

## สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ก
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
<b>บทที่ 1 บทนำ</b>	<b>1</b>
หลักการและเหตุผล	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	2
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	2
นิยามศัพท์	3
<b>บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง</b>	<b>4</b>
แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตการทำงาน	4
มาตรฐานระบบการบริหารจัดการคุณภาพชีวิตการทำงาน	10
ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง	12
<b>บทที่ 3 ระเบียบวิธีการศึกษา</b>	<b>15</b>
ขอบเขตการศึกษา	16
กรอบแนวคิดการศึกษา	15
ขอบเขตประชากร	16
วิธีการศึกษา	16
การเก็บรวบรวมข้อมูล	16
เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา	17
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้	17
สถานที่ใช้ในการดำเนินการและรวบรวมข้อมูล	22
ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษา	22

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
<b>บทที่ 4 การวิเคราะห์ข้อมูล</b>	23
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	24
ส่วนที่ 2 ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงาน บริษัทวิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	29
ส่วนที่ 3 ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงาน จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล และ ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานกับคุณภาพ ชีวิตการทำงานในภาพรวมของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	43
ส่วนที่ 4 ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของ พนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	107
<b>บทที่ 5 สรุปผลการศึกษา อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ</b>	108
สรุปผลการศึกษา	108
อภิปรายผลการศึกษา	121
ข้อค้นพบ	123
ข้อเสนอแนะ	125
<b>บรรณานุกรม</b>	127
<b>ภาคผนวก</b>	129
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	130
ภาคผนวก ข หนังสือยินยอมให้ข้อมูลเพื่อการศึกษาและเผยแพร่ผลการศึกษา	139
<b>ประวัติผู้เขียน</b>	141

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	แสดงจำนวนและร้อยละของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด จำแนกตามเพศ	24
2	แสดงจำนวนและร้อยละของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด จำแนกตามอายุ	24
3	แสดงจำนวนและร้อยละของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็ค เก็จจิ้ง จำกัด จำแนกตามสถานภาพสมรส	25
4	แสดงจำนวนและร้อยละของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด จำแนกตามระดับการศึกษา	25
5	แสดงจำนวนและร้อยละของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด จำแนกตามระดับตำแหน่งงาน	26
6	แสดงจำนวนและร้อยละของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด จำแนกตามแผนกงาน/ฝ่าย	26
7	แสดงจำนวนและร้อยละของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด จำแนกตามอัตราเงินเดือน	27
8	แสดงจำนวนและร้อยละของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด จำแนกตามระยะเวลาการทำงาน	28
9	แสดงจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการแปลผลความคิดเห็นในปัจจุบันด้านร่างกาย ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	29
10	แสดงจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการแปลผลความคิดเห็นในปัจจุบันด้านจิตใจ ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	31
11	แสดงจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการแปลผลความคิดเห็นในปัจจุบันด้าน ทางสังคม ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงาน บริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	33
12	แสดงจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการแปลผลความคิดเห็นในปัจจุบันด้านสิ่งแวดล้อม ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	35
13	แสดงจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการแปลผลความคิดเห็นในปัจจุบันด้านจิตวิญญาณ ที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	37

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
14	แสดงจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการแปลผลความคิดเห็นในปัจจัยด้านความมั่นคงในชีวิตที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	39
15	แสดงจำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และการแปลผลระดับคุณภาพชีวิตการทำงานของในภาพรวมของพนักงานบริษัท วิงฟงแพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	41
16	แสดงค่าเฉลี่ย และการแปลผลความคิดเห็นในปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานตามแนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตการทำงาน	42
17	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามเพศ	43
18	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านร่างกายที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	44
19	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านสัมพันธภาพทางสังคมที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	45
20	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านความมั่นคงในชีวิตที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	45
21	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านร่างกายของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามอายุ	45
22	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยทำงานด้วยความกระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่าของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	48
23	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยได้รับอาหารในแต่ละวันอย่างเพียงพอของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	48

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
24	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	49
25	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยได้พักผ่อนนอนหลับในแต่ละวันเพียงพอของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	50
26	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยได้รับการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างเพียงพอของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	50
27	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านสังคมของพนักงานบริษัท วิงฟงแพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	51
28	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยสามารถทำงานตามหน้าที่ได้ด้วยตนเองของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	53
29	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย สามารถพูดคุยกับผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงานได้ ของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	53
30	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย เพื่อนร่วมงานเป็นเสมือนคนในครอบครัวเดียวกัน ของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	54
31	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของทางบริษัท ของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	55
32	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านความมั่นคงของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามอายุ	56
33	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย ไม่มีหนี้ที่เกินกำลังจะผ่อนชำระได้ ของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	57

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
34	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย มีความพึงพอใจในการเลื่อนขั้นเงินเดือน หรือเลื่อนตำแหน่งที่สูงขึ้น ของพนักงานบริษัท วิ่งฟงแพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	58
35	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย งานที่ทำอยู่ในขณะนี้ เหมาะสมกับความรู้ ความสามารถของตัวเอง ของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุ	59
36	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงาน พนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามสถานภาพ	60
37	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านร่างกายที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามสถานภาพ	61
38	แสดงแสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านร่างกายของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามสถานภาพ	62
39	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยทุกวันนี้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามสถานภาพ	63
40	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยได้รับอาหารในแต่ละวัน อย่างเพียงพอของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามสถานภาพ	64
41	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิ่งฟงแพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามระดับการศึกษา	65

### สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
42	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของคุณภาพชีวิตการทำงานในภาพรวมของพนักงานบริษัท วิ่งฟัง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามระดับการศึกษา	66
43	แสดงแสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านร่างกายที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิ่งฟัง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามระดับการศึกษา	67
44	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของระดับความคิดเห็นต่อคุณภาพชีวิตการทำงานในภาพรวมของพนักงานบริษัท วิ่งฟัง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามระดับการศึกษา	68
45	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านร่างกายของพนักงานบริษัท วิ่งฟัง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามระดับการศึกษานัยสำคัญ	69
46	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยทุกวันนี้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงของพนักงานบริษัท วิ่งฟัง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามระดับการศึกษา	72
47	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยในปีที่ผ่านมาไม่มีอาการเจ็บป่วยรุนแรงจนต้องนอนโรงพยาบาลของพนักงานบริษัท วิ่งฟัง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามระดับการศึกษา	73
48	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยได้รับอาหารในแต่ละวันอย่างเพียงพอของพนักงานบริษัท วิ่งฟัง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามระดับการศึกษา	74
49	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยได้พักผ่อนนอนหลับในแต่ละวันอย่างเพียงพอของพนักงานบริษัท วิ่งฟัง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามระดับการศึกษา	75
50	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยได้รับการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างเพียงพอของพนักงานบริษัท วิ่งฟัง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามระดับการศึกษา	76

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
51	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามตำแหน่งงาน	77
52	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามตำแหน่งงาน	78
53	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามแผนกงาน	80
54	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านจิตใจของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามแผนก/ฝ่าย	81
55	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านความมั่นคงที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามแผนก/ฝ่าย	81
56	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านจิตใจของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามแผนก/ฝ่าย	82
57	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยสามารถจัดการความเครียดจากการทำงานอย่างเหมาะสม ของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามแผนก/ฝ่าย	83
58	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยมีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจยามทุกข์ ของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามแผนก/ฝ่าย	84
59	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านความมั่นคงของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามแผนก/ฝ่าย	84
60	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยมีความพึงพอใจในสวัสดิการต่างๆ ที่บริษัทฯ จัดให้ ของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามแผนก/ฝ่าย	85



สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
61	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามรายได้	86
62	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านจิตใจ ของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามระดับรายได้	87
63	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านความมั่นคง ของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามระดับรายได้	87
64	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านจิตใจของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามระดับรายได้	88
65	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยปัจจัยย่อยมีสมาธิตลอดการทำงาน ของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามระดับรายได้	89
66	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านความมั่นคงของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามระดับรายได้	89
67	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อยปัจจัยย่อยงานที่ทำอยู่ในขณะนี้ เหมาะสมกับความรู้ ความสามารถ ของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามระดับรายได้	90
68	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามอายุงาน	91
69	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านร่างกายที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุงาน	92
70	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยด้านความมั่นคงที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิ่งฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุงาน	92

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
71	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านร่างกายของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามอายุงาน	94
72	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย ทุกวันนี้มีสุขภาพร่างกาย ที่แข็งแรงของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุงาน	96
73	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย ได้พักผ่อนนอนหลับแต่ ละวันเพียงพอของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุงาน	96
74	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย ได้รับการตรวจสุขภาพ ประจำปีอย่างเพียงพอของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนก ตามอายุงาน	97
75	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างของปัจจัยย่อยด้านความมั่นคงของพนักงาน บริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยจำแนกตามอายุงาน	99
76	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย ไม่มีหนี้ที่เกินกำลัง จะผ่อนชำระได้ ของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุงาน	101
77	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย มีความพึงพอใจในการ เลื่อนขั้นเงินเดือน หรือเลื่อนตำแหน่งที่สูงขึ้น ของพนักงาน บริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุงาน	102
78	แสดงสถิติเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของปัจจัยย่อย งานที่ทำอยู่ในขณะนี้ เหมาะสมกับความรู้ ความสามารถ ของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด โดยจำแนกตามอายุงาน	103
79	แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านจิตวิญญาณ และด้านความมั่นคง ในชีวิต กับคุณภาพชีวิตการทำงานในภาพรวมของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	104

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
80	แสดงการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสัมพันธภาพทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม ด้านจิตวิญญาณ และด้านความมั่นคง ในชีวิต กับคุณภาพชีวิตการทำงานในภาพรวมของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	106
81	ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	107
82	แสดงการเปรียบเทียบปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงาน และคุณภาพชีวิตการ ทำงานในภาพรวม ของพนักงานบริษัท วิงฟง แพ็คเก็จจิ้ง จำกัด	119