

## สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ณ
บทที่ 1 บทนำ	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 วัตถุประสงค์การศึกษา	3
1.3 ขอบเขตการศึกษา	4
1.4 คำจำกัดความที่ใช้ในการศึกษา	4
บทที่ 2 เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
2.1 แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความเครียด	5
2.2 แนวคิดเกี่ยวกับความเครียดในการทำงาน	19
2.3 บริบทมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่	24
2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	29
2.5 กรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษา	33
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการศึกษา	
3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	34
3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	34
3.3 การหาคุณภาพของเครื่องมือ	35
3.4 การรวบรวมข้อมูล	35
3.5 การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง	36
3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล	36

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการศึกษา	
4.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	37
4.2 แบบวัดความเครียดในการทำงาน	41
บทที่ 5 สรุปผลการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	
5.1 สรุปผลการศึกษา	46
5.2 อภิปรายผลการศึกษา	47
5.3 ข้อเสนอแนะในการประยุกต์ใช้	48
5.4 ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป	48
บรรณานุกรม	51
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก แบบสอบถามที่ใช้ในการศึกษา	54
ภาคผนวก ข การคำนวณกลุ่มตัวอย่าง	59
ภาคผนวก ค ตารางจำนวน ร้อยละระดับความเครียด	60
ประวัติผู้เขียน	62

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
 Copyright© by Chiang Mai University  
 All rights reserved

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวน ร้อยละ ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	37
2 จำนวน ร้อยละ และระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง	40
3 จำนวน ร้อยละ และระดับความเครียดของกลุ่มตัวอย่างจำแนกรายชื่อ	41
4 จำนวน ร้อยละ ระดับความเครียดจำแนกตามภาระงานสอน	60
5 จำนวน ร้อยละ ระดับความเครียดจำแนกตามภาระงานที่ปรึกษา	60
6 จำนวน ร้อยละ ระดับความเครียดจำแนกตามภาระงานวิจัย	61
7 จำนวน ร้อยละ ระดับความเครียดจำแนกตามภาระงานอื่นๆ	61