึ่งจะทำให้ลดรายจ่ายลงจากเดิมและเป็นเงินเหลือออมจำนวน 200 บาทเมื่อทำได้ตามเป้าหมาย หากไม่มีความถนัด หรือไม่มีเวลาจะจัดบร่ายจ่ายอาจใช้วิธีง่าย ๆ ดังนี้คือ นำเงินที่ได้รับมาแยกเก็บซองไว้เป็นซอง ๆ แต่ละซองเป็นค่าใช้จ่ายเฉพาะอย่าง เช่น อาหาร น้ำมันรถ ค่าขนมลูก ทำบุญ ชำระหนี้ สาธารณูปโภค ได้แก่ น้ำ ไฟ โทรศัพท์ ฯลฯ และใช้จ่ายเงินในซองแต่ละซองเมื่อถึงกำหนด

2. ปรับเปลี่ยนแหล่งและวิธีซื้อสินค้า เช่น

2.1 ซื้อสินค้าจากแหล่งที่เปรียบเทียบกับแหล่งอื่นแล้วว่ามีราคาถูกกว่าเป็นประจำ แม้จะมีร้านค้าใกล้บ้านที่ให้ความสะดวกสบายในการจับจ่ายใช้สอยแต่มีราคาสูง ก็จะไม่นับเป็นข้อยกเว้น

2.2 ซื้อสินค้าเฉพาะที่จำเป็นเท่านั้น เมื่อได้รับคูปองส่วนลดสินค้าที่ตรงกับความต้องการ อย่าลืมหักพาไปด้วยเมื่อไปซื้อสินค้า และซื้อสินค้าประเภทเครื่องใช้ เช่น ผ้าเช็ดตัว ผ้าปูที่นอน เมื่อมีการจัดเทศกาลลดราคาสินค้าประจำปี หรือครึ่งปี หรือสินค้าในงานส่งเสริมการขายเป็นเฉพาะ

2.3 การเดินช้อปปิ้งในศูนย์การค้าหรือแหล่งที่มีร้านค้าขายสินค้าในราคาสูง เพื่อป้องกันมิให้มีการหลอกลวงจ่ายให้สอยด้วยการซื้อสินค้าราคาแพงกว่า

2.4 ทำงานบ้านบางชนิดเอง โดยการจัดหาสิ่งอำนวยความสะดวกมาแทนการจ้างแม่บ้าน

2.5 เลือกใช้บริการทางการเงินที่มีต้นทุนค่าใช้บริการต่ำ เช่น การกู้ยืมเพื่อการลงทุน หรือเพื่ออุปโภคบริโภคในอัตราดอกเบี้ยที่ต่ำ และเลือกชำระค่าสาธารณูปโภค หรือชำระเงินที่มีการใช้จ่ายผ่านบัตรเครดิตกับแหล่งที่ไม่คิดค่าธรรมเนียม

2.6 เปรียบเทียบบริการบัตรเครดิตและเดบิตของสถาบันการเงิน และร้านสรรพสินค้าต่าง ๆ และเลือกใช้บัตรที่ให้ประโยชน์มากกว่า เช่น ไม่เก็บค่าธรรมเนียม มีอัตราดอกเบี้ยที่ต่ำกว่า เป็นต้น

2.7 ประหยัดค่าใช้จ่ายในการขนส่งและการเดินทางหากสามารถทำได้ เช่น ค่าใช้จ่ายเดินทางไปทำงาน โดยใช้บริการรถโดยสารสาธารณะแทนการใช้รถยนต์รับจ้างหรือรถยนต์ส่วนตัว

2.8 เลือกซื้อสินค้ามือสองที่มีคุณภาพแทนการซื้อของใหม่ เช่น รถยนต์ คอมพิวเตอร์ โต๊ะและเก้าอี้จากการประมูลเครื่องใช้สำนักงานของที่ทำงาน ฯลฯ

2.9 ซื้อสินค้าที่ต้องใช้เป็นประจำและมีอายุการใช้งานสั้นครั้งละมาก ๆ เช่น น้ำยาล้างจาน น้ำยาซักผ้า เพราะการซื้อยกลดจะมีราคาถูกกว่า อีกทั้งประหยัดเวลาในการเดินทางไปซื้ออีกด้วย

2.10 ลดจำนวนการออกไปรับประทานอาหารนอกบ้านน้อยลง

จากการศึกษาพบว่า การใช้จ่ายเงินสร้างความพึงพอใจให้กับมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นการใช้จ่ายเพื่อสิ่งจำเป็นหรือไม่ก็ตาม แต่ในภาวะเศรษฐกิจปัจจุบันบังคับให้เราต้องใช้จ่ายเท่าที่จำเป็นเท่านั้น หากบุคคลไม่มีความระมัดระวังในการใช้จ่ายให้สอยอาจเกิดการใช้จ่ายเกินตัว อาจเกิดภาวะเงินขาดแคลน ไม่พอใช้จ่าย โดยเฉพาะกลุ่มที่มีรายได้น้อยมักประสบปัญหาหารายได้ไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย ต้องพึ่งพาเงินกู้เพื่ออุปโภคบริโภค ในบางกรณี การก่อหนี้เป็นสิ่งจำเป็นเพื่อใช้จ่ายในการดำรงชีพ แต่ไม่ควรนำไปใช้อย่างฟุ่มเฟือยหรือเกิดความพลั้งเผลอ อาจก่อหนี้สิน

พอกพูนได้ง่าย วิธีการจัดงบรายจ่ายดังกล่าวเป็นการสร้างวินัยการใช้จ่าย และมั่นใจได้ว่าจะมีเงินเพียงพอใช้จ่ายเพื่อสิ่งจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตอย่างมีความสุข

1.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

1.2.1 งานวิจัยในประเทศ

สมศักดิ์ สามีคศิริธรรม (2533:34) ได้ทำการศึกษาเรื่องชีวิตทางเศรษฐกิจของแรงงานที่ได้รับค่าจ้างขั้นต่ำในปี 2522 โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์จากแบบสอบถาม คนงานในโรงงานอุตสาหกรรมเขตกรุงเทพมหานคร สมุทรปราการ สมุทรสงคราม นครปฐม พบว่า คนงานโสดมีค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหาร ค่ารักษาพยาบาล ค่าเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่ม ค่าใช้จ่ายส่วนตัว ค่าเช่าบ้าน ส่งเงินให้พ่อแม่ ศาสนาประเพณี ค่าใช้จ่ายด้านบันเทิง และค่าใช้จ่ายส่วนตัว รวมทั้งสิ้น 2,812 บาท ส่วนคนงานที่สมรสแล้วที่ไม่มีบุตรมีค่าใช้จ่ายเป็นเงิน 5,358 บาท สมรสแล้วมีบุตร 1 คน มีค่าใช้จ่ายเป็นเงิน 6,101 บาท และสมรสแล้วมีบุตร 2 คน มีค่าใช้จ่าย 6,513

ยรรยง หอมศรีวรานนท์ (2543) ได้ศึกษาเรื่อง “ชีวิตทางเศรษฐกิจของแรงงานต่างถิ่นในนิคมอุตสาหกรรมแหลมฉบังปี 2543” โดยศึกษาถึงค่าใช้จ่ายของแรงงานในหมวดต่าง ๆ คือ อาหาร ค่ารักษา พยาบาล เสื้อผ้า เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ค่าใช้จ่ายส่วนตัว ค่าใช้ด้านของใช้จ่ายภายในบ้าน ค่าใช้จ่ายด้านส่งเงินให้พ่อแม่ ค่าใช้จ่ายด้านศาสนาและประเพณี ค่าใช้จ่ายด้านบันเทิง หวย และการเลี้ยงชีพ พบว่าแรงงานส่วนใหญ่ร้อยละ 64.28 มีเงินพอใช้แต่ไม่เหลือเก็บ รองลงมาร้อยละ 22.0 มีรายได้ไม่พอใช้ และร้อยละ 13.72 มีรายได้พอใช้และมีเหลือเก็บ

1.2.2 งานวิจัยในต่างประเทศ

แซงคาร์และฟามูยิวา (จันทร์จิรา ภูทองเกา 2537 : 48; อ้างอิงจาก Shankar and Famuyiwa.1991) ได้ศึกษาความเครียดของคนงานในโรงงานอุตสาหกรรมในประเทศกำลังพัฒนา โดยใช้แบบสอบถามสุขภาพทั่วไปเพื่อวัดความวิตกกังวล อาการนอนไม่หลับ ภาวะซึมเศร้า อาการโรคทางกาย และอาการเครียด ซึ่งระดับของความเครียดและการสนับสนุนทางสังคม ผลจากการตอบแบบสอบถามพบว่าความเครียดมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับผลกระทบของสุขภาพจิต ความเครียดในการทำงานเป็นผลมาจากความกดดันของงาน ความปลอดภัยในงาน ความตึงเครียดในงานและผลตอบแทนต่าง ๆ การได้รับการสนับสนุนทางสังคม จะนำไปสู่ตำแหน่งในอาชีพ

ที่ทำอยู่อย่างสูงชันและการศึกษานี้เป็นการตอบสนองความต้องการของโรงงานอุตสาหกรรมต่าง ๆ ที่มีความปรารถนาส่งเสริมสุขภาพของคนงานซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญต่อความเจริญก้าวหน้าขององค์กร

จากงานวิจัยดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ความเครียดเกิดขึ้นได้มีปัจจัยหลายประการ ได้แก่ ลักษณะงานที่รับผิดชอบ สภาพแวดล้อมในที่ทำงาน อุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ในการทำงาน สัมพันธภาพที่ดีกับผู้บังคับบัญชา และสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนร่วมงาน

2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

2.1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบด้านส่วนตัว

2.1.1 เอกสารที่เกี่ยวกับเพศ

พระ ครีกรีนจิต (2529:1-2) กล่าวว่า ความเครียดเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นได้กับคนทุกเพศทุกวัย และทุกชาติภาษา ตลอดทั้งทุกสาขาอาชีพ ทุกคนล้วนแต่เคยเผชิญความเครียดมาด้วยกันทั้งสิ้น

2.1.2 งานวิจัยเกี่ยวข้องกับเพศ

ดั๊กซ์บรีและฮิกกินส์. (จันทร์จิรา ภูทองเกษ 2537: 80 ; อ้างมาจาก Duxbury and Higgins.1991) ได้ศึกษาพบว่าแหล่งที่ก่อให้เกิดความเครียดในการทำงาน เช่น งานที่นำเบื่อนานๆ อำนาจในการบังคับบัญชาตามสายงานต่ำ การที่ต้องทำงานให้เสร็จทันกำหนดการที่ไม่ยืดหยุ่น เป็นต้น ทำให้เพศหญิงเกิดความเครียดมากกว่าครูผู้ชาย

อัมพร โอตระกูล และคนอื่น ๆ (2528 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับสุขภาพจิตครูในเขตแทรกซึมของผู้ก่อการร้ายจังหวัดชายแดนภาคใต้พบว่า ครูเพศชายมีแนวโน้มที่จะมีสุขภาพจิตดีกว่าครูเพศหญิง

จันทร์จิรา ภูทองเกษ (2537 :บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม ผลการศึกษาพบว่า พนักงานชายและพนักงานหญิง มีความเครียดในการปฏิบัติงานไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ พระ ครีกรีนจิต (2529) ที่ศึกษาความเครียดและปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของครูโรงเรียนมัธยมศึกษาพบว่าเพศต่างกันมีค่าเฉลี่ยของความเครียดไม่แตกต่างกัน

จากเอกสารข้างต้น สรุปได้ว่าองค์ประกอบด้านเพศ ทั้งเพศชาย เพศหญิง จะมีความเครียดในลักษณะที่ต่างกันและไม่ต่างกัน

2.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอายุ

2.3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับอายุ

แมสแลช (Maslach.1986 : 60) กล่าวว่าผู้มีอายุน้อยจะมีความเครียดสูงกว่าผู้มีอายุมาก นั้นเป็นเพราะอายุที่เพิ่มขึ้นได้สะสมประสบการณ์ของการทำงาน มีวุฒิภาวะ สุขุม รอบคอบ รู้จักชีวิต สามารถปรับตัวได้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เป็นจริงได้ดีกว่า แต่ไรท์ (Wright.1977:60) กล่าวว่ากลุ่มอายุที่มีความเสี่ยงสูงต่อความเครียดมากที่สุด คือ ช่วงอายุ 35-50 ปี เนื่องจากภาวะร่างกายเริ่มมีการเสื่อมถอย อีกทั้งเรื่องอาชีพ และฐานะ เข้ามาท้าทายให้เขาต้องทำให้ถึงจุดหมาย ซึ่งสอดคล้องกับประพาฬรัตน์ บุรีรัตน์ (2535:69) กล่าวว่าผู้ใหญ่ในวัยกลางคน เป็นช่วงที่มีแนวโน้มของการเกิดความเครียดมากกว่าบุคคลในวัยอื่น จากการไม่ได้รับในสิ่งที่คาดหวัง การขาดเงินทองจับจ่าย ความด้อยในเกียรติ ความอภัพโชค เป็นต้น ส่วนผลกระทบต่อผู้ใหญ่ตอนต้นมักจะเกิดความตึงเครียดในเรื่องความรับผิดชอบในเรื่องงานและครอบครัว และการแสวงหาโอกาสแห่งความสำเร็จในชีวิต

สมจิต หนูเจริญกุล (2535:98) กล่าวว่าอายุเป็นเงื่อนไขภายในของบุคคลที่มีผลต่อการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดความเครียด

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าอายุเป็นเงื่อนไขภายในของบุคคลที่มีผลต่อการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดความเครียด และผู้ใหญ่ในวัยกลางคน เป็นช่วงที่มีแนวโน้มของการเกิดความเครียดมากกว่าบุคคลในวัยอื่น

2.3.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับอายุ

อัมพร โอตระกูล และเจสันต์ แดงสุวรรณ (2525: 18) ทำการศึกษาความเครียดของตำรวจในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ตำรวจมีอายุแตกต่างกันมีความเครียดต่างกันเล็กน้อย กลุ่มอายุ 2.-29 ปี เป็นกลุ่มที่มีความเครียดมากกว่ากลุ่มอื่น

สงศรี จัยสิน และคนอื่น ๆ (2528:247-257) ได้ศึกษาเกี่ยวสุขภาพจิตของประชาชนจังหวัดชลบุรี จากกลุ่มตัวอย่างประชาชนตั้งแต่อายุ 15 ปีขึ้นไป จำนวน 4,904 คน ผลจากการศึกษาพบว่าความเครียดสูงเมื่ออายุมากขึ้น

รอเจอร์ส (พรทิพย์ เกตุรานนท์. 2547 : 48 ; อ้างอิงมาจาก Rogers.N.D) ได้วิจัยความเครียดในการทำงานและพบว่าคนเรามีความเครียดหรือไม่นั้น ไม่ได้ขึ้นอยู่กับลักษณะของประชากร เช่น อายุ การศึกษา และก็ไม่ได้ขึ้นอยู่กับประเภทหรือหน่วยงานที่บุคคลทำงานอยู่ด้วย

แต่น่าจะเกิดจากความสามารถของบุคคลในการเผชิญหน้ากับความเครียดที่เกิดขึ้นนั้น โดยมีปัจจัยที่สำคัญ เช่น บุคลิกภาพ สภาพแวดล้อมทางสังคม ลักษณะชีวิตส่วนตัว เช่น ชีวิตครอบครัว สถานะการเงิน เป็นต้น

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าอายุเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งที่สามารถนำมาวิเคราะห์ถึงความแตกต่างของระดับความเครียดได้

2.3 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับด้านสถานภาพสมรส

2.3.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสถานภาพสมรส

สุพล บุญทอง (2523 : 200) กล่าวว่าแม้การแต่งงานเป็นสามภรรยาก็เป็นของธรรมดา แต่มีความสำคัญอยู่ไม่น้อยเพราะเท่ากับเป็นการเปลี่ยนแปลงชีวิตใหม่ จากความเป็นโสดมาเป็นคนที่ต้องมีภาระผูกพัน จะต้องมีความรับผิดชอบมากขึ้นจะต้องพึ่งพาตนเอง และทำตนเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น คนที่มีครอบครัวแล้วต้องคิดถึงการประหยัดรายจ่าย ห่วงเพื่อนฝูงที่เคยคบหากันมา เมื่อแต่งงานแล้วมักทำงานที่ตั้งใจทำไปตลอดชีวิต

ประพาฬรัตน์ บุรีรัตน์ (2535 : 69) ได้กล่าวถึงข้อสังเกตของผู้เชี่ยวชาญว่า คนที่แต่งงานอาจมีความกดดันมากกว่าคนโสดอันเป็นผลมาจากความกดดันขัดแย้งระหว่างสมาชิกในครอบครัว

รอบบินส์ (Robbin.1991: 549) กล่าวว่า สถานภาพการสมรสสามารถทำให้บุคคลเกิดความเครียดและนำไปสู่ปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานได้

2.3.2 งานวิจัยเกี่ยวข้องกับสถานภาพการสมรส

โชค เกิดบัณฑิต (2535 : 81 - 82) ได้ศึกษาเรื่องแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขในสถานอนามัยระดับตำบล จังหวัดราชบุรี ผลการวิจัยพบว่าเจ้าหน้าที่ที่มีเพศ ระดับการศึกษา อายุ และสถานภาพต่างกัน มีแรงจูงใจในการทำงานไม่แตกต่างกันในด้านปัญหาในการทำงานกับเจ้าหน้าที่ที่มีอายุมากกว่า และมีสถานภาพโสด

ดุชนี ทศนาจันทธานี (2539 : 68) ได้ทำการวิจัยเรื่องตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลหน่วยฉุกเฉินในโรงพยาบาลของรัฐ กรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นพยาบาลหน่วยฉุกเฉินจำนวน 160 คน พบว่า สถานภาพสมรส มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานอย่างน้อยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการศึกษาของบราวน์ และแฮร์ริส (จินตนา ตั้งวรพจน์ชัย และสุพรรณิ สุ่มเล็ก. 2533 : 1-12; อ้างมาจาก Brow And Harris . 1979) พบว่าหญิงที่มีสามีเป็นที่พึงพิงจะมีความเสี่ยงในปัญหาในการเกิดสุขภาพจิตน้อย และเมื่อต้องเผชิญกับความเครียดในชีวิตที่รุนแรงเนื่องจากสามีประคับประคอง แต่อย่างไรก็ตามย่อมขึ้นอยู่กับสัมพันธภาพของแต่ละคู่สมรสด้วย กล่าวคือ คู่สมรสที่มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันจะมีความรักความเข้าใจและความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ช่วยในการตัดสินใจและแก้ปัญหา แต่ถ้าคู่สมรสใดมีสัมพันธภาพที่ไม่ดี อาจก่อให้เกิดความเครียดได้มากขึ้น ซึ่งอาจส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงาน

จากการศึกษางานวิจัยข้างต้นพบว่า สถานภาพสมรสมีผลต่อความเครียดของคู่สมรส

2.4 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับการศึกษา

2.4.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับระดับการศึกษา

พรทิพย์ เกตุรานนท์ (2527:บทคัดย่อ) ซึ่งศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพยาบาลในโรงพยาบาลทั่วไปของรัฐในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่าไม่มีความแตกต่างของความเครียดในพยาบาลที่มีปัจจัยด้านลักษณะส่วนตัวการศึกษาแตกต่างกันจากผลการศึกษาข้างต้น สรุปได้ว่า ระดับการศึกษาไม่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการปฏิบัติงาน

จินตนา ยูนิพันธ์ (2529:81-88) ได้กล่าวถึงสาเหตุจากภายนอกบุคคล เช่นการศึกษาเป็นสาเหตุของความเครียดตามทฤษฎีของนิวมาน

ไอแซเชวิช และแมตเตอส์ (Ivancevich&Matteson.1987:372) กล่าวว่าปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียดในการปฏิบัติงาน แบ่งเป็น ปัจจัยด้านบุคคล ได้แก่ การศึกษา

2.4.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับการศึกษา

จันทร์จิรา ภูทองเกษ (2537:บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานในโรงงานอุตสาหกรรม พบว่าวุฒิการศึกษาไม่ส่งผลต่อความเครียดของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม

ศักดิ์ระพี เพียวพานิช (2539 : 48-52) ได้ศึกษาความเครียดของตำรวจสายตรวจสถานีตำรวจภูธร อำเภอเมืองขอนแก่น กลุ่มตัวอย่างเป็นตำรวจสายตรวจจำนวน 208 คน ผลการศึกษาพบว่าตำรวจสายตรวจมีลักษณะงานที่ปฏิบัติแตกต่างกันมีระดับความเครียดแตกต่างกัน โดยสายตรวจเดินเท้ามีความเครียดสูงสุด ส่วนตำรวจสายตรวจตำบลมีความเครียดต่ำสุด ในด้านการศึกษาพบว่า ตำรวจที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีมีความเครียดมากกว่าตำรวจ

ที่มีการศึกษาดำรงต่ำกว่าระดับปริญญาตรี ส่วนปัจจัยด้านสถานภาพสมรส เงินเดือน ที่พักอาศัยไม่พบความแตกต่างในระดับความเครียดของตำรวจ

จากผลการศึกษาข้างต้น สรุปได้ว่า ระดับการศึกษาไม่ส่งผลต่อความเครียดของบุคคล

2.5 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรายได้

2.5.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับรายได้

พิมลพรรณ สุวรรณโณ (2531:75) กล่าวว่าความเครียดมาจากการงาน การเงิน ครอบครัว สังคมแวดล้อม ในการของการเงินเกี่ยวข้องกับการหาเงินไม่เพียงพอ การไม่รู้จัดสรรรายได้ รายจ่าย การต้องรับผิดชอบมากขึ้น

สมศรี กันธมาลา (2533:68) กล่าวว่าในสังคมไทยที่กำลังก้าวไปสู่ประเทศอุตสาหกรรมใหม่ มีผลให้ประชาชนมีรายจ่ายที่จำเป็นในชีวิตประจำวันมากขึ้น ทำให้ต้องต่อสู้ดิ้นรนเพื่อการอยู่รอด และเห็นแก่ตัวมากยิ่งขึ้น กล่าวว่าปัญหาทางด้านเศรษฐกิจเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความเครียด

ฟาร์เมอร์และคนอื่น ๆ (Farmer and others.1984:44) กล่าวว่าปัญหาทางด้านเศรษฐกิจเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความเครียด

ดูบริน (Dubrina.1990 :177) ที่กล่าวว่าหากเราไม่สามารถมีเงินใช้จ่ายในปัจจัยพื้นฐานของชีวิตแล้วย่อมก่อให้เกิดความกดดันและวิตกกังวล

2.5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรายได้

สุรศักดิ์ ศานูจรรย์ (2536:112-125) ได้ศึกษาความเครียดในการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ตำรวจของสถานีตำรวจนครบาลในกรุงเทพมหานครจากกลุ่มตัวอย่าง 347 คน พบว่าปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดมากคือ ปัจจัยด้านรายได้

จากการศึกษาข้างต้นพบว่า ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อความเครียด

2.6 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

2.6.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

ทศพร ประเสริฐสุข (2534:21) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ คือความสามารถลักษณะหนึ่งของบุคคลที่จะตระหนักถึงความรู้ ความคิด และอารมณ์ของตนเอง และผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายในตลอดจนจะสามารถรอคอยการตอบสนองความต้องการของตนเองได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ถูกกาลเทศะ สามารถให้กำลังใจตนเองที่จะเผชิญปัญหาและข้อขัดแย้งต่าง ๆ ได้อย่างไม่คับข้องใจ รู้จัดจัดความเครียดที่จะขัดขวางความคิดริเริ่มสร้างสรรค์อันมีค่าของตนเองได้ สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตนเองในการทำงานร่วมกับผู้อื่นทั้งในฐานะผู้นำหรือผู้ตามได้อย่างมีความสุข

ลักษณะ แพทยานันท์ (2542:21) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ คือความสามารถของบุคคลในการใช้สติรับรู้อารมณ์ และควบคุมอารมณ์ของตนเอง ทำให้สามารถเข้าใจและรับรู้อารมณ์ของผู้อื่น ไขปัญหาในการแสดงอารมณ์ และแก้ไขปัญหาได้อย่างถูกต้องเหมาะสม มีความคิดสร้างสรรค์ มีความเมตตากรุณา นำไปสู่สัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่น ทำให้บุคคลมีความสุขประสบความสำเร็จในชีวิต นั่นคือการเป็นผู้มีภาวะทางอารมณ์ที่สมบูรณ์

บาร์ออน (สาธิตา เมธนาวิน. 2545:12 อ้างอิงจาก Goleman. 1998:370-371; citing Bar-on 1992) ได้กล่าวว่า ความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence หรือ Emotional Quotient) เป็นองค์ประกอบของความสามารถของบุคคลในด้านอารมณ์และสังคมที่จะปรับตัวให้เข้ากับความต้องการและความกดดันของสิ่งแวดล้อมนั้น

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์ เป็นความสามารถของบุคคลในการตระหนักรู้ความคิด ความรู้สึกและภาวะอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถนำข้อมูลเหล่านั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการชี้นำความคิดและการกระทำของตนเองได้

2.6.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์

ซูทาร์โซ และคณะ (Sutarso and Others.1996;Abstract) ได้ศึกษาผลของเพศและเกรดเฉลี่ยที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ โดยใช้แบบสำรวจความฉลาดทางอารมณ์ใน 3 ด้าน คือ ด้านการช่วยเหลือผู้อื่น ด้านรับรู้ตนเอง ด้านการจัดการกับอารมณ์ และตัวแปรอิสระ 2 ตัวคือ เพศและเกรดเฉลี่ย ผลการศึกษาพบว่า เพศมีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เพศหญิงมีคะแนนด้านการช่วยเหลือผู้อื่นและด้านกรรับรู้ตนเองสูงกว่าเพศชายอย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติ และไม่มีความแตกต่างระหว่างเพศต่อการจัดการกับอารมณ์ ส่วนผลของเกรดเฉลี่ยมีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 ด้าน แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

กรมสุขภาพจิต (2543 : บทคัดย่อ) ได้ทำการพัฒนาแบบประเมิน

ความฉลาดทางอารมณ์สำหรับประชาชนไทย อายุ 16-60 ปี เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาแบบ Cross-sectional Study กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยประชาชนไทยอายุ 12-60 ปี จำนวน 6,812 คน แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่พัฒนาขึ้นประกอบด้วยคำถาม 52 ข้อ จำแนกความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 3 ด้าน ในตัวแปรอายุ พบว่าช่วงอายุที่ต่ำกว่ากลุ่มที่มีช่วงอายุที่สูงขึ้นไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ในตัวแปรด้านสถานภาพสมรส พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมและคะแนนเฉลี่ยด้านเก่งและสุขสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรส โสด หม้าย หย่า หรือแยกกันอยู่ ส่วนตัวตัวแปรตำแหน่งงานพบว่า ผู้มีตำแหน่งบริหารมีคะแนนเฉลี่ยความฉลาดทางอารมณ์ภาพรวมและคะแนนเฉลี่ยในด้านเก่งและด้านสุขสูงกว่าระดับผู้ปฏิบัติงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สายฝน จันทะพรม (2546 : บทคัดย่อ) ศึกษาอิทธิพลของครอบครัวและกลุ่มเพื่อนที่มีต่อความฉลาดทางอารมณ์ของวัยรุ่นตอนปลาย ศึกษาเปรียบเทียบเฉพาะกรณี นักศึกษา ชาย-หญิง ชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (ศูนย์รังสิต) จำนวน 373 คน ผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่า เพศหญิงมีความฉลาดทางอารมณ์ในภาพรวมมากกว่าเพศชาย โดยในด้านดี การควบคุมอารมณ์ และความต้องการของตนเอง ความเห็นอกเห็นใจและความรับผิดชอบ มากกว่าเพศชาย ในขณะที่เพศชายนั้นจะมีความฉลาดทางอารมณ์ในด้านการรู้จัก/มีแรงจูงใจในตนเองมากกว่าเพศหญิง

จากเอกสารงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญต่อความสำเร็จในชีวิตคนเรา เป็นความสามารถหรือศักยภาพของคนแต่ละคนในการที่จะตอบสนองอารมณ์และความต้องการของผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง ความสามารถรับรู้อารมณ์ของตนเอง พร้อมจัดการไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสม

2.7 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับองค์ประกอบด้านครอบครัว

2.7.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว

จรรยา สุวรรณทัต (2523 : 54-56) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่มีส่วนสร้างสัมพันธภาพในครอบครัวไว้ ดังนี้

1. สถานภาพทางเศรษฐกิจ – สังคมของครอบครัว กล่าวคือ ครอบครัวใดที่มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ไม่ขัดสน ย่อมนำมาซึ่งความสงบสุขของครอบครัว เกิดความกลมกลืนสมัครสมานกันภายในครอบครัว

2. การรู้จักบทบาทและหน้าที่ต่อสมาชิกในครอบครัวตลอดจนสามารถปฏิบัติการให้สอดคล้องกับบทบาทและหน้าที่ของตนเองทั้งพ่อแม่และตัวเด็กเอง

3. การรู้จักธรรมชาติและความต้องการมูลฐานของเด็ก พ่อแม่ที่พยายามเข้าใจลักษณะธรรมชาติของการเจริญเติบโต และมีความพร้อมที่จะช่วยเหลือเด็กเมื่อเกิดปัญหาย่อมมีส่วนช่วยความสัมพันธ์อันดี

4. ความคงเส้นคงวาของพ่อแม่ ในการวางระเบียบวินัย ปัจจุบันนี้นับว่ามีอิทธิพลต่อสภาพแวดล้อมในครอบครัวโดยเฉพาะวัยรุ่น ซึ่งมีความอดทนน้อยต่อการไม่คงเส้นคงวาของพ่อแม่ ซึ่งเป็นต้นเหตุให้เกิดความคลอนแคลน ในการสร้างสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่และลูก

พรพนทิพย์ ศิริวรรณบุษย์ (2527:4) กล่าวถึง มนุษย์สัมพันธ์ในแง่ของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลว่า มนุษย์สัมพันธ์เป็นศาสตร์ที่มีประโยชน์การอยู่ร่วมกัน เป็นสังคมของมนุษย์ ตั้งแต่ชุมชนไปจนถึงครอบครัว มนุษย์สัมพันธ์มีบทบาทและสำคัญยิ่งต่อการสร้างสถาบันหรือองค์กรทางสังคมเพราะจะทำให้มนุษย์เรียนรู้ที่จะยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น และยอมรับบุคคลอื่นบนพื้นฐานของความเห็นของมนุษย์เท่ากับการเรียนรู้ที่จะสร้างความเข้าใจซึ่งกันและกัน คนเก่งที่มีความสามารถสูงถ้าขาดมนุษย์สัมพันธ์ก็จะกลายเป็นบุคคลที่เปล่าประโยชน์ เพราะไม่มีโอกาสที่จะปะทะสัมพันธ์กับกลุ่มคน และแสดงความสามารถให้ปรากฏแก่กลุ่มคน ความเก่งนั้นก็จะไร้ค่าและหมดความหมายไปในที่สุด เพราะไม่อาจก่อให้เกิดประโยชน์แก่ส่วนรวมและสังคมได้ ฉะนั้นมนุษย์จึงมีบทบาทอย่างยิ่งในการอยู่ร่วมกันของมนุษย์อย่างมีความสุข

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า การมีสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิกในครอบครัวต้องรู้จักสร้างสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรธิดา สัมพันธภาพระหว่างญาติพี่น้องและสัมพันธภาพระหว่างสามีกับภรรยาที่ดี โดยต้องอาศัยความใส่ใจในการปฏิบัติต่อกันจึงจะเกิดผลดี

2.7.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว

ปราณี แสงรุ่งนภาพรรณ (2531:65) ได้ศึกษาการมีส่วนร่วมของสามีในระยะเจ็บปวดครรภ์ต่อความวิตกกังวลและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของผู้คลอดครรภ์แรก ณ โรงพยาบาลโดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือกลุ่มทดลองซึ่งมีสามีเข้าไปอยู่กับผู้คลอด และกลุ่มควบคุมซึ่งไม่สามารถเข้าไปมีส่วนร่วมในระยะเจ็บครรภ์ และพบว่ากลุ่มผู้คลอดที่มีสามีเข้าไปมีส่วนร่วมในระยะเจ็บครรภ์มีความสามารถในการเผชิญกับความเครียดดีกว่ากลุ่มผู้คลอดที่สามีไม่เข้าไปมีส่วนร่วมในระยะเจ็บครรภ์

2.8 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว

2.8.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว

จอห์น และโฮเวิร์ด (John and Howare.1975 : 89) กล่าวว่า ตั้งแต่เกิด มานุษย์ต้องการสถานภาพเศรษฐกิจของครอบครัว การยอมรับในสังคม ซึ่งระดับขั้นในครอบครัว คือเกณฑ์จากขนาดของครอบครัว ฐานะทางเศรษฐกิจซึ่งเกี่ยวกับรายได้และความคาดหวังของอาชีพ อันอาจรวมถึงการศึกษาที่ส่งผลถึงระดับของรายได้ด้วย

2.8.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว

พรทิพย์ เกตุรานนท์ (2527:96) ทำการวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพยาบาลในโรงพยาบาลทั่วไปของรัฐในเขตกรุงเทพมหานคร จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 497 คน พบว่า พยาบาลที่ไม่มีภาระทางครอบครัวจะมีความเครียดน้อยที่สุด พยาบาลที่มีภาระทางครอบครัวหนักจะมีความเครียดสูง

จากผลการวิจัยของรูบิน และแมคเนล (สมพศ ไชยกิจ. 2536 : 19 : อ้างอิงจาก Rubin and Mcneil.1981) พบว่าครอบครัวที่บิดามารดามีความภาคภูมิใจในตนเองสูง มีความมั่นคงทางอารมณ์ มีความยืดหยุ่น มีความมั่นใจในตนเอง มีสัมพันธภาพที่ดีกับบุตรโดยการแสดงการยอมรับในตัวเด็ก เน้นการใช้เหตุผล ให้ความรักความเอาใจใส่ กำหนดมาตรฐานและขอบเขตการกระทำไว้กว้าง ๆ ไม่ใช้อำนาจขู่บังคับตลอดจนให้ความสนใจในสิ่งต่าง ๆ อยู่แวดล้อมเด็ก เช่น

เพื่อน กิจกรรมที่เด็กกระทำ สิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กมีแนวโน้มที่จะเป็นคนยืดหยุ่น มีอารมณ์มั่นคง ไม่โลเล และมีความภาคภูมิใจในตนเอง

จากเอกสารงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัวมีผลต่อการทำงานเนื่องจากบุคคลมีความสุขในการมีภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัวบุคคลนั้นก็จะมีสุขภาพจิตดี ส่งผลในการทำงานมีประสิทธิภาพด้วย

2.9 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน

2.9.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับลักษณะกายภาพในที่ทำงาน

ชูทิพย์ ปานปรีชา (2509 :486 – 489) กล่าวถึงสาเหตุของความเครียดการทำงาน ที่ทำให้เกิดความเครียด เช่น ขาดความปลอดภัยในที่ทำงาน งานเสี่ยงอันตราย

สมพงษ์ เกษมสิน (2516 : 289) กล่าวว่า ถ้าที่ทำงานหรือสภาพการปฏิบัติงาน ในหน่วยงาน สามารถที่จะอำนวยความสะดวกสบายและมีความปลอดภัยแก่บุคลากรในหน่วยงาน สามารถที่จะสะดวกสบายและมีความปลอดภัยแก่บุคลากรในหน่วยงานได้มาก เพียงใดก็ช่วยลดความกังวลในการเสริมสร้างให้บุคลากรเกิดความพึงพอใจได้มากเพียงนั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านบรรยากาศของหน่วยงานซึ่งเป็นความรู้สึกของบุคลากรในองค์การที่มีต่อคนและสิ่งแวดล้อมในองค์การ เมื่อหน่วยงานมีบรรยากาศที่ดีแล้วจะส่งผลให้คนในหน่วยงาน หรือผู้ที่เกี่ยวข้องจะมีความรู้สึกที่ดีต่อกัน มีความรัก ความผูกพันกับหน่วยงาน มีความอบอุ่น ภูมิใจที่ได้อยู่หรือได้เกี่ยวข้องกับหน่วยงานนั้น สมพงษ์ เกษมสิน (2526 : 191 – 192) ได้กล่าวว่า จะต้องประกอบด้วยสิ่งต่าง ๆ หลายประการ เช่น

1. การจัดให้มีอุปกรณ์ต่าง ๆ อย่างพร้อมเพียงในการทำงาน
2. การป้องกันอันตรายจากเครื่องใช้ต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นในการทำงาน
3. การจัดเกี่ยวกับสถานที่ที่ทำงาน
4. อุณหภูมิในสถานที่ทำงานที่เหมาะสม
5. แสงสว่างในที่ทำงานอย่างพอเหมาะ
6. ที่ทำงานปราศจากเสียงรบกวน
7. มีสุขภัณฑ์ในสถานที่ทำงานไว้บริการอย่างเพียงพอเหมาะ

2.9.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะกายภาพในที่ทำงาน

สปรน ขุนทรานนท์ (2527 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ความเครียดและสภาพสิ่งแวดล้อมในการทำงานของทันตแพทย์ ผลการวิจัยพบว่า สภาพแวดล้อม ซึ่งได้แก่ ขนาดของห้องทำงานและอุณหภูมิมีความสัมพันธ์กับความเครียดในการทำงานของทันตแพทย์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยพบว่า ทันตแพทย์ที่ทำงานในห้องขนาดเล็กมีความเครียดในการทำงานมากกว่า ทันตแพทย์ที่ทำงานในห้องขนาดใหญ่ และทันตแพทย์ที่ทำงานในห้องที่ไม่มีเครื่องปรับอากาศมีความเครียดมากกว่าทันตแพทย์ที่ทำงานในห้องที่มีเครื่องปรับอากาศ

2.10 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา

2.10.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา

จาร์ส ด้วงสุวรรณ (2527: 6) กล่าวว่าผู้มีหน้าที่ติดต่อกับบุคคลอื่นหรือต้องทำงานติดต่อกับความร่วมมือจากผู้ร่วมงานในหน่วยงานอื่นและติดต่อกับบุคคลอื่นนอกหน่วยงาน จำเป็นต้องรู้และเข้าใจในเรื่องมนุษยสัมพันธ์

อำนวย แสงสว่าง (2540 :105-110) กล่าวว่า ผู้ใต้บังคับบัญชาจะต้องศึกษาเรียนรู้และทำความเข้าใจผู้บังคับบัญชา เพื่อจะได้ปฏิบัติตนให้สามารถเข้ากับผู้บังคับบัญชาในการทำงานร่วมกันได้เป็นอย่างดี ซึ่งก่อให้เกิดประสิทธิภาพในการดำเนินงานขององค์การเป็นส่วนรวม ดังนั้นสมาชิกบทบาทผู้ใต้บังคับบัญชาจะต้องสร้างความสัมพันธ์อันดีกับผู้บังคับบัญชาเพื่อให้เกิดมนุษยสัมพันธ์ในการทำงาน

จากเอกสารงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าสัมพันธภาพระหว่างพนักงานกับผู้บังคับบัญชา หมายถึงสัมพันธภาพที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานความเคารพนับถือซึ่งกันและกัน รู้ที่จะบังคับบัญชา บริหารงาน และมีมนุษยสัมพันธ์อันดีต่อกัน

2.10.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา

ฟิดเลอร์ เชมเมอร์ และมอร์ธาร์ (Fiedler, Chemer and Morthar. 1976 : 36) ได้วิจัยพบว่าผู้บริหารและผู้ร่วมงานที่มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันย่อมทำให้สภาพการทำงาน การบังคับบัญชาของผู้บริหารราบรื่น เพราะความสัมพันธ์จะสร้างความศรัทธาต่อผู้ร่วมงานอย่างดี และช่วยให้ผู้ร่วมงานพึงพอใจต่อสภาพการทำงานอีกด้วย

ลารอคโค และคนอื่น ๆ (Larocco and other.1980 : 205) ได้สรุปผลการวิจัยพบว่า แรงสนับสนุนทางสังคมจากผู้บังคับบัญชา มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียดในการปฏิบัติงาน

จากการศึกษาข้างต้น สรุปว่า สัมพันธภาพที่ไม่ดีระหว่างพนักงานกับผู้บังคับบัญชาเกี่ยวข้องกับความเสี่ยงในการปฏิบัติงาน

2.11 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน

2.11.1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน

เสถียร เหลืองอร่าม (2527:206) เน้นบทบาทของเพื่อนร่วมงานว่า เพื่อนร่วมงานควรจะช่วยสร้างบรรยากาศทำงานชั้นดีที่พี่น้อง มีความรักใคร่กลมเกลียวกัน คอยช่วยกระตุ้น การปฏิบัติงานของกลุ่ม แนะนำช่วยเหลือการทำงานซึ่งกันและกัน ปฏิบัติงานตรงต่อเวลา ใฝ่ถามทุกข์สุข ซึ่งกันและกัน พุดจากันด้วยความสนุกสนานและเข้าเพื่อนร่วมงานได้เสมอ จะทำให้การทำงานในองค์การประสบความสำเร็จด้วยดี

วิจิตร อวระกุล (2528 : 179) ได้เสนอแนะว่าเพื่อนร่วมงานที่ดีจะต้องสร้างบรรยากาศในการทำงานให้เปรียบเสมือนชั้นดีที่พี่น้อง สำหรับการทำงานอยู่กันหลายคนก็มีโอกาสที่จะเกิดความขัดแย้งกันไม่เข้าใจกันและการสร้างสัมพันธ์กับเพื่อนนั้น ควรปฏิบัติดังนี้

1. ยกย่องแก่เพื่อน ทำให้เราเป็นที่รักใคร่นับถือ หลีกเลี่ยงการนินทาเพื่อน ผู้อื่นจะมองเราเป็นคนไม่ดี อย่าขัดทอดความผิดให้เพื่อนการขัดทอดเป็นการยกตนเหนือคนอื่น เพื่อนฝูงไม่อยากร่วมงานด้วย ทำให้ขาดความร่วมมือ

2. ยกย่องชมเชยเพื่อนในสิ่งที่ควรทำเป็นการให้กำลังใจสนับสนุน ให้การยืนยันในความดีนั้น ทุกคนชอบการยกย่องชมเชย เพราะเป็นอาหารทางใจให้ความร่วมมือในกิจกรรมของเพื่อนด้วยความเต็มใจเสมอ การช่วยเหลือเกื้อกูลเป็นคุณธรรม เป็นเครื่องมือยึดเหนี่ยวน้ำใจกัน เป็นการสร้างความสัมพันธ์ อันดีตามหลักสังคหวัตถุ คือทำตนให้เป็นประโยชน์

3. ให้เพื่อนได้ทราบในเรื่องที่เขารับผิดชอบหรือเกี่ยวข้องแสดงความปรารถนาดีต่อเพื่อนจะเห็นใจเราเกิดความซาบซึ้ง ในน้ำใจไมตรีของเราและมีมิตรภาพที่ดีของเราสืบไป ฟังความคิดเห็นของเพื่อน ๆ บ้าง เป็นกันเองต้องให้เกียรติกัน โดยฟังเขาแสดงความคิดเห็นบ้างในหมู่เพื่อนต้องให้มีความเสมอภาคกันในการแสดงความคิดเห็น ควรรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน ๆ ที่เสนอแนะและการให้คำแนะนำและข้อเสนอแนะ

4. หลีกเลียงการทำตัวเหนือเพื่อน ต้องให้เกียรติเพื่อนร่วมงานทุกคนทำตนให้เสมอต้นเสมอปลาย ทำให้เพื่อนมีความสบายใจ พอใจ และจะเกิดความเลื่อมใสศรัทธาในตัวเรา

5. ใจกว้างและเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเพื่อนฝูง ไม่เอาเปรียบไม่คอยแต่จะเอาของผู้อื่นฝ่ายเดียวเป็นการเห็นแก่ตัวและเอาเปรียบผู้อื่น

6. ออกไปพบปะสังสรรค์บ้างตามสมควร การวิสาสะทำให้เกิดความเป็นญาติการทำงานกับเพื่อนหลายคนย่อมมีโอกาสที่จะกระทบกระทั่งขัดแย้งไม่เข้าใจกันบ้างเป็นเรื่องธรรมดา

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่าสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงานมีความสำคัญต่อการสร้างบรรยากาศในการทำงานดังที่กล่าวมา ดังนั้นความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนร่วมงาน จึงมีส่วนเกี่ยวข้องกับปัญหาในการทำงานของสมาชิก

2.11.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน

ทานตะวัน (นามแฝง) (2533: 18) ได้กล่าวถึงงานวิจัยของ ไนแอล นอเจอร์ (Norger.1985) แห่งมหาวิทยาลัยเดนเวอร์ ที่ได้ทำการวิจัยว่า อะไรเป็นสาเหตุของความเครียด โดยให้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 332 คน เขียนบันทึกประจำวันโดยให้บันทึกการเปลี่ยนแปลงของอารมณ์และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน ปรากฏว่า ปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนร่วมงานเป็นปัญหาที่ก่อผลกระทบทางอารมณ์ที่รุนแรงที่สุด ปัญหายังนานเท่าใดก็ยิ่งเพิ่มความเครียดมากขึ้น ส่วนปัญหาจากการเงินและงานหนักเป็นปัญหาเพียงเล็กน้อย

จากการศึกษาข้างต้น สรุปว่า สัมพันธภาพที่ไม่ดีระหว่างพนักงานกับเพื่อนร่วมงานเกี่ยวข้องกับความเครียดในการปฏิบัติงาน

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์

ดีเวลลอปเมนต์

3.1 ประวัติของโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเมนต์

โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเมนต์ เป็นหน่วยงานอิสระขององค์การระหว่างประเทศ เรียกว่าองค์กรช่วยเหลือบรรเทาทุกข์และพัฒนาของคณะอนุชำนานาชาติ ก่อตั้งขึ้นเมื่อเดือนมกราคม 2544 โดยมี นายจอห์น ควินลี เจ อาร์ เป็นผู้อำนวยการ และมีทีมงานที่เป็นคนไทยจำนวน 4 คน ปัจจุบันสถานที่ทำงานตั้งอยู่ที่ 12/162 อาคารมูลนิธิรวมน้ำใจ แพลต 12 ถนนอาจณรงค์ เขตคลองเตย จังหวัดกรุงเทพมหานคร ปัจจุบันมีสมาชิกที่อยู่ในโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเมนต์ จำนวน 250 คน

3.2 วิสัยทัศน์ของโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเมนต์

เพื่อให้รูปแบบการปรับเปลี่ยนความเข้าใจเพื่อแสดงออกซึ่งความรักในพระเจ้าต่อคนยากไร้ ผู้สูญเสียโอกาสในสังคม หรือ เงินทองรองจ่ายส่วนบุคคล ครอบครัว และชุมชนในประเทศไทย

3.3 พันธกิจของโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเมนต์

คือการสร้างโอกาสทางเลือกใหม่ในด้านการเงิน เพื่อช่วยลดภาระปัญหา ความกดดัน จนเกิดภาวะความเครียด โดยการให้โอกาสในการสร้างรายได้ผ่านการพัฒนาธุรกิจขนาดย่อย โดยการให้ยืมเงินทรองจ่าย สำหรับเป็นเงินทุนหมุนเวียนในการประกอบอาชีพ และเพื่อการดำรงชีวิต ในรูปแบบการดูแลช่วยเหลือ โดยการสำแดงความรักของพระเจ้า อีกทั้งยังให้คำปรึกษา อบรมด้านธุรกิจ และจัดกิจกรรมพิเศษเพื่อเป็นการส่งเสริมและสร้างรายได้ ให้การสนับสนุน และเพิ่มคุณภาพชีวิตเพื่อ เน้นการพัฒนาช่วยเหลือ ไปสู่คนยากจน ครอบครัว และแหล่งชุมชนแออัดในประเทศไทยเพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงและมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น

3.4 เป้าหมายของโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรส์ ดี เวลลอปเม้นท์

1. เพื่อเพิ่มผลตอบแทนด้านรายได้และเพิ่มช่องทางเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต สำหรับการทำงานกับคนยากจนในประเทศไทย ตลอดจนการพัฒนาธุรกิจจุลภาค และการพัฒนาความเข้าใจส่วนบุคคล (รวมถึงภาษา และทักษะคอมพิวเตอร์)
2. เพื่อเสริมแรงให้ชุมชนที่ยากจนได้แก้ปัญหาด้วยตนเองได้ และพัฒนาไปสู่ชุมชนที่ได้รับการดูแลเอาใจใส่
3. เพื่อสร้างฐานการสนับสนุน ความเป็นท้องถิ่น MED และการฝึกอบรมองค์กรเพื่อระบบการคลังแบบจุลภาค การให้คำปรึกษา และบริการฝึกหัดด้านต่าง ๆ ไปยังสมาชิกกว่าพันคน
4. เพื่อแสดงความเป็นเลิศในการพัฒนาบุคคล ภาษา และทักษะคอมพิวเตอร์เพื่อเสริมสร้างอนาคตที่ดีกว่าสำหรับสมาชิก และพัฒนาความสัมพันธ์ที่แท้จริงระหว่างพนักงานในโครงการ

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

กำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นของสมาชิกของ โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรส์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จำนวน 250 คน เป็นเพศชาย 77 คน และเพศหญิงจำนวน 173 คน ซึ่งใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้เป็นแบบสอบถามองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรส์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร มี 8 ตอน ดังนี้

- | | |
|----------|---|
| ตอนที่ 1 | แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล |
| ตอนที่ 2 | แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ |
| ตอนที่ 3 | แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว |
| ตอนที่ 4 | แบบสอบถามการรับผิดชอบต่อครอบครัว |
| ตอนที่ 5 | แบบสอบถามลักษณะกายภาพในที่ทำงาน |
| ตอนที่ 6 | แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา |
| ตอนที่ 7 | แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน |
| ตอนที่ 8 | แบบสอบถามความเครียดในการใช้จ่ายเงินวิธีการสร้างเครื่องมือ |

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา และรายได้

ตัวอย่าง แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล
คำชี้แจง แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบ โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ☐ และเติมค่าลงในช่องว่าง..... ที่ตรงกับลักษณะของท่าน ตามความเป็นจริงในปัจจุบันให้ครบถ้วน

1. เพศ
☐ ชาย ☐ หญิง
2. อายุ..... ปี
3. ระดับการศึกษา
☐ ต่ำกว่าปริญญาตรี
☐ ปริญญาตรี
☐ สูงกว่าปริญญาตรี
4. รายได้ต่อเดือน บาท

ตอนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (ฉบับของกรมสุขภาพจิต)

ผู้วิจัยใช้แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ (ฉบับของกรมสุขภาพจิต) โดยลักษณะของแบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์ (ฉบับของกรมสุขภาพจิต) เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 4 ระดับ ได้แก่ ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง จริงมาก

ตัวอย่าง แบบสอบถามความฉลาดทางอารมณ์ (ฉบับของกรมสุขภาพจิต)

คำแนะนำ แบบประเมินนี้เป็นประโยคที่มีข้อความเกี่ยวกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่างๆ แม้ว่าบางประโยคไม่ตรงกับที่ท่านเป็นอยู่ ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ดี โปรดตอบตามความเป็นจริงและตอบทุกข้อ เพื่อให้ท่านจะได้รู้จักตนเองและวางแผนพัฒนาตนต่อไป

คำชี้แจง เมื่ออ่านข้อความแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างหลังข้อความข้อใดข้อหนึ่งที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่านเลย
จริงบางครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างบางครั้ง
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านค่อนข้างมาก
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก

ข้อที่	ข้อความ	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริง มาก
0	ฉันไม่รู้ว่าคุณเก่งเรื่องใด				
00	ฉันสังเกตได้ เมื่อคนใกล้ชิดมีอารมณ์เปลี่ยนแปลง				

เกณฑ์การให้คะแนน (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข)

1	4	6	7	10	12	14	15	17	20	22	23	25	28
31	32	34	36	38	39	41	42	43	44	46	48	49	50

แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง	ให้	1	คะแนน
ตอบจริงบางครั้ง	ให้	2	คะแนน
ตอบค่อนข้างจริง	ให้	3	คะแนน
ตอบจริงมาก	ให้	4	คะแนน

2	3	5	8	9	11	13	16	18	19	21	24
26	27	29	30	33	35	37	40	45	47	51	52

แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ตอบไม่จริง	ให้	4	คะแนน
ตอบจริงบางครั้ง	ให้	3	คะแนน
ตอบค่อนข้างจริง	ให้	2	คะแนน
ตอบจริงมาก	ให้	1	คะแนน

เกณฑ์การแปลผล (กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข)

ให้คะแนนเป็นช่วง 1 – 4 ตัวแปรที่วัด ความฉลาดทางอารมณ์รวม แบ่งเป็น 3 ด้าน คือ (1) ดี (2) เก่ง (3) สุข

ตอนที่ 3 แบบสอบถาม สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว

3.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับสมาชิกในครอบครัว

3.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว

3.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว โดยใช้แนวคิดที่ได้จากข้อ 3.1 และข้อ 3.2 ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว

คำชี้แจง ขอให้ท่านพิจารณาข้อความ ดังกล่าว แล้วตอบคำถามโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อยที่สุด
0	ท่านแสดงความเอื้ออาทรต่อสมาชิกใน ครอบครัว เช่นการกอด การลูบหัว การยิ้ม การแสดงการชื่นชม เป็นต้น					
00	ท่านรับฟังเหตุผลของสมาชิกในครอบครัว เสมอ					

เกณฑ์ การให้คะแนน

ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)		ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)	
จริงที่สุด	5		1
จริง	4		2
จริงบ้าง	3		3
จริงน้อย	2		4
จริงน้อยที่สุด	1		5

เกณฑ์ในการแปลความหมาย

ใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของวิเชียร เกตุสิงห์ (2538:9) ในการวิจัย
ครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่	3.67 – 5.00 หมายถึง	สัมพันธภาพของสมาชิกกับบุคคลใน ครอบครัวดี
คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่	2.34 – 3.66 หมายถึง	สัมพันธภาพของสมาชิกกับบุคคลใน ครอบครัวดีพอใช้
คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่	1.00– 2.33 หมายถึง	สัมพันธภาพของสมาชิกกับบุคคลใน ครอบครัวไม่ดี

ตอนที่ 4 แบบสอบถามภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว

4.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว

4.2 ผู้วิจัยได้ศึกษาแบบสอบถามภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวของ เกษสุดา ต้นขุน (2545) และชาลิสา พรหมทอง (2547)

4.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว โดยใช้แนวคิดที่ได้จาก ข้อ 4.1 และ 4.2 ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามภาระหน้าที่ความรับผิดชอบต่อครอบครัว

คำชี้แจง ขอให้ท่านพิจารณาข้อความ ดังกล่าว แล้วตอบคำถามโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่องว่างที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อยที่สุด
0	ท่านเป็นผู้ตัดสินใจภายในบ้านทั้งหมด					
00	ท่านต้องรับผิดชอบต่อค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ภายในบ้าน อาทิ เช่น ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าสาธารณูปโภคต่าง ๆ					

เกณฑ์ การให้คะแนน

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก	ข้อความที่มีความหมายทางลบ
	(คะแนน)	(คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์ในการแปลความหมาย

ใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของวิเชียร เกตุสิงห์ (2538:9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่	3.67 – 5.00	หมายถึง มีภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวมาก
คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่	2.34 – 3.66	หมายถึง มีภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวปานกลาง
คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่	1.00– 2.33	หมายถึง มีภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวน้อย

ตอนที่ 5 แบบสอบถามลักษณะกายภาพในที่ทำงาน

5.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะทางกายภาพของสถานที่ทำงาน

5.2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามลักษณะทางกายภาพของสถานที่ทำงานของพรพรรณ คงประสิทธิ์ (2542) และพนิดา ผกานรินทร์ (2544)

5.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามลักษณะทางกายภาพของสถานที่ทำงาน โดยใช้แนวคิดจาก ข้อ 5.1 และ 5.2 ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตรฐานส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามลักษณะทางกายภาพของสถานที่ทำงาน

คำชี้แจง เมื่อท่านอ่านข้อความแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องขวามือช่องใดช่องหนึ่งใน 5 ช่องที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้าง ไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างเล็กน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
	สถานที่ทำงาน					
0	สถานที่ทำงานสะอาด และเป็นระเบียบเรียบร้อย					
00	ขนาดของห้องทำงานมีความพอเหมาะกะกับพนักงาน					
ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
	วัสดุ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการทำงาน					
0	มีอุปกรณ์และเครื่องใช้เพื่ออำนวยความสะดวกในการทำงาน					
00	อุปกรณ์ในการทำงานทันสมัย					

เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความทางบวก (คะแนน)	ข้อความทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์ในการแปลความหมาย

ใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของวิเชียร เกตุสิงห์ (2538:9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 3.67-5.00 คะแนน หมายถึง ลักษณะทางกายภาพในที่ทำงานดี
 คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.34-3.66 คะแนน หมายถึง ลักษณะทางกายภาพในที่ทำงานดีพอใช้
 คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00-2.33 คะแนน หมายถึง ลักษณะทางกายภาพในที่ทำงานไม่ดี

ตอนที่ 6 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา

6.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา

6.2 ผู้วิจัยได้ศึกษาแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา ของ พรพรรณ คงประสิทธิ์ (2542) และอรุณี มิ่งประเสริฐ (2547)

6.3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา โดยใช้แนวคิดที่ได้จากข้อ 6.1 และ 6.2 ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา

คำชี้แจง เมื่อท่านอ่านข้อความแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องขวามือช่องใดช่องหนึ่งใน 5

ช่องที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างเล็กน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อย ที่สุด
	การปฏิบัติตนของผู้บังคับบัญชาที่มีต่อสมาชิก					
0	ผู้บังคับบัญชาของท่านได้ให้ความช่วยเหลือ และคำแนะนำที่ดีในการทำงานเสมอ					
00	ผู้บังคับบัญชาไม่มีพฤติกรรมต่อท่าน					
ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อย ที่สุด
	การปฏิบัติตนของสมาชิกที่มีต่อผู้บังคับบัญชา					
0	เมื่อท่านพบปัญหาอุปสรรคในการทำงาน ผู้บังคับบัญชาให้คำแนะนำแก่ท่าน					
00	ท่านมักมีความคิดเห็นของท่านดีกว่าผู้บังคับบัญชาของท่าน					

เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความทางบวก	ข้อความทางลบ
	(คะแนน)	(คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์ในการแปลความหมาย

ใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของวิเชียร เกตุสิงห์ (2538:9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 3.67-5.00 คะแนน หมายถึง สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชาดี

คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.34-3.66 คะแนน หมายถึง สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชาดี

พอใช้

คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00-2.33 คะแนน หมายถึง สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชาไม่ดี

ตอนที่ 7 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน

7.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับสัมพันธภาพระหว่างพยานกับเพื่อนร่วมงาน

7.2 ผู้วิจัยได้ศึกษาแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน โดยใช้แนวคิดที่ได้จากข้อ 6.1 และ 6.2 ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และจริงน้อยที่สุด

ตัวอย่างแบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน

คำชี้แจง เมื่อท่านอ่านข้อความแล้ว โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องขวามือช่องใดช่องหนึ่งใน 5 ช่องที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างเล็กน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
0	เพื่อนร่วมงานมีจิตใจเอื้ออาทรกับท่าน					
00	เพื่อนร่วมงานมักจับกลุ่มนินทาท่านเสมอ					

เกณฑ์การให้คะแนน

	ข้อความทางบวก (คะแนน)	ข้อความทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	5	1
จริง	4	2
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	2	4
จริงน้อยที่สุด	1	5

เกณฑ์ในการแปลความหมาย

ใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของวิเชียร เกตุสิงห์ (2538:9)	
ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้	
คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 3.67-5.00 คะแนน	หมายถึง สัมพันธภาพระหว่างพนักงานกับเพื่อนร่วมงานดี
คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.34-3.66 คะแนน	หมายถึง สัมพันธภาพระหว่างพนักงานกับเพื่อนร่วมงานดีพอใช้
คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00-2.33 คะแนน	หมายถึง สัมพันธภาพระหว่างพนักงานกับเพื่อนร่วมงานไม่ดี

ตอนที่ 8 แบบสอบถามความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

8.1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยเกี่ยวข้องกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

8.2 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน โดยใช้แนวคิดจากข้อ

8.1 ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ ตามแนวคิดของลิเคอร์ท (Likert Scale Type) ได้แก่ จริงที่สุด จริง จริงบ้าง จริงน้อย และ จริงน้อยที่สุด

คำชี้แจง คำชี้แจง ขอให้ท่านพิจารณาข้อความ ดังกล่าว แล้วตอบคำถามโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริง บ้าง	จริง น้อย	จริง น้อยที่สุด
0	อาการทางร่างกาย ท่านรู้สึกอ่อนเพลียและนอนไม่หลับ					
00	อาการทางจิตใจ ท่านคิดว่าโลกนี้ไม่น่าอยู่เลยทุกอย่าง เลวร้ายไปหมด					
000	การแสดงออกทางพฤติกรรม เมื่อท่านพบปัญหาที่หาทางออกไม่ได้ ท่าน มักจะนั่งร้องไห้เสมอ					

เกณฑ์ การให้คะแนน

	ข้อความที่มีความหมายทางบวก (คะแนน)	ข้อความที่มีความหมายทางลบ (คะแนน)
จริงที่สุด	1	5
จริง	2	4
จริงบ้าง	3	3
จริงน้อย	4	2
จริงน้อยที่สุด	5	1

เกณฑ์ในการแปลความหมาย

ใช้เกณฑ์การประเมินค่าความหมายตามแนวคิดของวิเชียร เกตุสิงห์ (2538:9) ในการวิจัยครั้งนี้แปลผลได้ดังนี้

คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 3.67 – 5.00 หมายถึง มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก

คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 2.34–3.66 หมายถึง มีความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

ปานกลาง

คะแนนเฉลี่ยตั้งแต่ 1.00– 2.33 หมายถึง มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย

การหาคุณภาพเครื่องมือ

1. ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะแล้วหาความเที่ยงตรงเชิงประจักษ์ (Face Validity) โดยให้ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 คน ได้แก่ รองศาสตราจารย์เวณิ กรีทอง ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรณรัตน์ พลอยเลื่อมแสง และอาจารย์ ดร. พาสนา จุฬรัตน์ ตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างนิยามศัพท์เฉพาะ และภาษาที่ใช้ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปทดลองใช้ (Try Out)

2. หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ (Item Discrimination) ของแบบสอบถามโดยนำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขไปทดลองใช้ (Try Out) กับสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ที่มีใช้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน จากนั้นนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนดเพื่อวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ โดยใช้เทคนิค 25% กลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ แล้วทดสอบด้วย t-test โดยคัดเลือกเฉพาะค่า t ที่มีนัยสำคัญที่ระดับ .05 มาใช้เป็นแบบสอบถามในการวิจัย ได้ผลดังนี้

2.1 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว จำนวน 17 ข้อ
มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.095 - 2.569

2.2 แบบสอบถามการะับผิดชอบต่อครอบครัว จำนวน 10 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง
2.918 - 7.318

2.3 แบบสอบถามลักษณะกายภาพในที่ทำงาน จำนวน 11 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง
2.895 - 9.655 และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ .9004

2.4 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา จำนวน 20 ข้อ
มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.160 - 8.078 และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ .7655

2.5 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน จำนวน 20 ข้อ
มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.160 - 4.733

2.6 แบบสอบถามความเครียดในการใช้จ่ายเงินวิธีการสร้างเครื่องมือ จำนวน 22 ข้อ
มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.570 - 7.903

3. นำแบบสอบถามที่คัดเลือกมาแล้วในข้อที่ 2 หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของ
แบบสอบถามโดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)
ได้ผลดังนี้

3.1 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว จำนวน 17 ข้อ
มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .7611

3.2 แบบสอบถามการะับผิดชอบต่อครอบครัว จำนวน 10 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น
เท่ากับ .7553

3.3 แบบสอบถามลักษณะกายภาพในที่ทำงาน จำนวน 11 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่น
เท่ากับ .9004

3.4 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา จำนวน 20 ข้อ มีค่า
ความเชื่อมั่นเท่ากับ .7655

3.5 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน จำนวน 20 ข้อ มีค่า
ความเชื่อมั่นเท่ากับ .8287

3.6 แบบสอบถามความเครียดในการใช้จ่ายเงินวิธีการสร้างเครื่องมือ จำนวน 22 ข้อ มี
ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .8020

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลจากผู้อำนวยการโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์

2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 3 ธันวาคม 2549 ถึงวันที่ 26 ธันวาคม 2549 โดยทำการแจกแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 250 คน ได้กลับคืนมา 230 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 92

3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาคัดเลือกเฉพาะแบบสอบถามที่สมบูรณ์ คือตอบคำถามครบทุกข้อ ปรากฏว่าสมบูรณ์ ทุกฉบับ แล้วนำแบบสอบถามมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์กำหนด จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมุติฐานต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานกับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์

3. การวิเคราะห์องค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน ที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)
2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์คุณภาพเครื่องมือ ได้แก่
 - 2.1 การวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกจำเป็นรายข้อของแบบสอบถาม โดยใช้เทคนิค 25% กลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ แล้วทดสอบด้วย t-test
 - 2.2 การวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (a-Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)

3. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์สมมุติฐาน ได้แก่

3.1 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสภาพแวดล้อมกับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเมนต์ โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)

3.2 วิเคราะห์การวิเคราะห์องค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเมนต์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอย พหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากการศึกษาค้นคว้าข้อมูลครั้งนี้ เพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
df	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระ
SS	แทน	ผลบวกกำลังสองของคะแนนแต่ละตัว
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนนแต่ละตัว
R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R^2	แทน	กำลังสองของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
SE_{est}	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการพยากรณ์
SE_b	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์
b	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์
β	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ซึ่งพยากรณ์ในรูปของคะแนนมาตรฐาน
a	แทน	ค่าคงที่ของสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนดิบ
$\hat{Y}$	แทน	ค่าสมการพยากรณ์ที่แทนค่าในรูปคะแนนดิบ
Z	แทน	ค่าสมการพยากรณ์ในรูปคะแนนมาตรฐาน
X_1	แทน	เพศ : ชาย
X_2	แทน	เพศ : หญิง
X_3	แทน	อายุ
X_4	แทน	สถานภาพสมรส : โสด
X_5	แทน	สถานภาพสมรส : คู่
X_6	แทน	สถานภาพการสมรส : หม้าย หรือหย่า หรือแยกกันอยู่

X_7	แทน	ระดับการศึกษา : ต่ำกว่าปริญญาตรี
X_8	แทน	ระดับการศึกษา : ปริญญาตรี
X_9	แทน	ระดับการศึกษา : สูงกว่าปริญญาตรี
X_{10}	แทน	รายได้
X_{11}	แทน	ความฉลาดทางอารมณ์
X_{12}	แทน	สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว
X_{13}	แทน	ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว
X_{14}	แทน	ลักษณะกายภาพในที่ทำงาน
X_{15}	แทน	สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา
X_{16}	แทน	สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน
Y	แทน	ความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านส่วนตัว องค์ประกอบด้านครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน กับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร
3. วิเคราะห์ที่องค์ประกอบด้านส่วนตัว องค์ประกอบด้านครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยเสนอผลการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

ตอนที่ 1 เสนอจำนวนร้อยละของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตามเพศ สถานภาพสมรส และระดับการศึกษา

ตอนที่ 2 เสนอค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานขององค์ประกอบ อายุ รายได้ ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว ลักษณะกายภาพในที่ทำงาน สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน และความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

ตอนที่ 3 เสนอผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของ เพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)

ตอนที่ 4 เสนอผลการวิเคราะห์องค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอย พหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 เสนอจำนวนร้อยละของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรส์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยจำแนกตามเพศ สถานภาพสมรส และระดับการศึกษา ดังแสดงในตาราง 1

ตาราง 1 แสดงจำนวนและค่าร้อยละของพนักงานของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรส์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จำแนกเพศ สถานภาพสมรส และระดับการศึกษา

องค์ประกอบ	ระดับขององค์ประกอบ	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	69	34.5
	หญิง	131	65.5
	รวม	200	100.0
สถานภาพสมรส	โสด	92	46.0
	คู่	80	40.0
	หม้าย หรือหย่าร้าง หรือแยกกันอยู่	28	14.0
	รวม	200	100.0
ระดับการศึกษา	ต่ำกว่าปริญญาตรี	118	59.0
	ปริญญาตรี	79	39.5
	สูงกว่าปริญญาตรี	3	1.5
	รวม	200	100.0

จากตาราง 1 พบว่า สมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรส์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จำแนกตามองค์ประกอบด้านเพศ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวนร้อยละ 65.5 และเพศชาย จำนวนร้อยละ 34.5

จำแนกตามองค์ประกอบด้านสถานภาพสมรส พบว่า ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส : โสด จำนวนร้อยละ 46.0 รองลงมาคือ สถานภาพสมรส : คู่ จำนวนร้อยละ 40.0 และสถานภาพสมรส : หม้าย หรือหย่าร้าง หรือแยกกันอยู่ จำนวนร้อยละ 14.0

จำแนกตามองค์ประกอบ ด้านระดับการศึกษา พบว่า ส่วนใหญ่มีการศึกษาในระดับต่ำกว่าปริญญาตรี มีจำนวนร้อยละ 59.0 รองลงมาคือ ปริญญาตรี จำนวนร้อยละ 39.5 และสูงกว่าปริญญาตรี จำนวนร้อยละ 1.5

ตอนที่ 2 เสนอค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานขององค์ประกอบ อายุ รายได้ของครอบครัวต่อเดือน ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว ลักษณะกายภาพในที่ทำงาน สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน และความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 แสดงค่าเฉลี่ยและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานขององค์ประกอบ อายุ รายได้ ความฉลาดทางอารมณ์ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว ลักษณะกายภาพในที่ทำงาน สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน และความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

องค์ประกอบ	$\bar{X}$	S.D.	การแปลผล
1. อายุ	34.670	11.034	วัยผู้ใหญ่
2. รายได้ของครอบครัว	17,594.720	31,993.891	ปานกลาง
3. ความฉลาดทางอารมณ์	302.38	6.6143	ไม่เหมาะสม
4. สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว	3.522	.603	ดีพอใช้
5. ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว	3.101	.916	ปานกลาง
6. ลักษณะกายภาพในที่ทำงาน	3.255	.519	ดีพอใช้
7. สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา	3.448	.612	ดีพอใช้
8. สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน	3.416	.593	ดีพอใช้
9. ความเครียดในการใช้จ่ายเงิน	2.819	.398	ปานกลาง

จากตาราง 2 พบว่า สมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร มีอายุอยู่ในวัยผู้ใหญ่ มีรายได้ปานกลาง มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัวอยู่ในระดับดีพอใช้ ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวอยู่ในระดับปานกลาง ลักษณะกายภาพในที่ทำงานอยู่ในระดับดีพอใช้ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชาอยู่ในระดับดีพอใช้ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงานอยู่ในระดับดีพอใช้ และความเครียดในการใช้จ่ายเงินอยู่ในระดับปานกลาง

ตอนที่ 3 ผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบองค์ประกอบด้านครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ของ เพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient) ดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 แสดงผลการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระหว่างองค์ประกอบด้านครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅	X ₆	X ₇	X ₈	X ₉	X ₁₀	X ₁₁	X ₁₂	X ₁₃	X ₁₄	X ₁₅	X ₁₆	Y
X ₁	1	-1.000**	.065	-.100	.052	.071	.049	-.070	.084	.014	.000	-.064	-.080	-.152*	-.128	-.063	-.043
X ₂		1	-.065	.100	-.052	-.071	-.049	.070	-.084	-.014	.000	.064	.080	.152*	.128	.063	.043
X ₃			1	-.555**	.414**	.212**	.351**	-.340	-.052	-.120	-.176*	.073	.391**	.042	.000	.097	-.050
X ₄				1	-.754**	-.372**	-.291**	.280**	.051	.092	.138	.019	-.276**	.075	.047	-.113	.044
X ₅					1	-.329**	.203**	-.200**	-.017	-.091	-.146*	.019	.157*	.064	-.004	.126	-.079
X ₆						1	.131	-.120	-.050	-.003	.007	-.054	.174*	-.199**	-.062	-.016	.049
X ₇							1	-.969**	-.148*	-.283**	-.073	-.014	.314**	.022	-.091	.005	.090
X ₈								1	-.100	.276**	.055	-.001	-.316**	-.027	.100	-.006	-.084
X ₉									1	.035	.072	.061	-.002	.019	-.033	.006	-.024
X ₁₀										1	-.023	.110	-.068	.019*	.159	.141**	-.075
X ₁₁											1	.012	.057	.060	-.075	-.066	.087
X ₁₂												1	.016	.210**	.317**	.424**	-.207**
X ₁₃													1	.088	.027	-.004	.156*
X ₁₄														1	.209**	.126	-.007
X ₁₅															1	.676**	-.334**
X ₁₆																1	-.374**
Y																	1

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 3 พบว่าองค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 1 องค์ประกอบ ได้แก่ ภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว (X_{13})

องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 3 องค์ประกอบ ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว (X_{12}) สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา (X_{15}) และสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน (X_{16})

องค์ประกอบที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก สมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร มี 12 องค์ประกอบ ได้แก่ เพศ : ชาย (X_1) เพศ : หญิง (X_2) อายุ (X_3) สถานภาพสมรส : โสด (X_4) สถานภาพสมรส : คู่ (X_5) สถานภาพสมรส : หม้าย หรือหย่า หรือแยกกันอยู่ (X_6) ระดับการศึกษา : ต่ำกว่าปริญญาตรี (X_7) ระดับการศึกษา : ปริญญาตรี (X_8) ระดับการศึกษา : สูงกว่าปริญญาตรี (X_9) รายได้ (X_{10}) ความฉลาดทางอารมณ์ (X_{11}) และลักษณะทางกายภาพในที่ทำงาน (X_{14})

ตอนที่ 4 เสนอผลการวิเคราะห์องค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอย พหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis) ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 แสดงผลการวิเคราะห์องค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอย พหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
Regression	2	5.171	2.585	19.295**
Residual	197	26.397	.134	
Total	199	31.568		

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวน พบว่า ความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับ องค์ประกอบ 2 องค์ประกอบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งสามารถสร้างสมการพยากรณ์เชิงเส้นตรงได้ จึงคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธพหุคูณ ดังแสดงในตาราง 5

ตาราง 5 แสดงองค์ประกอบ ที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอย พหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

องค์ประกอบ	b	SE _b	β	R	R ²	F
X ₁₆	-.125	.044	-.373	.374	.140	32.183**
X ₁₆ , X ₁₃	.006	.028	.155	.405	.164	19.295**

$$a = 3.467$$

$$R = .405$$

$$R^2 = .164$$

$$SE_{est} = .36605$$

** มีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01

จากตาราง 5 พบว่า องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อย่างนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 2 องค์ประกอบ โดยเรียงลำดับจาก องค์ประกอบที่มีอิทธิพลมากที่สุดไปยังองค์ประกอบที่มีอิทธิพลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน (X₁₆) และภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว (X₁₃) โดยทั้ง 2 องค์ประกอบนี้ สามารถร่วมกันพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ได้ร้อยละ 16.40 และสามารถนำค่าสัมประสิทธิ์ของตัวพยากรณ์ที่ได้สามารถ มาเขียนเป็นสมการได้ ดังนี้

สมการพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ในรูปแบบคะแนนดิบ ได้แก่

$$\hat{Y} = 3.467 - .125X_{16} + .006X_{13}$$

สมการพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้แก่

$$Z = -.373X_{16} + .155X_{13}$$

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขป ความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีการศึกษาค้นคว้า

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัวและด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานกับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาองค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงาน ที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร
3. เพื่อสร้างสมการความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

สมมติฐานของการวิจัย

1. องค์ประกอบด้านส่วนตัว องค์ประกอบด้านครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร
2. องค์ประกอบด้านส่วนตัว องค์ประกอบด้านครอบครัว และองค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ สามารถนำไปใช้เป็นข้อมูลประกอบการวางแผนนโยบายสำหรับผู้บริหาร และบุคคลที่เกี่ยวข้อง เพื่อหาทางพัฒนาการและส่งเสริมคุณภาพชีวิตของสมาชิก ฯ ให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

ประชากร และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร จำนวน 250 คน เป็นสมาชิกชาย 77 คน และสมาชิกหญิงจำนวน 173 คน ซึ่งใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้เป็นแบบสอบถามองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร มี 8 ตอน ดังนี้

- | | |
|----------|--|
| ตอนที่ 1 | แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ และความฉลาดทางอารมณ์ |
| ตอนที่ 2 | แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ จำนวน 52 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง -1.158 - 6.088 และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ $.7539$ |
| ตอนที่ 3 | แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว จำนวน 17 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.095 - 2.569 และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ $.7611$ |
| ตอนที่ 4 | แบบสอบถามการรับมือกับครอบครัว จำนวน 10 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.918 - 7.318 และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ $.7553$ |
| ตอนที่ 5 | แบบสอบถามลักษณะกายภาพในที่ทำงาน จำนวน 11 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.895 - 9.655 และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ $.9004$ |
| ตอนที่ 6 | แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา จำนวน 20 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.160 - 8.078 และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ $.7655$ |
| ตอนที่ 7 | แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน จำนวน 20 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.160 - 4.733 และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ $.8287$ |
| ตอนที่ 8 | แบบสอบถามความเครียดในการใช้จ่ายเงินวิธีการสร้างเครื่องมือ จำนวน 22 ข้อ มีค่า t อยู่ระหว่าง 2.570 - 7.903 และมีความเชื่อมั่นเท่ากับ $.8020$ |

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลจากผู้อำนวยการโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เพื่อขออนุญาตเก็บข้อมูลสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์

2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลด้วยตนเอง ระหว่างวันที่ 3 ธันวาคม 2549 ถึงวันที่ 26 ธันวาคม 2549 โดยทำการแจกแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 250 คน ได้กลับคืนมา 230 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 92

3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาคัดเลือกเฉพาะแบบสอบถามที่สมบูรณ์ คือตอบคำถามครบทุกข้อ ปรากฏว่าสมบูรณ์ ทุกฉบับ แล้วนำแบบสอบถามมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์กำหนด จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ทางสถิติ เพื่อทดสอบสมมุติฐานต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยเสนอการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับ ดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน โดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสภาพแวดล้อมกับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ โดยหาค่าสัมประสิทธิ์สัมพันธ์ของเพียร์สัน (The Pearson Product Moment Correlation Coefficient)
3. วิเคราะห์การวิเคราะห์องค์ประกอบด้านส่วนตัว ด้านครอบครัว และด้านสิ่งแวดล้อมในที่ทำงานที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร โดยใช้วิธีการวิเคราะห์การถดถอย พหุคูณ (Stepwise Multiple Regression Analysis)

การสรุปผลการศึกษาค้นคว้า

1. องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 1 องค์ประกอบ ได้แก่ ภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว (X_{13})

2. องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 3 องค์ประกอบได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว (X_{12}) สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา (X_{15}) และสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน (X_{16})

3. องค์ประกอบที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก สมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร มี 12 องค์ประกอบได้แก่ เพศ : ชาย (X_1) เพศ : หญิง (X_2) อายุ (X_3) สถานภาพสมรส : โสด (X_4) สถานภาพสมรส : คู่ (X_5) สถานภาพสมรส : หม้าย หรือหย่า หรือแยกกันอยู่ (X_6) ระดับการศึกษา : ต่ำกว่าปริญญาตรี (X_7) ระดับการศึกษา : ปริญญาตรี (X_8) ระดับการศึกษา : สูงกว่าปริญญาตรี (X_9) รายได้ (X_{10}) ความฉลาดทางอารมณ์ (X_{11}) และลักษณะทางกายภาพในที่ทำงาน (X_{14})

4. องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 2 องค์ประกอบ โดยเรียงลำดับจากองค์ประกอบที่มีอิทธิพลมากที่สุดไปยังองค์ประกอบที่มีอิทธิพลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน (X_{16}) และภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว (X_{13}) โดยทั้ง 2 องค์ประกอบนี้ สามารถร่วมกันพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ได้ร้อยละ 16.40

5. สมการพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงินของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ได้แก่

5.1 สมการพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ในรูปแบบคะแนนดิบ ได้แก่

$$\hat{Y} = 3.467 - .125X_{16} + .006X_{13}$$

5.2 สมการพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ในรูปคะแนนมาตรฐาน ได้แก่

$$Z = -.373X_{16} + .155X_{13}$$

การอภิปรายผลการศึกษาค้นคว้า

1. องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มี 1 องค์ประกอบ ได้แก่ ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว (X_{13}) อภิปรายผลได้ดังนี้

1.1.1 ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวมีสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโครเอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าสมาชิก ๆ ที่มีภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวมาก มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว เป็นสิ่งที่สมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๆ ต้องรับผิดชอบต่อบุคคลในครอบครัวในแต่ละเดือน ได้แก่ การดูแลครอบครัว ซึ่งประกอบด้วย การดูแลบิดามารดา บุตร ธิดา ญาติพี่น้อง การรับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ภายในครอบครัว เกี่ยวกับค่าใช้จ่ายของสมาชิกในครอบครัว ค่าเช่าบ้าน และค่าใช้จ่ายภายในบ้าน เกี่ยวกับ ค่าน้ำ ค่าไฟ และค่าโทรศัพท์ การที่ สมาชิก ๆ มีรายจ่ายและภาระรับผิดชอบต่อครอบครัวมาก แต่ไม่สามารถจัดการกับชีวิตครอบครัวให้ลงตัวมีผลให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ซึ่งผู้วิจัยได้มีโอกาสสัมภาษณ์กับสมาชิกบางคนเกี่ยวกับภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว สมาชิก ๆ ให้สัมภาษณ์ว่า เพราะภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวเป็นหน้าที่ที่จะต้องรับผิดชอบ รายได้ในแต่ละเดือนได้นำมาใช้ในการดูแลครอบครัว ได้แก่ ค่าอาหาร ค่าที่พัก ค่าเล่าเรียนของบุตร ค่ารักษาพยาบาล และค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ภาระที่จะต้องรับผิดชอบต่อครอบครัวจึงเป็นเหตุทำให้สมาชิก ๆ จะต้องทำงานหนักมากยิ่งขึ้น บางคนทำงานแทบจะไม่มีเวลาพักผ่อน เพื่อจะมีรายได้เพียงพอต่อค่าใช้จ่ายของครอบครัว ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวถึงแม้ว่าจะเกิดขึ้นด้วยความสมัครใจก็ตาม ก็เป็นองค์ประกอบที่ส่งผลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของจากรูวรรณศรีสว่าง (2542 : 71 – 72) ที่ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตของครูระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสมุทรสาคร พบว่า ครูที่มีหน้าที่ดูแลสมาชิกในครอบครัว ค่าใช้จ่ายส่วนตัวและค่าใช้จ่ายสมาชิกในครอบครัว ค่าเช่าบ้านหรือค่าผ่อนรถ ทำให้ครูไม่มีรายได้พอกับค่าใช้จ่ายภายในบ้าน แสดงว่าภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวมากส่งผลต่อความเครียดของครู

2. องค์ประกอบที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย

กรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 3 องค์ประกอบได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว (X_{12}) สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา (X_{15}) และสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน (X_{16}) อภิปรายผลได้ดังนี้

2.1 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการใช้จ่ายเงินอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าสมาชิก ๆ ที่มีสัมพันธภาพดีกับบุคคลในครอบครัว มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๆ กับบุคคลในครอบครัวเป็นการปฏิบัติตนของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๆ ต่อบุคคลในครอบครัว ได้แก่ บิดา มารดาและญาติพี่น้อง และการปฏิบัติตนของบุคคลในครอบครัว ได้แก่ บิดา มารดาและญาติพี่น้องต่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๆ เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ดังนี้ การปฏิบัติตนของสมาชิกต่อบุคคลในครอบครัว ได้แก่ การดูแลเอาใจใส่ต่อบุคคลในครอบครัว การช่วยเหลือด้านต่าง ๆ การทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน การพูดคุยและการแก้ไขปัญหาดังต่าง ๆ ของครอบครัว และการปฏิบัติของบุคคลในครอบครัวต่อสมาชิก ได้แก่ การเอาใจใส่ดูแล ให้คำปรึกษาและคอยช่วยเหลือเมื่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๆ มีปัญหาในด้านการทำงาน และเรื่องส่วนตัว ดังนั้น การที่สมาชิกมีสัมพันธภาพดีกับบุคคลในครอบครัวนั้น เป็นการแสดงถึงความสัมพันธ์กันอย่างมั่นคง มีความศรัทธาต่อกัน มีความรักความปรารถนาที่ดีต่อกัน มีวินัย รับผิดชอบ รู้จักบทบาทหน้าที่ของแต่ละคนในครอบครัว เมื่อบุคคลใดบุคคลหนึ่งในครอบครัวมีปัญหา ก็จะหาทางช่วยกันแก้ปัญหาให้ลุล่วงไปได้ด้วยดี ดังที่ลักขณา สิริวัฒน์ (2545:26) กล่าวว่าลักษณะครอบครัวที่ให้ความรักความอบอุ่น สมาชิกจะได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบิดามารดาหรือญาติพี่น้องเป็นอย่างดี จึงไม่เกิดปัญหาหรือความไม่เข้าใจกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว อันจะส่งเสริมให้สมาชิกมีสุขภาพจิตดี ปรับตัวเข้ากับผู้อื่นและสังคมได้ จึงเห็นได้ว่าสมาชิกมีสัมพันธภาพกับสมาชิกในครอบครัวดี เมื่อประสบปัญหาต่าง ๆ ในการใช้จ่ายเงิน เขาจะไม่ทอดทิ้ง สามารถเผชิญกับสถานการณ์และแก้ปัญหาได้โดยปราศจากความเครียด

2.2 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในการใช้จ่ายเงินอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 แสดงว่าสมาชิก ๆ ที่มีสัมพันธภาพดีกับผู้บังคับบัญชา มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๆ ต่อบุคคลในครอบครัวเป็นการปฏิบัติตนของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๆ ต่อบุคคลในครอบครัว และการปฏิบัติตนของสมาชิกต่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๆ เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันดังนี้

การปฏิบัติตนของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๔ ต่อ

ผู้บังคับบัญชา ได้แก่การให้ความเคารพนับถือ เชื่อมั่นในความสามารถ การยอมรับการตัดสินใจ การปรึกษา เมื่อเกิดปัญหา กล้าแสดงความคิดเห็น การปฏิบัติตามคำสั่ง การให้ความร่วมมือในการทำงาน และทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จตามกำหนด และการปฏิบัติตนของผู้บังคับบัญชาต่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๔ ได้แก่ การให้ความเป็นกันเอง การให้ความไว้วางใจ การเอาใจใส่ การช่วยเหลือสนับสนุนในการทำงาน การเป็นที่ปรึกษาที่ดี รับฟังความคิดเห็น และมีความยุติธรรม ดังนั้น

การมีสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชาดีย่อมทำให้สมาชิก ๔ ทำงานอย่างมีความสุข สมาชิกจะร่วมกันคิดร่วมกันแก้ไขกับผู้บังคับบัญชาโดยตรงเพื่อให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ จุฑามาศ ยุทธพิทักษ์ และวนิดา มงคลสินธุ์ (2535 : 4) ที่ศึกษาเรื่องสาเหตุการลาออกและโอนย้ายของพยาบาลโรงพยาบาลตากสิน ผลการวิจัยพบว่าสาเหตุการลาออกและโอนย้ายของพยาบาลโรงพยาบาลตากสิน เกิดจากปัญหาสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาโดยเป็นปัญหาที่สำคัญที่สุด

2.3 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าสมาชิกที่มีสัมพันธภาพดีกับเพื่อนร่วมงาน มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๔ กับเพื่อนร่วมงานเป็นการปฏิบัติตนของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๔ ต่อเพื่อนร่วมงาน และการปฏิบัติตนของเพื่อนร่วมงาน ต่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๔ ทั้งในและนอกสถานที่ เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ ความปรารถนาดี เอาใจใส่ ให้ความไว้วางใจ ให้เกียรติยกย่องนับถือ ยอมรับความสามารถ ของเพื่อนร่วมงาน การช่วยเหลือซึ่งกันและกันทั้งในด้านการทำงาน และเรื่องส่วนตัว การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่อกัน มีความเป็นกันเอง ใกล้ชิดสนิทสนม ทำงานต่างๆ ร่วมกันด้วยความรัก ความสามัคคี และร่วมมือกันแก้ไขปัญหาให้ปัญหาต่าง ๆ หหมดสิ้นไปได้.รวมทั้งปัญหาเรื่องการเงินด้วย ดังที่ พงษ์พันธ์ พงษ์ไธภา (2542 : 129-130) กล่าวว่า เรื่องของมนุษย์สัมพันธ์นั้นว่ามีความสำคัญมาก เพราะเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของมนุษย์ เป็นตัวเชื่อมโยงให้มนุษย์เกิดความรัก ความเข้าใจ และความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ซึ่งนำไปสู่การทำงานและการดำเนินชีวิตร่วมกันอย่างมีความสุขและประสบผลสำเร็จ เมื่อการทำงานร่วมกันด้วยความสุขประกอบกับงานก็สำเร็จลุล่วงด้วยดีแล้ว สมาชิก ๔ ก็เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย

3. องค์ประกอบที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก สมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรส์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร มี 12 องค์ประกอบได้แก่ เพศ : ชาย (X₁) เพศ : หญิง (X₂) อายุ (X₃) สถานภาพสมรส : โสด (X₄) สถานภาพสมรส : คู่ (X₅) สถานภาพสมรส : หม้าย หรือหย่า หรือแยกกันอยู่ (X₆) ระดับการศึกษา : ต่ำกว่าปริญญาตรี (X₇) ระดับการศึกษา : ปริญญาตรี (X₈) ระดับการศึกษา : สูงกว่าปริญญาตรี (X₉) รายได้ (X₁₀) ความฉลาดทางอารมณ์ (X₁₁) และลักษณะทางกายภาพในที่ทำงาน (X₁₄) อภิปรายผลได้ดังนี้

a. เพศ : ชาย ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่า เพศชายบางคนมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะเพศชายบางคนมีความรับผิดชอบต่อครอบครัว มีความอดทนต่อการทำงาน มีความตั้งใจที่จะทำงานเพื่อจะมีรายได้เพียงพอกับค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ภายในครอบครัว ทำให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ปลายมาศ ขุนภักดี (2533 : 97) มีศึกษาพบว่าเพศไม่มีความสัมพันธ์กับการทำงาน และ สอดคล้องกับผลการวิจัยของอุบล ภัศระ (2534 : 97) ที่ศึกษาพบว่าเพศไม่มีความสัมพันธ์กับปัญหาในการทำงานระหว่างเพศน้อยลง แต่ความแตกต่างระหว่างเพศ ยังเป็นตัวแปรที่ส่งผลต่อจิตใจ และ พฤติกรรม

เพศชายบางคนมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะเพศชายบางคนขาดความรับผิดชอบต่อตนเอง ขาดความอดทนต่อการทำงานหนัก แม้งานที่ตนรับผิดชอบจะยังไม่เสร็จ ก็ไม่ค่อยเอาใจใส่ ทำงานให้หมดเวลาไปแต่ละวัน และเพศชายบางคนมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก สาเหตุมาจากเพศชายบางคนใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ขาดการไตร่ตรองให้รอบครอบ จึงทำให้เกิดปัญหาความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

b. เพศ : หญิง ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่าเพศหญิงบางคนมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะเพศหญิงบางคนมีความอดทน ขยันหมั่นเพียร รับผิดชอบต่อตนเองและครอบครัวเป็นอย่างดี คิดไตร่ตรองอย่างละเอียดรอบครอบก่อนที่จะใช้เงิน จึงทำให้สมาชิกหญิงบางคนมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย

เพศหญิงบางคนมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะเพศหญิงบางคน ต้องทำงานหนักเพียงลำพัง เพื่อรับภาระดูแลชีวิตความเป็นอยู่ของบุคคลในครอบครัว หากเพศหญิงบางคนต้องรับผิดชอบต่อค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ในครอบครัวมาก ก็จะส่งผลจะทำให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ดังที่ เจอร์โรล กรีนเบิร์ก (Jerold S. Greenberg. 2002 : 295) ให้แก่ว่าผู้หญิงที่ทำงานนอกบ้านมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ทำให้ผู้หญิงจำนวนมากเหล่านี้มีภาระหน้าที่ที่ต้อง

รับผิดชอบเพิ่มมากขึ้นทั้งที่ทำงานและที่บ้าน และถ้ามีลูกเล็ก ๆ ต้องดูแลจะยิ่งส่งผลให้พวกเขามีความเครียดในการทำงานเพิ่มขึ้น

c. อายุ ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่า สมาชิก ฯ บางคนที่เป็นวัยผู้ใหญ่ มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะสมาชิก ฯ ในวัยผู้ใหญ่บางคนมีการแสดงออกอย่างเหมาะสมมีการปรับตัวดี หรือกล่าวได้ว่าเป็นวัยที่มีวุฒิภาวะที่เหมาะสม นั่นคือมีความสมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เมื่อเกิดปัญหาความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ในวัยผู้ใหญ่จะสามารถเผชิญและแก้ปัญหาอย่างสุขุมรอบคอบ ส่งผลให้ไม่เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

สมาชิก ฯ บางคนที่เป็นวัยผู้ใหญ่ มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะวัยนี้เป็นวัยที่มีประสบการณ์มาก ภาระความรับผิดชอบจึงมาก ประกอบกับเป็นที่คาดหวังของสังคมและครอบครัว ส่งผลให้สมาชิก ฯ ที่เป็นวัยผู้ใหญ่บางคนเกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ดังที่ลิขิต กาญจนภรณ์ (2547 : 150) กล่าวไว้ว่า ปัญหาความเครียดและสุขภาพจิตของคนวัยผู้ใหญ่ ประการหนึ่งเกิดจากการแข่งขันในการทำงาน อาทิ การมีรายได้จากงานตามที่ตนมีความสามารถ การได้มีความก้าวหน้าในตำแหน่งงาน ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับงานวิจัยของ ประหยัด เชื้อเยี่ยมพันธ์ุ (2543 : 47) ที่ศึกษาปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลอุดรดิตถ์ ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยด้านอายุไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ

d. สถานภาพสมรส : โสด ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่าสมาชิก ฯ ที่มีสถานภาพสมรส : โสด มีปัญหากับความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะสมาชิก ฯ ที่มีสถานภาพโสดบางคนมีภาระด้านครอบครัว ด้านส่วนตัวและด้านสังคมน้อยกว่าสมาชิก ฯ ที่มีสถานภาพสมรสคู่ จึงทำให้มีความพอใจในการดำเนินชีวิต ไม่ต้องดิ้นรนขอความช่วยเหลือต่าง ๆ จนทำให้เกิดสภาวะของความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย

สมาชิก ฯ ที่มีสถานภาพสมรส: โสดบางคนมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะสมาชิก ฯ ที่มีสถานภาพสมรส: โสดบางคนมีภาระรับผิดชอบต่อครอบครัวมีรายรับไม่เพียงพอกับรายจ่าย จึงเป็นเหตุทำให้เกิดการกดดันก่อให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก หรือสมาชิก ฯ ที่มีสถานภาพสมรส: โสดบางคนสนุกกับการใช้จ่ายเงินที่ได้โดยลำพังและอิสระ อาจจ่ายเงินเพิลิตเพิลินจนเกินรายรับได้โดยไม่มีใครห้ามปราม จึงมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ผลการศึกษาครั้งนี้สอดคล้องกับผลงานวิจัยของ อรรถนพ ธนอมวงศ์ (2539) ที่ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียด และผลกระทบจากความเครียดที่มีต่อพนักงานบริษัทน้ำอัดลมพบว่า สถานภาพสมรส : โสดไม่มีผลต่อความเครียด

e. สถานภาพสมรส : คู่ ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่า เพราะสถานภาพการสมรส : คู่ มีปัญหากับความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะสมาชิกฯ ที่สมรสแล้วจะได้รับการสนับสนุนจากคู่สมรส มีที่ปรึกษาระบายความคับข้องใจ ช่วยลดความเครียด มีขวัญกำลังใจ เมื่อมีปัญหาเรื่องใด ๆ รวมทั้งเรื่องการใช้เงินก็สามารถปรึกษาหารือ และช่วยกันแก้ปัญหาไปได้

สมาชิกฯ ที่มีสถานภาพสมรส:คู่บางคนมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะอาจมีค่าใช้จ่ายในชีวิตครอบครัวของแต่ละฝ่ายมาก หรือมีปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ทำให้ไม่มีความสุขในการดำรงชีวิต คุณภาพชีวิตไม่ดี ทำให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ดังที่ลิขิต กาญจนภรณ์ (2547 : 151) กล่าวไว้ว่าปัญหาความเครียดและสุขภาพจิตของคนวัยผู้ใหญ่ ประการหนึ่งเกิดจากปัญหาการปรับตัวอันเนื่องจากการสูญเสีย โดยในวัยผู้ใหญ่ซึ่งเป็นวัยของการต่อสู้ เต็มไปด้วยการผจญภัยในทุกแง่มุมของชีวิต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องครอบครัว การงาน สังคม และอุดมคติสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้คือการสูญเสียที่มาถึงวาระอันสมควร เช่นการแตกแยกของครอบครัว การสูญเสียตำแหน่งงาน การสูญเสียคู่สมรส เป็น การผลการศึกษาค้นคว้าวิจัยของ วชิรี ดันติคชาภรณ์ (2545 : 52) ที่ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลราชวิถี เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษพบว่า สถานภาพสมรสคู่ไม่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลของพยาบาลวิชาชีพ ซึ่งความวิตกกังวลเกิดขึ้นเนื่องจากความไม่พร้อม ความไม่มั่นใจในตนเอง รวมทั้งการที่ได้มีประสบการณ์ที่ไม่ดีต่อสิ่งนั้น ๆ บุคคลที่มีความวิตกกังวล จะมีความรู้สึกสับสน รู้สึกไม่เป็นสุขใจ ทำให้เกิดความเครียดทางร่างกายได้ ดังนั้นสรุปได้ว่าสถานภาพสมรส: คู่ ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

f. สถานภาพสมรส : หม้าย หรือหย่า หรือแยกกันอยู่ ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่าสมาชิก ฯ ที่มีสถานภาพการสมรส หม้าย หรือหย่า หรือแยกกันอยู่ มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้ เพราะสมาชิก ฯ ที่มีสถานภาพการสมรส หม้าย บางคนมีอิสระทางความคิดมีอำนาจในการตัดสินใจด้วยตนเอง มีความเป็นตัวของตัวเองสูง และสามารถทำงานให้ลุล่วงด้วยดี จึงทำให้สมาชิกที่มีสถานภาพการสมรส หม้าย หรือหย่า หรือแยกกันอยู่ จึงมี ความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย

สมาชิก ฯ ที่มีสถานภาพการสมรส หม้าย หรือหย่า หรือแยกกันอยู่ มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะขาดคู่ชีวิตและโดดเดี่ยว และต้องรับภาระหนักแต่เพียงลำพัง ล้มเหลวในชีวิตครอบครัว หรือมีปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ ทำให้ไม่มีความสุขในการดำรงชีวิต คุณภาพชีวิตไม่

ดี ทำให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ดังที่ลิขิต กาญจนามรณ (2547 : 151) กล่าวว่า ปัญหาความเครียดและสุขภาพจิตของคนวัยผู้ใหญ่ประการหนึ่งเกิดจากปัญหาการปรับตัวอันเนื่องมาจากการสูญเสีย โดยในวัยผู้ใหญ่เป็นวัยของการต่อสู้ เต็มไปด้วยการผจญภัยทุกแง่มุมของชีวิต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องครอบครัว การงาน สังคม และอุดมคติ สิ่งทีหลีกเลียงไม่ได้คือการสูญเสียมาถึงวาระอันสมควร เช่นการแตกแยกของครอบครัว การสูญเสียตำแหน่งงาน การสูญเสียคู่สมรส เป็นต้น

g. ระดับการศึกษา : ต่ำกว่าปริญญาตรี ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่าสมาชิกฯ บางคนที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะสมาชิกฯ บางคนที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีจะมีประสบการณ์ในการทำงานหลายแห่ง ไม่เลือกงาน มีการลองถูกลองผิดในการทำงานมามาก ทำให้เข้าใจเนื้องาน และปรับตัวเข้ากับการทำงานได้ดี สมาชิกฯ บางคนมีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีไม่ต้องรับผิดชอบในการทำงานมาก พอถึงเวลาเลิกงานมักจะรวมตัวกันสังสรรค์ เล่นกีฬา หรือดื่มสุราเป็นประจำ เป็นการผ่อนคลายความเครียดจากการทำงาน ซึ่งส่งผลทำให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายน้อย

สมาชิกฯ บางคนที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะสมาชิกฯ บางคนมีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีจะไม่ได้รับการเรียนรู้ทักษะที่จำเป็นที่ต้องทราบ เนื่องจากมีการสอนในระดับมหาวิทยาลัย ได้แก่ การใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ การใช้ภาษาอังกฤษในการสื่อสาร เมื่อมีการทำงานที่ต้องใช้ทักษะดังกล่าวก็ไม่สามารถให้ข้อมูลทำให้เกิดปัญหาในการทำงาน ไม่มีความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน ต้องต่อสู้กับค่าจ้างแรงงานที่ถูก รายได้ ไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ซึ่งส่งผลต่อความเครียดมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จันทรจิรา ภูทองเกษ (2537:93) ที่ทำวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม ผลการวิจัยพบว่า วุฒิการศึกษาไม่ส่งผลต่อความเครียดของพนักงานในโรงงานอุตสาหกรรม

h. ระดับการศึกษา : ปริญญาตรี ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่าสมาชิกฯ บางคนที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะพนักงานบางคนที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี ได้มีโอกาสหารายได้เพิ่มเติมจากงานประจำที่ทำอยู่ เช่น ใช้เวลาว่างในการสอนพิเศษ รับแปลเอกสาร หรือรับจ้างพิมพ์รายงาน สิ่งเหล่านี้จะนำมาซึ่งรายได้ สามารถดำรงชีวิตอยู่อย่างเป็นปกติสุข ส่งผลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย

สมาชิก ฯ บางคนที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรีมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะสมาชิกบางคนมีระดับการศึกษาปริญญาตรี จะยึดติดกับหลักการ มีความมุ่งมั่น ขาดความยืดหยุ่น ไม่สัมผัสกับชีวิตจริงในการทำงานทำให้เกิดความสับสน ต้องปรับตัว ทำให้เกิดความเครียดมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ จันเพ็ญ ชูประภาวรรณ (2528) ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับความเครียดของผู้ปฏิบัติงานทางระดับวิทยาลัย และพบว่าระดับการศึกษาไม่ส่งผลความเครียดเฉลี่ยของผู้มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน

i. ระดับการศึกษา ; สูงกว่าปริญญาตรี ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่า สมาชิก ฯ บางคนที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้สมาชิก ฯ บางคน ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรีได้เรียนรู้และฝึกปฏิบัติให้รู้จริงในขณะศึกษา ทำให้เกิดความเข้าใจอย่างท่องแท้ของสิ่งที่ได้ศึกษามา ซึ่งเป็นสิ่งที่การศึกษาในระดับสูงกว่าปริญญาตรีมุ่งเน้นถึงความสำคัญ และสามารถนำความเข้าใจไปประยุกต์กับงานที่ตนทำได้เป็นอย่างดี ทำให้มีประสิทธิภาพในการทำงาน สมาชิก ฯ บางคน ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี มักจะมีหน้าที่การงานที่ดี รายได้สูง และมีรายได้พิเศษหลายทาง สามารถจัดการกับรายรับ - รายจ่ายในครอบครัวได้อย่างมีประสิทธิภาพ จึงส่งผลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย

สมาชิก ฯ ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะสมาชิก ฯ บางคนที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี มีตำแหน่งหน้าที่การงานดี ส่วนใหญ่จะอยู่ในตำแหน่งผู้บริหาร มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง ไม่ยอมรับฟังความคิดเห็นของคนอื่น โดยเฉพาะบุคคลที่ด้อยกว่า ขาดการปรับตัวเข้ากับสังคม จึงก่อให้เกิดความเครียดมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ ศักดิ์ระพี เพียวพานิช (2539 : 48-52) ที่ได้ศึกษาความเครียดของตำรวจสถานีตำรวจภูธร อำเภอเมืองขอนแก่น กลุ่มตัวอย่างเป็นตำรวจสายตรวจจำนวน 208 คน ผลการศึกษาพบว่าตำรวจสายตรวจที่มีลักษณะงานที่ปฏิบัติแตกต่างกันมีระดับความเครียดต่างกัน โดยสายตรวจเดินเท้ามีความเครียดสูงสุด ส่วนตำรวจสายตรวจมีความเครียดต่ำสุด ในด้านความแตกต่างทางการศึกษาพบว่า ตำรวจที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีมีความเครียดมากกว่าตำรวจที่มีการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ส่วนปัจจัยด้านสถานภาพสมรส เงินเดือน ที่พักอาศัย ไม่พบความแตกต่างกันในระดับความเครียดของตำรวจสายตรวจ

j. รายได้ ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่า สมาชิก ฯ ที่มีรายได้มากบางคนมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะสมาชิก ฯ ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนมาก ทำให้สมาชิกไม่เดือดร้อนค่าใช้จ่ายต่าง ๆ เช่น ค่าที่พักอาศัย ค่าเดินทางมาทำงาน ค่า

ใช้จ่ายส่วนตัว เพื่อสมาชิก ฯ มีรายได้เพียงพอจะไม่เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ดังที่ ประพันธ์ แพ้มกลองขอม (2540 : 101) กล่าวว่ารายได้ของบุคคลไม่มีความสัมพันธ์กับสุขภาพจิต

สมาชิก ฯ ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนบางคนมีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะสมาชิกที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนมาก ต้องมีการรับผิดชอบในด้านค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ซึ่งบางครั้งรายได้ของครอบครัวต่อเดือนอาจจะไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นในแต่ละเดือน จึงส่งผลทำให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ สุรศักดิ์ ศาณูจารย์ (2536 : 112-125) ได้ศึกษาความเครียดในการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ตำรวจจราจรของสถานีตำรวจนครบาลในกรุงเทพมหานคร จากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 347 คน ผลการศึกษาพบว่าปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่รายได้ ที่พักอาศัยมีความสัมพันธ์กับความเครียด โดยปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดมากคือปัจจัยด้านรายได้

k. ความฉลาดทางอารมณ์ ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

แสดงว่า สมาชิก ฯ บางคนมีความฉลาดทางอารมณ์สมาชิก ฯ จึงทำให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะสมาชิกที่มีความฉลาดทางอารมณ์ มีการมองโลกในด้านดี สามารถเผชิญสถานการณ์ต่าง ๆ ด้วยวิธีการแบบใหม่ สามารถเอาชนะปัญหาอุปสรรคต่าง ๆ ได้ จึงทำให้สมาชิกบางคนที่มีความฉลาดทางอารมณ์เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย

สมาชิก ฯ บางคนมีความฉลาดทางอารมณ์ แต่มีความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ทั้งนี้เพราะสมาชิก ฯ ไม่สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเองได้อย่างเหมาะสม มีความรับผิดชอบต่อครอบครัวสูง มองโลกในแง่ร้าย ขาดความยืดหยุ่น มักจะตัดสินใจตามอารมณ์และความต้องการของตนเอง จึงทำให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินมาก ดังที่ โดนาลด์สัน (คมเพชร ฉัตรศุภกุล และผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. 2544 : 12 อ้างอิงจาก Donaldson. 1997 : 2) กล่าวว่า ความฉลาดทางอารมณ์มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อความสำเร็จในการประกอบอาชีพ และมีความสำคัญมากกว่าเชาว์ปัญญา บุคคลที่มีความฉลาดทางอารมณ์ จะรู้จักเข้าใจตนเอง สามารถที่จะเผชิญและสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม มีความยืดหยุ่น มีเป้าหมายในชีวิต มองโลกในแง่ดี และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข

l. ลักษณะทางกายภาพในที่ทำงาน ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการใช้จ่ายเงิน แสดงว่าสมาชิก ฯ ที่ได้รับลักษณะทางกายภาพที่ทำงานดีมีความเครียดน้อย ทั้งนี้เพราะลักษณะทางกายภาพในที่ทำงานเป็นสภาพแวดล้อมในที่ทำงานได้แก่ สถานที่ทำงาน และวัสดุอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการทำงาน ที่ทำให้การทำงานประสบความสำเร็จ ดังรายละเอียดต่อไปนี้ สถานที่ทำงานได้แก่ ลักษณะที่ตั้งและบริเวณที่ทำงานขนาดของห้องทำงาน

พอเหมาะเมื่อเทียบกับจำนวนพนักงาน มีความเป็นระเบียบเรียบร้อยของห้องทำงาน มีความสะอาด มีอากาศถ่ายเทสะดวก อุณหภูมิ และแสงสว่างเพียงพอ พื้นที่ทำงานปราศจากกลิ่น และเสียงรบกวน และวัสดุ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการทำงาน ได้แก่ มีวัสดุ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกเพียงพอเมื่อเทียบกับจำนวนพนักงาน และมีความทันสมัยเหมาะสมในการใช้งาน ดังนั้น ลักษณะทางกายภาพที่เหมาะสม ไม่ว่าจะเป็นภายนอกหรือภายในห้องทำงานล้วนแล้วมีผลต่อจิตใจของสมาชิก มีแรงจูงใจ และไม่ก่อให้เกิดความเครียด ดังที่ ลิขิต กาญจนารักษ์ (2547 : 273) กล่าวถึงลักษณะกายภาพของการทำงานว่าเป็นสาเหตุให้คนเกิดความเครียดในการทำงาน

4. องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ของสมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร อย่างน้อยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 มี 2 องค์ประกอบ โดยเรียงลำดับจากองค์ประกอบที่มีอิทธิพลมากที่สุดไปยังองค์ประกอบที่มีอิทธิพลน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน (X_{16}) และภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว (X_{13}) โดยทั้ง 2 องค์ประกอบนี้ สามารถร่วมกันพยากรณ์ความเครียดจากการใช้จ่ายเงิน ได้ร้อยละ 16.40 อภิปรายผลได้ดังนี้

4.1 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน มีอิทธิพลทางลบต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน อย่างน้อยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เป็นอันดับที่ 1 แสดงว่าสมาชิกที่มีสัมพันธภาพดีกับเพื่อนร่วมงาน ทำให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย ทั้งนี้เพราะเพราะสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๔ กับเพื่อนร่วมงานเป็นการปฏิบัติตนของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๔ ต่อเพื่อนร่วมงาน และการปฏิบัติตนของเพื่อนร่วมงาน ต่อสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ๔ ทั้งในและนอกสถานที่ เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ได้แก่ ความปรารถนาดี เอาใจใส่ ให้ความไว้วางใจ ให้เกียรติยกย่องนับถือ ยอมรับความสามารถ ของเพื่อนร่วมงาน การช่วยเหลือซึ่งกันและกันทั้งในด้านการทำงาน และเรื่องส่วนตัว การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นต่อกัน มีความเป็นกันเอง ใกล้ชิด สนับสนุน ทำงานต่างๆ ร่วมกันด้วยความรัก ความสามัคคี และร่วมมือกันแก้ไขปัญหาให้ปัญหาต่าง ๆ หหมดสิ้นไปได้.รวมทั้งปัญหาเรื่องการเงินด้วย ดังที่พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2542 : 129-130) กล่าวว่า เรื่องของมนุษย์สัมพันธ์นับว่ามีความสำคัญมาก เพราะเป็นเรื่องที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของมนุษย์ เป็นตัวเชื่อมโยงให้มนุษย์เกิดความรัก ความเข้าใจ และความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ซึ่งนำไปสู่การทำงานและการดำเนินชีวิตร่วมกันอย่างมีความสุขและประสบผลสำเร็จ เมื่อการทำงานร่วมกันด้วยความสุขประกอบกับงานก็สำเร็จลุล่วงด้วยดีแล้ว สมาชิกฯ ก็เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อย

ซึ่งสอดคล้องกับวัลย์ลิกา สวัสดิ์ฤเดช (2539 : 22) ที่กล่าวว่าผู้ร่วมงานเป็นปัจจัยสำคัญในการทำงาน ถ้าขาดความร่วมมือของผู้ร่วมงานจะทำให้องค์กรบรรลุเป้าหมายขององค์กรไม่ได้ นอกเหนือจากความรู้ความสามารถของบุคลากร ความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคลากรขององค์กรจึงเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อให้องค์กรบรรลุเป้าหมายในการดำเนินงานจากปัญหาเหล่านี้จึงส่งผลทำให้สัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมงานเป็นปัญหา

4.2 ภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัวมีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน เป็นอันดับที่ 2 ซึ่งเป็นอันดับสุดท้าย อย่างน้อยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แสดงว่าสมาชิกมีปัญหาต่อความเครียดมาก ทั้งนี้เพราะภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว เป็นสิ่งที่สมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ฯ ต้องรับผิดชอบต่อบุคคลในครอบครัวในแต่ละเดือน ได้แก่ การดูแลครอบครัว ซึ่งประกอบด้วย การดูแลบิดามารดา บุตร ธิดา ญาติพี่น้อง การรับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ภายในครอบครัว เกี่ยวกับค่าใช้จ่ายของสมาชิกในครอบครัว ค่าเช่าบ้าน และค่าใช้จ่ายภายในบ้าน เกี่ยวกับ ค่าน้ำ ค่าไฟ และค่าโทรศัพท์ การที่ สมาชิก ฯ มีรายจ่ายและภาวะรับผิดชอบต่อครอบครัวมาก แต่ไม่สามารถจัดการกับชีวิตครอบครัวให้ลงตัวมีผลให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ซึ่งผู้วิจัยได้มีโอกาสสัมภาษณ์กับสมาชิกบางคนเกี่ยวกับภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว สมาชิกฯ ให้สัมภาษณ์ว่า เพราะภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว เป็นหน้าที่ที่จะต้องรับผิดชอบ รายได้ในแต่ละเดือนได้นำมาใช้ในการดูแลครอบครัว ได้แก่ ค่าอาหาร ค่าที่พัก ค่าเล่าเรียนของบุตร ค่ารักษาพยาบาล และค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ภาวะที่จะต้องรับผิดชอบต่อครอบครัวจึงเป็นเหตุทำให้สมาชิกฯ จะต้องทำงานหนักมากยิ่งขึ้น บางคนทำงานแทบจะไม่มีเวลาพักผ่อน เพื่อจะมีรายได้เพียงพอต่อค่าใช้จ่ายของครอบครัว ภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัวถึงแม้ว่าจะเกิดขึ้นด้วยความสมัครใจก็ตาม ก็เป็นองค์ประกอบที่ส่งผลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

ผลการวิจัยครั้งนี้สอดคล้องกับผลการวิจัยของวิรัตน์ ไวยกุล (2524 : 96) ที่ได้ศึกษาปัญหาในการทำงานของครูที่สำคัญ ได้แก่ ฐานะทางการเงินไม่พอใช้กับค่าใช้จ่ายทำให้ไม่สามารถอุทิศเวลาให้กับการทำงานได้อย่างเต็มที่ ฐานะทางเศรษฐกิจหรือรายได้เป็นผลตอบแทนจากการทำงานได้อย่างเต็มที่ ฐานะทางเศรษฐกิจหรือรายได้เป็นผลตอบแทนจากการทำงาน เป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลทำงานเพื่อนำรายได้จากการมีภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว ดังนั้นถ้าบุคคลมีรายได้หรือผลตอบแทนสูงจากการทำงาน บุคคลนั้นจะมีความตั้งใจทำงานมากขึ้น และสอดคล้องกับผลการวิจัยของศรีสมร พุ่มสะอาด (2530 : 112) ที่ได้ศึกษาคุณภาพของครู ประถมศึกษาโดยพิจารณา รายได้ รายจ่ายในครอบครัว พบว่า ครูที่มีคุณภาพในการทำงานมี

แนวโน้มจะมีรายได้สูงและรายจ่ายต่ำกว่ากลุ่มครูที่มีคุณภาพต่ำ และสอดคล้องกับผลการวิจัยของจากรุวรรณ ศรีสว่าง (2542 : 71 – 72) ที่ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิตของครูระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสมุทรสาคร พบว่า ครูที่มีหน้าที่ดูแลสมาชิกในครอบครัว ค่าใช้จ่ายส่วนตัวและค่าใช้จ่ายสมาชิกในครอบครัว ค่าเช่าบ้านหรือค่าผ่อนรถ ทำให้ครูไม่มีรายได้พอกับค่าใช้จ่ายภายในบ้าน แสดงว่าภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวมากส่งผลต่อความเครียดของครู ซึ่ง และจากการศึกษาของ

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ผลการวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบถึงองค์ประกอบที่มีอิทธิพล ต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโครเอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้น เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร ทั้ง 2 องค์ประกอบ โดยเรียงลำดับจากองค์ประกอบที่ส่งผลมากที่สุด ไปน้อยที่สุด ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน และภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว ตามลำดับ ซึ่งสามารถใช้เป็นข้อมูลประกอบการวางนโยบายสำหรับผู้บริหาร และผู้ที่เกี่ยวข้องในการหาแนวทางแก้ไข ปรับปรุงให้เกิดความเครียดในการใช้จ่ายเงินน้อยลง ส่งผลให้สมาชิก โครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโครเอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้น เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร มีสุขภาพจิตที่ดี สามารถปฏิบัติงานอย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพมากขึ้น จึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

1.1 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงานเป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพล ต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโครเอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้น เขตคลองเตย กรุงเทพมหานครมากที่สุด จึงควรสนับสนุนให้สมาชิกมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันมากยิ่งขึ้น เช่น จัดกิจกรรมกลุ่มทำงานเพื่อนสมาชิกและสาธารณประโยชน์ เป็นต้น

1.2 ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว เป็นองค์ประกอบที่มีอิทธิพล ต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโครเอ็นเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้น เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร รองลงมาเป็นอันดับสอง จึงควรสนับสนุนให้สมาชิกรู้จักวางแผนในการใช้จ่ายเงินในครอบครัวให้เหมาะสม

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรมีการศึกษาองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน ขององค์การอื่นบ้าง เช่น พนักงานในธุรกิจธนาคาร ในวงการอุตสาหกรรมต่าง ๆ เป็นต้น

2.2 ศึกษาองค์ประกอบอื่นที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงิน เช่น การปรับตัว สุขภาพจิต ทักษะคิดต่อตนเองและผู้อื่น เป็นต้น

2.3 ควรนำเทคนิคทางจิตวิทยา来帮助ลดปัญหาความเครียดในการใช้จ่ายเงิน เช่น การปรับตัว การปรับพฤติกรรม การยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.(2541) **คู่มือการดำเนินงานคลินิกคลายเครียด**.
กรุงเทพฯ:โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- จงกล ธรรมร่มดี. (2547) **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภคในการใช้จ่ายผ่านบัตร
อเมริกันเอ็กเพรส บัตรเขียว**. สารนิพนธ์ บธ.ม. (การตลาด) กรุงเทพฯ : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- จุฑามาศ ยุทธพิทักษ์; และวนิดา มงคลสินธุ์. (2535). **รายงานการวิจัยเรื่อง สาเหตุการณ
ลาออก และโอนย้ายของพยาบาลโรงพยาบาลตากสิน**. กรุงเทพมหานคร. ทูลอุดม
การวิจัยมูลนิธิโรงพยาบาลตากสิน.
- จันทร์จิรา ภูทองเกษ.(2537) **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพนักงานโรงงาน
อุตสาหกรรม**. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- ชูทิพย์ ปานปรีชา. (2529)**จิตวิทยาทั่วไป**.นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- เดวิด วิสคอตต์. พบวัต แปลเรียบเรียง (2536) **คุมความรู้สึกฝึใจให้สบาย**.พิมพ์ครั้งที่ 6
สำนักพิมพ์สร้างสรรค์. วิชาการ กรุงเทพฯ.
- ธวัชชัย ประจักษ์เศรณี. (2545) **ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภคในการใช้จ่ายผ่าน
บัตรเครดิตดีแบงก์ในเขตกรุงเทพมหานคร**.สารนิพนธ์ บธ.ม. (การตลาด) กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธนา นิลชัยโกวิทย์ และคนอื่น ๆ . (2539.มกราคม- มีนาคม) **“ความเชื่อถือได้และความแม่น
ตรงของ Greeneral Heath Questionnaire ฉบับภาษาไทย”วารสารสมาคมจิตแพทย์
แห่งประเทศไทย,41(1):1-17.**
- ธีระพงษ์ สันติภาพ. (2540) **การใช้จ่ายเงินของครัวเรือนไทย.ประชากรและการพัฒนา** ปีที่
17 ฉบับที่ 5 (มิ.ย.-ก.ค. 40) หน้า 1-2.
- นักรบ หมั่นแสน. (2542) **การศึกษาความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงานบริการลูกค้า
บริษัทเอกชนแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร**. ปริญญาานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต.
(จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นิมิต ศัลยา. (2532) **ทำอย่างไรให้หายเครียด**. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ : แปลน พับลิชชิ่ง.
- นิยม บุญมี. (2530) **ปัญหาการดำเนินชีวิต**.ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตมหาสารคาม.

นิพนธ์ สังข์จันทร์.(2547). **ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงาน**

บริษัทในเครือ ที เอส กรุ๊ป ประเทศไทย กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม

(สาขาจิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

นัยนา เจียมวิโรจน์. (2548) . **การศึกษาความเครียด กลวิธีเผชิญภาวะความเครียดของ**

พนักงานบริษัทเอกชนที่มีบุคคลอื่นดูแลบุตรก่อนวัยเรียนแตกต่างกัน ในเขต

กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม (สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิต

วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ปาริชาติ สุวรรณผล. (2548) . **ความเครียด และกลวิธีเผชิญภาวะความเครียดของ**

คนพิการ ที่มารับบริการที่ศูนย์สิทธิธรรมเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์

แห่งชาติ. สารนิพนธ์ กศ.ม (สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิต

วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ปาริชาติ แสงพานิช. (2545) **การศึกษาเปรียบเทียบความฉลาดทางอารมณ์และ**

ประสิทธิภาพในการทำงานของกลุ่มแรงงานเด็กที่เข้ามาร่วมและไม่เข้าร่วมทำ

กิจกรรมในสโมสรแรงงานเด็ก. สารนิพนธ์ กศ.ม (สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ)

กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ประภาพรรัตน์ บุรีรัตน์ . (2535) **สิ่งที่ทุกคนควรรู้เกี่ยวกับความเครียด.** วารสารแนะแนว ฉบับที่

26 ประจำเดือน กุมภาพันธ์ – มีนาคม. หน้า 68-72.

พรทิพย์ เกตุรานนท์. (2527) **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพยาบาลในโรงพยาบาล**

ทั่วไปของรัฐเขตกรุงเทพมหานคร. ปรินิพนธ์นิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต.

กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

พวงรัตน์ บุญญานุรักษ์. (2536). **50 ปี ชีวิตและงาน :** อาจารย์พวงรัตน์ บุญญานุรักษ์.

กรุงเทพฯ: ม.ป.ท.

พสุ เดชะรินทร์. (2536) “**การบริหารความเครียด (Stress Management) สาเหตุผลกระทบและ**

การควบคุม” จุฬาลงกรณ์วารสาร. ฉบับที่ 5/20 . หน้า 83-96 ประจำเดือน กรกฎาคม-

กันยายน.

พิมลพรรณ สุวรรณโณ. (2531, มกราคม – กุมภาพันธ์). **อารมณ์เครียดหรือความเครียด.**

การประชาสงเคราะห์. 31 (1) : 75-77.

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2542) **พฤติกรรมกลุ่ม.** กรุงเทพฯ ฯ: วิสิทธิ์พัฒนา

มนลดา เลาหะโรจน์. (2542) **การศึกษาการนับและการใช้จ่ายเงินของนักเรียนวัยรุ่นที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาอายุ 14-18 ปี จากการสอนโดยใช้ชุดการสอนเรื่องการนับและการใช้จ่ายเงิน**. สารนิพนธ์ กศ.ม (การศึกษาภาพพิเศษ) กรุงเทพฯ :

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

มาลา คลรัักษ์. (2546) **7 วิธีการใช้เงินนอกวง**. กรุงเทพฯ : อัมรินทร์

ยรรยง หอมศรีวานนท์. (2542) **ชีวิตทางเศรษฐกิจของแรงงานต่างถิ่น ในนิคมอุตสาหกรรมแหลมฉบัง**. ชลบุรี: มหาวิทยาลัยบูรพา.

ยรรยง ศุภธำรัตน์. (2526) **“ความเครียด”** วารสารสุขภาพ. หน้า 32-35.

ยุทธธิชัย ทองพิทักษ์. (2548) **องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อแรงจูงใจในการสมัครเป็นทหารเกณฑ์ ของพลทหารที่สังกัด ศูนย์ฝึกทหารใหม่ กรมยุทธศึกษาทหารเรือ**.

สารนิพนธ์ กศ.ม

ลักขณา สริวัฒน์. (2544). **จิตวิทยาในชีวิตประจำวัน**. กรุงเทพฯ ฯ โอเดียนสโตร์

วันทนา เจริญรัตน์โชติ. **การศึกษาความเครียดและวิธีลดความเครียดในการปฏิบัติงานของครูประถมศึกษากลุ่มรัตนโกสินทร์ สังกัดกรุงเทพมหานคร**. สารนิพนธ์ กศ.ม.

(สาขาจิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิ

โรตม์วิเชียร เกตุสิงห์. (2538, กุมภาพันธ์-มีนาคม) . **ค่าเฉลี่ยกับการแปลความหมายเรื่องง่าย ๆ ที่บางครั้งก็ผิดพลาดได้**. ข่าวสารการวิจัยการศึกษา. 38(3) : 8-11.

วรชัย ทองไทย. (2540) สถิติน่ารู้. (2540) **การใช้จ่ายเงินของครัวเรือนไทย**. ประชากรและการพัฒนาปีที่ 17 ฉบับที่ 5 (มี.ย.-ก.ค. 40) หน้า 8.

วิเชียร เกตุสิงห์ (2538) **“ค่าเฉลี่ยกับการการแปลความหมาย : เรื่องง่าย ๆ ที่บางครั้งก็พลาดได้”** ข่าวสารการวิจัย. 18 (3) : 8-11 ; กุมภาพันธ์-มีนาคม.

วิจิตร บุญโนตรชะ. (2542) **พิชิตความเครียด**. กรุงเทพฯ: บพิธการพิมพ์

วีระ ไชยยะศรีสุข. (2533) **ความเครียด**, วารสารสุขภาพจิต. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ:

โรงพิมพ์แสงศิลป์.

วัลย์ลิกา สวัสดิ์นฤเดช. (2539). **สภาพแวดล้อมในการทำงานตามทัศนะของข้าราชการฝ่าย**

ธุรการมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ :

ลิขิต กาญจนภรณ์. (2547). **กรมสุขภาพจิต**. พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร.

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2546). **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**. กรุงเทพฯ: นำอักษรพิพัฒน์.

ลีปกร สมสกุล. (2548). **ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วย โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช**

กองทัพอากาศ กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม (สาขาจิตวิทยาการศึกษา)

กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สมิต อาชนิจกุล. (2541) **เครียด เป็นบ้า**. โรงพิมพ์สามัคคีสาร (ดอกหญ้า) จำกัด (มหาชน).

สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2545) **พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: อักษรวิพัฒน์.

สมศักดิ์ สามัคคีธรรม. **ปัญหาแรงงานในประเทศไทย**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิ

อารมณ์ พงษ์พจน์, 2533.

สบพร ขุนทรานันท์. (2527) **ความเครียดและสภาพแวดล้อมในการทำงานของทันตแพทย์**.

วิทยานิพนธ์. ศศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.

สร้อยศรี อนันต์ประเสริฐ. (2544) . **ความเครียดและสุขภาพจิตของนักเรียนแพทย์แผน**

โบราณแบบประยุกต์ ตรีเรียนอายุรเวชวิทยาลัย. วิทยานิพนธ์. กศ.ม. (จิตวิทยา

แนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สุจิต สุวรรณชีพ. (2537) **“ความเครียด”.วารสารเพิ่มผลผลิต**. 31 (กรกฎาคม – สิงหาคม 2535)
: หน้า 38-40.

สุรางค์ จันทร์เอม. (2527) **สุขวิทยาจิต**. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ อักษรบัณฑิต.

สุรศักดิ์ ศานูจารย์. พ.ต.ท. (2536) **ความเครียดในการปฏิบัติหน้าที่ของเจ้าหน้าที่ตำรวจ**

จราจรของสถานีตำรวจนครบาลในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์. ศศ.ม.

กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุวณีย์ แก้วกิ่งแก้ว. (2527) **แนวคิดพื้นฐานการพยาบาลจิตเวช**. พิมพ์ครั้งที่ 2 .เชียงใหม่ :

โรงพิมพ์ปอง.

สุธีรา ภัทรายุตวรรัตน และคณะ. (2542, กรกฎาคม – ธันวาคม). **“แบบสำรวจสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด”**. วารสารจิตวิทยาคลินิก. 30 (2) : 24-26.

อัมพร โอตระกูล. (2538). **สุขภาพจิต**. กรุงเทพฯ: นำอักษรการพิมพ์.

(สาขาจิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อัศร ศุภเศรษฐ์. (2547) **จิตวิทยาการบริหารอารมณ์**. กรุงเทพฯ : สถาบันวิจัยธรรมสากล

ลักขณา สรวิวัฒน์. (2544). **จิตวิทยาในชีวิตประจำวัน**. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

อัมพล สุอำพัน. (2533. กรกฎาคม). **“ความเครียดกันดีกว่า”** Health. 1(3) 90-92.

อัมพร โอตระกูล. (2540) **สุขภาพจิต**. พิมพ์ครั้งที่ 2 กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี.

- Baron, Robert A. and Jerald Grebbberg. (1990). *Organization Commitment : Attitudes Towards Organization. Behavior in Organization. 3^d ed.* New York : Allyn and Bacon : 45:165-180.
- Brown, W.B. and David J.M. (1980) *Organization Theory and Management : A Macro Approach.* New York : John Wiley & Son.
- Brown, Robert A. and Jerald Grebbberg. (1990) *Organizational Commitment:Attitudes Toward Organization. Behavior in Organization 3rd ed .* New York : Allyn and Bacon : 45:165-180.
- Bloom, B.S. (1956). *Taxonomy of education objectives.* New York : Longmans Green.
- Lazarus, R.S.and S.Folkman. (1984). *Stress,Appraisal,and Coping.* New York : Springer Publishing.
- Dubrin,Andrew J. (1990) *Effective Business Psychology.3rd ed.* Englewood Cliffs.N.J.:Prentice-Hall.
- Davis, K, & Newstrom, J.W. (1989) *Human Behavior at Work Organization Behavior. 8th ed.* New York Mc. Graw-Hill Internation.
- Farmer, Ricard E. and other. (1984) *Stress Management Services.* Michigan:Stage Publication Inc. 20-24.
- Green.C.N. (1972) *"The Satisfatction-Performance Controversy : New Development and Their Implcation"* In Business Horizon.pp.31-41 : October.
- Maslow,Abraham H. (2004). *Management.* New York : McGraw – Hill Book Co.
- Mayer, J.D. and Salovery, P.(1997). *"What is emotion intelligence?"*. In P. Salovey & D. Sluyter (Eds). *Emotion Development and emotional Intelligence* : Education Implication. New York: Basic Book.
- Miller, Benjamin F. and Kance, Claire B. (1972). *Encyclopedia and Dictionary of Medicine and Nursing.* Philadelphia : W.B. Saunders.
- Phillip L . Rice. (1999) *Stress and health.* 8th ed. Brooks Cole.
- Selye H. (1958) . *The stress of Life.* New York : Mc Graw – Hill Bock.
- Sandra E. Gramling & Stephen M.Aurebach. (1998). *Stress Management.* N.J : Prentice Hall.
- Steer, Richard M. (1977) *Antecedent and Outcome Job Organizational Commitment.* Administrative Science Quarterly. 22 : 46-56.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามชุดนี้มีจุดมุ่งหมายในการรวบรวมข้อมูล ในเรื่ององค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิกโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์ เขตคลองเตย กรุงเทพมหานคร แบบสอบถามนี้ไม่ขอใดถูกหรือผิด จึงขอให้ตอบตามความรู้สึกนึกคิดที่แท้จริงของท่าน ข้อมูลที่ได้จะสรุปออกมาในภาพรวม เพื่อให้มองเห็นภาพรวมขององค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการใช้จ่ายเงินของสมาชิก

ดังนั้นจึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการตอบแบบสอบถามให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 8 ตอน ได้แก่

- ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล
- ตอนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์
- ตอนที่ 3 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว
- ตอนที่ 4 แบบสอบถามภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว
- ตอนที่ 5 แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพในที่ทำงาน
- ตอนที่ 6 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา
- ตอนที่ 7 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน
- ตอนที่ 8 แบบสอบถามความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามนี้จะนำไปใช้เพื่อการประกอบการวิจัยเท่านั้น ไม่มีผลต่อผู้ตอบแบบสอบถามแต่อย่างใด

ขอขอบพระคุณในความร่วมมือมา ณ โอกาสนี้

ศรีสุดา ทรัพย์สิน

นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบ โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () และเติมค่าลงในช่องว่างที่ตรงกับลักษณะของท่านตามความเป็นจริง ในปัจจุบันให้ครบถ้วน

1. เพศ () ชาย
() หญิง
2. อายุ..... ปี
3. สถานภาพการสมรส
() โสด
() คู่
() หม้าย หรือ หย่า หรือแยกกันอยู่
4. ระดับการศึกษา
() ต่ำกว่าปริญญาตรี
() ปริญญาตรี
() สูงกว่าปริญญาตรี
5. รายได้ของครอบครัวต่อเดือน (ถ้าเป็นรายได้ต่อวันหรือต่อปีให้นำมาเฉลี่ยเป็นรายได้ต่อเดือน).....บาทต่อเดือน

ตอนที่ 2 แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์

คำชี้แจง แบบประเมินนี้มีข้อความเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในลักษณะต่าง ๆ ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด ดีหรือไม่ โปรดตอบตามความเป็นจริง และตอบทุกข้อ โดยขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องใดช่องหนึ่งเพียงช่องเดียวในแต่ละข้อจากตัวเลือก 4 ตัว ดังนี้

ไม่จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่ตรงกับอารมณ์และความรู้สึกของท่านเลย
จริงบางครั้ง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับอารมณ์และความรู้สึกของท่านเพียงเล็กน้อย
ค่อนข้างจริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับอารมณ์และความรู้สึกของท่านมาก
จริงมาก	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับอารมณ์และความรู้สึกของท่านมากที่สุด

ข้อที่	ข้อความ	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริงมาก	คะแนน
1.	เวลาโกรธหรือไม่สบายใจ ฉันรับรู้ได้ว่าเกิดอะไรขึ้นกับฉัน					
2.	ฉันบอกไม่ได้ว่าจะอะไรทำให้ฉันรู้สึกโกรธ					
3.	เมื่อถูกขัดใจ ฉันมักรู้สึกหงุดหงิดจนควบคุมอารมณ์ไม่ได้					
4.	ฉันสามารถคอยเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่พอใจ					
5.	ฉันมักมีปฏิกิริยาโต้ตอบรุนแรงต่อปัญหาเพียงเล็กน้อย					
6.	เมื่อถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่ชอบ ฉันจะอธิบายเหตุผลจนผู้อื่นยอมรับได้					
รวม						
7.	ฉันสังเกตได้ เมื่อคนใกล้ชิดมีอาการเปลี่ยนแปลง					
8.	ฉันไม่สนใจกับความทุกข์ของผู้อื่นที่ฉันไม่รู้จักรัก					
9.	ฉันไม่ยอมรับในสิ่งที่ผู้อื่นทำต่างจากที่ฉันคิด					
10.	ฉันยอมรับได้ว่าผู้อื่นก็อาจมีเหตุผลที่จะไม่พอใจการกระทำของฉัน					
11.	ฉันรู้สึกว่าผู้อื่นชอบเรียกร้องความสนใจมากเกินไป					
12.	แม้จะมีภาระที่ต้องทำ ฉันก็ยินดีรับฟังความทุกข์ของผู้อื่นที่ต้องการความช่วยเหลือ					
รวม						
13.	เป็นเรื่องธรรมดาที่จะเอาเปรียบผู้อื่นเมื่อมีโอกาส					
14.	ฉันเห็นคุณค่าในน้ำใจที่ผู้อื่นมีต่อฉัน					
15.	เมื่อทำผิด ฉันสามารถกล่าวคำ “ขอโทษ” ผู้อื่นได้					
16.	ฉันยอมรับข้อผิดพลาดของผู้อื่นได้ยาก					
17.	ถึงแม้จะต้องเสียประโยชน์ส่วนตัวไปบ้าง ฉันก็ยินดีที่จะทำเพื่อส่วนรวม					
18.	ฉันรู้สึกลำบากใจในการทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อผู้อื่น					
รวม						

ข้อที่	ข้อความ	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้างจริง	จริงมาก	คะแนน
19.	ฉันไม่รู้ว่าคุณเก่งเรื่องอะไร					
20.	แม้จะเป็นงานยาก ฉันก็มั่นใจว่าสามารถทำได้					
21.	เมื่อทำสิ่งใดไม่สำเร็จ ฉันรู้สึกหมดกำลังใจ					
22.	ฉันรู้สึกมีคุณค่าเมื่อได้ทำสิ่งต่าง ๆ อย่างเต็มความสามารถ					
23.	เมื่อต้องเผชิญกับอุปสรรคและความผิดหวัง ฉันก็จะไม่ยอมแพ้					
24.	เมื่อเริ่มทำสิ่งหนึ่งสิ่งใด ฉันมักทำต่อไปไม่สำเร็จ					
รวม						
25.	ฉันพยายามหาสาเหตุที่แท้จริงของปัญหาโดยไม่คิดเอาเองตามใจชอบ					
26.	บ่อยครั้งที่ฉันไม่รู้ว่าจะอะไรทำให้ฉันไม่มีความสุข					
27.	ฉันรู้สึกว่า การตัดสินใจแก้ปัญหาเป็นเรื่องยากสำหรับฉัน					
28.	เมื่อต้องทำอะไรหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ฉันตัดสินใจได้ว่าทำอะไรก่อนหลัง					
29.	ฉันลำบากใจเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าหรือคนที่ไม่คุ้นเคย					
30.	ฉันทนไม่ได้เมื่อต้องอยู่ในสังคมที่มีกฎระเบียบขัดกับความเคยชินของฉัน					
รวม						
31.	ฉันทำความรู้จักผู้อื่นได้ง่าย					
32.	ฉันมีเพื่อนสนิทหลายคนที่คบกันมานาน					
33.	ฉันไม่กล้าบอกความต้องการของฉันให้ผู้อื่นรู้					
34.	ฉันทำในสิ่งที่ต้องการโดยไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน					
35.	เป็นการยากสำหรับฉันที่จะได้แย้งกับผู้อื่น แม้จะมีเหตุผลเพียงพอ					
36.	เมื่อไม่เห็นด้วยกับผู้อื่น ฉันสามารถอธิบายเหตุผลที่เขายอมรับได้					
รวม						

ข้อที่	ข้อความ	ไม่จริง	จริง บางครั้ง	ค่อนข้าง จริง	จริงมาก	คะแนน
37.	ฉันรู้สึกด้อยกว่าผู้อื่น					
38.	ฉันทำหน้าที่ได้ดี ไม่ว่าจะอยู่ในบทบาทใด					
39.	ฉันสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายได้ดีที่สุด					
40.	ฉันไม่มั่นใจในการทำงานที่ยากลำบาก					
รวม						
41.	แม้สถานการณ์จะเลวร้าย ฉันก็มีความหวังว่าจะดีขึ้น					
42.	ทุกปัญหามักมีทางออกเสมอ					
43.	เมื่อมีเรื่องที่ทำให้เครียด ฉันมักปรับเปลี่ยนให้เป็นเรื่องผ่อนคลายหรือสนุกสนานได้					
44.	ฉันสนุกสนานทุกครั้งกับกิจกรรมในวันสุดสัปดาห์ และวันหยุดพักผ่อน					
45.	ฉันรู้สึกไม่พอใจที่ผู้อื่นได้รับสิ่งดี ๆ มากกว่าฉัน					
46.	ฉันพอใจกับสิ่งที่ฉันเป็นอยู่					
รวม						
47.	ฉันไม่รู้ว่าทำอะไรจะทำ เมื่อรู้สึกเบื่อหน่าย					
48.	เมื่อว่างเว้นจากภาระหน้าที่ ฉันจะทำในสิ่งที่ฉันชอบ					
49.	เมื่อรู้สึกไม่สบายใจ ฉันมีวิธีผ่อนคลายอารมณ์ได้					
50.	ฉันสามารถผ่อนคลายตนเองได้ แม้จะเหน็ดเหนื่อยจากภาระหน้าที่					
51.	ฉันไม่สามารถทำให้เป็นสุขได้จนกว่าจะได้ทุกสิ่งที่ต้องการ					
52.	ฉันมักทุกขร้อนกับเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เกิดขึ้นเสมอ					
รวม						

ตอนที่ 3 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบวัดลักษณะที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน เมื่ออ่านข้อความนี้แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อย ที่สุด
	ก. การปฏิบัติตนของสมาชิกต่อบุคคลในครอบครัว					
1.	ท่านไปเที่ยวพักผ่อนในวันหยุดกับบุคคลในครอบครัวเมื่อมีโอกาสเสมอ					
2.	ท่านไม่ค่อยสอบถามความสุขทุกข์กับบุคคลในครอบครัว					
3.	ท่านให้ความสนใจความเป็นอยู่ของบุคคลในครอบครัวทุกคน					
4.	ท่านมักจะทำตามใจตนเองโดยไม่คำนึงถึงความรู้สึกของบุคคลในครอบครัว					
5.	ท่านรู้สึกกังวลใจกับความประพฤติของบุคคลในครอบครัว					
6.	เมื่อท่านมีปัญหาในการปฏิบัติงาน ท่านมักขอคำปรึกษาจากบุคคลในครอบครัว					
7.	ท่านคิดว่าไม่จำเป็นต้องให้คำแนะนำ หากบุคคลในครอบครัวไม่ได้ถาม					
8.	บุคคลในครอบครัวมักทำให้ท่านรู้สึกว่าไม่มีใครรักท่าน					

ข้อ	ข้อความ	จริง ที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริง น้อย ที่สุด
9.	บุคคลในครอบครัวมีความสุขกับการได้ทำ กิจกรรมร่วมกับท่าน					
10.	ท่านยอมรับความช่วยเหลือจากบุคคลใน ครอบครัวด้วยความเต็มใจ					
	ข. การปฏิบัติของบุคคลในครอบครัวต่อ สมาชิก					
11.	บุคคลในครอบครัวห่วงใยสุขภาพของท่าน					
12.	บุคคลในครอบครัวเชื่อฟัง ตั้งใจปฏิบัติตาม สิ่งที่ท่านต้องการ					
13.	บุคคลในครอบครัวมอบของขวัญให้แก่ท่าน ในวันพิเศษ เช่น วันเกิด วันปีใหม่ วัน ครอบครัว					
14.	บุคคลในครอบครัวคอยช่วยเหลือดูแลความ เป็นอยู่ในบ้าน เมื่อท่านต้องออกไปทำงาน นอกบ้าน					
15.	บุคคลในครอบครัวยอมรับความคิดเห็นของ ท่าน					
16.	บุคคลในครอบครัวแสดงความยินดีเมื่อท่าน ประสบความสำเร็จ					
17.	บุคคลในครอบครัวให้คำปรึกษาเมื่อท่านมี ปัญหาเสมอ					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบวัดลักษณะที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน เมื่ออ่านข้อความนี้แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
1.	ท่านเป็นผู้ตัดสินใจภายในบ้านทั้งหมด					
2.	ท่านต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ภายในบ้าน เช่น ค่าน้ำ ค่าไฟ และค่าสาธารณูปโภคต่าง ๆ					
3.	บางครั้งท่านประสบปัญหาทางการเงินจากการใช้จ่ายของสมาชิกในครอบครัว					
4.	ท่านเบื่อที่ต้องรับผิดชอบเรื่องค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว					
5.	ท่านมักมีค่าใช้จ่ายในครอบครัวที่ไม่คาดคิดเกิดขึ้นเสมอ					
6.	ท่านมีความผูกพันรักใคร่กันในครอบครัว					
7.	ท่านกังวลใจเกี่ยวกับรายจ่ายต่าง ๆ ของครอบครัว					
8.	บุคคลในครอบครัวของท่านยังไม่มีรายได้เพียงพอที่จะช่วยแบ่งเบาภาระของท่านได้					
9.	ท่านสนับสนุนเรื่องค่าใช้จ่ายในการเรียนของสมาชิกในครอบครัว					
10.	ท่านมีบุคคลในครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบหลายคน					

ตอนที่ 5 แบบสอบถามลักษณะทางกายภาพในที่ทำงาน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามลักษณะ เมื่ออ่านข้อความนี้แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริง น้อย ที่สุด
ก. สถานที่ทำงาน						
1.	สถานที่ทำงานสะอาด					
2.	สถานที่ทำงานมีความเป็นระเบียบเรียบร้อย					
3.	ขนาดของห้องทำงานมีความพอเหมาะกะกับพนักงาน					
4.	ห้องทำงานมีอากาศถ่ายเทสะดวก					
5.	บริเวณที่ทำงานไม่สงบที่เหมาะสมแก่การทำงาน					
6.	ท่านมักไม่มีสมาธิในการทำงานเนื่องจากมีเสียงรบกวน					
7.	ห้องทำงานมีแสงสว่างไม่เพียงพอต่อการทำงาน					
ข. วัสดุ อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวกในการทำงาน						
8.	ห้องทำงานมีอุปกรณ์ที่เอื้ออำนวยต่อความสะดวกในการทำงาน					
9.	ห้องทำงานมีเครื่องมือที่ไม่ค่อยมีคุณภาพ					
10.	อุปกรณ์เครื่องใช้มีความทันสมัย					
11.	บริเวณที่ทำงานไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการทำงานเท่าที่ควร					

ตอนที่ 6 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบวัดลักษณะที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน เมื่ออ่านข้อความนี้แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
การปฏิบัติตนของสมาชิกต่อผู้บังคับบัญชา						
1.	ท่านมักปรึกษาผู้บังคับบัญชาเมื่อมีปัญหาในการทำงาน					
2.	ท่านยอมรับความคิดเห็นของผู้บังคับบัญชาด้วยความศรัทธา					
3.	ท่านไม่เต็มใจที่จะปฏิบัติตามคำสั่งของผู้บังคับบัญชา					
4.	ท่านกล้าเสนอความคิดเห็นต่อผู้บังคับบัญชา					
5.	ท่านมีความเชื่อมั่นในขณะปฏิบัติงานร่วมกับผู้บังคับบัญชา					
6.	ท่านไม่กล้าปรึกษาผู้บังคับบัญชาเกี่ยวกับปัญหาส่วนตัวของท่าน					
7.	ท่านไม่มีความสุขในการทำงานเพราะเข้ากับผู้บังคับบัญชาไม่ได้					
8.	ท่านรู้สึกอึดอัดใจที่ผู้บังคับบัญชาไม่ยอมรับความคิดเห็นของท่าน					

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
9.	ท่านปฏิบัติตามคำสั่งของผู้บังคับบัญชาอย่างเคร่งครัด					
10.	ท่านไม่ยอมอยู่ใกล้ชิดกับผู้บังคับบัญชาเพราะรู้สึกอึดอัด					
การปฏิบัติตนของผู้บังคับบัญชาต่อสมาชิก						
11.	ผู้บังคับบัญชาให้ความช่วยเหลือท่านในการทำงานเสมอ					
12.	ผู้บังคับบัญชาให้คำแนะนำที่ดีแก่ท่านในการทำงานเสมอ					
13.	ผู้บังคับบัญชามีนโยบายในการบริหารงานที่ไม่ชัดเจน					
14.	ผู้บังคับบัญชาให้กำลังใจท่านในการทำงานเสมอ					
15.	ผู้บังคับบัญชาไม่สนับสนุนให้ท่านหาความรู้เพิ่มเติม					
16.	ผู้บังคับบัญชายอมรับในความสามารถของท่าน					
17.	ผู้บังคับบัญชาไม่สนับสนุนการเลื่อนขั้นตำแหน่งของท่าน					
18.	ผู้บังคับบัญชาไม่เคยชมเชยเมื่อท่านปฏิบัติงานได้ดี					
19.	ผู้บังคับบัญชาไม่ปฏิบัติต่อท่านอย่างเท่าเทียมเมื่อเปรียบเทียบกับเพื่อนร่วมงานคนอื่น					
20.	เมื่อท่านปฏิบัติงานผิดพลาด ผู้บังคับบัญชาให้โอกาสท่านปรับปรุงแก้ไข					

ตอนที่ 7 แบบสอบถามสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบวัดลักษณะที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน เมื่ออ่านข้อความนี้แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริง น้อยที่สุด
1.	เพื่อนร่วมงานแสดงความห่วงใยเมื่อท่านประสบปัญหา					
2.	เพื่อนร่วมงานมักจับกลุ่มนินทากันเสมอ					
3.	เพื่อนร่วมงานชอบใช้อารมณ์กับท่านขณะปฏิบัติงาน					
4.	เพื่อนร่วมงานไม่ยอมรับนับถือความสามารถของท่าน					
5.	ท่านและเพื่อนร่วมงานมีความกระตือรือร้นในการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน					
6.	ท่านมีความพอใจในการทำงานร่วมกับเพื่อนร่วมงาน					
7.	เมื่อมีปัญหาในเรื่องงานเพื่อนร่วมงานช่วยเหลือท่านเสมอ					
8.	ท่านไม่มีเพื่อนร่วมงานที่สนิท					
9.	ท่านไม่สนใจปัญหาในการปฏิบัติงานของเพื่อนร่วมงาน					
10.	ท่านและเพื่อนร่วมงานไม่ค่อยมีของฝากมาให้แก่กัน					

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
11.	เมื่อเกิดปัญหาในการปฏิบัติงานร่วมกัน เพื่อนร่วมงานของท่านมักบดความรับผิดชอบ ให้ท่าน					
12.	ท่านคิดว่าความคิดเห็นของเพื่อนร่วมงานทุก คนมีความสำคัญเท่าเทียมกัน					
13.	ท่านชอบทำงานตามลำพัง					
14.	ท่านไม่ชอบปฏิบัติงานกับเพื่อนร่วมงานบาง คน					
15.	เพื่อนร่วมงานยินดีทำงานแทนท่านเมื่อท่าน ติดธุระ					
16.	ท่านรู้สึกที่ไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อน ร่วมงานเมื่อเปรียบเทียบกับคนอื่น					
17.	ท่านอึดอัดใจที่ต้องทำงานกับเพื่อนร่วมงานที่ ไม่สนิท					
18.	ท่านมักช่วยเหลือเพื่อนร่วมงานเมื่อมีปัญหา เกี่ยวกับงาน					
19.	ท่านมักจะมีเรื่องขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน					
20.	ท่านมักปรับความเข้าใจกับเพื่อนร่วมงาน เมื่อมีปัญหาเกิดขึ้น					

ตอนที่ 8 แบบสอบถามความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบวัดลักษณะที่ตรงกับข้อเท็จจริงของท่าน เมื่ออ่านข้อความนี้แล้ว โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่องที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ซึ่งแบ่งเป็น 5 ระดับ ดังนี้

จริงที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมากที่สุด
จริง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านมาก
จริงบ้าง	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านบ้างไม่ตรงบ้าง
จริงน้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อย
จริงน้อยที่สุด	หมายถึง	ข้อความนั้นตรงกับข้อเท็จจริงของท่านน้อยที่สุด

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1.	อาการทางร่างกาย ท่านรู้สึกอ่อนเพลียเมื่อนึกถึงการใช้จ่าย จนนอนไม่หลับ					
2.	ท่านไม่สบายใจเรื่องการใช้จ่ายจนมีอาการ ปวดศีรษะในขณะปฏิบัติงาน					
3.	ท่านรู้สึกหัวใจเต้นแรงเมื่อนึกถึงการใช้จ่าย					
4.	ท่านรู้สึกอ่อนล้าไม่มีแรง ไม่อยากแม้จะ เคลื่อนไหวเมื่อกังวลเรื่องการใช้จ่าย					
5.	แม้ท่านกังวลเกี่ยวกับการใช้จ่ายแต่ไม่เคย รู้สึกเบื่ออาหาร					
6.	ท่านไม่เคยรู้สึกมือเท้าเย็นผิดปกติเมื่อกังวล เรื่องการใช้จ่าย					
7.	ท่านรู้สึกปวดเกร็งกล้ามเนื้อบริเวณท้ายทอย เมื่อนึกถึงการใช้จ่าย					
8.	ท่านยังรู้สึกกระปรีกระเปร่าแม้จะกังวลเรื่อง การใช้จ่าย					

ข้อ	ข้อความ	จริงที่สุด	จริง	จริงบ้าง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
9.	อาการทางจิตใจ ท่านคิดว่าโลกนี้ไม่น่าอยู่เลยทุกอย่างเลวร้าย ไปหมดเมื่อนึกถึงการใช้จ่าย					
10.	ท่านรู้สึกสับสนเมื่อกังวลเรื่องการใช้จ่าย					
11.	ท่านรู้สึกหงุดหงิดเมื่อคิดว่าตนเองเป็นคน ล้มเหลวเรื่องการใช้จ่าย					
12.	ท่านไม่เคยรู้สึกเบื่อกับการทำงานแม้จะได้ ค่าตอบแทนไม่คุ้มค่า					
13.	ท่านไม่เคยรู้สึกหวาดกลัวต่อชีวิตในอนาคต เมื่อนึกถึงการใช้จ่าย					
14.	ท่านไม่เคยรู้สึกเบื่อครอบครัวที่ท่านต้องมา แบกภาระค่าใช้จ่ายแต่เพียงลำพัง					
15.	ท่านรู้สึกเบื่อเพื่อนเมื่อนึกถึงการใช้จ่ายแต่ ท่านก็ต้องอดทน					
16.	ท่านไม่เคยรู้สึกอึดอัดที่ต้องทำงานหนัก เพื่อให้มีรายได้เพียงพอกับค่าใช้จ่าย					
17.	ท่านไม่เคยขาดความมั่นใจแม้จะกังวลเรื่อง การใช้จ่าย					
18.	การแสดงออกทางพฤติกรรม ท่านไม่สามารถทำอะไรได้นาน ๆ เมื่อนึกถึง การใช้จ่าย					
19.	ท่านไม่เคยขาดงานเมื่อกังวลเรื่องการใช้จ่าย					
20.	ท่านรู้สึกอยากอยู่เฉย ๆ ไม่อยากทำอะไรเมื่อ กังวลเรื่องการใช้จ่าย					
21.	บางครั้งท่านอยากหนีไปให้ไกลไม่ยอมไป ทำงานเมื่อนึกถึงการใช้จ่าย					
22.	ท่านพยายามไม่ไปทำงานสายแม้จะกังวล เรื่องการใช้จ่าย					

ภาคผนวก ข
การหาคุณภาพเครื่องมือ

ตอนที่ 2 ความฉลาดทางอารมณ์

ข้อ	t
1	2.569
2	1.030
3	.891
4	3.026
5	-.486
6	2.212
7	.000
8	1.619
9	1.249
10	2.461
11	1.644
12	1.804
13	.850
14	.579
15	2.095
16	.604
17	2.156
18	.543
19	.574
20	1.824
21	1.890
22	.101
23	.490
24	.347
25	-.158
26	.446
27	5.751
28	.956
29	1.739
30	6.088
31	2.675
32	2.156
33	1.890
34	.031
35	1.075
36	.931
37	3.526

ตอนที่ 2 (ต่อ)

ข้อ	t
38	.987
39	.080
40	2.291
41	4.031
42	1.789
43	1.547
44	1.188
45	.858
46	-.709
47	2.248
48	1.369
49	1.839
50	.940
51	2.569
52	1.030

Alpha (ครอนบาร์ค แอลฟา) = .7539

ตอนที่ 3 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับบุคคลในครอบครัว

ก.

ข้อ	t
1	2.485
2	2.471
3	6.079
4	2.290
5	.418
6	5.081
7	2.264
8	1.590
9	2.163
10	2.373

Alpha (ครอนบาร์ค แอลฟา) = .7611

ข.

ข้อ	t
11	5.401
12	4.520
13	3.362
14	6.333
15	6.148
16	5.376
17	5.966

Alpha (ครอนบาร์ค แอลฟา) = .9004

ตอนที่ 4 ภาวะความรับผิดชอบต่อครอบครัว

ข้อ	t
1	2.963
2	3.094
3	7.318
4	1.507
5	2.749
6	.824
7	4.311
8	3.007
9	5.562
10	3.983

Alpha (ครอนบาร์ค แอลฟา) = .7655

ตอนที่ 5 ลักษณะทางกายภาพในที่ทำงาน

ก.

ข้อ	t
1	2.668
2	3.713
3	5.339
4	3.423
5	1.862
6	1.640
7	9.655

Alpha (ครอนบาร์ค แอลฟา) = .6914

ข.

ข้อ	t
8	4.216
9	4.030
10	3.006
11	4.059

Alpha (ครอนบาร์ค แอลฟา) = .6214

ตอนที่ 6 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับผู้บังคับบัญชา

ก. การปฏิบัติตนต่อผู้บังคับบัญชา

ข้อ	t
1	2.014
2	3.355
3	3.294
4	2.435
5	2.295
6	1.289
7	3.054
8	1.927
9	2.242
10	2.119

Alpha (ครอนบาร์ค แอลฟา) = .6421

ข. การตนของผู้บังคับบัญชาต่อสมาชิก

ข้อ	t
11	5.868
12	3.944
13	1.200
14	5.926
15	3.298
16	2.637
17	5.788
18	5.881
19	2.981
20	4.171

Alpha (ครอนบาร์ค แอลฟา) = .8287

ตอนที่ 7 สัมพันธภาพระหว่างสมาชิกกับเพื่อนร่วมงาน

ข้อ	t
1	3.035
2	2.160
3	3.101
4	5.150
5	1.507
6	.728
7	.966
8	8.078
9	4.733
10	3.424
11	3.416
12	3.473
13	2.624
14	3.000
15	2.075
16	7.172
17	2.436
18	1.426
19	3.789
20	1.452

Alpha (ครอนบาร์ค แอลฟา) = .8082

ตอนที่ 8 ความเครียดในการใช้จ่ายเงิน

ก.

ข้อ	t
1	3.798
2	6.487
3	4.718
4	7.903
5	4.217
6	2.634
7	2.820
8	-.217

Alpha (كرونบาร์ค แอลฟา) = .7553

ข.

ข้อ	t
9	.632
10	2.570
11	1.856
12	3.323
13	2.991
14	3.700
15	6.486
16	4.447
17	2.750

Alpha (كرونบาร์ค แอลฟา) = .7391

ค.

ข้อ	t
18	4.441
19	1.837
20	2.839
21	6.803
22	3.254

Alpha (ครอนบาร์ค แอลฟา) = .5865

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ ชื่อสกุล	นางศรีสุดา ทรัพย์สิน
วันเดือนปีเกิด	26 ตุลาคม พ.ศ. 2503
สถานที่เกิด	จังหวัดขอนแก่น
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	82/3 หมู่ที่ 9 ถนนรามคำแหง 2 แขวงดอกไม้ เขตประเวศ กรุงเทพมหานคร 10250 โทรศัพท์ 02-6714372 มือถือ 059-4500466 และ 089-5357725
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	ผู้จัดการโครงการก้าวหน้าพัฒนาชุมชน ไมโคร เอนเทอร์ไพรซ์ ดีเวลลอปเม้นท์
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	12/162 อาคารมูลนิธิรวมน้ำใจ แฟลต 12 ถนนอาจณรังค์ คลองเตย กรุงเทพมหานคร 10110 โทรศัพท์ 02-6716714
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2535	มัธยมศึกษาตอนปลาย จาก ศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนกรุงเทพมหานคร กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2545	ครุศาสตรบัณฑิต เอกการประถมศึกษา จากสถาบันราชภัฏจันทรเกษม กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2550	การศึกษามหาบัณฑิต กศม. จิตวิทยาการศึกษา จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร