รายงานการวิจัย ฉบับที่ 108 เรื่อง

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงเหตุและดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทย สมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

(Casual Relation Analysis and Indices of Midlife Crisis of Married Thai Women Working outside Houses in Bangkok and Periphery)

คณะวิจัย ดร.อังศินันท์ อินทรกำแหง

รศ.ดร.อรพินทร์ ชูชม

รศ.อัจฉรา สุขารมณ์

สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

งานวิจัยฉบับนี้ได้รับทุนสนับสนุนจาก

สำนักงานคณะกรรมการอุดมศึกษา และ

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย

กุมภาพันธ์ 2550

ISBN 978-974-8182-13-1

กิตติกรรมประกาศ

รายงานวิจัยฉบับที่ 108 เรื่อง “การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงเหตุและดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล” ได้รับทุนสนับสนุนจาก สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษาและสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย คณะวิจัยขอขอบคุณเป็นอย่างยิ่ง การวิจัยนี้ใช้เวลาในการดำเนินการวิจัย 1 ปี 8 เดือน ตั้งแต่เดือนมิถุนายน 2548 ถึง มกราคม 2550 ซึ่งงานวิจัยนี้สำเร็จลงได้ด้วยการให้คำชี้แนะของคณะกรรมการวิชาการของ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย ในการตรวจแก้ไข ให้ข้อเสนอแนะในขั้นตอนการเสนอเค้าโครงวิจัย และขอบขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิลาสลักษณ์ ชัววัลลี และรองศาสตราจารย์ งามตา วนินทานนท์ ที่กรุณาเป็น ที่ปรึกษาการวิจัย ซึ่งได้ให้คำแนะนำปรึกษาตลอดช่วงระยะของการทำวิจัย ขอขอบคุณ ท่านผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้เชี่ยวชาญ ที่ช่วยให้งานวิจัยมีคุณภาพขึ้น และขอขอบคุณคณาจารย์ และ บุคลากรฝ่ายสนับสนุนของสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ทุกท่านที่ให้กำลังใจในการทำงานวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี โดยเฉพาะสตรีไทยสมรสวัยกลางคนผู้ให้ข้อมูลได้ให้ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างยิ่ง คณะวิจัยขอขอบพระคุณทุกท่าน ไว้ ณ ที่นี้ด้วย

สุดท้ายนี้ คณะวิจัยใคร่ขอขอบคุณ ผู้บริหารมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒและผู้บริหารของสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ ที่ให้โอกาสให้เวลาในการทำงานวิจัยครั้งนี้

ดร.อังศินันท์ อินทรกำแหง
รศ. ดร.อรพินทร์ ชูชม
รศ. อัจฉรา สุขารมณ์
มกราคม 2550

คำนำ

งานวิจัย การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงเหตุและดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล เป็นเรื่องที่เข้ายุคสมัยและเหตุการณ์ปัจจุบันของสังคมไทยที่สตรีไทยส่วนมากต้องรับภาระทั้งการดูแลครอบครัวและการทำงาน ภายใต้สภาวการณ์ที่กดดันทั้งเรื่องเศรษฐกิจ ปัญหาทางสังคมและการเมือง ทำให้สตรีไทยอาจเกิดความเครียดสูง ซึ่งจะส่งผลทั้งต่อตัวสตรีเอง ต่อครอบครัวและการทำงาน งานวิจัยนี้จะให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่อทั้งตัวสตรีเองและผู้เกี่ยวข้อง ที่จะช่วยให้สตรีวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านเผชิญกับภาวะวิกฤตได้ดีขึ้น อีกทั้งคณะผู้วิจัยยังได้ผลิตคู่มือเล่มเล็กที่เป็นแนวทางการเผชิญและการป้องกันภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคน ที่เป็นผลจากการย่อยงานวิจัยสู่ข้อเสนอแนะเพื่อการปฏิบัติที่เป็นรูปธรรมขึ้นด้วย

ทางสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ ต้องขอขอบคุณ ดร.อังศินันท์ อินทรกำแหง รองศาสตราจารย์ ดร.อรพินทร์ ชูชม และรองศาสตราจารย์อัจฉรา สุขารมณ์ ที่ได้ทุ่มเทกำลังสติปัญญาเพื่อผลิตงานวิจัยที่มีคุณค่าเล่มนี้

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิลาสลักษณ์ ชัววัลลี
ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์

สารบัญ

หน้า

คำนำ

กิตติกรรมประกาศ

สารบัญ

สารบัญตาราง

สารบัญภาพประกอบ

บทคัดย่อ

Research Abstract

บทที่ 1 บทนำ 1

ความสำคัญและที่มาของปัญหาการวิจัย 1

วัตถุประสงค์ของการวิจัย 4

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ 4

ขอบเขตการวิจัย 4

นิยามปฏิบัติการ 5

แนวคิดทฤษฎีที่ใช้เป็นกรอบในการกำหนดตัวแปรและการวิจัย 10

รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน 11

สมมติฐานการวิจัย 12

บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 13

ตอนที่1 ภาวะวิกฤตชีวิตของบุคคลตามการรับรู้และผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิต 13

ตอนที่2 ปัจจัยด้านบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 47

ตอนที่3 ปัจจัยด้านครอบครัวที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิต
และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 56

ตอนที่4 ปัจจัยด้านการทำงานที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิต
และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 70

ตอนที่5 ปัจจัยด้านสังคมเมืองที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิต
และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 84

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย 89

การเลือกกลุ่มประชากร 90

การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง 91

ตัวแปรสำหรับการวิจัย 92

สารบัญ

- ต่อ -

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย 93
การเก็บรวบรวมข้อมูล 100
การวิเคราะห์ข้อมูล 100
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล 102
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น 105
ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรสังเกตได้ 117
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ 119
ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิต 128
ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ 130
ตอนที่ 6 ผลการศึกษาการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ 145
ตอนที่ 7 ผลการสนทนากลุ่ม 155
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ 161
สรุปผลการวิจัย 165
การอภิปรายผล 172
ข้อดีและข้อจำกัดของการวิจัย 175
ข้อเสนอแนะเชิงการปฏิบัติ 176
ข้อเสนอแนะในการวิจัย 177
เอกสารอ้างอิง 178
ภาคผนวก 198
แบบสอบถามการวิจัย 198
กรอบการสัมภาษณ์ 212
รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ 212
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ 212
กรอบการสัมภาษณ์การสนทนากลุ่ม 213
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรม Lisrel 8.72 215

สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง 1 แสดงการเปรียบเทียบลักษณะของคนที่มีความสุขและลักษณะคนที่มีความทุกข์ 35

ตาราง 2 แสดงจำนวนและร้อยละของลักษณะชีวสังคมของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง 105

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของลักษณะชีวสังคมของ ผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง 107

ตาราง4 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน ที่ทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชนรวมกันซึ่งมีลักษณะชีวสังคมที่แตกต่างกัน 108

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ย($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) และค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (Coefficient of variance: CV) ของตัวแปรสังเกตได้ของกลุ่มรวม (N = 1,375 คน) 110

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) และค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (Coefficient of variance: CV) ของตัวแปรสังเกตได้ของกลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ (N = 367 คน) 112

ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) และค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (Coefficient of variance: CV) ของตัวแปรสังเกตได้ของกลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ(N = 534 คน) 114

ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) และค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (Coefficient of variance: CV) ของตัวแปรสังเกตได้ของกลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน(N = 474 คน) 116

ตาราง 9 แสดงการเปรียบเทียบตัวแปรสังเกตได้ที่วัดตัวแปรด้านภาวะวิกฤตชีวิต ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง ระหว่างสามกลุ่ม 118

ตาราง 10 แสดงเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มรวม (N = 1,375 คน) 120

ตาราง 11 แสดงเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มสตรีทำงานภาครัฐ (N = 367 คน) 121

ตาราง 12 แสดงเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ (N = 534 คน) 122

สารบัญตาราง

- ต่อ -

หน้า

ตาราง13 แสดงเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มสตรีทำงานเอกชน (N = 474 คน) 123

ตาราง 14 แสดงสัมประสิทธิ์ถดถอยและการทดสอบนัยสำคัญของการวิเคราะห์ถดถอยของตัวแปรในการทำนายภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม (N=1,375 คน) 127

ตาราง 15 แสดงการวิเคราะห์ดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิต และผลกระทบจากภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน รวมกัน 128

ตาราง 16 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ(N=367 คน) 135

ตาราง 17 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความ สัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนทำงานรัฐวิสาหกิจ(N =534 คน) 137

ตาราง 18 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานเอกชน(N = 367 คน) 139

ตาราง 19 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม (N = 1,375 คน) 141

ตาราง 20 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบเส้นทางอิทธิพลระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิต และดัชนีตรวจสอบความสอดคล้องและวัดระดับความกลมกลืนของรูปแบบตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์จากกลุ่มตัวอย่าง 3 กลุ่มและกลุ่มรวม 143

ตาราง 21 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและภาระต่อครอบครัวที่อยู่ในระดับแตกต่างกัน 145

ตาราง 22 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three way –ANOVA) ของภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและภาระต่อครอบครัวที่แตกต่างกัน 146

สารบัญตาราง

- ต่อ -

หน้า

ตาราง 23 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และการสนับสนุนจากครอบครัวที่อยู่ในระดับต่างกัน 147

ตาราง 24 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three way – ANOVA) ของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว การสนับสนุนจากครอบครัวที่ต่างกัน 148

ตาราง 25 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัย กลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวและมีความขัดแย้งในงานที่แตกต่างกัน 149

ตาราง 26 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three way – ANOVA) ของภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว และมีความคลุมเครือในงานที่แตกต่างกัน 150

ตาราง 27 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว การสนับสนุนจากครอบครัว และการสนับสนุนจากผู้ร่วมงานและผู้บังคับบัญชาที่แตกต่างกัน 151

ตาราง 28 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three way –ANOVA) ของภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและการสนับสนุนจากครอบครัวและการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาที่แตกต่างกัน 152

ตาราง 29 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีระยะเวลาที่อยู่กับสามี สัมพันธภาพกับคู่สมรสและสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านที่อยู่ในระดับต่างกัน 153

ตาราง 30 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three way – ANOVA) ของภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีระยะเวลาอยู่กับสามี สัมพันธภาพกับคู่สมรสและสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ที่แตกต่างกัน 154

ตาราง 31 แสดงสรุปผลที่ได้จากความคิดเห็นของกลุ่มสนทนาเพื่อเป็นข้อมูลประกอบการจัดทำแนวทางการเผชิญและการป้องกันภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน 156

สารบัญภาพประกอบ

หน้า

ภาพประกอบ 1 แสดงที่มาของกรอบแนวคิดทฤษฎีและการดำเนินการวิจัย 10

ภาพประกอบ 2 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านตามสมมุติฐาน 11

ภาพประกอบ 3 กระบวนการเข้าสู่ภาวะวิกฤตของบุคคล 17

ภาพประกอบ 4 แสดงกรอบทฤษฎีของ ความเครียด การเผชิญปัญหาและการปรับตัว 31

ภาพประกอบ 5 แสดงการเผชิญปัญหา การไม่สามารถจัดการกับปัญหาและปรับตัวได้ 36

ภาพประกอบ 6 แสดงความสัมพันธ์การเกิดความรุนแรง 41

ภาพประกอบ 7 แสดงปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด และผลกระทบที่เกิดจากความเครียด 72

ภาพประกอบ 8 แสดงการกำหนดกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย 92

ภาพประกอบ 9 สรุปขั้นตอนการดำเนินการวิจัย 101

ภาพประกอบ 10 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ 131

ภาพประกอบ 11 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานในหน่วยงานรัฐวิสาหกิจ 132

ภาพประกอบ 12 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานในหน่วยงานเอกชน 133

ภาพประกอบ 13 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสในกลุ่มรวม 134

ภาพประกอบ 14 สรุปการปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้บางตัวที่มีปฏิสัมพันธ์ในกลุ่มชีวสังคมปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง ที่ส่งผลกระทบต่อภาวะวิกฤตชีวิตสตรีในกลุ่มรวม 171

Research Abstract No.108

Casual Relation Analysis and Indices of Midlife Crisis of Married Thai Women Working outside Houses in Bangkok and Periphery

BY Ungsinun Intarakamhang* , **Ashara Sucaromana and Oraphin Choochom**

Behavioral Science Research Institute , Srinakharinwirot University
114 Sukhumvit 23 Rd., Bangkok 10110 , Thailand

**Corresponding auther : Email:ungsinun@swu.ac.th*

This study is a casual relation research with the following objectives; a) analyzing indices of midlife crisis of married Thai women working outside houses, b) constructing and developing causal relationship of midlife crisis of married Thai women, and c) finding the interaction between observable variables in each factor influencing midlife crisis perception . Sample is married Thai women working in government sector, state- enterprise sector, and private sector in Bangkok and its Periphery, with the age of 35-55 years old, and with at least 1 child, totaling 1,375 persons from 12 organizations. There are 6 latent variables and 18 observable variables. The measuring instrument used for this research is a 244 six-scaled items questionnaire with its reliability between 0.7646 and 0.9531. SPSS for windows version 11.0 is used for rudimentary data analysis. Lisrel version 8.72 is used for analyzing confirmatory factor, and the goodness of fit of model. Findings are that Personal factor; bio-data, “Neuroticism” personality, experience in life loss. Family factor; responsibility in family, marital relationship, Buddhism commitment within family, and family support. Working factor; workload, job promotion, job ambiguity, colleague and boss support. Urban-society factor; neighbor relationship, residential environment. All independent factors have an influence on dependent factor, consisting of two variables, one of which is self-perception on life crisis; stress, coping oriented emotion, and adaptation. The other is impact on individual life crisis; loss of self-esteem, impact on work, and domestic violence. According to this, the hypothesized midlife crisis causal model was consistent with opinions of married Thai women working in all 3 sample groups. This causal model could explain variance in midlife crisis of married Thai women working in government sector, state- enterprise sector, private sector and total groups at 95%, 84%, 80% and 89 % respectively. In addition, causal model was consistent with opinion of married The women working in total groups at the better criteria level with values of chi-square 1393.15, p-value = 0.00, df = 54, GFI = 0.90, AGFI = 0.68, CFI = 0.95, RMR = 0.15 and RMSEA = 0.13

บทคัดย่องานวิจัยฉบับที่ 108 เรื่อง

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงเหตุและดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

โดย อ.ดร.อังศินันท์ อินทรกำแหง รศ.ดร.อรพินทร์ ชูชม และ รศ.อัจฉรา สุขารมณ์

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยสหสัมพันธ์ โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อ 1) วิเคราะห์ดัชนีวัดภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน 2) สร้างและพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ ของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรส และ 3) ศึกษาการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันระหว่างตัวแปรในแต่ละกลุ่มปัจจัยที่จะส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน กลุ่มตัวอย่าง 3 กลุ่มได้แก่ สตรีไทยสมรสซึ่งทำงานในหน่วยงานขนาดใหญ่ของภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ที่มีอายุ 35 - 55 ปี และมีบุตรอย่างน้อย 1 คนรวมจำนวน 1,375 คน จากหน่วยงานทั้งหมด 12 แห่ง ตัวแปรที่ศึกษาประกอบด้วย ตัวแปรแฝง 7 ตัว ตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัว เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามประมาณค่า 6 ระดับ รวม 244 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามอยู่ระหว่าง 0.7646 - 0.9531 และทำการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นด้วยโปรแกรม SPSS for windows v.11 และวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันและความสอดคล้องของโมเดลด้วยโปรแกรม Lisrel v.8.72 ผลการศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่าง 1) ปัจจัยด้านบุคคล (วัดจากตัวแปร บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และประสบการณ์สูญเสียในชีวิต) 2) ปัจจัยด้านครอบครัว (วัดจากตัวแปร ภาระต่อครอบครัว สัมพันธภาพกับคู่สมรส ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวและการสนับสนุนจากครอบครัว) 3) ปัจจัยด้านการทำงาน (วัดจากตัวแปร ภาระงาน ความก้าวหน้าในงาน ความคลุมเครือในงานและการสนับสนุนจากจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา) 4) ปัจจัยด้านสังคมเมือง (วัดจากตัวแปร สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย และสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน) พบว่า ปัจจัยทั้ง 4 ด้านนั้นมีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อตัวแปรตามคือ ภาวะวิกฤตชีวิตตามการรับรู้ของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน (วัดจากตัวแปร ความเครียด การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์และการปรับตัว) และพบว่า เมื่อเกิดภาวะวิกฤตจะส่งผลกระทบให้เกิด การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง ผลกระทบต่อการทำงานและ ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัวได้ ทั้งนี้จากการวิเคราะห์ความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตพบว่า รูปแบบตามสมมติฐานมีความสอดคล้องกับข้อมูลความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม โดยรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุนี้สามารถอธิบายเพื่อการทำนายค่าความแปรปรวน ของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน ที่ทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชน และกลุ่มรวมได้ร้อยละ 45, 84, 80 และ 89 ตามลำดับและรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม มีความสอดคล้องกับรูปแบบสมมุติฐานอยู่ในเกณฑ์ปานกลางโดยพิจารณาจากดัชนีวัดความพอดี คือ ไค-สแคร์ = 1393.15, p-value = 0.00, df = 54, GFI = 0.90, AGFI = 0.68, CFI=0.95, RMR = 0.15 และ RMSEA = 0.13

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหาการวิจัย

สภาพแวดล้อมทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงตามระบบทุนนิยมยุคโลกาภิวัตน์ ที่เน้นความสำคัญทางเศรษฐกิจและการเงินส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตทั้งในด้านการทำงาน ครอบครัว และสังคม ทำให้บุคคล สังคมเริ่มอ่อนแอลงอย่างต่อเนื่อง จะเห็นผลกระทบได้จากปัญหาทางกายจากอัตราการป่วยด้วยโรคที่มีสาเหตุมาจากพฤติกรรมการดำเนินชีวิตและการทำงานที่ไม่สมดุลเพิ่มมากขึ้น เช่น โรคหลอดเลือด โรคหัวใจ เบาหวาน โรคจิตประสาทวิตกกังวล รวมทั้งอุบัติเหตุ เป็นต้น จากสถิติ 10 อันดับโรคที่เป็นสาเหตุการตายของสตรีไทย ในปี2542 คือ โรคหลอดเลือดสมอง(Stroke) เอดส์ เบาหวาน หัวใจขาดเลือด มะเร็งตับ โรคติดเชื้อระบบหายใจส่วนล่าง อุบัติเหตุ โรคถุงลมโป่งพอง วัณโรค และโรคไต คิดเป็นร้อยละ 14, 10, 7, 5, 5, 3, 3, 3, 3, และ2 ตามลำดับ โรคหลอดเลือดสมองสาเหตุสำคัญมาจากปัญหาทางจิตและความเครียด (กรมสุขภาพจิต,2549) นอกจากนี้ยังพบปัญหาครอบครัวแตกแยก บุตรขาดความอบอุ่น ที่มีสาเหตุจากความไม่สมดุลของเวลาที่มีคุณภาพที่ใช้ไปกับการทำงานและครอบครัว ล้วนเป็นปัญหาสำคัญยิ่งที่นำไปสู่ภาวะวิกฤตของชีวิตที่ต้องเผชิญอยู่ตลอดในชีวิตประจำวัน หากบุคคลใดไม่สามารถเผชิญและจัดการกับปัญหาวิกฤตชีวิตเหล่านี้ได้ อาจจะส่งผลต่อภาวะสุขภาพร่างกายและจิตใจ เป็นปัญหาลูกโซ่กระทบต่อครอบครัว บุตรหลานและผู้ที่เกี่ยวข้องทำให้ขาดความสุขมีชีวิตและสังคมที่เครียด จะเห็นได้จากสถิติแนวโน้มของบุคคล ครอบครัวและสังคมที่อยู่ร่วมกันมีภาวะเครียดมักใช้อารมณ์และวิธีรุนแรงในการจัดการแก้ปัญหาจึงเป็นสัญญาณทางพฤติกรรมที่บ่งบอกถึงบุคคลมีภาวะวิกฤตทางอารมณ์เพิ่มมากขึ้น อันเนื่องมาจากหลายปัจจัยพบว่าปัจจัยในระดับมหภาค ขนาดครอบครัวลดลง จากสถิติในปี พ.ศ. 2533 , 2543 และ 2545 คิดเป็น 4.4 , 3.9 และ 3.5 คนต่อครัวเรือน ตามลำดับ มีการหย่าร้างสูงขึ้นจาก 4.65 คู่ต่อ 1,000 ครัวเรือนในปี 2539 เป็น 5.93 คู่ต่อ 1,000 ครัวเรือนในปี 2544 มีจำนวนสตรีเป็นหัวหน้าครัวเรือนเพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ. 2533 คิดเป็น ร้อยละ 19.4 และใน ปี 2543 เพิ่มขึ้นคิดเป็น 26.2 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2546) และจากการศึกษากลุ่มผู้ใช้บริการปรึกษาปัญหาสุขภาพจิตทางโทรศัพท์นอกเวลาราชการ ซึ่ง วัชราภรณ์ อุทโยภาสและคณะ (2547: 135-140) พบว่าผู้ใช้บริการจำนวน 164 คนเป็นหญิงส่วนใหญ่ร้อยละ 68.9 จบการศึกษาระดับปริญญาตรี 42.1 ปัญหาที่ขอรับบริการส่วนใหญ่เป็นปัญหาครอบครัว ร้อยละ 22.0 มีความผิดปกติทางจิต ร้อยละ 14 ความเครียดหรือวิตกกังวล ร้อยละ 12.8 และมีอาการทางประสาท ร้อยละ 12.2 ปัจจุบันสตรีมีบทบาทในสังคมมากขึ้นโดยเฉพาะบทบาทในครอบครัว นอกจากมีหน้าที่ความ

รับผิดชอบตามบทบาทเดิมในการเลี้ยงดูบุตร ดูแลทำงานบ้าน และแนวโน้มจำนวนสตรีทำงานนอกบ้านจะรับบทบาทหน้าที่การงานเท่าเทียมผู้ชายรวมถึงการเป็นหัวหน้างานมากขึ้น จากสถิติสำรวจในเดือนมิถุนายน พ.ศ. 2547 พบว่ามีประชากรไทยวัยทำงานที่อายุ 15 ปีขึ้นไป จำนวน 49.41 ล้านคน เป็นชายหญิงใกล้เคียงกัน ที่ทำงานนอกบ้านถึงร้อยละ 71 และอีกร้อยละ 29 เป็นผู้ทำงานในบ้าน กำลังเรียนหนังสือ และว่างงาน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2546) โดยเฉพาะในกลุ่มสตรีวัยกลางคนช่วงอายุ 35-55 ปี เป็นกำลังสำคัญของสังคมที่ต้องมีภาระหนักในการดูแลบุตรช่วงวัยรุ่น หน้าที่การงานเริ่มมีบทบาทเป็นผู้นำผู้บริหารและทำงานเพื่อสังคมประกอบกับสรีระร่างกาย ฮอร์โมนเพศเริ่มร่วงโรย จึงทำให้รับความกดดันทั้งภายในร่างกายตนเอง และภายนอกจึงเป็นปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดความเครียดได้ง่าย ซึ่งถือเป็นภาวะวิกฤตในการดำเนินชีวิต ซึ่งภาวะวิกฤตนี้เป็นสถานการณ์ที่บุคคลประเมินว่าเป็นภาวะอันตรายคุกคามต่อความสุขสบายในการดำเนินชีวิต (ทิพย์สุดา จันทร์แจ่มหล้า, 2544: 12 อ้างอิงจาก Thoits, 1995: 53 – 79; Jacobson, 1986: 250 – 264) ทั้งนี้ระดับภาวะวิกฤตยังขึ้นอยู่กับการรับรู้เฉพาะบุคคลต่อความรุนแรงของปัญหา ดังนั้นเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับภาวะวิกฤตจะเกิดการเปลี่ยนแปลงด้านกระบวนการทางความคิด เช่น การรับรู้ ความจำ การวางแผน การแก้ปัญหา ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงด้านอารมณ์ที่เรียกว่าวิกฤตทางอารมณ์ ทำให้การคิดตัดสินใจผิดพลาดได้ง่าย

ภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นจากการดำเนินชีวิตในสภาพแวดล้อมของการทำงาน อาจทำให้เกิดความตึงเครียดขึ้นได้ เช่น สภาพแวดล้อมการทำงานที่ไม่เหมาะสม งานซ้ำซากจำเจ งานหนักเกินไป งานที่ต้องรับผิดชอบสูง การขาดโอกาสที่จะก้าวหน้าหรือมองไม่เห็นความสำเร็จจากการปฏิบัติหน้าที่การงาน (สิริพร เลียวกิติกุล, 2545: 1 อ้างอิงจาก ชินโอสถ หัสบำเรอ, 2531) ซึ่งการเผชิญปัญหาของแต่ละบุคคลย่อมแตกต่างกันไปตามบุคลิกลักษณะเฉพาะตัว อันเกิดจากการถ่ายทอดทางสังคมในครอบครัวในการอบรมเลี้ยงดู สถานภาพบริบททางสังคม เศรษฐกิจ การศึกษา ตลอดจนภาวะของสุขภาพกาย สุขภาพจิตและการมีประสบการณ์ที่เคยเผชิญกับความรุนแรงความสูญเสียที่ผ่านมาแตกต่างกัน ถ้าบุคคลใดมีพฤติกรรมการเผชิญปัญหาที่เกิดจากการทำงานไม่เหมาะสม ก็จะส่งผลให้มีความเครียดเกิดขึ้นจนก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางสรีรวิทยาและด้านจิตใจ ทำให้บุคคลนั้นมีแบบแผนการคิด การรับรู้ และพฤติกรรมที่ผิดปกติไป ย่อมพาไปสู่ความล้มเหลวในการทำงานได้ แต่ถ้าบุคคลใดสามารถที่จะจัดการกับปัญหาและความเครียดให้อยู่ในขอบเขตที่จำกัด สามารถที่จะปรับตัวแก้ไขปัญหาได้ ก็จะมีความรู้สึกว่าตนเองเป็นบุคคลที่ความสามารถ มีคุณค่า และมีความหวังย่อมนำไปสู่ความสำเร็จในการปฏิบัติงานและการดำเนินชีวิตอย่างปกติสุขได้ (สิริพร เลียวกิติกุล, 2545: 1 – 2)

นอกจากนี้ สตรียังต้องเผชิญกับสภาพปัญหาแวดล้อมทางสังคม พบได้จากปัญหาอาชญากรรมเกิดขึ้นตลอดเกี่ยวกับคดีอุกฉกรรจ์สะเทือนขวัญ คดีเกี่ยวกับชีวิต ร่างกาย ทรัพย์สิน มักเกิดขึ้นกับสตรีที่ทำงานนอกบ้านและเด็กเป็นเหยื่อเสมอ ที่มีทั้งการฆ่าตัวตายและถูกฆ่าตาย ถูกทารุณกรรม ถูกกดขี่ข่มขืน ล่อลวง ชิงทรัพย์ ได้รับเชื้อเอดส์ ทำให้ขาดความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตจากการใช้อำนาจหรืออารมณ์ ความไม่รับผิดชอบของฝ่ายชายหรือฝ่ายกระทำที่เป็นเหตุเกิดทั้งในบ้านและนอกบ้าน

นอกจากนี้สตรีทำงานนอกบ้านยังประสบกับปัญหาที่ไม่สามารถเปิดเผยต่อสังคม หรือที่เป็นคดีความดังการศึกษาของ นายแพทย์รณชัย คงสกนธ์ รองผู้อำนวยการโรงพยาบาลรามาธิบดี ในปี 2547 พบว่ากรณีศึกษาผู้ป่วยทางจิตในรายงานทางการแพทย์ 100 คน มีสตรีทำงานรวมทุกระดับ ถึงร้อยละ 92 เคยถูกคุกคามทางเพศ เคยถูกลวนลามถูกละเมิดสิทธิในที่สาธารณะ แม้กระทั่งบนรถโดยสารจากชายโรคจิต จึงไม่กล้าเปิดเผยเพราะกลัวเสียชื่อเสียงและผลกระทบส่งผลต่อสภาพจิตใจและหน้าที่การงานโดยตรง ประกอบกับค่านิยมไทยดั่งเดิม ผู้หญิงส่วนใหญ่มักนิ่งเฉยและยอมจำนนต่อเหตุการณ์และความรุนแรงที่เกิดขึ้น กลัวส่งผลเสียต่อตนเอง บุตรและครอบครัวจึงไม่ให้ความร่วมมือกับมาตรการการจัดการปัญหาเหล่านี้ และถูกคาดหวังจากสังคมให้มีพฤติกรรมต้องอดทน ห้ามแสดงออกเท่าเทียมชายนั้นล้วนเป็นปัญหาให้คุณภาพชีวิตในครอบครัวเสียไป และปัญหาวิกฤตของชีวิตเหล่านี้ไม่สามารถแก้ไขได้ทันที ดังงานวิจัยของเชค (Shek, 1996) พบว่า คุณภาพชีวิตครอบครัวเป็นตัวทำนายความสุขของคู่สมรส และความสัมพันธ์ในครอบครัวและคุณภาพการสมรสจะมีอิทธิพลสูงต่อการปรับตัวของคู่สมรสที่นำสู่ภาวะวิกฤตชีวิตในวัยกลางคนได้ ดังนั้นวิธีการที่ดีคือการป้องกันตั้งแต่ก่อนสมรสให้สตรีไทยมีบุคลิกภาพที่มั่นคง ยอมรับปัญหาของตนเอง สามารถประเมินปัญหาได้ และสร้างความเชื่ออำนาจในตนเอง มีภูมิคุ้มกัน กล้าที่จะเผชิญปัญหาและจัดการภาวะวิกฤตได้อย่างเหมาะสมกับแต่ละคนก็ทำให้เกิดความสมดุลในชีวิตมีคุณภาพชีวิตที่ดีเป็นทุนมนุษย์ที่เข็มแข็งของครอบครัวและสังคมต่อไป

ภาวะวิกฤต จึงเป็นภาวะชั่วคราวที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลรับรู้ว่ามีสิ่งคุกคามต่อตัวเขา ต่อภาพพจน์หรือเป้าหมายในชีวิต จากเหตุการณ์ สภาพแวดล้อมหรือเรื่องราวในชีวิตประจำวัน หรือเฉพาะช่วงในชีวิต ซึ่งขึ้นอยู่กับการรับรู้ของบุคคลนั้นว่าเป็นความรุนแรงคุกคามหรือเป็นสิ่งที่ท้าทายที่ต้องต่อสู้เพื่อความอยู่รอด ดังนั้นความสูญเสีย ความเปลี่ยนแปลงเหล่านี้อาจทำให้บุคคลนั้น เกิดการเปลี่ยนแปลงโดยที่วิธีการแก้ปัญหาในลักษณะเดิม ๆ ไม่เพียงพอที่จะลดความตึงเครียดนั้นได้ บุคคลจึงเกิดความเสียสมดุลไป (Disequilibrium) และ ณ จุดนี้จึงเรียกว่า วิกฤตทางอารมณ์ (Emotional crisis) และถ้าหากปกปิดปัญหาไว้กับตนเอง จะทำให้เก็บกดและลุกลามเป็นความเชื่อที่ผิด ๆ อาจจะตัดสินใจที่ผิดพลาดถึงแก่ชีวิต ทรัพย์สินของตนเองและสร้างความรุนแรง ระบายอารมณ์ต่อบุตร ครอบครัว และศักยภาพในการทำงานถดถอยลงได้

คณะวิจัย จึงเห็นความสำคัญเป็นอย่างยิ่งที่จะศึกษาวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤต และค้นหาดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีสมรสไทยที่ทำงานนอกบ้าน ตามการรับรู้ของตนเองนั้น มีองค์ประกอบใดบ้าง เพื่อตรวจสอบใช้เป็นสัญญาณของการรับรู้ภาวะทางจิต และสภาพแวดล้อมที่จะเป็นอันตรายหรือบันทอนคุณภาพชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน เพื่อเป็นแนวทางในการป้องกันมิให้เกิดวิกฤตชีวิตหรือถ้าเกิดขึ้นก็สามารถจัดการความกดดันความเครียดเหล่านี้ได้อย่างสมดุล พร้อมทั้งสร้างภูมิคุ้มกันให้กับสตรีสมรสที่ทำงานนอกบ้าน มีพลังใจที่จะเป็นกำลังที่เข้มแข็งให้กับคู่สมรสและบุตร รวมทั้งสังคมไทยต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิต ของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน
2. วิเคราะห์ดัชนีวัดภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน ตามการรับรู้ของตนเอง
3. สร้างและพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านในกลุ่มภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชนและกลุ่มรวม
4. ศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในกลุ่มปัจจัยด้านบุคคล ด้านสังคมเมือง กับตัวแปรในกลุ่มปัจจัยด้านครอบครัวและด้านการทำงานที่ส่งผลต่อภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสในกลุ่มรวม
5. ศึกษาผลกระทบของวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน และค้นหาแนวทางในการป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ดัชนีวัดถึงภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน ซึ่งสตรีไทยและบุคคลหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องด้านจิตวิทยาและการพัฒนามนุษย์จะได้ใช้เป็นเครื่องมือในการสำรวจการรับรู้เพื่อรับรู้ถึงสัญญาณที่เป็นปัจจัยเสี่ยง และสภาพแวดล้อมที่จะเป็นอันตรายต่อชีวิต หรือบันทอนคุณภาพชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านได้
2. ได้รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน เพื่อใช้ในการค้นหาสาเหตุสำคัญของปัญหาและหาทางแก้ไขได้ตรงกับสาเหตุของปัญหานั้น
3. ได้แนวทางในการป้องกันไปปรับใช้ในการจัดการกับปัญหาชีวิต เพื่อไม่ให้เกิดวิกฤตขึ้นกับชีวิตตนเองได้ ของสตรีไทยก่อนแต่งงานและหลังสมรสที่ทำงานนอกบ้าน

หน่วยงานที่นำผลการวิจัยไปใช้ได้

สถาบันการศึกษา สถาบันครอบครัว กรมสุขภาพจิต สำนักงานกิจการสตรีและครอบครัว กระทรวงความมั่นคงและพัฒนาทรัพยากรมนุษย์และฝ่ายทรัพยากรมนุษย์ของหน่วยงานต่าง ๆ

ขอบเขตการวิจัย

เป็นการวิจัยสหสัมพันธ์

ประชากรได้แก่ สตรีไทยแต่งงานแล้วที่มีอายุระหว่าง 35-55 ปีและทำงานนอกบ้านในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยเลือกประชากรแบบเจาะจงด้วยเหตุผลหน่วยงานในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลเป็นกลุ่มที่อยู่ในสภาพแวดล้อมสังคมเมืองที่มีสิ่งเร้าหรือได้รับสิ่งกระตุ้นให้เกิดภาวะวิกฤตในชีวิตได้ง่ายจากสภาพชีวิตความเป็นอยู่

กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ สตรีไทยที่แต่งงานแล้ว อายุ 35-55 ปี มีบุตรอย่างน้อย 1 คน และทำงานนอกบ้าน โดยเจาะจงจากหน่วยงานขนาดใหญ่ภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน รวม 12 แห่ง เป็นจำนวนทั้งสิ้น 1,375 คน ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย 2 กลุ่มใหญ่ คือ

กลุ่มที่หนึ่ง ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านตามสมมุติฐาน กับข้อมูลความคิดเห็นที่เก็บรวบรวมจากแบบสอบถามซึ่งเป็นข้อมูลเชิงปริมาณ รวม 1,375 คน และทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมลิสเรล

กลุ่มที่สอง เป็นสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ประสบความสำเร็จทั้งครอบครัวและและเคยผ่านประสบการณ์วิกฤตชีวิตมา รวมจำนวน 8 คน ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างสำหรับการสนทนากลุ่มเพื่อค้นหาแนวทางการเผชิญและแก้ปัญหาภาวะวิกฤตได้อย่างมีคุณภาพ พร้อมเป็นข้อมูลประกอบการจัดทำคู่มือแนวทางการเผชิญ และแก้ปัญหาภาวะวิกฤตต่อไป

คณะผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการกำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้กฎที่ว่าอัตราส่วนระหว่างหน่วยตัวอย่างและจำนวนพารามิเตอร์หรือตัวแปรควรจะเป็น 20 ต่อ 1 (Linderman, Merenda, & Gold, 1980:163 ; Weiss,1972 ;อ้างใน นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2542:54) ในการวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรวัดได้ที่ใช้ในการวิจัยรวมจำนวน 18 ตัวแปร จึงประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างตามข้อกำหนดนี้ได้ 360 คน

นิยามปฏิบัติการ

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาวิจัยประกอบด้วย ตัวแปรแฝงภายในซึ่งเป็นตัวแปรตาม 2 กลุ่ม

1. การรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตของบุคคล หมายถึง สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านรับรู้ต่อสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตว่าเป็นสิ่งที่อันตราย คุกคามต่อตนเอง อาจเป็นการคุกคามทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ของบุคคล หรือต่อภาพพจน์หรือเป้าหมายในชีวิต ทำให้บุคคลนั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงในชีวิตและเมื่อใช้วิธีการแก้ปัญหาในลักษณะเดิมๆ ไม่ได้ผลเพียงพอ จึงทำให้เกิดภาวะเครียดและใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมและไม่สามารถปรับตัวได้ดี จึงทำให้ชีวิตของบุคคลนั้นเสียสมดุลไม่สามารถดำรงชีวิตที่เป็นปกติสุขได้ สามารถวัดได้จากการแสดงออกทางความรู้สึก อาการและพฤติกรรม ดังองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ

1.1 ความเครียด หมายถึง ความรู้สึกที่สตรี รับรู้ถึงความอึดอัด ความคับข้องใจ ไม่ได้ดังใจ ไม่สามารถตกลงใจหรือตัดสินเหตุการณ์ในขณะนั้นได้ จึงแสดงออกให้เห็นทางด้านร่างกายหรือทางอารมณ์ที่ไม่สมดุล โดยพัฒนาแบบสอบถาม จากแบบวัดของกรมสุขภาพจิตเกี่ยวกับเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์กรอนามัยโลก ฉบับภาษาไทย (2545) วณี เทศน์ธรรม (2541) ณัฐกานต์ ภาณุมาศ (2541) วันทนา เจริญรัตนโชติ(2541) ตรีชฎา พลอาสา (2544) และวราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์(2545) โดยนำแบบสอบถามมาปรับปรุงให้อยู่ในขอบเขตของเรื่องที่จะศึกษา มีมาตราวัด 6 ระดับจากไม่เป็นจริงมากที่สุด(1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีความเครียดมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

1.2 การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ หมายถึง ความสามารถของสตรีไทยสมรส ในการเผชิญกับปัญหาโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์และไม่มีการเปลี่ยนแปลงสถานการณ์จริงปรับกระบวนการคิดและใช้กลไกทางจิต แสดงออกด้วยการควบคุมอารมณ์ ทำจิตให้สงบรวมทั้งการระบายอารมณ์ออกมาทางการพูดและการกระทำ โดยวัดจากแบบสอบถามการเผชิญปัญหาที่พัฒนามาจาก ของ

ลาซารัสและโฟล์คแมน (Lazarus&Folkman,1984) ศิริพร เลียวกิตติกุล(2545) ชาตรี ลักษณะศิริ (2546) และฉัตรกมล ออกกิจวัตร(2546) มีมาตรวัด 6 ระดับจากไม่เป็นจริงมากที่สุด(1)ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีการเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ที่ไม่เหมาะสมมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

1.3 การปรับตัว หมายถึง การที่สตรีไทยสมรส สามารถปรับเปลี่ยนนิสัย วิธีการดำรงชีวิตของตนเองได้เพื่อให้สามารถมีชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุขในระดับที่แต่ละบุคคลต้องการ หรือถ้าการปรับตัวไม่เหมาะสมจะแสดงออกในลักษณะของการทำลายต่อต้านกฎระเบียบ หรือมีลักษณะของผู้ที่มีปัญหาสุขภาพจิตเสียไปโดยวัดจากแบบสอบถามการปรับตัวที่ คณะผู้วิจัยได้พัฒนา ขึ้นจากแนวคิดจิตวิทยาการปรับตัวของวราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545) และแบบสอบถามการปรับตัวของสตรีในชุมชนเมืองของพวงเพ็ญ ชุณหปราณ (2543) มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีการการปรับตัวที่ไม่เหมาะสมมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

2. ผลกระทบจากภาวะวิกฤต หมายถึง พฤติกรรมที่มีต่อครอบครัวและการทำงานของสตรีไทยสมรสที่เป็นผลกระทบมาจากที่สตรีไทยสมรสเกิดความเครียดและไม่สามารถเผชิญ และไม่สามารถปรับตัวให้ร่างกาย จิตใจและสังคมเกิดความสมดุลได้ดังเดิมจึงส่งผลต่อการสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเองและมีพฤติกรรมการแสดงออกในการทำงานและกับครอบครัวเปลี่ยนไปทั้งที่เป็นทางด้านบวกและด้านลบ โดยวัดจากองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ

2.1 การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง หมายถึง สตรีไทยสมรสรับรู้ว่าปัญหาที่ผ่านมาไม่สามารถเผชิญปัญหาและปรับตัวให้ผ่านไปได้ จึงเกิดความไม่พึงพอใจในตนเอง มีความรู้สึกที่ไม่ดีกับตนเอง และหมดกำลังในการเผชิญกับภารกิจต่าง ๆ ที่ทำอยู่ วัดจากแบบสอบถามที่พัฒนาขึ้นจากแนวคิดการปรับตัวอย่างมีความสุข ของ วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545) แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของกชกร ภัททกวงศ์ (2542)และสิตา เพียรพิจิตร (2542) และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต(2545) มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด(6)ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่าสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเองมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

2.2 ความรุนแรงต่อตนเองและผู้อื่น หมายถึง สตรีไทยสมรสกระทำหรือมีแนวโน้มกระทำการก้าวร้าวที่เป็นอันตรายต่อตนเองและผู้อื่นด้วยทางกายและทางวาจาโดยวัดจากแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองจากแบบตรวจวัดโรคซึมเศร้าในประชากรไทยของกรมสุขภาพจิต มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่า มีการกระทำความรุนแรงต่อตนเองและผู้อื่นมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

2.3 ผลกระทบต่อการทำงาน หมายถึงความสามารถในการทำงานของสตรีไทยสมรสลดลง ก่อให้เกิดการถดถอยในการทำงานและประสิทธิผลในการทำงานจึงลดต่ำลง อันเนื่องมาจากความเบื่อหน่าย ความอ่อนล้าของร่างกายและจิตใจ โดยวัดจากแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีการถดถอยในการทำงานมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

และประกอบด้วยตัวแปรแฝงภายนอกซึ่งเป็นตัวแปรต้น 4 กลุ่มตัวแปร ดังนี้

1. ปัจจัยด้านบุคคล หมายถึง คุณลักษณะทางจิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านที่มีผลให้เกิดการรับรู้ต่อสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตที่ผ่านมาว่ามีอันตรายคุกคามต่อตัวเขาโดยแต่ละคนรับรู้ความรุนแรงแตกต่างกัน ซึ่งวัดจากองค์ประกอบ 2 ด้าน คือ

1.1 บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว หมายถึง สตรีไทยสมรสที่มีลักษณะทางอารมณ์ที่อ่อนไหว คิดมาก จิตใจหดหู่ หงุดหงิดง่าย เจ้าอารมณ์ ชอบตามใจตนเอง ตื่นเต้นง่าย อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย มองโลกแง่ร้าย ขาดสมาธิ ชอบหวาดระแวง ไวต่อความรู้สึกต่าง ๆ ได้ง่าย ซึ่งมีผลต่อความสามารถในการเผชิญและปรับตัวให้สภาพร่างกาย จิตใจ อารมณ์อยู่ในสภาวะสมดุล โดยวัดจากแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแนวคิดทฤษฎีลักษณะนิสัยกับบุคลิกภาพ(Traits & Personality)ของ ไอย์เซนค์ (Eysenck, 1970) และแบบสอบถามบุคลิกภาพของ ประชุมพร บัวคลี่ (2544) ชลธิชา บุญเลี้ยง (2546) และ ประพิศ จันทร์พฤกษา (2537) มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่า มีบุคลิกภาพหวั่นไหว มากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

1.2 ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต หมายถึง สตรีไทยสมรสรับรู้ต่อเหตุการณ์ร้ายที่เกิดขึ้นจริงว่าเป็นภัยคุกคามต่อตัวเขา และเมื่อระลึกถึงเรื่องราวหรือเหตุการณ์ในอดีตนั้นจะมีผลให้สตรีไทยสมรส ยังคงมีความรู้สึกหวาดกลัวและวิตกกังวลอยู่ โดยวัดจากแบบสอบถามที่คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเองจากแนวคิดและการสัมภาษณ์ข้อมูลเบื้องต้นจากผู้ทรงคุณวุฒิ แบบสอบถามประสบการณ์สูญเสียในชีวิต เป็นมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ารับรู้ต่อประสบการณ์สูญเสียในชีวิตและรู้สึกยังมีผลคุกคามต่อตนเองมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

2. ปัจจัยด้านครอบครัว หมายถึง สตรีไทยสมรสรับรู้ถึงการกระทำใดของสมาชิกในครอบครัวที่มีผลกระทบต่ออารมณ์ความรู้สึก ถึงความรักความผูกพัน ที่ตนเองได้รับและรวมถึงหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติ เพื่อเป็นประโยชน์สูงสุดแก่สมาชิกในครอบครัว ซึ่งสามารถวัดได้จากองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ

2.1 ภาระต่อครอบครัว หมายถึง การที่สตรีไทยสมรส รับรู้ว่าต้องรับผิดชอบต่อบุคคลในครอบครัวรวมถึงรับผิดชอบต่อภาระงานบ้านว่ามีมากน้อยเพียงใด โดยพัฒนาแบบสอบถามภาระความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว จากแบบสอบถามของณัฐสุดา สุจินันท์กุล(2541) โดยการศึกษาครั้งนี้ได้นำแบบสอบถามมาปรับปรุงและพัฒนาให้อยู่ในขอบเขตของเรื่องที่จะศึกษา แบบสอบถามภาระความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว เป็นมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่า มีภาระต่อครอบครัว มากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

2.2 สัมพันธภาพกับคู่สมรส หมายถึง ความรู้สึกของสตรีไทยสมรสที่มีต่อคู่สมรส ว่าเป็นความผูกพันสนิทสนม มีความรักต่อกัน รู้สึกอบอุ่นเมื่ออยู่ใกล้ชิด ความห่วงใย เอาใจใส่ซึ่งกันและกัน แบบสอบถามสัมพันธภาพกับคู่สมรส ได้ปรับใช้จาก แบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส ของ ดวงเดือน พันธุมนาวินและคณะ(2536) งามตา วนินทานนท์ (2545) และพิมพ์ใจ ไมตรีเปรม (2543) แบบสอบถามเป็นมาตราวัด 6 ระดับ จากสัมพันธภาพกับคู่สมรส น้อยที่สุด (1)ไปถึงสัมพันธภาพกับคู่สมรสมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่า มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

2.3 การสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว หมายถึง การรับรู้ของสตรีไทยสมรส เกี่ยวกับการได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือจากสมาชิกในครอบครัวซึ่งรวมถึงญาติพี่น้องทั้งหมด ทั้งในด้านจิตใจอารมณ์ ข้อมูลข่าวสารและด้านวัตถุ เช่น การให้กำลังใจ ทุนทรัพย์ และการสนับสนุนให้ข้อมูลให้การช่วยเหลือในการแก้ปัญหาและการตัดสินใจต่างๆ แบบสอบถามการได้รับการสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว ได้พัฒนามาจากแบบสอบถามของ นวลฉวี ประเสริฐสุข (2542) มีมาตราวัด 6 ระดับ จากมีการสนับสนุนน้อยที่สุด (1)ไปถึงมีการสนับสนุนมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่าได้รับการสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว มากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

2.4 ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว หมายถึง การกระทำของสตรีไทยสมรสเกี่ยวกับการใช้ชีวิตร่วมกันกับคู่สมรสโดยยึดหลักคุณความดีทางศาสนาในการครองเรือน รวมทั้งการไปเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาร่วมกันในครอบครัว แบบสอบถามความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว พัฒนาจากแบบสอบถามของ งามตา วนินทานนท์(2545) เป็นมาตราวัด 6 ระดับ จากมีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว น้อยที่สุด(1)ไปถึงมีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวมากที่สุด(6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ามีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

3. ปัจจัยด้านการทำงาน หมายถึง การที่สตรีไทยรับรู้ต่อสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงในการทำงาน และสิ่งแวดล้อมในการทำงานที่มีอยู่เดิมว่าเป็นสิ่งที่คุกคามต่อ ร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ของเขา รู้สึกเกิดความกดดัน ทำให้ไม่มีความสุขในการทำงาน หรือเป็นสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมในการทำงานที่สนับสนุนเอื้อให้สตรีสามารถทำงานได้อย่างเป็นปกติสุข ซึ่งวัดจากองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ

3.1 ภาระงาน หมายถึง การรับรู้ของสตรีไทยสมรส เกี่ยวกับงานที่ต้องทำนั้นต้องใช้ความรวดเร็ว ใช้ความพยายามสูงยากลำบากเกินไป หนักเกินไป หรือต้องใช้สมาธิ ความรับผิดชอบสูงและมีปริมาณงานมากเกินศักยภาพที่มีอยู่ โดยวัดจากแบบสอบถาม ภาระงาน ที่พัฒนาขึ้นจากแบบสอบถามของ ธีรพร ศรประสิทธ์ (2544) ฉัตรกมล ออกกิจวัตร (2546) ภัทราภรณ์ สุกาญจนาภรณ์ (2546) และกฤติกา วงศ์นคร (2546) เป็นมาตราวัด 6 ระดับ จากมีภาระงานน้อยที่สุด(1)ไปถึงมีภาระงาน มากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ามีภาระงานมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

3.2 ความก้าวหน้าในงาน หมายถึง การรับรู้ของสตรีไทยสมรส เกี่ยวกับความรู้สึกว่ามีความหวังมีเส้นทางความก้าวหน้าที่ชัดเจนมีโอกาสได้เลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง เลื่อนเงินเดือน เพิ่มพูนคุณวุฒิ ได้รับการพัฒนาความรู้ความสามารถ และได้รับผลตอบแทนสวัสดิการต่างๆจนรู้สึกว่ามั่นคงในการทำงาน โดยวัดจากแบบสอบถาม การรับรู้ถึงความก้าวหน้าในงานที่พัฒนาขึ้นจากแบบสอบถามคุณภาพชีวิตการทำงาน ของ ณัฐวุฒิ สุนทราณู(2545) กฤติกา วงศ์นคร (2546)และประพันธ์ แฟ้มคลองขอม (2542) เป็นมาตราวัด 6 ระดับจากมีความก้าวหน้าในงานน้อยที่สุด (1)ไปถึงมีความก้าวหน้าในงานมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ามีความก้าวหน้าในงานมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

3.3 ความคลุมเครือในงาน ได้แก่ สภาวะที่สตรีไทยสมรส รู้สึกว่าตนเองขาดความเข้าใจที่ชัดเจนในระบบการทำงาน มีค่านิยมในการทำงานที่ไม่ตรงกับค่านิยมร่วมของหน่วยงาน จึงทำให้รู้สึกอึดอัด ไม่มีความสุขในการทำงาน การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับงานไม่ชัดเจนโดยวัดได้จากความ

ชัดเจนของนโยบาย โครงสร้างการบังคับบัญชา เป้าหมายวิสัยทัศน์ที่ไม่ชัดเจนหรือเกินความสามารถของคนในองค์กร ความรับผิดชอบของงานไม่ชัดเจน ขาดความยุติธรรมในการปฏิบัติงานและความขัดแย้งในงาน โดยคณะผู้วิจัยพัฒนาแบบสอบถามขึ้นจากแบบสอบถามของ ปาริชาติ ตันติวัฒน์ (2538) ธารารัตน์ ชิ้นทอง (2542) และถนิมกาญจน์ พิพัฒนโยธะพงศ์ (2544) เป็นมาตราวัด 6 ระดับ จากมีความคลุมเครือในงาน น้อยที่สุด (1)ไปถึงมีการรับรู้ถึงความคลุมเครือในงาน มากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ามีการรับรู้ถึงความคลุมเครือในงาน มากกว่าผู้ได้รับคะแนนน้อยกว่า

3.4 การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา หมายถึง การที่สตรีไทยสมรสรับรู้ถึงความช่วยเหลือในการปฏิบัติงานด้านต่างๆ เช่น ด้านจิตใจอารมณ์และสังคม ด้านวัตถุและด้านข้อมูลข่าวสารจากหัวหน้างานและเพื่อนร่วมงาน แบบสอบถามได้มาจาก จารุพร แสงเป่า (2542) ฉัตรกมล ออกกิจวัตร (2546) ภัทราภรณ์ สุกาญจนาภรณ์ (2546) และ พิณทิพย์ สีนุ้ย (2545) โดยการศึกษาครั้งนี้ได้นำแบบสอบถามมาปรับปรุงและพัฒนาให้อยู่ในขอบเขตของเรื่องแบบสอบถาม เป็นมาตรวัด 6 ระดับ จากได้รับการสนับสนุนน้อยที่สุด(1)ไปถึงได้รับการสนับสนุนมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่าได้รับการสนับสนุนมากกว่าผู้ได้รับคะแนนน้อยกว่า

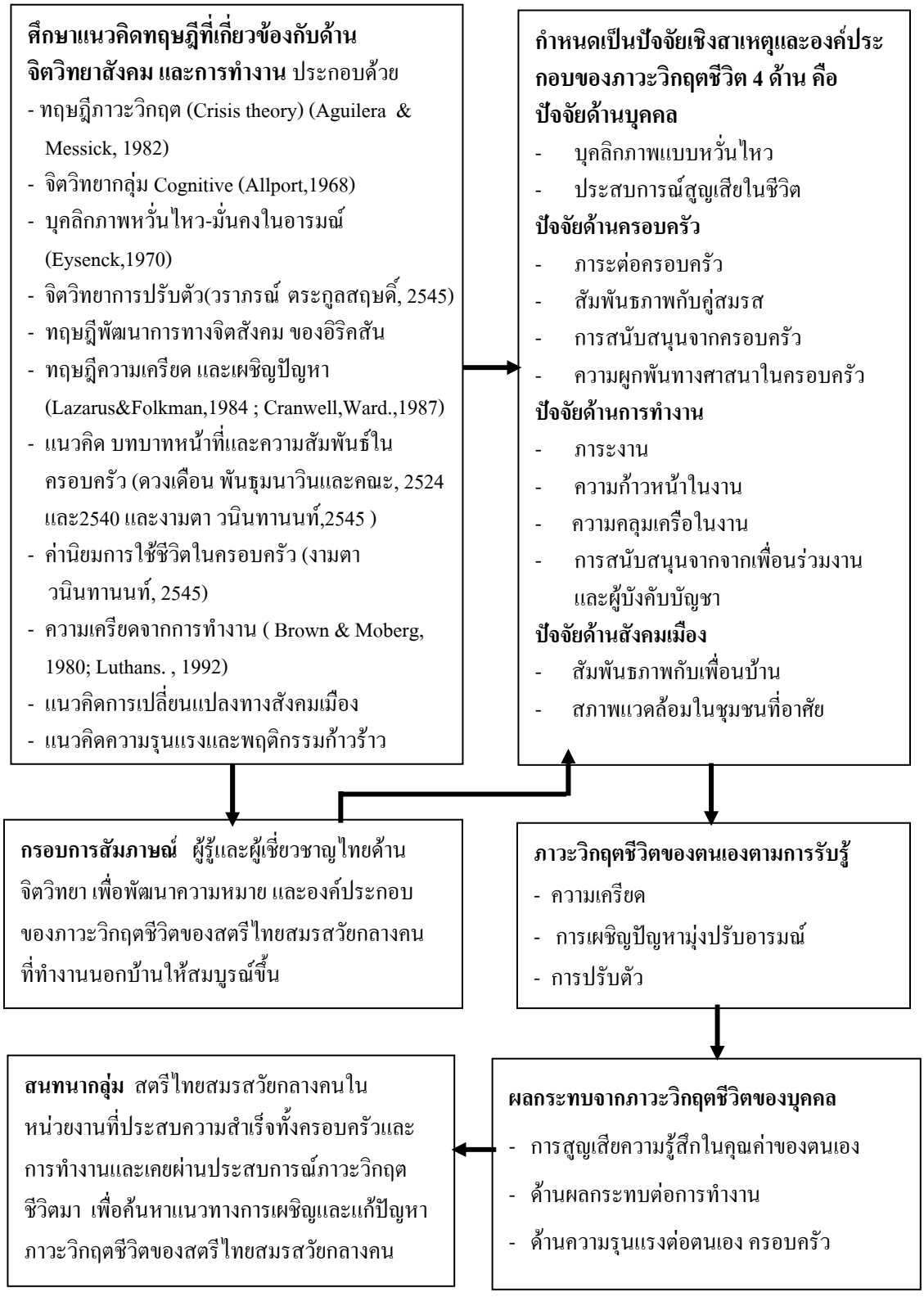
4. ปัจจัยด้านสังคมเมือง หมายถึง สตรีไทยสมรสรับรู้ถึงสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคมเมืองว่าเป็นภัยคุกคามต่อตัวเขาจนเป็นเหตุให้เกิดความเครียดที่ไม่สามารถเผชิญและปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมหรือสถานการณ์ดังกล่าวได้อย่างปกติสุข ซึ่งสามารถวัดได้จากองค์ประกอบ 2 ด้านคือ

4.1 สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัย หมายถึง สตรีไทยสมรสรับรู้ว่าเขตชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่ มีปัญหาขาดที่พักผ่อนหย่อนใจ มีมลภาวะที่มีผลต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจของบุคคล ไม่มีความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของตนเอง รวมถึงปัญหาการคมนาคม สิ่งแวดล้อมแออัด และมลภาวะที่มีผลต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจของบุคคล โดยวัดจากแบบสอบถามที่คณะวิจัยพัฒนาขึ้นเองจากแนวคิดของการเปลี่ยนแปลงสังคมเมือง สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย เป็นมาตรวัด 6 ระดับ จากสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัยที่น่าอยู่น้อยที่สุด (1)ไปถึงมีสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัยที่น่าอยู่ มากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ารับรู้ว่าสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัยน่าอยู่มากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

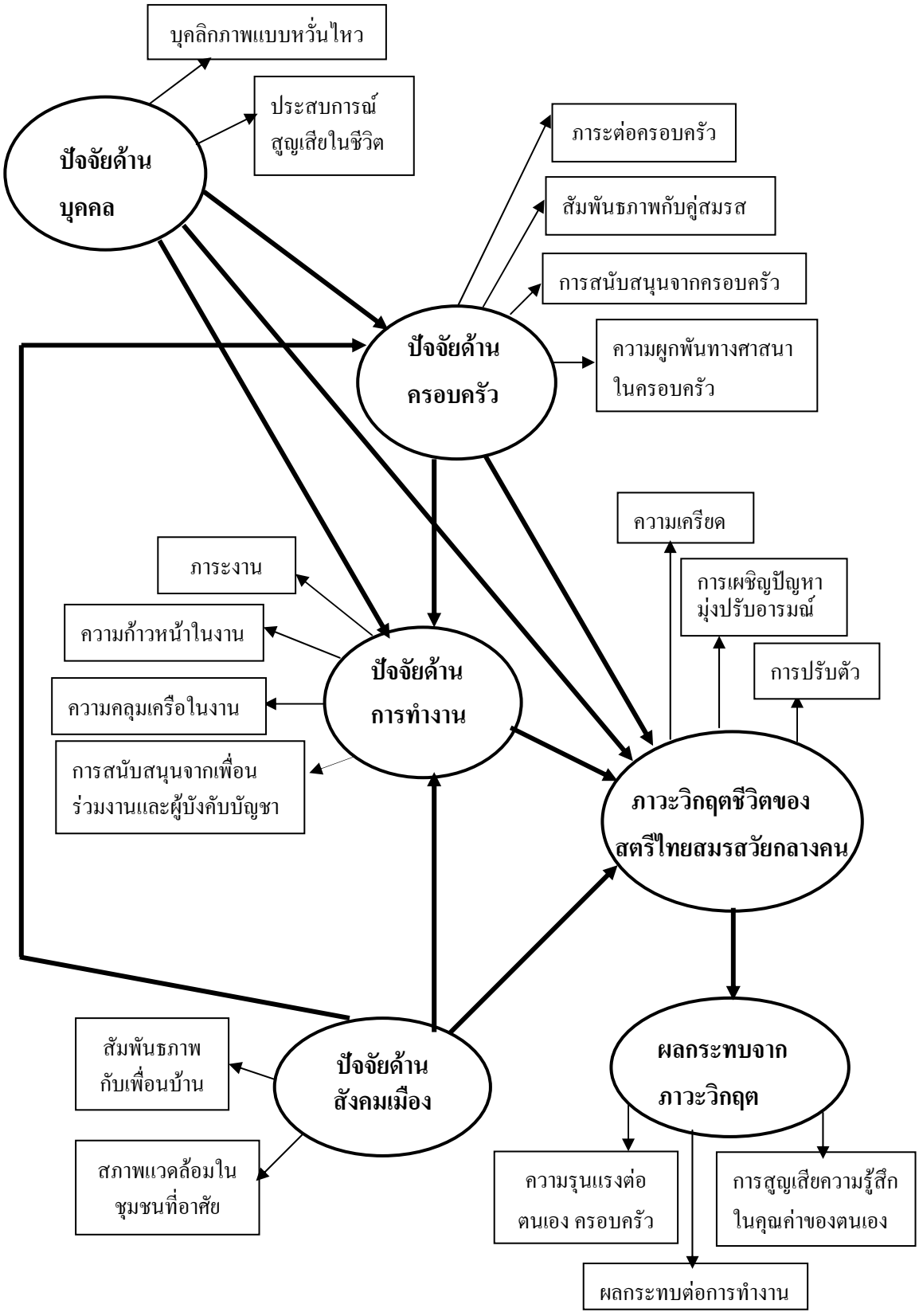
4.2 สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน หมายถึง การที่สตรีไทยสมรสรับรู้ถึงสภาพการดำเนินชีวิตความเป็นอยู่ และความสัมพันธ์ของเพื่อนบ้านในสังคมเมืองที่ขาดความเอื้ออาทรต่อกัน ขัดแย้งกันได้ง่ายหรือขาดจริยธรรมในสังคม จนอาจเป็นเหตุให้บุคคลรับรู้ว่าเป็นภัยคุกคามต่อชีวิตความเป็นอยู่ทำให้ขาดความสงบสุข โดยวัดจากแบบสอบถามที่คณะวิจัยได้สร้างขึ้นเองจากแนวคิดสัมพันธภาพของคนในสังคมเมือง และแบบสอบถามของ ปภัสสร กิมสุวรรณวงศ์ (2546) เป็นมาตรวัด 6 ระดับ จากมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านที่ดีน้อยที่สุด (1) ไปถึงมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านที่ดีมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ารับรู้ว่ามีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านที่ดีมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า

จากการศึกษาครั้งนี้ คณะวิจัยได้ทำการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเพื่อกำหนดเป็นตัวแปรที่ศึกษาและขอบเขตการศึกษาได้ดังแสดงไว้ในภาพประกอบ 1 ดังนี้

แนวคิดทฤษฎีที่ใช้เป็นกรอบในกำหนดตัวแปรและการวิจัย สามารถสรุปได้ดังภาพประกอบ 1



ภาพประกอบ 1 แสดงที่มาของกรอบแนวคิดทฤษฎีและการดำเนินการวิจัย



ภาพประกอบ 2 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านตามสมมติฐาน

สมมติฐานการวิจัย

1. ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน ปัจจัยด้านสังคมเมืองมีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชนและกลุ่มรวม

2. ความเครียด การเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์ และการปรับตัว เป็นดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านได้

3. รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิต ของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนตามสมมติฐานมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ที่ได้จากกลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ กลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ กลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน และกลุ่มรวม

4. สตรีไทยสมรสที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมากและมีภาระต่อครอบครัวมาก จะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและมีภาระต่อครอบครัวน้อย

5. สตรีไทยสมรสที่มีสมาชิกในครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก และมีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีสมาชิกในครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและมีการสนับสนุนจากครอบครัวมาก

6. สตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยและมีการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีการสนับสนุนจากครอบครัวมากและมีการสนันสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชามาก

7. สตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวน้อยและมีความคลุมเครือในงานมาก จะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวมากและมีความคลุมเครือในงานน้อย

8. สตรีไทยสมรสที่มีระยะเวลาน้อยที่อาศัยอยู่กับสามี มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสน้อย และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามีมาก มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสมาก และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านมาก

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นในชีวิตตามการรับรู้ของสตรีไทยสมรสในช่วงวัยกลางคนที่มีอายุระหว่าง 35–55 ปี ทำงานในหน่วยงานทั้งภาครัฐ วิสาหกิจ และเอกชนในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ซึ่งเป็นสังคมเมืองที่มีสภาพแวดล้อมที่ต้องเร่งรีบและแข่งขัน จึงมีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดวิกฤตของบุคคลสูง ดังนั้นในการกำหนดกรอบแนวคิดและแนวทางการดำเนินการวิจัย คณะวิจัยจึงได้ทำการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องไว้ดังนี้

ตอนที่ 1 ภาวะวิกฤตชีวิตของบุคคลตามการรับรู้และผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิต

ตอนที่ 2 ปัจจัยด้านบุคคล ที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 3 ปัจจัยด้านครอบครัวที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 4 ปัจจัยด้านการทำงานที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 5 ปัจจัยด้านสังคมเมืองที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 1 ภาวะวิกฤตชีวิตของบุคคลตามการรับรู้และผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิต

ภาวะวิกฤตเป็นสภาวะที่เกิดขึ้นได้ทั้งในระบบใหญ่ และระบบย่อยในสังคมที่รวมถึงสังคมประเทศ เศรษฐกิจ การเมือง ชุมชน องค์กร ครอบครัวและบุคคล ในงานวิจัยครั้งนี้ให้ความสำคัญกับการศึกษาวิกฤตที่เกิดขึ้นในระดับบุคคลตามการรับรู้ของแต่ละคน ที่มีระดับของการรับรู้ถึงความรุนแรงแตกต่างกันขึ้นอยู่กับหลายปัจจัยทั้งตัวสถานการณ์ที่เป็นสิ่งเร้าหรือสิ่งกระตุ้น และตัวบุคคลที่จะรับรู้ในทางบวกหรือทางลบ รวมถึงความสามารถของบุคคลในการเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันทั้งในสถานการณ์ที่ใกล้ตัว และสถานการณ์ไกลตัวและความสามารถในการปรับตัวให้สภาวะทางจิตนั้นกลับมาสมดุลได้ดีดังเดิม ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีทางจิตวิทยา ดังนี้

1. ภาวะวิกฤตชีวิตของบุคคลตามการรับรู้

ทฤษฎีภาวะวิกฤต (Crisis theory)

ความเข้าใจของทฤษฎีภาวะวิกฤต เป็นความเข้าใจว่าตนเองนั้นกำลังอยู่ในส ถานการณ์และช่วงเวลาที่หนักที่ยากจะผ่านพ้นไปได้จนต้องการขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นและไม่แน่ใจว่าจะต้องทำอย่างไรถึงจะผ่านพ้นปัญหาไปได้ แต่บางคนอาจจะผ่านพ้นไปได้ง่ายโดยการหาทางออกให้กับตนเองได้ โดยการพูดขอความช่วยเหลือหรือการกระทำด้วยตนเอง แต่ผลของการเผชิญและการแก้ปัญหานั้น

จะหมดไปอย่างยั่งยืนหรือยังคงซ่อนเร้นอยู่ หรือพัฒนาไปเป็นปัญหาที่ซับซ้อนยากต่อการแก้ไขต่อไป อาจเป็นไปได้เพราะขึ้นอยู่กับหลายปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นในชีวิตของบุคคลนั้นๆ จึงมีนักวิชาการและนักจิตวิทยาได้ให้ความหมายและความสำคัญกับภาวะวิกฤตไว้ดังนี้

ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ปี 2533 ให้ความหมายว่า วิกฤต หมายถึง เวลาหรือเหตุการณ์ขั้นอันตรายที่อยู่ในระหว่างหัวเลี้ยวหัวต่อขั้นแตกหักจะไปทางดีหรือทางร้ายก็ได้

ส่วนพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ปี2542 ได้ให้ความหมายคำ 4 คำ ดังนี้

การรับรู้ หมายถึง ยืนยันว่ารู้ รับว่ารู้

ภาวะ หมายถึง ความมี ความเป็นอยู่ ความปรากฏ

วิกฤต หมายถึง อยู่ในขั้นล่อแหลมอันตราย

ชีวิต หมายถึง ความเป็นอยู่

เมื่อนำ 4 คำดังกล่าวมารวมกัน ภาวะวิกฤตชีวิตตามการรับรู้ จึงหมายถึง การที่บุคคลรับรู้ว่าอยู่ในช่วงเวลาที่มีเหตุการณ์เกิดขึ้นกับความเป็นอยู่ในชีวิตที่อยู่ในขั้นล่อแหลมอันตรายต่อตนเอง

ฮิลล์ (Hill, 1949) ได้กล่าวว่า ภาวะวิกฤตเป็นกลไกการเกิดภาวะวิกฤตในครอบครัวที่มาจากปัจจัยที่มีผลต่อภาวะวิกฤต ได้แก่ a b c และโดยแต่ละปัจจัยเกี่ยวข้องกัน คือ ปัจจัย a คือ เหตุการณ์ (Stressor) มีปฏิสัมพันธ์กับ b คือ แหล่งประโยชน์ที่ช่วยผ่อนคลายภาวะวิกฤต (Existing resource) และ มีปฏิสัมพันธ์กับ c คือ การรับรู้และการให้ความหมายกับเหตุการณ์ (Perception of stressor) ทำให้เกิด x คือ ภาวะวิกฤต (Crisis)

มาร์ตินสันและจาโนซิค (Martinson & Janosick, 1980:49-50) ได้กล่าวว่า ภาวะวิกฤตเป็นเหตุการณ์รุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัวหรือบุคคลซึ่งทำให้ไม่สามารถทำหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และภาวะวิกฤตจะเริ่มขึ้นเมื่อมีเหตุการณ์ที่คุกคามต่อภาวะสมดุลของระบบ หรือระบบจะไม่สามารถแก้ปัญหาที่เคยใช้ได้ผล ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภายในครอบครัว ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว และบทบาทหน้าที่ในครอบครัว บางครั้งสมาชิกในครอบครัวต้องมีบทบาทรับผิดชอบสูงขึ้น ทำให้สมาชิกคนนั้นมีความเครียดได้

อกิวลีราและเมสสิค (Aguilera and Messick, 1974: 63-64)ได้กล่าวว่า ภาวะวิกฤตเป็นภาวะที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลเกิดความไม่สมดุลของอารมณ์ อันเนื่องมาจากเหตุการณ์ที่เป็นอันตรายกับเขาโดยไม่คาดหวัง และมีการพัฒนาให้ซับซ้อนขึ้นจึงยากที่จะแก้ไขและยังคงดำเนินต่อไป ทำให้บุคคลตอบสนองความรู้สึกเข้าสู่ภาวะเสียสมดุล (Disequilibium) เกิดเป็นวิกฤตทางอารมณ์ (Emotional crisis) แสดงออกในลักษณะซึมเศร้าเฉยเมย สูญเสียความเชื่อมั่นในตนเอง โดยที่เทคนิคการแก้ปัญหาแบบเดิมไม่เพียงพอ ทั้งนี้บุคคลจะมีการตอบสนองต่อสถานการณ์ที่แตกต่างกัน สถานการณ์หนึ่งที่บุคคลประสบอาจรับรู้เป็นภาวะวิกฤตแต่อีกคนไม่รับรู้ว่าเป็นภาวะวิกฤตในระยะแรกที่เผชิญ ดังนั้นบุคคลที่ทำหน้าที่ดูแลรักษาต้องทำให้บุคคลที่อยู่ในภาวะวิกฤตยอมรับความจริงในสถานการณ์นั้นก่อน

แมคคุบบินและแพตเตอร์สัน (McCubbin & Patterson, 1983) ได้กล่าวว่า ภาวะวิกฤตเป็นการเกิดภาวะวิกฤตของครอบครัวจะส่งผลกระทบต่อจิตใจ และความรุนแรงอย่างไรนั้นมีสาเหตุปัจจัยสถานการณ์ ที่มากระตุ้นให้ครอบครัวรู้สึกเครียด อาจเป็นเหตุจากภายในหรือภายนอกครอบครัว เช่น ภาวะเศรษฐกิจ ขาดหัวหน้าครอบครัว สมาชิกเจ็บป่วย เป็นต้น ปัจจัยแหล่งประโยชน์ของครอบครัวที่ช่วยเหลือให้ลดความรุนแรงลง ครอบครัวปรับตัวได้ดี ปัจจัยการรับรู้ของครอบครัวที่รับรู้แตกต่างกันและปัจจัยเครียดหรือภาวะวิกฤตของครอบครัวที่พยายามจะปรับตัวต่อสถานการณ์ความเครียด

ลี (Lee, 2005:1) ได้กล่าวว่า ภาวะวิกฤตเป็นสถานการณ์ชั่วคราวที่เกิดขึ้นกับบุคคล ในชีวิตประจำวันที่ทำให้บุคคลนั้นรู้สึกไม่สบาย ตึงเครียด ดังนั้น สิ่งจำเป็นอย่างยิ่งของบุคคล จะต้องมีการฝึกฝนจิตใจอย่างสม่ำเสมอ ด้วยการรักษาอารมณ์และความรู้สึกอันเกิดจากความคิดในจิตใจ การปลุกพลังของการหยั่งรู้จักตนเองด้วยสติปัญญาที่ใสสะอาด ฝึกฝนจิตเพื่อความแข็งแกร่งภายใน ด้วยการจัดการภาวะวิกฤต การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลง และมีคุณธรรมนำชีวิต ดังนั้น ภาวะวิกฤตจึงเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต และในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น อาจจะเป็นประสบการณ์ที่บุคคลหนึ่งรับรู้ถึงความตึงเครียดหรือเป็นปัญหาที่ต้องเผชิญและไม่สามารถแก้ไขได้และภาวะวิกฤตนี้อาจจะทำให้บุคคลนั้นต้องปรับเปลี่ยนจุดเป้าหมายและวิถีชีวิตไปได้

พรรณวิภา บรรณเกียรติ (2548:3) เป็นความรู้สึกเหมือนทนกับความรู้สึกกดดันนี้ไม่ได้อันเนื่องมาจากเหตุการณ์อะไรก็ตามที่เกิดขึ้นมากระทบต่อจิตใจของบุคคลอย่างรุนแรง จนส่งผลให้กินไม่ได้ นอนไม่หลับ ใช้ชีวิตตามปกติไม่ได้ เป็นความเครียดใหญ่ ๆ นับเป็นภาวะอันตรายที่บุคคลต้องการความช่วยเหลืออย่างเร่งด่วน

สรุปได้ว่า ภาวะวิกฤต(Crisis) หมายถึง ภาวะชั่วคราวที่เกิดขึ้นกับบุคคลและบุคคลนั้นรับรู้ว่ามันเป็นสิ่งที่คุกคามต่อตัวเขา อาจเป็นการคุกคามทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สภาพแวดล้อมสังคมของบุคคล ภาพพจน์ของบุคคลหรือเป้าหมายในชีวิต ทำให้บุคคลเกิดความสูญเสียหรือเกิดการเปลี่ยนแปลง และใช้วิธีการแก้ปัญหาในลักษณะเดิมๆไม่เพียงพอที่จะทำให้ความเครียดนั้นลดลงได้ จึงทำให้บุคคลนั้นเสียสมดุลของตัวตนไปได้ ซึ่งเป็นภาวะที่ต้องการความช่วยเหลือจากบุคคลอื่นโดยเร็ว

สันติชัย ฉ่ำจิตรชื่น (2547:ออนไลด์) ได้สรุปปัจจัยที่สัมพันธ์กับการรับรู้ภาวะวิกฤตตามทฤษฎีภาวะวิกฤต (Crisis theory) ประกอบด้วย

1. ปัจจัยความเจ็บป่วยของร่างกาย (Illness related factors) อาจจะเป็นโรคที่รุนแรงคุกคามจนยากที่จะเผชิญ หรือมีความพิการของร่างกายเป็นปัญหาที่ทำให้อึดอัด การเปลี่ยนวิถีชีวิตเดิมๆ
2. ปัจจัยภายในบุคคลและพฤติกรรมของบุคคล(Behavioral and personal factors) เป็นความสามารถของบุคคล ในการจัดการกับปัญหาต่างๆได้ดี มีความคิดและแก้ปัญหาเชิงบวก ความเชื่อส่วนบุคคล มีการตอบสนองต่อปฏิกิริยาต่างๆได้ดี
3. ปัจจัยสภาพแวดล้อมทางสังคมและทางกายภาพ (Physical and environmental factors)

สภาพแวดล้อมที่บ้านในครอบครัว การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงาน ในโรงพยาบาลที่ไปรักษาอาจจะมีผลให้บุคคลรู้สึกซึมเศร้ามากขึ้น รู้สึกขาดบุคคลแวดล้อมช่วยสนับสนุนในการเผชิญปัญหา

4. ภารกิจและทักษะในการเผชิญปัญหา(Tasks and skills of coping) บุคคลต้องเผชิญกับอาการหรือความผิดปกติของร่างกาย จิตใจของตนเอง ด้วยตนเองหรือใช้สัมพันธภาพที่ดีกับผู้ร่วมงานช่วยเหลือ

5. บทบาทหน้าที่ด้านจิตวิทยาสังคม(Psychosocial functioning tasks) ของผู้ให้บริการด้านสุขภาพจิตรวมถึง ความสามารถในการควบคุมความรู้สึกเชิงลบและความรูสึกเชิงบวกไว้ สร้างภาพพจน์ที่ดีต่อการบริการ คงความสัมพันธ์ที่ดี และสามารถเตรียมรับสถานการณ์อนาคตที่ไม่แน่นอนที่อาจเกิดขึ้นได้

ชนิดของภาวะวิกฤต (Kinds of crisis)

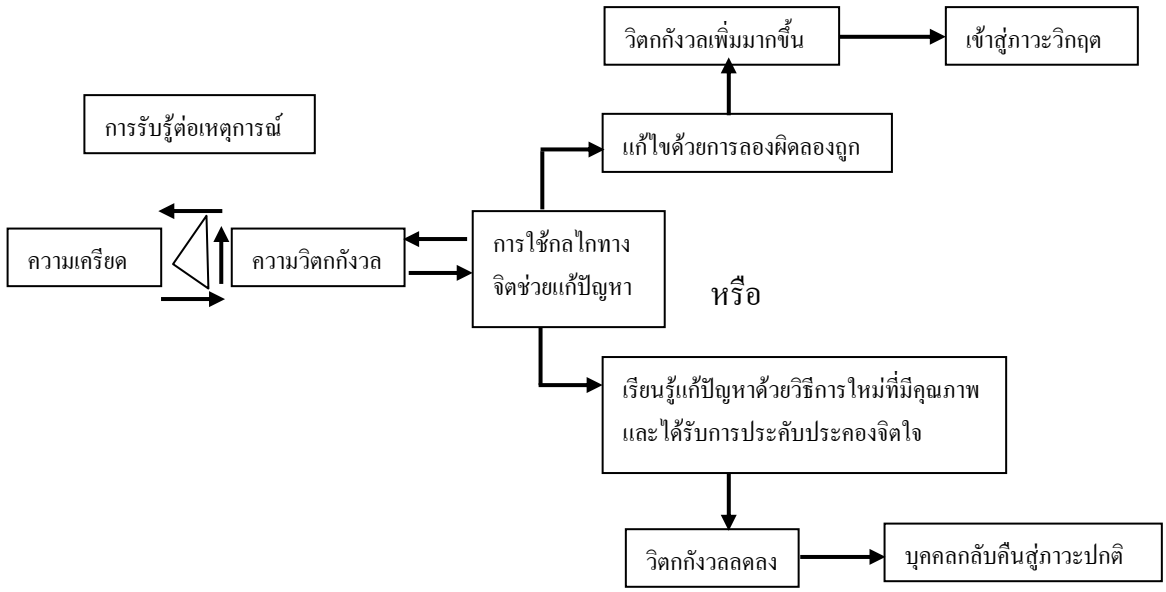
ภาวะวิกฤตเป็นผลจากความเครียดเนื่องจากภายในตัวบุคคล และความเครียดเนื่องมาจากภายนอกที่ผ่านเข้ามาในช่วงชีวิต จากการวิเคราะห์ทางอารมณ์(Emotional crisis) มาจากสาเหตุ 6 ประการตามที่ สันติชัย ฉ่ำจิตรชื่น(2547) ได้กล่าวไว้ดังนี้

1. วิกฤตในตำแหน่ง(Dispositional crises) ขาดข้อมูล เช่น ไม่มีความรู้ในงานที่ทำ เป็นต้น
2. ต่อต้านการเปลี่ยนแปลงในชีวิต(Anticipated life transitions)เป็นสถานการณ์ทั่วไปที่เกิดขึ้นในสังคม เช่น ต้องเปลี่ยนอาชีพในช่วงวัยกลางคน ต้องแต่งงาน หย่าร้าง เจ็บป่วย เป็นต้น
3. ความเครียด (Traumatic stress) เป็นความเครียดที่ได้ผลกระทบมาจากภายนอก เช่น ถูกข่มขู่ ถูกทำร้ายร่างกาย การตายของคนที่รัก การตกงาน เป็นต้น
4. วิกฤตจากการพัฒนาตามวุฒิภาวะ(Maturational development crisis) เป็นระยะของพัฒนาการของชีวิต เช่น การขัดแย้งทางเพศ การปรับเปลี่ยนฮอร์โมน อารมณ์ มีความรับผิดชอบในหน้าที่มากขึ้น หรือต้องรับผิดชอบต่อตนเองและสังคมมากขึ้น เป็นต้น
5. วิกฤตจากพยาธิสภาพทางจิต (Psychopathological crisis) การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ที่สะท้อนถึง อารมณ์ที่จะต่อสู้ หรือถดถอย เป็นกลไกที่มีอยู่แล้วในบุคคลซึ่งสูญเสียไป
6. เหตุฉุกเฉินที่กระทบต่อสภาพจิต(Psychiatric emergencies)เป็นสถานการณ์ที่รุนแรงมากที่เกิดขึ้นกับบุคคลนั้นหรือคนอื่นๆที่เกี่ยวข้อง เช่น สมาชิกในครอบครัวตายกะทันหันจากเหตุไฟไหม้ จะพบว่าบุคคลที่สูญเสียทันทีนั้นจะมีอาการแน่นหน้าอก หายใจสั้นถี่ ปัญหาระบบย่อย นอนไม่หลับ รู้สึกผิด อาการนี้จะอยู่ประมาณ 6 สัปดาห์

ส่วน พรรณวิภา บรรณเกียรติ (2548:3) ได้กล่าวว่าภาวะวิกฤต เป็นความรุนแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต ที่แบ่งได้เป็น 3 ชนิด คือ

1. ภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นโดยคนแต่ละคน
2. ภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นในครอบครัว
3. ภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นที่เกิดขึ้นในสังคม

ดังนั้นผู้ที่มีบทบาทในการรักษา เป็นนักจิตวิทยามืออาชีพ จิตแพทย์ หรือผู้มีส่วนช่วยในการลดการรับรู้ภาวะวิกฤตของบุคคล เป็นผู้ให้คำปรึกษาอาจจะเป็นตำรวจ เพื่อน ครอบครัว ต้องเรียนรู้และเข้าใจถึงธรรมชาติและชนิดของภาวะวิกฤต กลไกในการตอบสนอง ควรเคารพในความสามารถของบุคคลที่จะเลือกในการปรับตัว หรือหาหนทางในการแก้ปัญหาของเขาได้อย่างสมดุลในชีวิตของเขา ซึ่งพรรณวิภา บรรณเกียรติ (2549:3) ได้กล่าวถึงหลักในการช่วยเหลือผู้อยู่ในภาวะวิกฤตนี้ว่า ควรได้รับการช่วยเหลือทันที มุ่งแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน การช่วยเหลือต้องเน้นการเข้าใจปัญหาเมื่อช่วยเหลือภาวะวิกฤตแล้วควรฟื้นฟูจิตใจ และได้เสนอแผนภาพการเข้าสู่ภาวะวิกฤตของบุคคลดังนี้



ภาพประกอบ 3 กระบวนการเข้าสู่ภาวะวิกฤตของบุคคล

นอกจากนี้ สันติชัย ฉ่ำจิตรชื่น (2547) ได้กล่าวไว้ว่า ภาวะวิกฤตนั้นเป็นทั้งสิ่งที่เป็นอันตรายคุกคามและเป็นโอกาส เพราะเหตุการณ์หรือเรื่องราวที่เป็นปัญหานั้นเมื่อเกิดขึ้นอาจจะเป็นอันตรายสำหรับบุคคลหนึ่ง แต่อาจจะไม่เป็นอันตรายสำหรับอีกบุคคลหนึ่ง ทั้งนี้บุคคลนั้นจะรับรู้ว่า เหตุการณ์นั้นมีความสำคัญต่อเขาว่าเป็นสิ่งที่คุกคาม (Threat) หรือเป็นสิ่งที่ท้าทาย(Challenge) และถ้าบุคคลรับรู้ว่าเป็นสิ่งที่คุกคามแล้วจะเกิดความวิตกกังวล หากไม่สามารถปรับตัวต่อเหตุการณ์นั้นได้อย่างถูกวิธีหรือไม่สามารถแก้ปัญหาได้แล้วก็จะยิ่งทำให้เกิดความวิตกกังวล เกิดความเครียด ไม่สามารถจัดการกับปัญหา อาจจะนำมาซึ่งอาการต่างๆทางจิตเวชได้

ส่วน แคบแลน (Caplan, 1964) เชื่อว่าในภาวะวิกฤต บุคคลเลือกวิธีการตอบสนองเหตุการณ์อย่างถูกวิธีหรือไม่ถูกวิธี (Adaptive or maladaptive ways) และเชื่อว่าบุคคลสามารถถูกสอนให้เข้าใจถึงภารกิจด้านจิตวิทยาในการเยียวยาผู้ที่อยู่ในภาวะวิกฤตได้ โดยแบ่ง เป็นปฏิกิริยาตอบสนองของผู้ที่อยู่ในภาวะวิกฤตเป็น 4 ระยะ โดยก่อนที่บุคคลจะรับรู้ว่าตนเองอยู่ในระยะวิกฤตนั้น พิจารณาได้ว่าบุคคลสามารถดำรงชีวิตให้อยู่ในภาวะสมดุลทั้งร่างกาย จิตใจ สังคมตนเอง สามารถคงอยู่กับ

สิ่งแวดล้อมที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์ต่างๆที่เข้ามาโดยใช้การแก้ปัญหาและการปรับตัวตามที่ถนัดได้ จึงทำให้ภาวะวิกฤตไม่เกิดขึ้นกับตนเอง แต่เมื่อสถานการณ์หรือปัญหาใหม่เข้ามาและบุคคลรับรู้พร้อมใช้การแก้ปัญหาแบบเดิมไม่เพียงพอต่อการแก้ปัญหานั้นแล้วหรืออาจจะเป็นสถานการณ์หรือปัญหาเดิมแต่เข้ามากระตุ้นบ่อยๆ ก็อาจทำให้บุคคลเสียความสมดุล จึงทำให้เข้าสู่ภาวะวิกฤตได้ตามระยะดังนี้

ระยะที่1 เมื่อเกิดปัญหาที่บุคคลรับรู้ว่าเป็นอันตรายคุกคามต่อภาพพจน์หรือเป้าหมายในชีวิต และไม่สามารถจัดการหรือแก้ไขได้ จึงทำให้เกิดความวิตกกังวลและตึงเครียด

ระยะที่2 เมื่อการแก้ปัญหาแบบเดิมไม่ได้ผล จึงก่อให้เกิดความตึงเครียดมากขึ้น ทำให้อารมณ์อ่อนไหวแต่ยังคงใช้ความพยายามในการจัดการกับปัญหาโดยลองผิดลองถูกแต่หากยังไม่ได้ผล ทำให้เข้าสู่ระยะที่3 ที่รู้สึกผิดหวังและสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง จะเก็บกดความรู้สึกไว้

ระยะที่3 บุคคลจะถูกเร้าอารมณ์ความรู้สึกที่ถูกเก็บกดไว้ ผุดขึ้นมา จะเชื่อมโยงความเจ็บปวดในปัจจุบันกับประสบการณ์ที่ขัดแย้งในอดีต และจะแสดงอาการหุนหัน ก้าวร้าว

ระยะที่4 เป็นจุดที่มีความตึงเครียดมากขึ้น จนไม่สามารถทนได้ จึงเกิดอารมณ์แตกหัก (Emotional breakdown) ทำให้บุคคลสูญเสียความสามารถในการแก้ปัญหาไป ไม่สามารถแก้ปัญหา ไม่สามารถประเมินแยกแยะปัญหาบนพื้นฐานของความเป็นจริงได้ จึงไม่มีเหตุผลในการไตร่ตรอง

ในระยะวิกฤตนี้ ถ้าบุคคลได้รับการช่วยเหลือหรือสามารถหาทางออกจัดการกับปัญหาด้วยตนเองได้ บุคคลก็สามารถเข้าสู่ภาวะสมดุลดังเดิม และประสบการณ์นี้จะทำให้บุคคลสามารถจัดการกับปัญหาต่างๆได้ดียิ่งขึ้น ระดับความกังวลและความเครียดจะลดลงเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์และการเปลี่ยนแปลงต่างๆ

สามารถสรุปแนวคิดที่ได้จาก ทฤษฎีภาวะวิกฤต ได้ดังนี้

1. ภาวะวิกฤตเป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นได้ตามปกติในชีวิต ไม่ได้แสดงถึงความเจ็บป่วยหรือพยาธิสภาพ วิกฤตทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นจะสะท้อนให้เห็นจาก การดิ้นรนต่อสู้ บนพื้นฐานของความเป็นจริง ตามธรรมชาติที่บุคคล พยายามรักษาความสมดุล ระหว่างตัวเขากับสิ่งแวดล้อม
2. ความเครียดที่เกิดจากภาวะวิกฤต อาจเป็นความสูญเสียที่รุนแรง(Catastrophic) หรือเป็นเพียงเหตุการณ์เล็กๆน้อยๆที่เก็บสะสมมา
3. ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัวเข้าสู่สมดุล คือ
   - 3.1 การรับรู้ของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง
   - 3.2 ระบบการสนับสนุนทางสังคมทั้งด้านครอบครัว ที่ทำงาน และสิ่งแวดล้อม
   - 3.3 เทคนิคในการเผชิญปัญหา การปรับตัวและทักษะการแก้ปัญหาของบุคคล
4. ความรุนแรงของวิกฤตขึ้นกับบุคคลว่าจะรับรู้เหตุการณ์นั้นอย่างไรขึ้นกับมีความเกี่ยวพันเชื่อมโยงระหว่างเหตุการณ์ปัจจุบันกับจุดขัดแย้งในอดีต
5. ภาวะวิกฤตทางอารมณ์เป็นภาวะที่เกิดกับตนเองเป็นภาวะชั่วคราวโดยระยะเวลานี้จะคงอยู่ไม่นาน

6. บุคคลที่อยู่ในภาวะวิกฤตจะมีกลไกการป้องกันทางจิตที่แย่ลง

7. การแก้ไข วิกฤต อย่างถูกวิธี จะเป็นโอกาสที่ดีคือ

7.1 ได้จัดการแก้ไขปัญหาของปัจจุบัน

7.2 ได้จัดการกับจุดขัดแย้งหรือประสบการณ์ที่ไม่ดีบางอย่างในอดีต

7.3 ได้เรียนรู้วิธีการจัดการกับปัญหาที่ดีขึ้นในอนาคต

8. ความสูญเสียที่เกิดขึ้นจริงหรือที่คิดกังวลล่วงหน้าว่าจะเกิดขึ้นมักเป็นองค์ประกอบที่ทำให้เกิดภาวะวิกฤตในการจัดการกับความสูญเสียนี้ จึงมักเป็นส่วนหนึ่งของการแก้ไขภาวะวิกฤตด้วย

และเมื่อมีการแก้ไขภาวะวิกฤตอย่างถูกวิธี อีโก้จะถูกก่อตั้งขึ้นให้มีเทคนิคการปรับตัวและทักษะในการแก้ปัญหาอันใหม่ที่ดีขึ้นกว่าเดิม ซึ่งจะคอยช่วยเหลือบุคคลนั้นๆได้ในภายหน้า บุคคลจะมีความยืดหยุ่นขึ้น มีความทนต่อความกังวล มีลักษณะที่จะเรียนรู้ วิธีการแก้ไขปัญหาแบบใหม่ๆที่ดีกว่าเดิม จะมีสุขภาพจิตที่ดี

สำหรับงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤตมีผู้ศึกษาไว้มากตามที่โอลส์ (Oles, 1999: 1059-69) ได้ศึกษาภาวะวิกฤตของผู้ใหญ่ในประเทศโปรแลนด์จำนวน 144 คน ใช้การวิเคราะห์องค์ประกอบจากแบบสอบถาม Midlife crisis questionnaire และ Way's of coping checklist ผลงานวิจัยพบว่า ภาวะวิกฤติชีวิตคนวัยกลางคนประกอบด้วย 3 มิติ คือ การเปลี่ยนแปลงมโนทัศน์ของตนเอง วุฒิภาวะตามจิตวิทยา และการยอมรับช่วงเวลาที่ผ่านมา และที่สำคัญของวิกฤตชีวิต คือ วิกฤตในคุณค่าตนเอง การเผชิญปัญหาทั้งมุ่งปรับอารมณ์และแก้ปัญหา ขาดเป้าหมายในอนาคตความรู้สึกต่อความกดดันในช่วงเวลาหนึ่ง รวมทั้งบุคลิกภาพเก็บตัวและเปิดเผย นอกจากนี้จูเลียนและแมคเคนรี่ (Julian & McKenry, 1991) ได้ศึกษาตัวแปรคั้นกลางของความเครียดระหว่างบิดาวัยกลางคนกับเด็กวัยรุ่น งานวิจัยชี้ให้เห็นว่า ชายวัยกลางคนมีประสบการณ์การเปลี่ยนแปลงหรือมีภาวะวิกฤติ มีความว้าวุ่น มีความเครียด ที่มากกว่าประสบการณ์ระหว่างช่วงวัยรุ่น เพราะเป็นช่วงชีวิตวัยกลางคนที่ต้องเผชิญกับความเสื่อมของร่างกาย อาชีพก็ไม่ก้าวหน้าและยังมีการเปลี่ยนแปลงของครอบครัวและบทบาทเพศ จึงเป็นปัจจัยให้เกิดการโต้แย้งระหว่างพ่อแม่กับบุตรวัยรุ่น ช่วงเวลาที่มีการเปลี่ยนแปลงมีผลให้เกิดภาวะเครียดได้มาก และในการวิจัยนี้ทำการศึกษาโดยใช้แบบวัด Midlife crisis scale ของ Rosenkery & Farrell (1981) เพื่อวัดระดับการรับรู้ความเครียด และแบบวัดคุณภาพชีวิตสมรส โดยใช้แบบวัด Marital comparison level Index วัดอารมณ์เพศชายโดยใช้แบบวัด Expression of emotion ของ Balawick (1975) วัดบุคลิกลักษณะ โดยใช้แบบวัด State trait anxiety inventory ของ Pielberqer , Gorsuch & Lushen (1969) และการประเมินความเครียดในความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับบุตรใช้แบบวัด Parent-adolescent communication scale ของ Olaon , Portrue & Bell (1982) ใช้การวิเคราะห์ถดถอยแบบขั้น พบว่า ตัวแปรอิสระ คือ การแสดงออกทางอารมณ์ คุณภาพชีวิตของความสัมพันธ์กับคู่สมรสความเครียดในวัยกลางคน และระดับฮอร์โมนเทสโทสเตอร์โรน สามารถทำนาย ตัวแปรตาม คือ คุณภาพชีวิตของความสัมพันธ์ระหว่างบิดากับบุตรได้ร้อยละ 58.83 และถ้าความเครียดในวัยกลางคน

ต่ำ การแสดงออกของอารมณ์ต่ำคุณภาพความสัมพันธ์ของคู่สมรส และถ้าระดับฮอร์โมนเทสโทสเตอร์โรนต่ำ จะมีความสัมพันธ์สูงกับคุณภาพชีวิตของความสัมพันธ์ระหว่างบิดากับบุตรด้วยและยังมีผลต่อพฤติกรรมการดำรงชีวิตของบุคคลอันเป็นผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิต ส่วนลิพเพอร์ (Lipperk, 1997: 16-22) ได้ทำการศึกษาภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีวัยกลางคน พบว่า จะมีภาวะวิกฤตในช่วงหมดประจำเดือนหลังคลอดบุตร และความแตกต่างของแต่ละคน เช่น ความซึมเศร้า ความโศกเศร้า ความวิตกกังวล การผ่อนคลาย ความอิสระ เป็นต้น ซึ่งเป็นสถานการณ์ ภายใต้ที่เข้าไปสู่วัยกลางคน รวมถึงโรคภัยสุขภาพหรือภาวะขาดแคลน ปัจจัยทางสังคม เช่น วัฒนธรรมหรือบทบาทเพศที่ต้องมีการปรับตัวตามบทบาท

ส่วน กรัณย์พิชญ์ โคตรประทุม (2546:88-144) ศึกษาการปรับตัวของครอบครัว เมื่อมีสมาชิกได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะอย่างรุนแรง ตามทฤษฎีภาวะวิกฤตครอบครัวของฮิลล์ โดยศึกษาครอบครัวของผู้ป่วยหนักที่มาเยี่ยมผู้ป่วยหนักที่ได้รับบาดเจ็บศีรษะรุนแรงที่หอผู้ป่วยศัลยกรรมอุบัติเหตุโรงพยาบาลขอนแก่น จำนวน 100 ครอบครัว โดยใช้การสัมภาษณ์การปรับตัวของครอบครัว และวิเคราะห์ข้อมูลสถิติร้อยละและวิเคราะห์เนื้อหาพบว่า การปรับตัวของครอบครัวเมื่อสมาชิกได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะอย่างรุนแรงขึ้นอยู่กับปัจจัยดังนี้ 1) เหตุการณ์วิกฤตที่เกิดขึ้นเป็น เหตุการณ์ที่มีความรุนแรงต่อครอบครัวในระดับมาก เพราะไม่คาดคิดอาจถึงตายหรือพิการได้ 2) มีแหล่งสนับสนุนช่วยเหลือของครอบครัว โดยครอบครัวอีสานมีแหล่งช่วยเหลือจากสังคมในระบบเครือญาติอยู่มาก 3) การรับรู้ต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่ามีความรุนแรงและส่งผลกระทบต่อครอบครัวมาก 4) มีภาวะวิกฤตของครอบครัว พบว่า ปริมาณความล่มสลายของครอบครัวจนไม่สามารถทำหน้าที่ครอบครัวได้จากเหตุการณ์ยังมีปริมาณน้อย 5) มีวิธีการเผชิญปัญหาของครอบครัว ส่วนใหญ่เป็นการแสวงหาแหล่งช่วยเหลือเพิ่มขึ้นและรักษาแหล่งช่วยเหลือที่มีอยู่ไว้ พยายามที่จะลดความตึงเครียดที่เกิดขึ้นจากปัญหา จึงทำให้ครอบครัวรับรู้ว่ามีปริมาณของภาวะวิกฤตนั้นไม่มาก และครอบครัวอีสานมีโอกาสที่จะปรับตัวได้ดี

จะเห็นได้ว่าภาวะวิกฤต เป็นภาวะที่บุคคลรับรู้ในช่วงระยะหนึ่งที่มีต่อเหตุการณ์ หรือสถานการณ์ที่เข้ามาคุกคามต่อบุคคล จึงเป็นเหตุให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่สังเกตได้จาก ความเครียด ความสามารถในการเผชิญปัญหา และการปรับตัวตนเองให้อยู่ในภาวะสมดุล ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้วัดองค์ประกอบของภาวะวิกฤตของบุคคลตามการรับรู้จากพฤติกรรมการแสดงออก 3 ด้านดังนี้

1.1 ความเครียด (Stress)

ความเครียดเป็นอาการที่เป็นผลมาจากปฏิกิริยาตอบสนองของร่างกาย จิตใจและสติปัญญากับสิ่งที่มาคุกคาม (Stressor) ซึ่งตามทฤษฎีความเครียดของลาซารัสและโฟล์ดแมน(1984)ได้ให้นิยามไว้

เซลเย่ (Selye, 1976) ได้ตั้งทฤษฎีเกี่ยวกับความเครียดว่า “Selye stress theory” กล่าวคือเมื่อร่างกายถูกควบคุมด้วยความเครียดหรือทำให้เกิดความเครียด จะทำให้ร่างกายของเราเปลี่ยนแปลงไปขาดสมดุลและเมื่อร่างกายถูกคุกคามจะทำให้เกิดการตอบสนอง มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาชีววิทยาและชีวเคมีของร่างกาย และการตอบสนองต่อสิ่งเร้าก่อให้เกิดความเครียดในแต่ละบุคคล

แตกต่างกันตามปัจจัยภายใน เช่น อายุ เพศ กรรมพันธุ์ ส่วนปัจจัยภายนอก เช่น การรักษาด้วยฮอร์โมน ยาและอาหาร นอกจากนี้ความเครียดหลายๆ ชนิดที่เกิดขึ้นพร้อมๆกัน ซึ่งจะเพิ่มตัวกระตุ้นความเครียด มีผลทำให้ต้านทานต่อสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความเครียดลดลง

ลาซารัสและโฟล์คแมน (Lazarus & Folkman, 1984: 21) ให้ความหมายของความเครียดว่าเป็นผลจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม โดยที่บุคคลเป็นผู้ประเมินด้วยบุคลิกลักษณะของตนเองส่วนหนึ่งและตามธรรมชาติของเหตุการณ์ในขณะนั้นว่าความสัมพันธ์เกินขีดความสามารถหรือทรัพยากรที่มีอยู่ ที่ตนเองจะใช้ต่อต้านได้ และรู้สึกว่าถูกคุกคามหรือเป็นอันตรายต่อความเป็นสุข

ส่วนแนวคิดเกี่ยวกับความเครียดของ ฟาร์เมอร์, โมนาฮาน และเฮเคเลอร์ (สุญารินทร์ สิทธวงศ์, 2544: 8 อ้างอิงจาก Farmer, Monahan & Hekeler, 1984) กล่าวถึงความเครียดไว้ว่าสาเหตุของความเครียดมีหลายทาง ตั้งแต่ตัวบุคคล ครอบครัว สภาพแวดล้อมในการทำงานบ่อยครั้งที่ความเครียดเกิดจากปัจจัยหลายๆ อย่างพร้อมกัน โดยผลของความเครียด (Effect of stress) ทั่วไปจะเกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความรู้สึก เช่น ความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความหงุดหงิด ฉุนเฉียว และเกิดพฤติกรรมที่สืบเนื่องมาจากผลของความเครียดเป็นการกระทำที่สัมพันธ์กับความรู้สึก เช่น บุคคลเกิดความเบื่อหน่าย ซึ่งเป็นผลของความเครียดเนื่องมาจากชีวิตประจำวันที่เป็นสาเหตุของความเครียด ดังนั้น ผลของความเครียดจึงสามารถเปลี่ยนพฤติกรรมได้และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจะมีผลต่อสุขภาพหรือไม่ขึ้นอยู่กับพฤติกรรมนั้นจะเป็นพฤติกรรมทางบวกหรือทางลบ

ลักก์แมนและซอร์สัน (สุญารินทร์ สิทธวงศ์, 2544: 7 อ้างอิงจาก Luckman & Soreson, 1987) ได้สรุปความหมายของความเครียดไว้ ดังนี้

1. สิ่งที่มาคุกคามหรือพยายามที่จะทำลายบุคคล
2. สิ่งที่ทำให้บุคคลประสบความไม่พึงพอใจในสิ่งที่ต้องการ
3. สิ่งที่ขัดขวางพัฒนาการด้านร่างกายและจิตใจของมนุษย์
4. สิ่งที่มาคุกคามมนุษย์ ทำให้สภาวะของร่างกายและจิตใจขาดความสมดุล

Luthans (1989) ได้ให้ความหมายของความเครียดในเชิงการจัดการไว้ว่า เป็นอาการตอบสนองที่เกิดขึ้นเนื่องจากสภาวะแวดล้อมภายนอก ซึ่งมีผลกระทบต่อร่างกาย สภาพจิตใจ และสามารถทำให้เกิดการเบี่ยงเบนทางพฤติกรรมของบุคคลในองค์กร

Johnson (1986) กล่าวไว้ว่าความเครียด หมายถึง การตอบสนองของร่างกายโดยทั่วไปไม่เฉพาะเจาะจง ซึ่งเป็นสัญญาณให้รู้ถึงความจำเป็นที่จะต้องมีการเปลี่ยนแปลงให้เกิดความเหมาะสมเพื่อที่จะเข้าสู่สภาวะปกติ อารมณ์ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับความเครียด ได้แก่ ความโกรธความวิตกกังวล ความคับข้องใจ และความเครียดในระดับสูง อาจก่อให้เกิดปัญหาด้านร่างกาย เช่น ปวดศรีษะ แผลพุพอง กล้ามเนื้อ เป็นต้น

สุวนีย์ ตันติพัฒนานนท์ (2522: 81-82) กล่าวว่า เป็นภาวะทางอารมณ์ที่ปั่นป่วน หรืออารมณ์ไม่สมดุลที่บุคคลประสบ และเป็นสิ่งกระตุ้นที่คุกคามต่อสวัสดิภาพ ทางกาย ทางใจของบุคคลที่ก่อให้เกิดความไม่สบายใจเป็นเหตุให้มีพฤติกรรมแปรปรวนในที่สุด

วีระ ไชยศรีสุข (2533: 177-178) กล่าวว่า ความเครียด เป็นสถานการณ์ที่คับแค้นที่ทำให้เกิดความกดดันทางอารมณ์ ความเครียดจะเกี่ยวกับความวิตกกังวล บางครั้งความเครียดอาจจะเกิดกับร่างกายเมื่อมีการใช้แรงงานมาก หรือมีการเปลี่ยนแปลงต่อกระบวนการทางสรีรวิทยาของร่างกาย เช่น อยู่ในสถานที่ที่อุณหภูมิสูงมากๆ หรืออาการป่วยที่เกิดขึ้นนานๆซึ่งจะเป็นตัวเร่งให้เกิดความเครียดขึ้น

พรศิริ ใจสม (2536: 36-39) กล่าวว่า ความเครียดเป็นปฏิกิริยาของบุคคลต่อสิ่งที่มากระตุ้นซึ่งได้ประเมินแล้วว่าเป็นสิ่งที่มีผลกระทบ และก่อให้เกิดการเสียสมดุลของร่างกายซึ่งทำให้บุคคลต้องมีการปรับตัวเพื่อให้สามารถรักษาภาวะสมดุลของร่างกายไว้

สุนทรี ภิญโญมิตร (2539) กล่าวว่า ความเครียดเป็นการตอบสนองของบุคคลต่อสภาวะการณ์ที่มากระทบต่อความมั่นคงปลอดภัยของบุคคล ทำให้บุคคลต้องใช้ความสามารถของตนที่มีอยู่อย่าเต็มกำลังเพื่อรักษาภาวะที่ดีของตนไว้

กรมสุขภาพจิต (2542:1) กล่าวว่า ความเครียดเป็นเรื่องของร่างกาย และจิตใจ ที่เกิดการตื่นตัวเตรียมรับกับเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่ง ซึ่งเราคิดว่าไม่น่าพอใจเป็นเรื่องที่หนักหนาสาหัสเกินกำลังทรัพยากรที่เรามีอยู่ หรือเกินความสามารถที่เราจะแก้ไขได้ ทำให้รู้สึกหนักใจเป็นเรื่องที่หนักหนาสาหัสเกินกำลังทรัพยากรที่เรามีอยู่ หรือเกินความสามารถที่เราจะแก้ไขได้ ทำให้รู้สึกหนักใจและเป็นทุกข์ กระวนกระวายใจ และพลอยทำให้เกิดอาการผิดปกติทางร่างกายและพฤติกรรมตามไปด้วย ซึ่งเกิดขึ้นพร้อมกับความรู้สึกว่าตนเองจะได้รับอันตรายในอนาคตได้

ทิวา หอมสวาสดิ์ (2543) ได้ให้ความหมายโดยสรุปว่า ความเครียด หมายถึงพฤติกรรมของบุคคลที่เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองต่อสภาวะกดดันต่างๆ รวมทั้งร่างกายและจิตใจไม่อาจปรับสภาพให้เข้าสู่ดุลยภาพได้มีผลทำให้แสดงพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ทำให้เกิดความไม่สมดุลของชีวิต

สุญารินทร์ ลิทธิวงศ์ (2544: 13-14) กล่าวว่า ความเครียดเป็นความรู้สึกเป็นทุกข์ในตัวบุคคล เกิดทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ เกิดความไม่สมดุลของบุคคล ซึ่งจะมีผลต่อการทำงาน พฤติกรรมการปรับตัว บุคลิกภาพของตัวบุคคลผิดปกติไป

พรรณวิภา บรรณเกียรติ (2548: 3) กล่าวว่า ความเครียด เป็นภาวะที่คนเราถูกกดดันจากสิ่งต่าง ๆ ที่มากระทบต่อร่างกายหรือจิตใจ ส่งผลให้ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม จิตวิญญาณของบุคคลเสียสมดุล ทำให้บุคคลต้องพยายามปรับตัวเพื่อรักษาสมดุลไว้

สรุปได้ว่า ความเครียด เป็นความรู้สึกที่บุคคลรับรู้ได้ถึงอารมณ์ สภาพจิตใจ และการแสดงออกทางร่างกายของตนเองที่บ่งบอกได้ว่า อึดอัด คับข้องใจ ไม่สบายตัวไม่สบายใจ ไม่มีความสุข ซึ่งจะมีผลต่อพฤติกรรมการปรับตัวของตนเอง ความเครียดสามารถวัดได้จากการวัดการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา จากอาการทางระบบประสาทอัตโนมัติ เช่น ความดันโลหิต อัตราการ

หายใจ การตึงของกล้ามเนื้อ คลื่นสมอง หรืออาการระบบทางเดินอาหาร เป็นต้น วัดจากแบบสอบถามประเมินตนเอง ถึงการรับรู้ต่อความรู้สึกของตนเอง การวัดจากการสังเกตพฤติกรรม อาการต่างๆที่บุคคลแสดงออก เช่น พูดเร็วรัว กระสับกระส่าย ซึมเศร้า ร้องไห้ บุคลิกเปลี่ยนแปลง เป็นต้น ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ใช้การวัดความเครียดโดยการประเมินการรับรู้ของตนเองจากแบบสอบถาม

ชนิดของความเครียด

สุภชัย ยาวะประภาษ (2533) และสุภาณี เกษมสันต์ (2547: 30-31) ได้แบ่งประเภทของความเครียดจากผลกระทบที่เกิดจากความเครียดไว้ดังนี้

1. ความเครียดที่เกิดขึ้นจากสิ่งที่ไม่ดี (Negative thing or negative forces)หรือเรียกว่าความทุกข์(Distress) เมื่อคนทั่วไปเกิดปัญหาก็เข้าใจทันทีว่าเป็นความเครียด ได้แก่ การหย่าร้าง ญาติมิตรเสียชีวิต การเจ็บป่วย การตกงาน เป็นต้น

2. ความเครียดที่เกิดขึ้นจากสิ่งที่ดี (Positive thing or positive forces)หรือความเครียดที่เกิดจากความสุข(Eustress) สิ่งที่เป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดชนิดนี้ เป็นสิ่งที่ดีสร้างความสุขให้แก่คนทั่วไปได้แก่ การแต่งงาน การประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน เป็นต้น

ชนิดของความเครียดนั้นสามารถแสดงออกได้ 2 ด้าน

1. ความเครียดทางด้านร่างกาย ที่เป็นปฏิกิริยาตอบสนองที่เกิดขึ้นชนิดเฉียบพลันที่มาจากสถานการณ์ที่คุกคามในชีวิตอย่างทันทีทันใด เช่น อุบัติเหตุ อยู่ในสถานการณ์ที่น่ากลัว เป็นต้น และปฏิกิริยาที่ตอบสนองเกิดความเครียดอย่างต่อเนื่อง ที่มาจากสถานการณ์ที่คุกคามในชีวิตอย่างต่อเนื่อง เช่น การเปลี่ยนแปลงของร่างกายตามพัฒนาการ การเจ็บป่วยเรื้อรัง ความพิการ การอยู่ในสภาพแวดล้อมที่กดดันตลอดเวลา เป็นต้น

2. ความเครียดทางด้านจิตใจ เป็นปฏิกิริยาตอบสนองที่ทำให้เสียสมดุลของจิตใจอารมณ์ ทำให้เกิดความกลัวและความว้าวุ่นใจ

สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด

สาเหตุของความเครียด มีหลายด้านตั้งแต่ตัวบุคคล ครอบครัว สภาพแวดล้อมในที่ทำงาน และในสังคม ซึ่งกรมสุขภาพจิต (2542) ได้แบ่งสาเหตุ ของความเครียดไว้ ดังนี้

1. สภาพปัญหาที่เกิดขึ้นกับชีวิต เช่น ปัญหาการเงิน การงาน ครอบครัว ที่อยู่อาศัย การเรียน สุขภาพ มลพิษ รถติด น้ำท่วม ฝนแล้ง ความขัดแย้งระหว่างบุคคล เป็นต้น ปัญหาเหล่านี้จะเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลเกิดความเครียดขึ้น

2. การคิดและการประเมินสถานการณ์ของบุคคล เราจะสังเกตได้ว่าคนที่มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน ใจเย็น จะมีความเครียดน้อยกว่าคนที่มองโลกในแง่ร้าย เอาจริงเอาจังกับชีวิต และใจร้อน อาจรวมถึงบุคลิกภาพเดิมของแต่ละบุคคลที่รู้สึกว่าตนเองมีคนคอยให้การช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา เช่นมีคู่สมรส มีพ่อแม่ ญาติพี่น้อง มีเพื่อนสนิทที่รักใคร่ และไว้วางใจกันได้ ก็จะมีความเครียดน้อยกว่าคนที่อยู่โดดเดี่ยวตามลำพัง

ความเครียดไม่ได้เกิดจากสาเหตุใดเพียงสาเหตุเดียว แต่มักจะเกิดจากทั้งสองสาเหตุประกอบคือ มีปัญหาเป็นตัวกระตุ้นและมีการคิด ประเมินสถานการณ์เป็นตัวบ่งบอกว่าเครียดมากน้อยแค่ไหน

วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545:117-118) ได้กล่าวไว้ว่าสาเหตุของความเครียด เป็น สิ่งที่มีอิทธิพลต่ออารมณ์สภาวะร่างกายของงบุคคลเป็นสิ่งที่คาดว่าจะมีผลก่อให้เกิดความเครียดขึ้นได้ และการเกิดความเครียดนั้นมาจากสาเหตุใหญ่ 2 ประการคือ

1. จากตัวบุคคลเอง ซึ่งได้แก่ สติปัญญา ประสบการณ์ชีวิต บุคลิกภาพ เฉพาะบุคคลเป็นแบบก้าวร้าว เก็บตัว ต่อต้านสังคม รักและหลงตนเองมาก ความคับข้องใจ ความรู้สึกสูญเสีย และรู้สึกผิด ความพิการ ความเจ็บปวดทางด้านร่างกายและอื่นๆที่เกี่ยวข้องในลักษณะของปัจเจกบุคคล

2. จากภายนอกตัวบุคคล เป็นเรื่องของปัญหาที่เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เช่น ปัญหาจากอาชีพการงาน เศรษฐกิจและสังคม ความยากจนและสภาพของสังคมเมือง การเปลี่ยนแปลงชีวิต ความรับผิดชอบ และตำแหน่งหน้าที่การงานและอื่นๆที่เกี่ยวข้องและแวดล้อมบุคคลนั้นๆอยู่

ส่วน พรรณวิภา บรรณเกียรติ (2548:3) ว่าสาเหตุของความเครียดในผู้ใหญ่ อาจจะมาจาก

1. เรื่องเงิน ปัญหาเศรษฐกิจ เงินไม่พอใช้ มีหนี้สิน
2. เรื่องงาน เช่น ไม่ถูกกับเจ้านาย เข้ากับเพื่อนไม่ได้ แข่งดีแข่งเด่นกัน ทำงานได้ไม่ดี
3. เรื่องคน คนในครอบครัว ภรรยา สามี ลูก ญาติ พี่น้อง ปัญหาการหย่าร้าง ในสังคมไทยเรารุนแรงขึ้นทุกวินาที 1 ใน 4 คู่ของสามีภรรยามักลงเอยด้วยการหย่าร้าง
4. เรื่องของความรัก เครียดจากความรัก ผิดหวัง อกหัก หึงหวงทำให้ทุกข์ใจ ตรอมใจ

ส่วน ลัคแมน และ ซอเรนสัน (สุญารินทร์ สิทธิวงศ์, 2544 :13-14 อ้างอิงจาก Luckman & Sorenson, 1987) ได้แบ่งปัจจัยที่ทำให้เกิดความเครียด 10 ปัจจัยดังนี้

1. ปัจจัยด้านพันธุกรรม (Genetic factor) ได้แก่การทำงานของระบบต่างๆภายในร่างกายผิดปกติตลอดจนโรคที่ถ่ายทอดทางพันธุกรรม
2. ปัจจัยด้านกายภาพและเคมี (Psysical and chemical factor) แบ่งออกเป็น 3 ประเภทคือ
   2.1 อันตรายจากสิ่งแวดล้อมภายนอก เช่น ความร้อน ความเย็น แสงแดด รังสี เป็นต้น
   2.2 อันตรายจากสภาพภายในร่างกาย เช่น ร่างกายได้รับอินซูลินมากเกินไปทำให้ร่างกายหมดสติ หรือร่างกายสะสมคอเลสเตอรอลมากเกินไปทำให้เกิดภาวะเส้นเลือดแข็ง
   2.3 อันตรายจากการขาดสิ่งจำเป็นสำหรับการชีวิต เช่น ขาดสารอาหารต่างๆขาดออกซิเจน สูญเสียเกลือแร่
3. ปัจจัยด้านจุลินทรีย์และปาราสิต (Microorganism and parasites factor) เช่น แบคทีเรีย ไวรัส พยาธิต่างๆ เป็นต้น
4. ปัจจัยด้านจิตใจ (Psychological factor)ได้แก่สภาพการเจริญเติบโต ที่มีการเปลี่ยนแปลงตามวัย เช่น การย่างเข้าสู่วัยเจริญพันธ์ การตั้งครรภ์ รวมถึงกระบวนการเจริญเติบโตและพัฒนาการช่วงวัยต่างๆ เช่น วัยผู้ใหญ่ตอนต้น เป็นวัยที่ต้อเข้าสู่สังคม ต้อต่อสู้แข่งขัน วัยผู้ใหญ่ตอนกลาจะรู้สึกว่า

ชีวิตวุ่นวายต้องเผชิญหน้ากับปัญหาต่างๆมากมาย วัยผู้ใหญ่ตอนปลายจะรู้สึกว่าชีวิตไม่มีคุณค่า ร่างกายมีแต่ความเสื่อมสลาย ทำให้รู้สึกสิ้นหวังว้าเหว่

5. ปัจจัยด้านขนบธรรมเนียมประเพณี วัฒนธรรม(Culture factor) เนื่องจากสภาพทางสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว มนุษย์จะต้องมีการปรับตัวเพื่อให้อยู่ในสังคมได้ โดยจะต้องมีทัศนคติ ค่านิยมและความเชื่อที่คล้ายคลึงกัน เพื่อให้เป็นที่ยอมรับซึ่งสิ่งเหล่านี้จะมีผลต่อบุคลิกภาพ

6. ปัจจัยด้านการเผชิญกับสิ่งที่ต้องตัดสินใจ (Endure shock factor) การเผชิญกับสิ่งแวดล้อมที่เคร่งครัด เช่น การจราจรติดขัด เสียงรบกวนต่างๆ และต้องมีการใช้ความคิดเพื่อคัดเลือกหรือตัดสินใจต่อสภาพแวดล้อมต่างๆในชีวิตประจำวัน ถ้าหากบุคคลไม่สามารถตัดสินใจได้ ก็จะเกิดความวิตกกังวล เกิดความซึมเศร้าอย่างรุนแรงหรือเฉยชาเหมือนไม่มีชีวิตจิตใจ

7. ปัจจัยด้านการอพยพ (Migration factor) การที่ต้องโยกย้ายเปลี่ยนสถานที่ทำงาน หรือที่พักอาศัยทำให้บุคคลต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์นั้น ซึ่งก่อให้เกิดความเครียดได้

8. ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ (Economic factor) ได้แก่ ฐานะการเป็นอยู่ที่ขัดสน ก่อให้เกิดปัญหาต่างๆตามมา เช่น ปัญหาสุขภาพ ปัญหาสังคม

9. ปัจจัยด้านการประกอบอาชีพ (Occupation factor) อาชีพที่มีความรับผิดชอบสูงหรือมีการแข่งขัน หรือมีความซ้ำซากน่าเบื่อ จะทำให้บุคคลนั้นเครียดได้ง่าย

10. ปัจจัยด้านเทคโนโลยีทางสังคม (Technologies and societies factor) ได้แก่ เทคโนโลยีด้านอุตสาหกรรม ก่อให้เกิดปัญหาด้านมลภาวะเทคโนโลยีด้านการแพทย์ก่อให้เกิดปัญหาการใช้ยา นอกจากนั้นแล้ววิวัฒนาการทางเทคโนโลยี ทำให้มนุษย์รู้จักใช้เครื่องทุ่นแรงต่างๆ ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาขาดการออกกำลังกาย ในที่สุดก็เกิดโรคต่างๆ เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคัวใจ

จากการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ คณะวิจัยได้วิจัยที่มีผลต่อการรับรู้ภาวะวิกฤตสามารถสรุปเป็นปัจจัยหลักได้เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคล และปัจจัยภายนอกตัวบุคคลซึ่งแบ่งเป็นปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง

นอกจากนี้ การรับรู้ภาวะวิกฤตของบุคคล จะมีระดับความรุนแรงมากน้อยเพียงใดนอกจากวัดระดับความเครียดแล้วยังขึ้นกับ ความสามารถในการเผชิญและแก้ไขปัญหาต่างๆที่คุกคามต่อตนเอง ถ้าบุคคลมีการรับรู้ตนเองว่าสามารถเผชิญและแก้ปัญหาต่างๆให้สำเร็จไปได้ ทำให้ลดระดับการรับรู้ภาวะวิกฤตลงหรือหมดไปในที่สุด พร้อมกับปรับตนเองให้เข้าสู่สมดุลได้

ดังงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามที่ เฮนรี่ (Henry, 2005: 341-256) ได้ศึกษาโดยใช้ทฤษฎีการสิ้นหวัง (Hopeless theory) ในอธิบายความเครียดในชีวิต ทำการศึกษาใช้การสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มผู้บริหารแรงงานกับกลุ่มคนงานกลุ่มละ 20 คน พบว่า กลุ่มคนงานมีลักษณะมองโลกในแง่ร้ายมากกว่า และเงื่อนไขที่ทำให้เกิดการสิ้นหวังที่ต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่เต็มไปด้วยความเครียด เช่น การเปลี่ยนแปลงในที่ทำงานอย่างรุนแรง ส่วนความเครียดในงานทั้งสองกลุ่มจะมีการรับรู้แตกต่างกัน ผู้บริหารจะพิจารณาความเสี่ยงของความสิ้นหวังท่ามกลางกลุ่มคนงานที่ทำงานในช่วงของสถานการณ์

เปลี่ยนแปลงและไม่แน่นอนและปีเตอร์สันและวิลสัน (Peterson & Wilson, 2004: 91-113) ได้ศึกษาความเครียดในงานในอเมริกาสมมติฐานทางวัฒนธรรม ค่านิยม และความเชื่อ มีแนวโน้มที่ชี้บ่งถึงชนิดของความเครียด โดยมีความสัมพันธ์กับความเจ็บป่วยภายในปัญหาของงาน ผลวิจัยพบว่าความเครียดในงาน ถ้าจะช่วยให้ดีขึ้นควรจะเข้าใจในวัฒนธรรมในงานของอเมริกา ชีวสังคมทั่วไปและพฤติกรรมคนทำงาน เงื่อนไขของนายจ้างและลูกจ้าง

1.2 การเผชิญปัญหา

การเผชิญปัญหาของแต่ละบุคคลย่อมมีความแตกต่างไปตามลักษณะเฉพาะตัวบุคคลซึ่งเกิดจากการอบรมเลี้ยงดู สภาพแวดล้อม ค่านิยมทางสังคม การศึกษา ภาวะสุขภาพร่างกายสุขภาพจิตและประสบการณ์ที่แตกต่างกัน ถ้าบุคคลใดมีการเผชิญปัญหาได้ไม่เหมาะสม ก็ยิ่งส่งผลให้บุคคลนั้นเกิดความตึงเครียดมากขึ้น ไม่สามารถจัดการกับความเครียดนั้นได้ย่อมทำให้บุคคลสูญเสียความมีคุณค่าในตนเอง สิ้นหวัง ย่อมนำ ไปสู่ความล้มเหลวในการดำเนินชีวิตในครอบครัว ที่ทำงานและสังคม

ลาซารัส (Lazarus, 1984: 143) กล่าวว่า การเผชิญปัญหาว่า เป็นความพยายามทางปัญญา และความพยายามทางพฤติกรรม เพื่อที่จะจัดการกับปัญหาหรือข้อเรียกร้องทั้งที่เกิดจากภายนอกและจากภายในรวมถึงการจัดการต่อความขัดแย้งระหว่างปัญหาหรือข้อเรียกร้องเหล่านั้น เมื่อบุคคลประเมินแล้วรับรู้ได้ว่าเป็นภาวะที่ตนถูกคุกคามหรือเป็นภาวะที่หนักเกินกว่าความสามารถของบุคคลที่จะรับได้

คาร์เวอร์ ไชยเออร์ และไวน์ทรอบ (Carver, Scheier & Weintraub,1989:267-283) ได้ให้ความหมายของพฤติกรรมการเผชิญปัญหาว่า เป็นพฤติกรรมที่บุคคลใช้ในการลดความขัดแย้งในใจความตึงเครียด เพื่อให้เกิดความสมดุลภายในตัวบุคคล ระหว่างบุคคล รวมทั้งเหตุการณ์ สิ่งแวดล้อมที่มากระทบทำให้บุคคลสามารถปรับตัว และปฏิบัติตัวได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ในสภาวะการณ์ต่างๆ ซึ่งจัดเป็นวิธีการเผชิญปัญหาที่มีประสิทธิภาพ มีแนวโน้มให้ผลทางบวก ในทางตรงกันข้าม หากวิธีการเผชิญปัญหานั้นไม่สามารถสร้างสมดุล หรือไม่สามารถแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสมแท้จริง เป็นวิธีการเผชิญปัญหาที่ด้อยประสิทธิภาพซึ่งมีแนวโน้มให้ผลทางลบ

เอื้ออารีย์ สาลิกา (2543) กล่าวว่า การเผชิญปัญหา เป็นกระบวนการซึ่งแสดงออกในรูปแบบของพฤติกรรมต่างๆทั้งในด้านความคิด การกระทำของบุคคลโดยหาวิธีการต่างๆรวมทั้งมีการใช้กระบวนการทางจิตใจในการพยายามที่จะกำจัด ควบคุม หรือบรรเทาเหตุการณ์ที่ตึงเครียด เพื่อลดความกดดันทางจิตใจ และอารมณ์ ลดความต้องการหรือความขัดแย้งภายในและภายนอกทำให้จิตใจกลับสู่ภาวะสมดุลตามเดิม

สิริพร เลียวกิติกุล (2545) ได้กล่าวว่า พฤติกรรมการเผชิญปัญหา เป็นความพยายามทางความคิดหรือพฤติกรรมที่บุคคลใช้เพื่อควบคุมปัญหา หรือบรรเทาความรู้สึกเครียดที่เกิดจากปัญหานั้นเพื่อให้ตนเองกลับสู่สภาวะสมดุลตามปกติ

สรุปได้ว่า การเผชิญปัญหา เป็นพฤติกรรมการรับรู้ความสามารถของบุคคลที่แสดงออกในรูปของการกระทำหรือความคิดที่พยายามหาวิธีการในการควบคุม จัดการกับสภาพปัญหาหรือเหตุการณ์ที่คุกคาม เพื่อลดความตึงเครียด ของบุคคลนั้น เพื่อให้สภาพความสมดุลของร่างกายกลับสู่ภาวะปกติ

ลักษณะวิธีการเผชิญปัญหา

มูส์และบิลลิ่ง (นิยดา พงศ์พาชำนาญ, 2535 : อ้างอิงจาก Moss & Billings, 1982: 212-230) จิตแพทย์และนักจิตวิทยาได้ให้ความสนใจว่า การเผชิญปัญหาของบุคคลนั้นมีพื้นฐานมาจากทฤษฎีจิตวิเคราะห์ พัฒนาของอีโก้ (Ego development) ทฤษฎีวงจรชีวิตที่เน้นพัฒนาการของบุคคล ทฤษฎีวิวัฒนาการและการปรับตัวเป็นการประเมินความนึกคิด และทฤษฎีทางวัฒนธรรม สังคม เศรษฐกิจ ที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อม จึงไดแบ่งวิธีการเผชิญปัญหาได้เป็น 3 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่1 การเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นการประเมินสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง (Appraisal focused coping)ประกอบด้วยวิธีเผชิญปัญหา 3 วิธี คือ

1. การวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล (Logical analysis)
2. การปรับเปลี่ยนความคิด (Cognitive redefinition) ได้แก่ การคิดทบทวนและการพิจารณาข้อดี ข้อเสีย ของสถานการณ์นั้นๆ
3. การหลีกหนีหรือหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญความคิด (Cognitive avoidance)ได้แก่ การปฏิเสธความจริง พยายามลืมเหตุการณ์ทั้งหมด และการฝันกลางวันถึงสิ่งที่พอใจ

กลุ่มที่ 2 การเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นการแก้ปัญหา (Problem focused copying)ประกอบด้วยวิธีเผชิญปัญหา 3 วิธี คือ

1. การแสวงหาข้อมูลหรือคำแนะนำ (Seek information and advice)
2. การลงมือแก้ปัญหา (Take problem solving action) ได้แก่ การพิจารณาหาทางเลือกที่เหมาะสมในการแก้ปัญหา พิจารณาข้อดี ข้อเสีย ในการดำเนินการเกี่ยวกับสถานการณ์ที่เป็นปัญหานั้น
3. การพัฒนาวิถีทางที่เหมาะสมในการแก้ปัญหา (Develop alternative rewards)เป็นการเปลี่ยนแปลงการกระทำของตนเอง และการสร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆที่ดีให้กับตนเอง ได้แก่ การสร้างสัมพันธภาพกับบุคคล การพัฒนาเอกลักษณ์และความเป็นอิสระของตนเองรวมทั้งการแสวงหาสิ่งทดแทน

กลุ่มที่ 3 การเผชิญปัญหาที่มุ่งเน้นที่อารมณ์ (Emotion focused coping)ประกอบด้วยวิธีเผชิญปัญหา 3 วิธี คือ

1. การควบคุมอารมณ์ต่างๆ (Affective regulation)
2. การทำจิตใจให้สงบ ไม่ทุรนทุรายยอมรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น (Resigned acceptance)
3. การระบายอารมณ์ (Emotion discharge) ซึ่งแสดงออกมาทางคำพูดหรือการกระทำ

มูส์และบิลลิ่งส์ เน้นว่า ความคิดเห็นเป็นปัจจัยสำคัญในการเลือกใช้วิธีเผชิญกับปัญหาและการเลือกใช้วิธีเผชิญปัญหาวิธีใดนั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยด้านตัวบุคคลและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมตลอดทั้งสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง

การเผชิญปัญหาตามแนวคิดของโกเซน และบุช

โกเซน และบุช (ฉัตรกมล ออกกิจวัตร, 2546: 31 – 32 อ้างอิงจาก Grossen & Bush, 1979: 51 – 56) ได้เผยแพร่ทฤษฎีการปรับตัวของเขา ซึ่งใช้ทฤษฎีของลาซารัสเป็นพื้นฐาน โดยการเผชิญปัญหาจะเป็นขั้นตอนหนึ่งของการปรับตัวตามความหมายของการเผชิญปัญหานั้น เขาใช้ตามแนวคิดของ ลาซารัส แต่รูปแบบหรือวิธีการเผชิญปัญหานั้น แบ่งตามผลการศึกษาของเวลแลนด์ที่รายงานไว้ตั้งแต่ ค.ศ. 1977 ซึ่งแบ่งวิธีเผชิญปัญหาเป็น 4 ระดับ จาก 18 วิธีดังนี้

ระดับที่ 1 กลไกทางจิต (Psychotic mechanism) ได้แก่ การปฏิเสธ การบิดเบือนความจริง และการหลงผิดโทษผู้อื่นหรือสิ่งอื่น

ระดับที่ 2 กลไกที่ไม่สมบูรณ์ (Immature mechanism) ได้แก่ การฝันกลางวัน การโทษผู้อื่นหรือสิ่งอื่น มีความรู้สึกว่าตนเองเจ็บป่วยอยู่ตลอดเวลา การก้าวร้าวแบบเงียบๆ และแอคติ้งเอ้าท์

ระดับที่ 3 กลไกทางระบบประสาท (Neurotic mechanism) ได้แก่ การใช้ปัญญา การเก็บกด การใช้ข้ออ้าง การหาแพะรับบาป และการแยกตัว โดยวิธีเหล่านี้จะเป็นกลไกการป้องกันตัว

ระดับที่ 4 กลไกที่ไม่สมบูรณ์ (Mature mechanism) ได้แก่ การมีน้ำใจหรือเห็นแก่ประโยชน์ของผู้อื่น การใช้อารมณ์ขัน การระงับความรู้สึกและการคาดการณ์ล่วงหน้า

ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาได้แก่ ค่านิยม สัญชาตญาณ อารมณ์ บุคลิกภาพ อายุ ความเชื่อ และความสำเร็จในการใช้วิธีเผชิญปัญหาเหล่านั้นๆในอดีต ซึ่งโกเซน และบุช (ฉัตรกมล ออกกิจวัตร, 2546: 31 – 32 อ้างอิงจาก Grossen & Bush, 1979: 51 – 56) ได้ใช้การตอบสนองทางอารมณ์และร่างกายเป็นเกณฑ์ในการวัดผลสำเร็จในการเผชิญปัญหา โดยปัจจัยต่างๆที่มีอิทธิพลต่อการตอบสนองดังกล่าว ได้แก่ เพศ อายุ ศาสนา จริยธรรมหรือวัฒนธรรม ระดับการศึกษา อาชีพ มนุษยสัมพันธ์ และภาวะสุขภาพ ส่วนปัจจัยด้านวิธีเผชิญปัญหานั้น พบว่า กลไกที่สมบูรณ์จะส่งเสริมให้บุคคลประสบผลสำเร็จในการเผชิญปัญหา

การเผชิญปัญหาตามแนวคิดของแมคคานิค

แมคคานิค (ฉัตรกมล ออกกิจวัตร, 2546: 35 – 35 อ้างอิงจาก Mechanic, 1982: 107 – 112) กล่าวว่า ความสำเร็จของการปรับตัวเมื่อประสบปัญหาของแต่ละบุคคลเกี่ยวข้องกับ 3 ด้าน คือ

1. บุคคลต้องมีความสามารถและความชำนาญที่จะเผชิญกับความต้องการของสังคมและสิ่งแวดล้อม เพื่อนำมาใช้ประโยชน์ได้ง่าย ในรูปของความสามารถในการเผชิญปัญหา สามารถที่จะนำและวางแผนเหตุการณ์ และมีอิทธิพลพอที่จะควบคุมความต้องการนั้นๆได้

2. บุคคลต้องการถูกกระตุ้นให้แสดงและมีปฏิกิริยา แม้ว่าเขาสามารถจะหนีจากความวิตกกังวลและความไม่สุขสบายได้ด้วยการถอยหนี ดังนั้นแรงจูงใจจึงสำคัญที่เข้าถึงความไม่สุขสบาย

3. บุคคลต้องสามารถรักษาสมดุลทางจิตใจไว้ได้ ดังนั้นเขาต้องสามารถกำหนดพลังงานและความชำนาญเพื่อนำไปสู่การดำเนินงาน โดยมีอีโก้เป็นผู้รับผิดชอบการกระทำที่แสดงออกมา

ลักษณะบุคคลที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการเผชิญปัญหาด้วยลักษณะผู้แก้ปัญหาประกอบด้วย

1. อารมณ์ของผู้เผชิญปัญหา ผู้ที่มีความวิตกกังวลหรือรู้สึกกดดัน ย่อมไม่สามารถคิดแก้ปัญหาได้ดีเท่าที่ควร

2. ระดับสติปัญญาของผู้เผชิญปัญหา ผู้ที่มีเชาว์ปัญญาต่างกัน ย่อมใช้วิธีการ ประสบการณ์ในการแก้ปัญหาต่างกัน โดยผู้ที่มีเชาว์ปัญญาสูงสามารถใช้วิธีการและหลักการที่สลับซับซ้อนในการแก้ปัญหาได้มากกว่าผู้ที่มีเชาว์ปัญญาต่ำ

3. ระดับแรงจูงใจ ที่ต่างกันจะมีผลต่อการแก้ปัญหาที่ต่างกัน คือ ผู้ที่มีความคาดหวังในความสำเร็จของการเผชิญปัญหาสูงจะมีแรงจูงใจมากกว่าผู้ที่มีความคาดหวังในความสำเร็จต่ำ

4. การฝึกให้รู้จักคิดหลายแบบ ใช้การเผชิญปัญหาหลายวิธีทำให้สามารถแก้ปัญหาได้ดีขึ้น

ซึ่งจากวิธีการเผชิญปัญหาดังกล่าว สามารถแบ่งการเผชิญปัญหาออกเป็น 2 แบบ ได้แก่

1. การเผชิญปัญหาแบบมีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย การเผชิญปัญหา 2 ด้านย่อย คือ

1.1 ด้านมุ่งเน้นการแก้ปัญหา ประกอบด้วยการเผชิญปัญหาเหล่านี้ คือ การลงมือดำเนินการ แก้ปัญหา การวางแผน การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การชะลอการเผชิญปัญหา และแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาการช่วยเหลือ

1.2 ด้านมุ่งเน้นอารมณ์ที่สนับสนุนการแก้ไขปัญหา ประกอบด้วย การเผชิญปัญหาเหล่านี้ คือ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อให้ได้รับกำลังใจ การตีความหมายใหม่ในทางบวก การพึ่งศาสนา การยอมรับ และการมีอารมณ์ขัน

2. การเผชิญปัญหาแบบด้อยประสิทธิภาพ ประกอบด้วย การเผชิญปัญหา 2 ด้านย่อย คือ3

2.1 ด้านมุ่งเน้นอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ไขปัญหา ประกอบด้วย การเผชิญปัญหาเหล่านี้ คือ การปฏิเสธ และการระบายอารมณ์

2.2 ด้านหลีกหนีปัญหา ประกอบด้วย การเผชิญปัญหาเหล่านี้ คือ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด และการใช้สุราและสารเสพติด

ส่วนวิธีการเผชิญปัญหาตามแนวคิดของ ลาซารัสและโฟล์คแมน (Lazarus & Folkman, 1984:141-157) ได้กล่าวถึงการเผชิญปัญหาเกิดขึ้น เมื่อบุคคลรับรู้ว่ามีการเปลี่ยนแปลงระหว่างตนเองกับสิ่งแวดล้อมคือปัญหาหรือเหตุการณ์มากระทบ บุคคลจะใช้กระบวนการทางความคิด ในการประเมินสถานการณ์ที่คุกคามต่อบุคคลว่าจะเกิดผลดีหรือผลเสียต่อตนเอง มีผลร้ายแรงหรือผลในทางบวกกับตนเอง และเมื่อบุคคลประเมินสถานการณ์นั้นก่อให้เกิดภาวะเครียด ซึ่งจะมีการจัดการปัญหาในลักษณะ ซึ่งประกอบด้วย 2 ขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 การประเมินสถานการณ์ แบ่งย่อยเป็น 2 ระยะ ดังนี้

1.1 การประเมินปฐมภูมิ คือ การที่บุคคลใช้สติปัญญา ความรู้และประสบการณ์มาประเมินสถานการณ์ เพื่อตัดสินว่ามีผลกระทบต่อตนเองอย่างไร

1.2 การประเมินทุติยภูมิ เป็นการประเมินตัดสิน โดยพิจารณาจากแหล่งประโยชน์ และทางเลือกที่จะจัดการกับเหตุการณ์นั้นๆที่ตนได้ประเมินแล้วว่าอันตรายหรือคุกคามต่อตนเอง การประเมินชนิดทุติยภูมิอาจเกิดขึ้นหลังการประเมินแล้ว บุคคลจะเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหาหากความเครียดไม่ลดลงหรือหมดไป บุคคลจะต้องเปลี่ยนการประเมินใหม่ว่ามีผลดีผลเสียกับตนเองร้ายแรงกับตนเองไหม หรือเป็นภาวะความตึงเครียดที่ยังคงมีอยู่

ขั้นตอนที่ 2 การเผชิญปัญหา เมื่อบุคคลประเมินสถานการณ์นั้นว่าก่อให้เกิดภาวะความเครียดหรือปัญหากับตนเอง เขาก็จะต้องเผชิญปัญหานั้นๆ โดยแบ่งย่อยเป็น 2 ประเภท ดังนี้

2.1 การเผชิญปัญหาโดยมุ่งแก้ไขปัญหา (Problem focused coping) เป็นความพยายามที่มุ่งกำหนดขอบเขตของปัญหา หาทางเลือก พิจารณาข้อดีและข้อบกพร่องของแต่ละทางเลือก ตัดสินใจเลือกทางเลือกและลงมือแก้ไขปัญหา โดยการมุ่งที่ปัญหานั้นมีเป้าหมายที่สิ่งแวดล้อมรวมทั้งเปลี่ยนแปลงสถานการณ์ให้ลดแรงคุกคาม ประเมินสิ่งกีดขวาง และวิธีดำเนินการ และมีเป้าหมายในการช่วยให้สามารถแก้ไขปัญหา เช่น การยอมรับสถานการณ์ที่เกิดขึ้น การแสวงหาข้อมูล การแสวงหาทรัพยากร การพยายามหาวิธีแก้ปัญหาอย่างเหมาะสม รวมทั้งการเรียนรู้ทักษะและวิธีการใหม่ๆ

2.2 การเผชิญปัญหาโดยมุ่งแก้ไขอารมณ์ที่เป็นทุกข์(Emotional focused coping) เป็นการเผชิญปัญหาที่มุ่งลดอารมณ์หรือความรู้สึกที่ไม่เป็นสุขไม่สบายใจโดยไม่เปลี่ยนแปลงสถานการณ์จริง นำเอากระบวนการทางความคิดหรือการหรือการใช้กลไกทางจิต เกิดขึ้นในระดับที่ไม่รู้ตัวได้แก่

2.2.1 การเปลี่ยนแปลงความหมายของสถานการณ์ใหม่ (Cognitive reappraisal) เช่น การค้นหาข้อดีจากสถานการณ์นั้นใหม่ หรืออาจใช้กลไกทางจิต (Defensive reappraisal) เช่น การปฏิเสธความจริง ซึ่งบิดเบือนความเป็นจริงและหลอกตัวเอง

2.2.2 การไม่ได้เปลี่ยนแปลงความหมายของสถานการณ์ เช่น หลีกเลี่ยงไม่คิดถึง

2.2.3 กลยุทธ์ทางพฤติกรรม เช่น การออกกำลังกาย การสะกดจิต การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ การระบายอารมณ์โกรธ การแสวงหาการสนับสนุนทางอารมณ์จากผู้อื่น เป็นต้น

ทั้งนี้ในการจัดการกับปัญหานั้น บุคคลจะใช้ทั้งการมุ่งแก้ปัญหาและมุ่งที่อารมณ์ แต่ในสถานการณ์ที่รุนแรง บุคคลจะเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดโดยมุ่งที่อารมณ์มากกว่าการเผชิญความเครียดโดยมุ่งที่ปัญหา ในทางตรงกันข้าม หากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นผ่านการประเมินด้วยกระบวนความคิดรู้ (Cognitive appraisal) ว่ามีความรุนแรงน้อย บุคคลจะเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดที่มุ่งเน้นการแก้ไขปัญหามากกว่า พฤติกรรมการเผชิญความเครียดที่มุ่งเน้นแก้ไขอารมณ์ นอกจากนี้วิธีการทีบุคคลใช้ในการเผชิญความเครียดนั้น ขึ้นอยู่กับทรัพยากรที่มีอยู่ในบริบทนั้นๆ

การเผชิญปัญหาเป็นกระบวนการที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา โดยการเผชิญปัญหาที่บุคคลใช้นั้นเป็นการผสมผสานระหว่างการมุ่งแก้ไขปัญหาและการมุ่งลดอารมณ์ตึงเครียดในการเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหานั้น พบว่ามีปัจจัยด้านบุคคลจะมีผลต่อการเลือกใช้วิธีเผชิญปัญหาได้แก่ ประสบการณ์ในอดีต ความเชื่อ ภาวะสุขภาพ ความชำนาญแก้ปัญหา บุคลิกภาพ และได้รับการสนับสนุน เป็นต้น

สำหรับวิธีการเผชิญปัญหานั้น โคเฮนและลาซารัส (Cohen & Lazarus, 1983: 608-620) ได้แบ่งออกเป็น 5 วิธี คือ

1. การแสวงหาข้อมูล (Information seeking) เป็นความพยายามที่จะเรียนรู้เกี่ยวกับปัญหาที่เกิดขึ้นและหาแนวทางแก้ไข

2. การกระทำโดยตรง (Direct actions) เป็นการกระทำโดยตรงต่อปัญหาที่เกิดขึ้น

3. การหยุดยั้งการกระทำ (Inhibition action) เป็นการกระทำที่ตรงข้ามกับการกระทำโดยตรง คือ ไม่กระทำอะไรเลย หยุดกระทำในกิจกรรมที่คิดว่าเป็นอันตราย

4. การใช้กลไกทางจิตหรือกระบวนการรู้คิด (Intrapsychic or cognitive process) เป็นการประเมินเหตุการณ์ซ้ำ เบี่ยงเบนความสนใจ หรือแสวงหาความพอใจจากสิ่งอื่น รวมถึงการใช้กลไกการป้องกันตนเอง เช่น การปฏิเสธ เป็นต้น

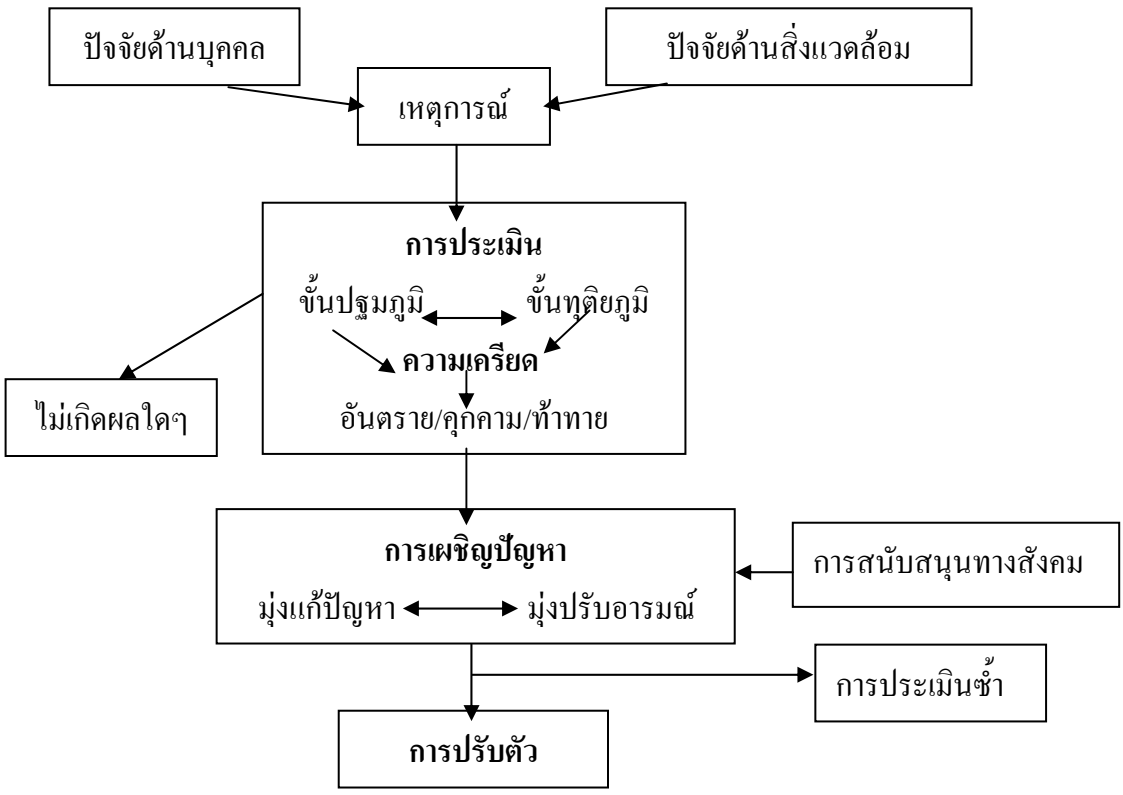
5. การกลับไปแสวงหาความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น (Turning to others for support) เพื่อเป็นการเพิ่มความพยายามของบุคคลในการเผชิญปัญหา

ทั้งนี้ลาซารัส(Lazarus, 1966: 258-262)ได้สรุปวิธีเผชิญปัญหาต่อภาวะเครียดไว้ 3 ลักษณะ คือ

1. การเข้าต่อสู้ (Attack) เป็นความพยายามของบุคคลที่จะขจัดสิ่งที่มาขัดขวางเป้าหมาย โดยพยายามเอาชนะอุปสรรคด้วยการเลือกวิธีการที่เหมาะสม ปรับปรุงวิธีการที่มีอยู่เพื่อเอาชนะอุปสรรค

2. การถอยหนี (Withdrawal) บุคคลเรียนรู้ตั้งแต่วัยเด็กเมื่อพบกับสิ่งที่เป็นอันตรายมักจะใช้วิธีการถอยหนี เช่น การชักมือหรือเท้า เพื่อหนีไฟ เมื่อเป็นผู้ใหญ่ก็จะใช้วิธีการแบบเดิมที่เคยใช้ในวัยเด็กคือลักษณะการหลีกเลี่ยงลดการเข้าไปเกี่ยวข้องกับสถานการณ์เหล่านั้นได้แก่ การเก็บกด (Repression) การถดถอย การแยกตนเองหรือหลีกเลี่ยง (Withdrawal) การเพ้อฝัน (Fantasy) เป็นต้น

3. การประนีประนอม (Compromise) บุคคลจะใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบประนีประนอมเมื่อต้องเผชิญปัญหาที่ยุ่งยากมากๆ ซึ่งไม่สามารถเอาชนะได้ ขณะเดียวกันก็ไม่สามารถหลบเลี่ยงได้ บุคคลจะใช้วิธีประนีประนอมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายได้มากที่สุด หรือบางครั้งอาจต้องเปลี่ยนเป้าหมายได้แก่ การชดเชย การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง (Rationalization) การเรียนแบบ(Identification) ทั้งนี้กระบวนการเผชิญปัญหา ตามแนวคิดของ ลาซารัส ซึ่ง เชลลี่ (สิริพร เลียวกิติกุล, 2545: 32; อ้างอิงจาก Shelley, 1991:32; citing Lazarus & Folkman, 1984: 305) ได้สรุปเป็นกรอบความคิดไว้ดังนี้



ภาพประกอบ 4 แสดงกรอบทฤษฎีของ ความเครียด การเผชิญปัญหาและการปรับตัว

ความเครียดและการเผชิญปัญหา พบว่า เมื่อบุคคลประสบกับเหตุการณ์ที่บุคคลประเมินและรับรู้ว่าเป็นภัยคุกคามต่อตนเองจะมีปฏิกิริยาตอบสนอง เกิดเป็นความเครียดที่ต้องเผชิญ เพื่อแก้ปัญหานั้นเพื่อลดความตึงเครียดแต่ถ้าพยามหาทางแก้ปัญหาหรือสาเหตุของปัญหาไม่ได้ จะหันกลับมาแก้ไขอารมณ์ตนเอง เพื่อเข้าสู่ในระยะการปรับตัวต่อไป เพื่อรักษาสมดุลของร่างกายจิตใจ พร้อมที่จะรับสู่สถานการณ์อื่นๆเข้ามา

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเผชิญปัญหา ตามการศึกษาของ รัชดา ไชยโยธา (2543:74) และ ฉัตรกมล ออกกิจวัตร (2546:69-71) ประกอบด้วย

1. ปัจจัยชีวสังคม เช่น สถานภาพสมรส การศึกษา อายุ เพศ ภาวะสุขภาพ ศาสนา เป็นต้น
2. ประสบการณ์ในอดีตช่วยให้บุคคลเรียนรู้ต่อความเครียด และปัญหาทำให้เผชิญ และตัดสินใจในการเลือกวิธีการแก้ปัญหาต่างๆได้ดีขึ้น ความสำเร็จในการใช้วิธีการเผชิญปัญหา
3. การรับสถานการณ์รุนแรงของปัญหาได้ดีตามการรับรู้ถึงความรุนแรงของปัญหาต่างกัน
4. บุคคลที่มีการปรับตัวที่ดี มีขวัญกำลังใจดี สุขภาพจิตดี
5. บุคลิกภาพที่มีความเข้มแข็ง สามรถเผชิญกับปัญหาได้ดี
6. แหล่งประโยชน์จากสิ่งแวดล้อมที่มีอยู่ในสถานการณ์นั้น เช่น ภาวะสุขภาพ การมองโลกในแง่ดี ความขยันขันแข็ง มีการคิดอย่างมีเหตุผล มีทักษะด้านสังคมดี มีแรงสนับสนุนทางสังคม มีแหล่งทรัพยากร งบประมาณ อุปกรณ์พร้อม เป็นต้น

ซึ่งจากแนวคิดการเผชิญปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสามารถแบ่งการเผชิญปัญหาออกเป็น 2 ลักษณะ ได้แก่

1. การเผชิญปัญหาแบบมีประสิทธิภาพ ประกอบด้วย การเผชิญปัญหา 2 ด้านย่อย คือ

1.1 ด้านมุ่งเน้นการแก้ปัญหา คือ การลงมือดำเนินการ แก้ปัญหา การวางแผน การระงับกิจกรรมอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง การชะลอการเผชิญปัญหา และแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อหาการช่วยเหลือ

1.2 ด้านมุ่งเน้นอารมณ์ที่สนับสนุนการแก้ไขปัญหา คือ การแสวงหาการสนับสนุนทางสังคมเพื่อให้ได้รับกำลังใจ การตีความหมายใหม่ในทางบวก การพึ่งศาสนา การยอมรับ และการมีอารมณ์ขัน

2. การเผชิญปัญหาแบบด้อยประสิทธิภาพ ประกอบด้วยการเผชิญปัญหา 2 ด้านคือ

2.1 ด้านมุ่งเน้นอารมณ์ที่ไม่สนับสนุนการแก้ไขปัญหาคือ การปฏิเสธและการระบายอารมณ์

2.2 ด้านหลีกหนีปัญหา คือ การไม่แสดงออกทางพฤติกรรม การไม่เกี่ยวข้องทางความคิด และการใช้สุราและสารเสพติด

ทั้งนี้จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามที่ฮาสิด้า (Hasida, 2005:188-196) ได้ศึกษาการเผชิญปัญหาความทุกข์ยากและสถานการณ์ในชีวิตโดยที่งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ ศึกษารูปแบบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรชีวสังคม การเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหา การเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์และความทุกข์ยาก ของกลุ่มตัวอย่างชาวอิสราเอลจำนวน 510 คน ผลการวิจัยพบว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์ มีความสัมพันธ์เชิงบวกสูงกับความทุกข์ยาก ในขณะที่การเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหามีความสัมพันธ์เชิงลบกับความทุกข์ยากในระดับที่ต่ำกว่า การเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ปัญหานั้นเหมาะสมกับผู้ที่มีประสบการณ์ในชีวิตมาก่อน และสถานการณ์ความเครียดจะเพิ่มมากขึ้น จากผลของการใช้เทคนิคการเผชิญปัญหาต่อความทุกข์ยากนั้น

สรุปได้ว่า ในการจัดการกับปัญหานั้น บุคคลจะใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งที่ปรับอารมณ์ เพราะในสถานการณ์ที่รุนแรง บุคคลจะเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดโดยมุ่งที่อารมณ์มากกว่าการเผชิญความเครียดโดยมุ่งที่ปัญหา ในทางตรงกันข้าม หากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นผ่านการประเมินด้วยกระบวนความคิดรู้ (Cognitive appraisal) ว่ามีความรุนแรงน้อย บุคคลจะเลือกใช้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดที่มุ่งเน้นการแก้ไขปัญหามากกว่าพฤติกรรมการเผชิญความเครียดที่มุ่งเน้นการแก้ไขอารมณ์นอกจากนี้วิธีการที่บุคคลใช้ในการเผชิญความเครียดนั้น ยังขึ้นอยู่กับทรัพยากรที่มีอยู่ในบริบทนั้นๆ เนื่องจากการเผชิญปัญหาเป็นกระบวนการที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา โดยการเผชิญปัญหาที่บุคคลใช้นั้นเป็นการผสมผสานระหว่างการมุ่งแก้ไขปัญหา และการมุ่งลดอารมณ์ตึงเครียดในการเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหานั้น พบว่า ปัจจัยด้านตัวบุคคลจะมีผลต่อการเลือกใช้วิธีการเผชิญปัญหา ได้แก่ ประสบการณ์ในอดีต ความเชื่อ ภาวะสุขภาพ ความชำนาญในการแก้ปัญหา บุคลิกภาพ และการได้รับความเกื้อหนุน เป็นต้น

1.3 การปรับตัว (Adjustment)

โลแกน (พวงเพ็ญ ชุณหปราณ และคณะ, 2543: 8 อ้างอิงจาก Logan,1999) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับสภาวะแวดล้อมและสิ่งเร้าที่ไม่เหมาะสมกับมนุษย์ การปรับตัวนี้ดำเนินมาตลอดชีวิตของมนุษย์ นับตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงวันสิ้นสุดของชีวิต ความสามารถในการปรับตัวทำให้มนุษย์มีความแตกต่างจากสิ่งมีชีวิตอื่นๆ ยิ่งมีความเจริญเท่าไรการปรับตัวก็ยิ่งมากเท่านั้น ในการปรับตัวของมนุษย์นั้น รวมถึงกลไกทางสังคม ซึ่งเป็นความสามารถของแต่ละบุคคลหรือแต่ละกลุ่มที่จะปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมหรือนิสัย วิถีการดำรงชีวิตหรือทั้งสามอย่าง เพื่อให้สามารถมีชีวิตอยู่และได้รับการตอบสนองตามที่แต่ละบุคคลต้องการ

ดังนั้น การปรับตัว จึงเป็นกระบวนการที่บุคคลใช้ความพยายามในการปรับตัวเมื่อต้องเผชิญกับสภาพปัญหาความอึดอัดใจ ความคับข้องใจความเครียด ความทุกข์ใจ ความวิตกกังวลต่าง ๆ จนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้น สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมหรือสภาพปัญหานั้น ๆ ได้ อย่างมีความสุข แสดงว่าบุคคลนั้นมีสุขภาพจิตดี

นอกจากนี้ตามทฤษฎีของอิริคสัน กล่าวถึงปริมาณการปรับตัวในขั้นปัจจุบัน ถ้ามีมากหรือปรับตัวได้ดี แสดงว่าบุคคลนั้นสามารถปรับตัวได้ดี ได้มากในขั้นก่อน ๆ ตามช่วงอายุและคาดได้ว่าจะสามารถปรับตัวได้มากในขั้นต่าง ๆ ประสบการณ์ในอดีตมีความสำคัญยิ่ง ดังพัฒนาการ 8 ขั้น ตามช่วงอายุ 0- 1 ปีครึ่ง ขั้นไว้วางใจ อายุ 1ปีครึ่ง-3 ปี เป็นตัวของตัวเอง อายุ 3-6 ปี มีความคิดริเริ่ม อายุ 6-13 ความขยันขันแข็ง อายุ 13 –19 ปี การบรรลุเอกลักษณ์แห่งตน อายุ 20-35 ปี มีความใกล้ชิดผูกพัน อายุ 36-59 ปี การสร้างขยายไม่ล้าถอย อายุ60-80 ปีความภาคภูมิใจในเกียรติ ไม่สิ้นหวัง

สาเหตุของการปรับตัว

วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545: 2-3) ได้กล่าวถึงสาเหตุของการปรับตัวว่าโดยทั่วไปเป็นเรื่องของธรรมชาติของทุกสิ่งมีชีวิตก็ต้องมีการปรับตัวเพื่อความอยู่รอดของชีวิต สาเหตุของการปรับตัวได้แก่

1. เพื่อความอยู่รอดของชีวิต ตลอดชั่วชีวิตของบุคคลหนึ่ง ย่อมผ่านช่วงชีวิตมากมาย พบกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ ตั้งแต่ปฏิสนธิจนโตต้องพบกับเปลี่ยนแปลงในแต่ละช่วงชีวิต

2. เพื่อความสุข การปรับตัวช่วยให้เรายอมรับสภาพการณ์และสภาพปัญหาที่เกิดขึ้น แล้วพยายามหาวิธีแก้ไข หรือบรรเทาให้เบาบางลง จึงอาจใช้วิธีการแก้ปัญหาด้วยตนเอง หรือแสวงหาบุคคลช่วยแก้ไข เมื่อสุดท้ายปัญหาคลี่คลาย ความคิด ความรู้สึกต่าง ๆ จะดีขึ้น มีความสุข และเกิดภาคภูมิใจในตนเอง โดยความสุขเป็นเป้าหมายสูงสุดที่ทุกคนพึงปรารถนา ความสุขจึงเป็นความรู้สึกของบุคคลที่รับรู้แตกต่างกัน บางคนอาจเป็นความพอใจที่ตนเองเป็นอยู่เป็นความสนใจ สมปรารถนาในสิ่งที่คาดหวัง ความสุขที่แท้จริงอยู่ที่ตัวบุคคลนั้นเองกำหนด บางคนกำหนดความสุขได้โดยรู้จักการปล่อยวางในชีวิตไม่ยึดมั่นถือมั่น

วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545: 213-215) ได้กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่ปรับตัวได้ดี ว่าเป็นบุคคลที่มีลักษณะดังนี้

1. รู้จักและเข้าใจตนเองอย่างท่องแท้ โดยปราศจากอคติ
2. ยอมรับในสิ่งที่ตนเองเป็น กล่าวคือ เป็นผู้ที่มี"ความพอใจในตนเอง"
3. ใจกว้าง ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
4. มองโลกในแง่ดี มีความคิดทางบวกมากกว่าความคิดด้านลบ
5. มีความเชื่อมั่นคนเองไม่ตกอยู่ใต้ความกดดันจากบุคคล หรือสถานการณ์อื่นใด
6. รู้จักควบคุมอารมณ์และรู้จักจัดการกับอารมณ์อย่างเหมาะสมหรือที่เรียกว่า มีความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional quotient)
7. สามารถเผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคใดๆ ได้ด้วยความมีสติ และใช้ปัญญาในการแก้ปัญหาและอุปสรรคในชีวิตได้
8. มักจะประสบความสำเร็จในชีวิตส่วนตัว การงาน และอาชีพ
9. สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข

ดังการเปรียบเทียบลักษณะของคนมีความสุขและความทุกข์ (วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์, 2545: 213-215)

ลักษณะคนที่มีความสุข	ลักษณะคนที่มีความทุกข์
1. พึงพอใจในสิ่งที่ตนเองมี	1. สงสารตนเอง
2. พึงพอใจในความสำเร็จของตนเอง	2. ต้องการความช่วยเหลือ
3. พึงพอใจสุขในสภาพความเป็นอยู่	3. มีข้อเรียกร้องเสมอ ไม่พอใจในสภาพตนเอง
4. รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น	4. ต้องการความเห็นอกเห็นใจ
5. เคารพตนเอง ยอมรับนับถือตนเอง	5. ไม่เห็นคุณค่าในตนเอง
6. มีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีเหตุผล	6. อาฆาต ต้องการแก้แค้น
7. ยกย่อง สรรเสริญผู้อื่น	7. ตำหนิติเตียนผู้อื่น
8. พึงพอใจ / ชื่นชมในความสำเร็จของผู้อื่น	8. โทษผู้อื่น โยดความผิดให้ผู้อื่น คอยจับผิดผู้อื่น
9. ยอมรับนับถือความคิดเห็นของคนผู้อื่น	9. เห็นแก่ตัว ใจแคบ ไม่ยอมรับฟังความเห็นผู้อื่น

ตาราง 1 แสดงการเปรียบเทียบลักษณะของคนที่มีความสุขและลักษณะคนที่มีความทุกข์

แนวทางในการปรับตัวอย่างมีความสุข สามารถกระทำได้ ดังนี้

1. พึงพอใจในตนเอง รู้สึกถึงความมีคุณค่าในตนเอง รู้จักปล่อยวาง ปรับใจปรับความคิด ความรู้สึก ให้มีสติที่มั่นคงไม่วู่วาม

2. ยอมรับความเป็นจริง ว่าทุกสิ่งทุกอย่างมีเหตุปัจจัย เข้าใจหลักธรรมชาติ เป็นเหตุเป็นผล มองหาแง่ดีจากสถานการณ์ที่เลวร้าย

3. มีความหวังและกำลังใจ มีสติและมองหาความช่วยเหลือไม่วู่วาม สร้างกำลังใจให้ตนเอง

4. มองโลกในแง่ดี เข้าใจสัจธรรมความเป็นจริงของชีวิต เข้าใจผู้อื่น สังคมและสภาพแวดล้อม คิดหาเหตุผลมาอธิบายให้ถูกต้องเหมาะสมเพื่อทำให้ไม่รู้สึกโกรธแค้น ไม่อาฆาตจองเวรผู้อื่น

5. ยอมรับความแตกต่างของบุคคลและดูแลสุขภาพตนเองให้เข้มแข็ง

แนวทางการปรับปรุงตนเองให้มีความสุขในการทำงานและอยู่ร่วมกับผู้อื่น

1. ต้องเป็นผู้มีบุคลิกภาพดีทั้งการแต่งกาย กิริยา มารยาท การพูด การเดิน การนั่ง

2. ต้องมีศิลปะในการเข้ากับคน โดยการศึกษาผู้ที่เราติดต่อด้วย เช่น ฐานะความเป็นอยู่ สุขภาพร่างกาย อุปนิสัยใจคอ หรือ ความรู้ความสามารถ เป็นต้น

3. เรียนรู้วิธีชนะใจคน ได้แก่ มีความจริงใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ ยกย่อง ยอมรับผู้อื่น ให้ความร่วมมือช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

4. ต้องมีความรอบรู้ในเรื่องต่างๆที่เกี่ยวข้อง เช่น ถ้าทำงานก็ควรมีความรู้ความเข้าใจในงานที่ทำอย่างดีหรือถ้าในการดำเนินชีวิต ต้องรู้จักชีวิตเป็นอย่างดีและเข้าใจหลักดำเนินชีวิตที่ถูกต้องดีงาม

5. มีคุณสมบัติของผู้ดี คือ มีความคิด ความประพฤติ การปฏิบัติดีต่อผู้อื่นทั้งต่อหน้าลับหลัง

6. รู้จักควบคุมอารมณ์ ควบคุมความรู้สึกได้ดี ตอบสนองต่ออารมณ์ความรู้สึกได้ถูกต้องเหมาะสมกับสถานการณ์ ไม่โมโห ฉุนเฉียว หลงตนเอง ใช้อำนาจตัดสินใจ มีอคติ

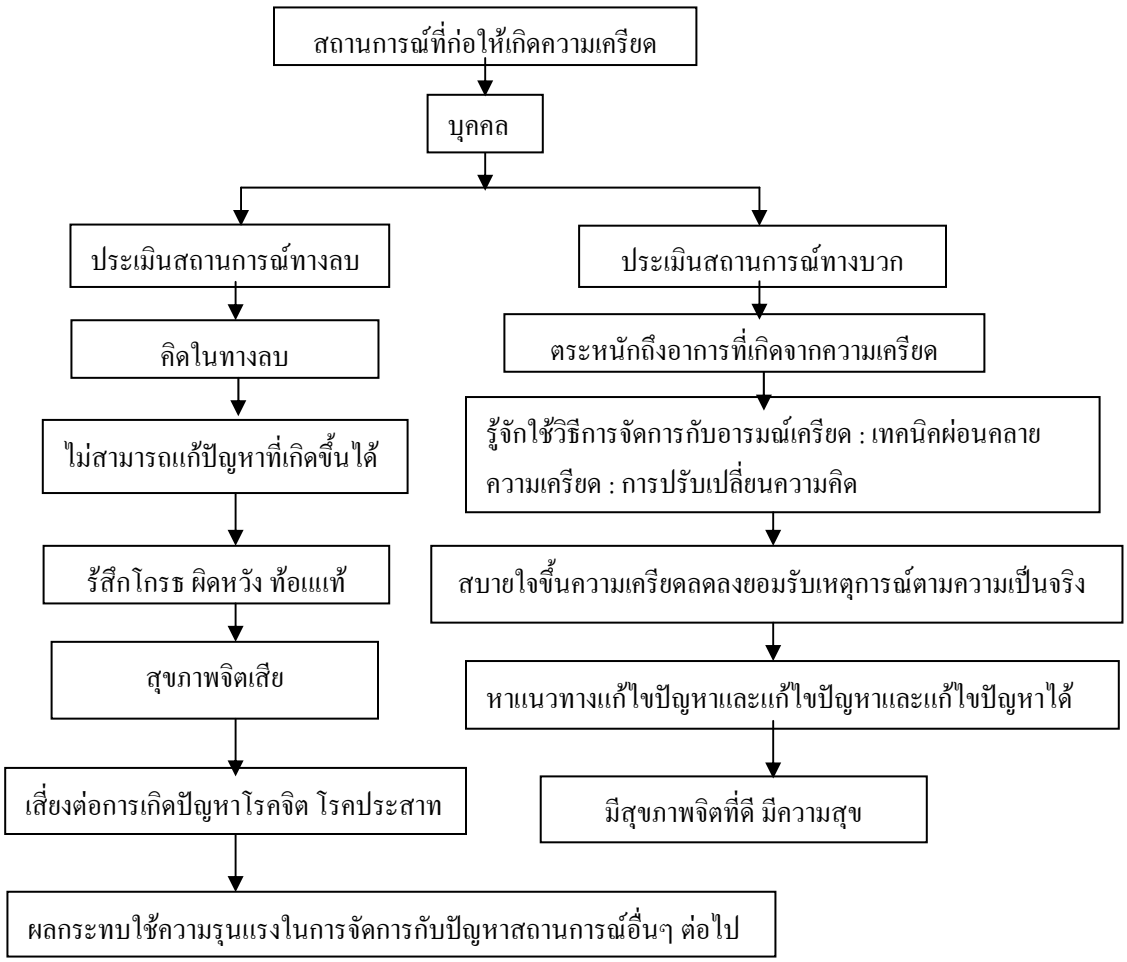
7. มีศิลปะของการวิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่น มีศิลปะในการฟัง

8. มีเจตคติที่ดีต่อตนเอง มองโลกในแง่ดีทั้งสถานการณ์และบุคคล

9. คำนึงถึงผลประโยชน์ของผู้อื่นบ้าง และรู้จักให้และรับ รู้จักเสียสละความอดทนรอคอย

การปรับตัวให้สมดุล

เมื่อบุคคลเผชิญกับสถานการณ์ที่รับรู้ว่าเป็นปัญหาหรือเป็นภัยคุกคาม และไม่สามารถเผชิญและแก้ปัญหาได้เหมาะสม บุคคลจะมีการปรับตัวเพื่อให้ชีวิตอยู่รอด ได้ด้วยการปรับกลไกในร่างกายทั้งด้านอารมณ์ จิตใจและสิ่งแวดล้อม การปรับตัวที่ไม่เหมาะสมจึงเป็นลักษณะแบบไม่สร้างสรรค์เป็นการแสดงออกในการทำลาย การถอนตัวจากสังคมการไม่ทำอะไร เป็นบุคลิกภาพแบบตาย และมักใช้การแก้ปัญหาแบบรุนแรงสู่ ผลกระทบต่อตนเอง ด้วยการทำร้ายร่างกายตนเอง ทำร้ายครอบครัวบุคคลใกล้ชิดและต่อต้านสังคม ถอนตัวจากสังคมไม่ให้ความร่วมมือในการทำงาน ศักยภาพในการทำงานลดลง ดังภาพประกอบ ตามที่ วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545: 121) เสนอดังนี้



ภาพประกอบ 5 แสดงการเผชิญปัญหา การไม่สามารถจัดการกับปัญหาและปรับตัวได้

สรุปได้ว่า การปรับตัว หมายถึง ความสามารถในการจัดการกับสภาวะแวดล้อมและสิ่งเร้าที่ไม่เหมาะสมกับมนุษย์ การปรับตัวนี้ดำเนินมาตลอดชีวิตของมนุษย์ นับตั้งแต่ปฏิสนธิจนถึงวันสิ้นสุดของชีวิต ความสามารถในการปรับตัวทำให้มนุษย์มีความแตกต่างจากสิ่งมีชีวิตอื่นๆ ยิ่งมีความเจริญเท่าไร การปรับตัวก็ยิ่งมากเท่านั้น ในการปรับตัวของมนุษย์นั้น รวมถึงกลไกทางสังคม ซึ่งเป็นความสามารถของแต่ละบุคคลหรือแต่ละกลุ่มที่จะปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมหรือนิสัย วิถีการดำรงชีวิตหรือทั้งสามอย่าง เพื่อให้สามารถมีชีวิตอยู่และได้รับการตอบสนองตามที่แต่ละบุคคลต้องการ

ซึ่ง พวงเพ็ญ ชุณหปราณและคณะ (2543:8-10) ได้กล่าวถึง ปัจจัยที่มีผลต่อการปรับตัว ไว้ดังนี้

1. ปัจจัยด้านประสบการณ์และการเรียนรู้ คนเราอาจจะเคยเห็นผู้อื่นปรับตัวหรือเรียนรู้จากผู้ใหญ่ เพื่อนๆ หรือจากการอ่านหนังสือ

2. ปัจจัยด้านสรีรวิทยา ตามปกติอวัยวะต่างๆจะมีขีดความสามารถทำงานได้มากกว่าปกติในยามฉุกเฉิน เพราะได้เก็บพลังงานสำรองไว้ ได้แก่ เม็ดเลือดแดงสามารถนำออกซิเจนได้มากกว่าปกติ ตับสามารถเก็บกลูโคสไว้ใช้ในยามฉุกเฉิน เป็นต้น และธรรมชาติยังได้สร้างอวัยวะเป็นคู่ ๆ เมื่ออวัยวะข้างใดข้างหนึ่งเสียไป อีกข้างหนึ่งก็สามารถทำแทนได้ เช่น ไตของคน เป็นต้น

3. ความรวดเร็วของสภาวะที่เกิดขึ้น ถ้าสภาวะที่ต้องปรับตัวเกิดขึ้นอย่างค่อยเป็นค่อยไป คนเราจะสามารถปรับตัวได้ดีกว่า การเกิดสิ่งเร้ารุนแรงทันทีทันได เช่นการเสียเลือดออกจากร่างกายทีละน้อย ทางริดสีดวงทวารคนเราทนได้มากกว่าการเสียเลือดครั้งเดียวจำนวนมากจากการกระดูกหัก

4. กรรมพันธุ์และอายุ การปรับตัวของคนขึ้นอยู่กับกรรมพันธุ์ บางคนจะทนต่อโรคบางอย่างได้ดีกว่าอีกคนหนึ่ง เด็กและผู้สูงอายุจะปรับตัวได้น้อยกว่าวัยรุ่นหรือวัยผู้ใหญ่

5. สภาวะสุขภาพเดิมของคนจะมีผลต่อการปรับตัว ถ้าสุขภาพเดิมดี การปรับตัวก็จะดีด้วย แต่ถ้ามีการเจ็บป่วยอยู่ก่อน การปรับตัวจะใช้เวลานาน บุคคลจะอยู่ในภาวะวิกฤตนาน

6. ภาวะโภชนาการ คนที่ขาดอาหารก็จะทำให้การปรับตัวไม่ดี อาหารที่เรารับประทานเข้าไป มีแร่ธาตุต่างๆจำนวนมาก ได้แก่ เกลือแร่ ไขมัน โปรตีน ไวตามินแร่ธาตุเหล่านี้จะก่อให้เกิดเอนไซม์และความต้านทานโรค ทำให้แผลหายเร็ว ความอ้วนและการติดสุราทำให้การปรับตัวไม่ดี

7. วงจรชีวภาพของบุคคลเป็นช่วงจังหวะและเวลา วงจรเหล่านี้จะดำเนินไปตามธรรมชาติ ทำให้คนเรา นอนหลับ กินอาหาร ทำงาน พักผ่อน ตามเวลาของวงจรชีวภาพ ฮอร์โมนต่างๆจะหลั่งออกจากร่างกายตามกำหนดเวลาและมีมากน้อยตามกิจกรรมที่ทำในแต่ละวัน เช่น อุณหภูมิคนเราจะขึ้นสูงสุดตอนเย็นและจะต่ำที่สุดตอนที่เรานอนหลับไปนาน ๆ ระดับคอร์ติโซนจะสูงสุดในเวลา 8-9 โมงเช้า ฮอร์โมนการเติบโตจะหลั่งมากที่สุดเมื่อเริ่มหลับ ถ้าวงจรชีวภาพเปลี่ยนแปลงไปจะทำให้ระบบต่างๆในร่างกายผิดปกติ การทำงานผลัดกลางคืน การข้ามทวีปที่มีเวลาแตกต่างกัน

8. ปัจจัยด้านจิตสังคม เช่น การศึกษา บุคคลที่มีการศึกษาจะปรับตัวได้ดีกว่า เป็นต้น

สรุปได้ว่า การปรับตัวต้องอาศัยกลไกทางสรีรวิทยา เพื่อให้สภาวะของร่างกายกับสภาพแวดล้อมมีความสมดุลย์กัน และสภาวะภายในร่างกายในระบบต่างๆสามารถควบคุมการทำงาน

ของอวัยวะต่างๆของร่างกายได้อย่างเป็นปกติของชีวิต สอดคล้องดังผลการวิจัยของ เชค (Shek, 1996) ได้ศึกษา การปรับตัวในชีวิตสมรส ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับบุตร และ ความสุขใจของชีวิตสมรส ในฮ่องกงซึ่งงานวิจัยได้รับรางวัยดีเลิศจากสภาวิจัยของประเทศ เขาได้สร้างเครื่องมือวัด เพื่อหาความคงที่และความเชื่อมั่น 2 รอบ พร้อมสัมภาษณ์และทำการเก็บข้อมูลคู่สมรสจีน 1,051 คู่ อายุระหว่าง 30-60 ปี พบว่า คู่สมรสที่ไม่สามารถปรับตัวในชีวิตสมรสได้จะแสดงออกอาการทางจิต และอาการวิกฤตชีวิตวัยกลางคน (Psychiatric and midlife crisis symptoms) และคุณภาพชีวิตครอบครัวเป็นตัวทำนายความสุขของคู่สมรส และความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับบุตร และคุณภาพการสมซึ่งวัดจากความลงรอยกัน ความพึงพอใจ และความผูกพันต่อกัน จะมีอิทธิพลสูงต่อการปรับตัวที่นำไปสู่ภาวะวิกฤตชีวิตในวัยกลางคนได้ และงานวิจัยพบว่า คู่สมรสหญิง จะมีอาการภาวะวิกฤตชีวิตวัยกลางคนสูงกว่าคู่สมรสชายซึ่งอาจเป็นไปได้จาก ภาระที่หนักและการถูกกดดันจากบทบาททางสังคมที่เพิ่มขึ้น ทัศนคติต่อชีวิตมีอิทธิพลต่อสุขภาพจิต คุณภาพชีวิตสมรส และความสัมพันธ์ระหว่าง พ่อแม่กับบุตร และในงานวิจัยทางตะวันตกเมื่อ 90 ปีที่ผ่านมา ชี้ให้เห็นว่า สตรีวัยกลางคนไม่จำเป็นต้องมีภาวะวิกฤตชีวิต ถ้ามีการเตรียมพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงในชีวิตสมรส

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องดังกล่าวข้างต้น คณะวิจัยจึงตั้งสมมุติฐานได้ว่า ตัวแปรด้าน ความเครียด การเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์และการปรับตัว เป็นดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน

2. ผลกระทบจากภาวะวิกฤต

เมื่อบุคคลรับรู้ว่า สถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับตัวเองเป็นอันตรายและคุกคามต่อตนเองทำให้ร่างกาย อารมณ์ จิตใจ ของบุคคลมีปฏิกิริยาตอบสนองให้เห็นเป็นความตึงเครียดและถ้าไม่สามารถเผชิญจัดการกับความเครียดนั้นได้และไม่สามารถปรับตัวทั้งร่างกาย อารมณ์จิตใจให้ทำงานเป็นปกติได้แล้ว ก็อาจจะส่งผลกระทบต่อบุคคลนั้นให้มีบุคลิกภาพที่เปลี่ยนไปในทางเก็บกด ต่อต้านสังคม ก้าวร้าว มีปัญหาสุขภาพจิตนำไปสู่การเกิดโรคจิตเวชได้ แต่ในทางกลับกัน ถ้าบุคคลนั้นสามารถเผชิญและจัดการกับปัญหาได้โดยรับรู้ว่าปัญหานั้นเป็นสิ่งที่ท้าทาย จะสร้างความเข้มแข็งให้กับตนเองจึงส่งผลให้ บุคลมีบุคลิกภาพที่เข้มแข็งขึ้น เกิดความภาคภูมิใจในตนเองที่จะเผชิญและรับการเปลี่ยนแปลงต่างๆในชีวิตได้อย่างสมดุลต่อไป

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คณะวิจัยได้ศึกษาผลกระทบจากภาวะวิกฤตที่เป็นทั้งทางด้านบวกและด้านลบ โดยวัดจาก 3 องค์ประกอบคือ ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว ผลกระทบต่อการทำงานลดลง และการสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง

2.1 ความรุนแรงต่อ ตนเอง ครอบครัว

ความรุนแรง หมายถึง การกระทำใดๆที่เป็นการล่วงละเมิดสิทธิส่วนบุคคลทั้งกาย วาจาใจ โดยการบังคับขู่เข็ญ ทำร้ายทุบตี คุกคาม กีดกันเสรีภาพ ทั้งในที่สาธารณะและในการดำเนินชีวิต

ส่วนตัว ซึ่งเป็นผลให้บุคคลผู้ถูกกระทำ เกิดความทุกข์ทรมาน ทั้งร่างกาย จิตใจและสภาพสังคมเปลี่ยนไป และจากแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงของสังคมไทยที่ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของคนไทย ที่เป็นสถานการณ์ความตึงเครียดที่ก่อให้เกิดภาวะวิกฤตทั้งด้านสังคม ครอบครัวและบุคคล จากข้อมูลสถิติ การประมวลภาพข่าวเหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดขึ้นในสังคม ส่วนใหญ่เป็นปัญหาความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัว จากหนังสือพิมพ์ 5 ฉบับ ได้แก่ ไทยรัฐ เดลินิวส์ ข่าวสด มติชน และกรุงเทพธุรกิจ ของฝ่ายข้อมูลและเผยแพร่มูลนิธิเพื่อนหญิง (2546) พบว่า เป็นข่าวความรุนแรงในครอบครัวถึง 184 ราย และความรุนแรงที่ซ่อนเร้นอื่นๆที่ไม่ปรากฏชัดเจน และจากการศึกษาของกฤตยา อาชวนิชกุล (2544: 27) พบว่า สตรีที่ถูกสามีทำร้ายและมากกว่าครึ่งหนึ่งมีบุตรได้รับเหตุการณ์ว่าพ่อทำร้ายแม่ ซึ่งส่งผลกระทบต่อจิตใจของบุตร ซึมซับความรุนแรงและเป็นวัฏจักรของความรุนแรงในครอบครัว โดยสถานการณ์ปัญหาความรุนแรงในครอบครัวนั้นเป็นปรากฏการณ์ที่นับวันจะมีเพิ่มมากขึ้นเรื่อยๆ จากการศึกษาของพรเพ็ญ เพ็ญสุขศิริ (2531) ได้สำรวจสถานการณ์ความรุนแรงในครอบครัวจากข่าวหนังสือพิมพ์ พบว่า ความรุนแรงในครอบครัวที่มีจำนวนมากที่สุด คือ ความรุนแรงต่อคู่สมรส ถึงร้อยละ 41.4 โดยในจำนวนดังกล่าวเป็นความรุนแรงที่สามีกระทำต่อภรรยามากที่สุดถึงร้อยละ 69.3 และการศึกษาของกฤตยา อาชวนิชกุลและคนอื่นๆ (2544:92) พบว่า จากกลุ่มตัวอย่างสตรีไทย จำนวน 2,818 คน พบว่า สตรีไทย ร้อยละ 44 เคยถูกกระทำความรุนแรงจากสามีหรือคนรัก ร้อยละ 28 เคยถูกกระทำความรุนแรงทางกาย และร้อยละ 29 ส่วนใหญ่เป็นการกระทำความรุนแรงในระดับปานกลาง คือ ถูกตบหน้า ขว้างปาสิ่งของใส่ หรือผลักกระแทก โดยร้อยละ 26 ถูกกระทำมาตลอด และร้อยละ 12 ถูกกระทำในปัจจุบัน และจากสถิติคดีทำร้ายร่างกายผู้อื่นทั่วราชอาณาจักร จากเดิมเมื่อ 5 ปีก่อนได้รับแจ้งปีละประมาณ 15,000 – 16,000 ราย เพิ่มขึ้นเป็นปีละประมาณ 20,000 รายในปัจจุบัน ผลของการศึกษาในเด็กไทยพบว่า 1 ใน 4 ของเด็กไทยที่ถูกทำร้าย ถูกทำร้ายโดยพ่อแม่ ส่วนความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับหญิงไทยนั้นร้อยละ 62.5 เป็นความรุนแรงทางจิตใจ ร้อยละ 34 เป็นความรุนแรงทางเพศ และร้อยละ 26.5 เป็นความรุนแรงด้านร่างกาย ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว คือ ความเจ็บป่วยทางกาย ความเจ็บป่วยทางจิตเวช การใช้สารเสพติด ลักษณะของบุคลิกภาพ และ ลักษณะของครอบครัว

ความรุนแรงในครอบครัว

ความรุนแรง หมายถึง การกระทำใดๆที่เป็นการล่วงละเมิดสิทธิส่วนบุคคลทั้งกายวาจาใจ โดยการบังคับขู่เข็ญ ทำร้ายทุบตี คุกคาม กีดกันเสรีภาพ ทั้งในที่สาธารณะและในการดำเนินชีวิตส่วนตัว ซึ่งเป็นผลให้บุคคลผู้ถูกกระทำ เกิดความทุกข์ทรมาน ทั้งร่างกาย จิตใจและสภาพสังคมเปลี่ยนไป และจากแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงของสังคมไทยที่ส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของคนไทย ที่เป็นสถานการณ์ความตึงเครียดที่ก่อให้เกิดภาวะวิกฤตทั้งด้านสังคม ครอบครัวและบุคคล

คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ (2541: 110) ได้ให้ความหมายเกี่ยวกับความรุนแรงในครอบครัว ว่าเป็นการทำร้ายกันระหว่างสมาชิกในครอบครัวให้บาดเจ็บทางร่างกาย

และข่มขืนให้อีกฝ่ายหนึ่งกระทำในสิ่งที่เขาไม่ปรารถนา ระดับความรุนแรงมีความแตกต่างกันตั้งแต่การทะเลาะโต้เถียงกัน การทำร้ายร่างกายด้วยอวัยวะหรืออาวุธ ไปจนถึงการทำลายชีวิตหรือทำลายพัฒนาการทางบุคลิกภาพของบุคคล เช่น การกระทำ หรือละเลยที่จะเป็นข้อบกพร่องในบทบาทหน้าที่ของสามีภรรยา หรือบทบาทหน้าที่ของบิดามารดาในการอบรมเลี้ยงดูบุตรอย่างเหมาะสมเมื่อปัญหาความรุนแรงเกิดขึ้นในครอบครัวย่อมมีผลกระทบต่อสมาชิกทุกคน และผลกระทบดังกล่าวก็จะมีผลลัพธ์ที่แตกต่างกันไปตามสภาพและบทบาทของสมาชิกในครอบครัวนั้น บางครั้งการไม่ปรับตัวเข้าหากันระหว่างสามีและภรรยา เมื่อมีปัญหาก็จะเก็บกดเอาไว้ จนถึงจุดหนึ่งก็จะมีปากเสียงกันและนำไปสู่การใช้ความรุนแรงในรูปแบบต่างๆได้ และคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ (2541: 1-2) ได้ให้ความหมายในส่วนของ “ความรุนแรงต่อเด็ก” ว่าหมายถึง การที่เด็กได้รับการปฏิบัติจากผู้ใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นในหรือนอกครอบครัว ในลักษณะที่ไม่เป็นที่ยอมรับตามบริบททางสังคมและวัฒนธรรมที่เด็กอยู่ในช่วงเวลานั้น จนเป็นเหตุให้เด็กได้รับอันตราย บาดเจ็บ กระทบกระเทือนทางจิตใจ และทางเพศ ตลอดจนการถูกละเลยไม่ตอบสนองความต้องการพื้นฐาน เช่น อาหาร การดูแลสุขภาพ และการอบรมเลี้ยงดู ซึ่งอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กของสหประชาชาติ ได้ระบุไว้ว่า เด็ก คือ ผู้ที่อายุต่ำกว่า 18 ปี ซึ่ง ลัดดาวัลย์ สุขุม (2542: 33) ได้กล่าวถึงความรุนแรงที่พบบ่อยในสังคมไทย ชนิดหนึ่งได้แก่ การข่มเหงทารุณกรรมบุตร (Child abuse) เป็นความรุนแรงที่บิดามารดากระทำต่อบุตร หรือผู้ใหญ่ในครอบครัวกระทำต่อเด็กในครอบครัว

ความรุนแรงในครอบครัว แบ่งได้เป็น 3 ประเภท ได้แก่ ความรุนแรงระหว่างคู่สมรส ความรุนแรงต่อลูก และความรุนแรงต่อพ่อแม่สูงอายุ ซึ่งความรุนแรงในครอบครัวมีปัจจัยมาจากหลายสิ่ง โดยเฉพาะปัญหาทางจิตเวช แม่ที่ใช้ความรุนแรงมักมีปัญหาอารมณ์เศร้า วิตกกังวล มีความนับถือตนเองต่ำและมีปฏิสัมพันธ์ต่อลูกในทางลบ การที่เด็กอยู่ในครอบครัวที่ใช้ความรุนแรงจะมีผลกระทบต่อพัฒนาการทั้งทางร่างกาย สติปัญญา อารมณ์และสังคม เมื่อเขาเติบโตขึ้นก็อาจใช้ความรุนแรงในรูปแบบเดียวกันกับครอบครัวใหม่ของตนหรือผู้อื่นในสังคม (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544: 81, 245-246)

ลักษณะของปัญหาความรุนแรงในครอบครัว

โดยทั่วไปลักษณะและขอบข่ายของปัญหาความรุนแรงในครอบครัวที่หน่วยงานและองค์กรที่ปฏิบัติงานเกี่ยวข้องกับปัญหานี้ได้ระบุไว้ดังนี้ (Welby Moretti, n.d.: online)

1. การทำร้ายร่างกาย (Physical abuse) เป็นการทำร้ายกันโดยใช้กำลัง เช่น ตบ ตี เตะ ต่อย รวมทั้งการใช้อาวุธจนได้รับบาดเจ็บ และการฆาตกรรม

2. การทำร้ายทางอารมณ์ (Emotional abuse) ดุด่า ให้อับอาย จับผิด ทำให้ขาดความมั่นใจ

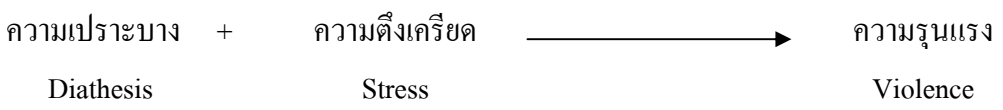
3. การทำร้ายจิตใจ (Psychological abuse) เป็นการคุกคาม หรือการใช้อาวุธ

4. การกระทำทารุณทางเพศ (Sexual abuse) การกระทำทารุณทางเพศถือเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย เช่น การข่มขืน หรือการกระทำอนาจารที่ทำให้เกิดความเสื่อมเสีย

5. การใช้ความรุนแรงด้านเศรษฐกิจ (Financial abuse) เป็นการควบคุมและยึดครองทรัพย์สินต่างๆ ของครอบครัว รวมทั้งการจำกัดค่าใช้จ่าย

จากผลงานวิจัยจำนวนมากในการศึกษาด้านสังคมวิทยา อาชญวิทยา และจิตวิทยา ที่ชี้ให้เห็นว่า การอบรมขัดเกลาเด็กมีความสำคัญต่อพัฒนาการของการใช้ความรุนแรงในฐานเป็นผู้กระทำและเด็กที่เคยได้รับประสบการณ์ความรุนแรงนี้ มีค่านิยมยอมรับของสังคมและรับรู้วิธีการใช้ความรุนแรง จึงเป็นบทเรียนที่สำคัญและมีผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตในอนาคตของเด็กด้วย

ซึ่งแนวคิดที่นิยมใช้อธิบายการเกิดความรุนแรงในครอบครัว คือ Diathesis – stress model (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544: 247 - 250; อ้างอิงจาก Bolton & Bolton, 1987) คำว่า Diathesis หมายถึง ความเปราะบางหรือแนวโน้มที่จะเกิดปัญหา ส่วน Stress หมายถึง ความตึงเครียดที่ทำให้บุคคลเสียสมดุลโดยอาจเกิดจากภายในตัวบุคคลเอง ในความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นหรือสภาพแวดล้อม โอกาสเสี่ยงที่จะเกิดความก้าวร้าวนั้นเป็นความต่อเนื่องจากน้อยไปสู่มาก ขึ้นอยู่กับน้ำหนักของตัวแปรทั้งสอง ถ้าทั้ง Diathesis และ Stress ต่างก็สูง บุคคลจะปรับตัวไม่ได้เกิดการเสียสมดุลและแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมรุนแรง ในทางตรงข้ามถ้า Diathesis สูงแต่ Stress ต่ำ หรือ Diathesis ต่ำ แต่ Stress สูง ก็อาจจะไม่เกิดปัญหาขึ้นมา ดังภาพ



ภาพประกอบ 6 แสดงความสัมพันธ์การเกิดความรุนแรง

ครอบครัวส่วนใหญ่เผชิญกับความตึงเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตได้โดยไม่ลำบาก แต่ถ้าความเครียดนั้นรุนแรงมากและดำเนินอยู่เรื้อรัง หรือเกิดขึ้นหลายด้านพร้อมกัน ครอบครัวก็อาจปรับตัวไม่ได้ ถ้าปราศจากความช่วยเหลือจากเครือข่ายอื่นๆ ซึ่งความรุนแรงแต่ละแบบอาจมีสาเหตุแตกต่างกัน ความรุนแรงระหว่างคู่สมรสอาจเกิดจากความเครียดนอกครอบครัว เช่น จากที่ทำงานหรือภายในครอบครัว การขัดแย้งระหว่างกัน ความรุนแรงต่อลูกมักเกิดจากความเครียดในการเลี้ยงลูกและจัดการกับชีวิตประจำวัน ส่วนความรุนแรงต่อผู้สูงอายุมักเกิดจากความเครียดที่ต้องดูแลพ่อแม่แก่ชราที่เจ็บป่วยเรื้อรัง ในขณะที่ปัญหาทางการเงินและการงานอาชีพ เป็นต้น

สาเหตุของความรุนแรงในครอบครัว

คณะอนุกรรมการด้านครอบครัวประจำปี 2537 ของสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ ได้ศึกษาภาวะวิกฤตของชีวิตเด็กไทย พบว่า ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความรุนแรงในครอบครัวส่วนหนึ่งเกิดจากความเสื่อมถอยของบทบาทของครอบครัว ได้ระบุสาเหตุความรุนแรงในครอบครัวที่สำคัญประการหนึ่งว่าเกิดจากความเสื่อมถอยของบทบาทครอบครัวในสังคมไทยที่เปลี่ยนแปลงไปทั้งในแง่ขนาดและโครงสร้าง ตลอดจนพฤติกรรมภายในครอบครัว โดยประเด็นความ

เสื่อมถอยในบทบาทของครอบครัว มีผลมาจากความสัมพันธ์ในครอบครัวที่เปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากในปัจจุบันพ่อแม่ส่วนใหญ่ต้องออกทำงานนอกบ้าน จึงมีเวลาอยู่กับครอบครัวน้อยลง ประกอบกับความกดดันทางเศรษฐกิจจึงเป็นต้นเหตุให้พ่อแม่มีสภาพจิตเสื่อมลง ขาดความอดทนและการแสดงออกถึงความเอื้ออาทร เป็นเหตุให้เกิดการทะเลาะวิวาทและความแตกแยกในครอบครัว โดยเฉพาะครอบครัวในชุมชนเมืองในกรุงเทพมหานคร ที่เกิดปัญหาการหย่าร้างมากที่สุด ผลจากปัญหาการหย่าร้างทำให้ครอบครัวมีแต่พ่อหรือแม่เพียงฝ่ายเดียว นอกจากจะทำให้เด็กรู้สึกโดดเดี่ยวมากขึ้นแล้ว ยังส่งผลให้พ่อหรือแม่มีปัญหาสุขภาพจิต โดยเฉพาะพ่อแม่ที่มีพื้นฐาน สุขภาพจิตที่คลอนแคลนอยู่แล้ว เช่น พ่อแม่วัยรุ่นที่ขาดความรับผิดชอบ และพ่อแม่ที่เผชิญกับภาวะบีบคั้นทางเศรษฐกิจ ซึ่งจะมีผลต่อไปการแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมกับลูก เช่น การใช้ความรุนแรงและทารุณเด็ก ความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัวจึงเป็นความรุนแรงที่มีผลกระทบต่อสมาชิกของครอบครัวที่มีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ได้แก่ ความสัมพันธ์ระหว่าง พ่อ แม่ ลูก ปู่ ย่า ตา ยาย หรือญาติพี่น้องที่อยู่ในครอบครัวเดียวกัน

คณะกรรมาธิการ เยาวชนและผู้สูงอายุ (2540: 8-13) ได้ศึกษาโดยการสัมภาษณ์ สังเกต ประเมินและทดสอบผู้มีพฤติกรรมรุนแรงในครอบครัว พบว่า ถ้าพิจารณาสาเหตุความรุนแรงในครอบครัวจากทางภาวะสังคมวิทยา พบว่า บุคคลเรียนรู้จากสภาพแวดล้อมและสิ่งที่ได้พบเห็นปัจจัยแวดล้อมภายนอกที่มีผลต่อครอบครัว เช่น โครงสร้างครอบครัว ปฏิสัมพันธ์และพฤติกรรมของบุคคลในครอบครัว วิถีชีวิต ความเป็นอยู่ และภาวะวิกฤตที่ครอบครัวต้องเผชิญอยู่ ฯลฯ เป็นเหตุนำไปสู่ความรุนแรงในครอบครัวได้

ลักษณะของบุคคลที่มีแนวโน้มจะใช้ความรุนแรงกับตนเองและครอบครัว

การที่บุคคลทำหรือมีแนวโน้มจะกระทำการก้าวร้าวรุนแรงที่เป็นอันตรายต่อตนเองและบุคคลในครอบครัว ซึ่งอาจจะกระทำไปด้วยสาเหตุต่างๆ โดยแสดงออกในอาการต่างๆ ดังนี้

1. ท่าทางตึงเครียด ตัวเกร็ง กำหมัดหรือจับพนักเก้าอี้แน่น ไม่ผ่อนคลาย
2. ใช้คำพูดรุนแรง เสียงดัง แสดงความฉุนเฉียว มีวาจาหยาบคาย
3. มีการเคลื่อนไหว เดินไปมาตลอด เหมือนวิตกกังวล กระวนกระวาย
4. ท่าทางหวาดกลัว พร้อมที่จะกระทำการรุนแรงเพื่อป้องกันตัวเอง
5. เคยมีประวัติการรุนแรงมาก่อน หรือเคยถูกทำร้ายทารุณ หรือมีชีวิตที่ขมขื่น คับแค้น
6. การคิดหรือมีแนวโน้มที่จะฆ่าตัวตาย เคยพยายามที่จะฆ่าตัวตาย
7. มีพฤติกรรมซึมเศร้ารุนแรง คือแยกตัวจากสิ่งแวดล้อม กระสับกระส่าย นอนไม่หลับ เบื่อหน่ายสิ่งรอบตัว อยากตาย รู้สึกตัวเองไร้ค่า บางรายอาจมีอาการทางจิตประสาทหลอนได้

จากการศึกษาวิจัยดังกล่าว พบว่า บุคคลที่มีความเครียดสูงและเครียดเรื้อรัง มีประสบการณ์การสูญเสียในวัยเด็ก มีแนวโน้มที่จะพยายามฆ่าตัวตาย โดยบุคคลที่มีพฤติกรรมฆ่าตัวตายมักขาดการ

ประคับประคองจากผู้อื่น ขาดสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น โดดเดี่ยวและหาทางออกไม่ได้เมื่อพบปัญหา ที่กระตุ้นให้ฆ่าตัวตายมักเป็นเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกเสียหน้าหรือไม่เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น

ส่วนปัจจัยในระดับตัวบุคคล พบว่า ปัจจัยส่วนบุคคลอาจมีผลจากการมีประสบการณ์ความรุนแรงในวัยเด็ก การมีปัญหาความเครียดจากหน้าที่การงานในชีวิตประจำวัน สามีภรรยาที่ขัดแย้งกันเพราะไม่ยอมรับความแตกต่างของกันและกัน จึงจะนำไปสู่การโต้เถียง ทะเลาะกันเป็นประจำและลุกลามเป็นการทุบตีทำร้าย ซึ่งหมายถึง การที่สตรีที่เป็นฝ่ายถูกสามีกระทำความรุนแรงตลอดเวลา หรือบุตรถูกกระทำจากพ่อแม่ บุตรจะเลียนแบบความก้าวร้าวเข้ามาสู่ตนเองและอาจนำไปสู่คนอื่น ๆ ต่อไป

ผลกระทบของความรุนแรงในครอบครัว

สำหรับผลกระทบของความรุนแรงในครอบครัว (คณะกรรมาธิการกิจการสตรี เยาวชนและผู้สูงอายุ, 2546: 11 – 16, อัจฉรา สกุนตนิยม, 2544: 64, ชื่นฤทัย กาญจนะจิตราและคนอื่นๆ, 2542:1 – 2) พบว่า

1. ผลกระทบทางสุขภาพกาย มีตั้งแต่บาดแผลเล็กน้อยจนถึงบาดเจ็บสาหัสหรือถึงขั้นเสียชีวิต ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ติดเชื้อในระบบสืบพันธุ์ ติดเอดส์ พิการบางส่วนของร่างกายหรือส่วนใหญ่ของร่างกาย มีสุขภาพเสื่อมโทรม และแท้งบุตร หรือคลอดบุตรออกมาน้ำหนักตัวน้อยกว่าปกติ

2. ผลกระทบต่อสุขภาพจิต พบว่า มีการย้ำคิดย้ำทำ ความวิตกกังวล ก้าวร้าวและซึมเศร้า เกิดความหวาดกลัว รู้สึกว่าไม่ปลอดภัย ขาดความนับถือตนเอง สูญเสียความภาคภูมิใจในตนเอง มีความรู้สึกสูญเสียอำนาจ เห็นว่าตนเป็นคนไร้ความสามารถ ไม่มีคุณค่าหรือสมควรถูกทุบตีทำร้าย มีความเครียด สูญเสียความรู้สึกทางเพศ ไม่ตอบสนองเรื่องเพศ

3. ผลกระทบต่อพฤติกรรม เกิดความคับแค้นใจ บันดาลโทสะ ทำร้ายสามีจนถึงแก่ชีวิตได้เช่นกัน บางรายทำร้ายตัวเอง อับอาย ไม่กล้าสู้หน้าเพื่อน จึงถึงพยายามฆ่าตัวตายเพื่อหนีความทุกข์ทรมาน มีอัตราเสี่ยงที่จะติดสุราหรือยาเสพติด

4. ผลกระทบต่อครอบครัวและบุคคลรอบข้าง ส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของชีวิตสมรส คุณภาพชีวิตของสมาชิกในครอบครัว ทำให้ครอบครัวไม่สามารถทำหน้าที่ของครอบครัวได้ เพราะสัมพันธภาพระหว่างสมาชิกในครอบครัวถูกทำลาย ครอบครัวไม่สงบสุข เหินห่าง ขาดความรัก ความสามัคคีและความไว้วางใจซึ่งกันและกัน บุคคลที่เป็นหลักของครอบครัว คือ สามี ภรรยา หรือพ่อแม่ไม่สามารถทำหน้าที่ของตนได้ ตลอดจนมีผลกระทบต่อกระบวนการอบรมขัดเกลาทางสังคมของเด็ก ซึ่งเป็นทรัพยากรและกำลังสำคัญของการพัฒนาประเทศในอนาคต

5. ผลกระทบต่อสังคม มีผลต่อทั้งด้านความสุขและทางด้านเศรษฐกิจของสังคม ทั้งยังเป็นปัญหาเรื้อรังถ่ายทอดถึงคนรุ่นหลังได้อีก

สรุปได้ว่า มีความจำเป็นอย่างยิ่งที่สังคมต้องเข้าใจปัญหาอย่างชัดเจน ตระหนักถึงความรุนแรงและความพร้อมใจกันทุกฝ่าย เพื่อดูแลป้องกันไม่ให้ปัญหาเกิดขึ้นมาในอนาคต การทะเลาะเบาะแว้งด่าทอ ทุบตีกันในครอบครัว รบกวนเพื่อนบ้านและความสงบสุขในชุมชน ส่วนผลกระทบต่อเศรษฐกิจ

เป็นผลที่ไม่สามารถประเมินค่าได้ ถ้ารวมค่าใช้จ่ายทั้งหมดในการแก้ปัญหานี้ รวมการสูญเสียด้านผลิตผลต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นจากผู้กระทำรุนแรงและผู้ถูกกระทำรุนแรง เป็นปัญหาของเด็กที่มีสาเหตุส่วนหนึ่งจากครอบครัวแตกแยก ซึ่งจะเป็นภาพลักษณ์ที่ไม่ดีของสังคมและประเทศชาติแล้ว เด็กเหล่านี้ยังขาดโอกาสการศึกษาเล่าเรียน และไม่สามารถทำหน้าที่การงานเป็นกำลังพัฒนาประเทศชาติ แต่กลับเป็นผู้สร้างปัญหาให้สังคม มีผลต่อทั้งต่อตนเองและเพื่อนร่วมสังคม

2.2 การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง

คุณค่าในตนเอง ตามแนวคิดของ มาสโลว์ (Maslow, 1970) เป็นความต้องการของมนุษย์พื้นฐานตามลำดับขั้น ที่ต้องการการยอมรับนับถือจากผู้อื่น เพื่อให้เกิดการความภาคภูมิใจ และสิ่งสำคัญทำให้บุคคลนั้นเกิดการนับถือตนเอง (Self esteem) ลอว์เรนซ์ (Lawrence, 1987: 4) ได้กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง เป็นกระบวนการทางอารมณ์ ที่วัดจากความรู้สึกของตนเองในความแตกต่างระหว่างตนที่เป็นอยู่ในปัจจุบันกับที่ต้องการจะเป็น ถ้าหากมีความแตกต่างกันมากบุคคลนั้นจะมีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองต่ำ ซึ่ง วอลซ์ (Walz, 1993: 47) กล่าวว่า บุคคลที่มีความรู้สึกในคุณค่าของตนเองต่ำ นั้นเนื่องมาจากประสบการณ์ในอดีต จากบุคคลรอบข้าง ครอบครัวเพื่อน และสังคม ส่วน คูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984: 54) กล่าวว่า บุคคลที่มีความรู้สึกในคุณค่าของตนเองสูง จะรับรู้คุณค่าของตนตามความเป็นจริง จะเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความกระตือรือร้นมีความพยายามไม่กลัวการเสี่ยง สามารถทำงานได้ประสบความสำเร็จ แต่เมื่อผิดพลาดก็จะไม่เป็นทุกข์มากนัก พร้อมที่จะเผชิญหน้าแก้ปัญหา ซึ่งโดยภาพรวมจะเป็นผู้ที่มีความสุขในชีวิต ส่วนบุคคลที่มีความรู้สึกในคุณค่าของตนเองต่ำ จะไม่ค่อยมีความเชื่อมั่นในตนเอง จะมองว่าตนเองไร้ค่า ไม่ดี มีความสามารถต่ำ ไม่กล้าแสดงความสามารถ ขาดความพยายามในการทำงานที่ยาก เมื่อพบปัญหาอุปสรรคก็จะถอยหนี มีความหวั่นไหวง่ายต่อสิ่งที่มารบกวน มักไม่กล้าเข้าสังคม เกิดความเครียดได้ง่าย

แนวทางในการเสริมสร้างความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง

มีนักจิตวิทยา ได้เสนอแนะไว้หลายทางด้วยกัน (Sasse, 1978: 48; Girnado & Every, 1979:146-149; Brook, 1992 :544-545 และ ชัยวัฒน์ วงศ์อายา,2539 :22) สรุปได้ดังนี้

1. เสริมสร้างที่ตัวบุคคล

1.1 สร้างความเชื่อมั่นในตนเองโดยการนึกถึงความสำเร็จในวันข้างหน้าของชีวิต

1.2 ระลึกถึงงานที่ตนเองทำสำเร็จและชมเชยตนเอง

1.3 บันทึกความสำเร็จที่ได้รับไว้ พร้อมนำมาอ่าน มาชื่นชมได้ตลอดเวลา

1.4 ลดความคาดหวังบางอย่างลงถ้าเป็นเรื่องยากลำบาก เพื่อช่วยให้ลดการสูญเสียและเศร้าโศกที่อาจเกิดจากความไม่สมหวัง

1.5 เลิกประเมินค่าหรือตัดสินค่าของตนเองเพราะสิ่งสำคัญอยู่ที่ความสุขใจ

1.6 สร้างความสำเร็จให้กับตนเองด้วยความเพียรพยายาม

1.7 ฝึกพฤติกรรมการกล้าแสดงออก

1.8 การใช้คำพูด ภาษาในเชิงบวกกับตนเอง เพื่อเสริมแรงหาลักษณะเด่นของตนเอง

1.9 ยอมรับคำชมเชยด้วยท่าทีที่นอบน้อมถ่อมตน

1.10 สร้างวินัยในตนเอง

1.11 ฝึกความรับผิดชอบและช่วยเหลือสังคม

1.12 ฝึกการยอมรับความล้มเหลวและข้อผิดพลาดและยอมรับความคิดเห็น

2. บุคคลแวดล้อม

2.1 จัดสภาพแวดล้อมและบรรยากาศที่ผ่อนคลาย รับฟังความคิดเห็นพร้อมกับเสิมแรง

2.2 จัดกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้แก้ปัญหาร่วมกันโดยใช้กิจกรรมกลุ่ม

2.3 เปิดโอกาสให้แต่ละคนแสดงความคิดเห็นสะท้อนความคิดและค่านิยมของตนเอง

2.4 ให้ความหวังหรือตั้งเป้าหมายไว้ล่วงหน้าเมื่อนึกถึงความสำเร็จแล้วจะมีกำลังใจในการทำสิ่งนั้นให้สำเร็จ

นอกจากนี้ วิธีการที่ช่วยให้บุคคลมีความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง คือ การสร้างพลังอำนาจในตนเอง ซึ่งเป็นกระบวนการพัฒนาคุณภาพชีวิตให้บุคคลมีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความเป็นอิสระ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าและสามารถทำให้ผู้อื่นยอมรับ ชื่นชมตนเองได้ เป็นการแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสิ่งแวดล้อม โดยมีการเปิดโอกาสให้บุคคลได้แสดงความสามารถ มีการเพิ่มพูนศักยภาพของบุคคลให้ปฏิบัติงานได้สำเร็จตามเป้าหมายโดยมีการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมรอบตัว ทั้งในการดำรงชีวิตในการทำงานเพื่อให้ประสบความสำเร็จ มีการสนับสนุนในเรื่องทรัพยากร ข้อมูลข่าวสาร สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เป็นต้น (สุภารดี มั่นยืน, 2541: 25)

การสร้างพลังอำนาจในตนเอง หมายถึง การที่บุคคล กลุ่ม หรือชุมชน มีความรู้สึกเชื่อมั่นตระหนักถึงคุณค่าในตนเอง รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าสามารถทำให้ผู้อื่นยอมรับ ชื่นชมตนเองได้ด้วยพลังงานภายในตนเองและสามารถนำพลังงานภายในนั้นมาใช้เพื่อการเปลี่ยนแปลงชีวิตให้มีประสิทธิภาพด้วยตนเอง รวมทั้งมีความหวังและกำลังใจในการดำเนินชีวิตมากขึ้น (ธัญธิตา พุ่มอิ่ม, 2546: 28)

การเสริมพลังอำนาจในตนเองมีประโยชน์ ดังนี้ (โสภา อ่อนโอภาส, 2540: 16 – 17)

1. การเกิดความเชื่อมั่นในคุณค่าของตน มีความเป็นตัวของตัวเอง มีทัศนคติต่อการเปลี่ยนแปลง ไม่ท้อแท้ หมดหวังกับสภาพปัญหา มีกำลังใจที่จะเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงด้วยความคาดหวังว่าเป็นการทำให้มีชีวิตที่ดีขึ้น

2. เกิดความเชื่อมั่นในประสบการณ์ที่สั่งสมกระบวนการเสริมพลังอำนาจจะต้องทำให้ตระหนักว่าประสบการณ์ไม่ใช่เอกลักษณ์เฉพาะตัวสามารถถ่ายทอดให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่น การถ่ายทอดประสบการณ์ซึ่งกันและกันเป็นการลดการตำหนิตนเอง และเพิ่มความสามารถในการพิจารณาเหตุและผลมากกว่าการตอกย้ำความล้มเหลวของตนเอง รวมทั้งมีความรู้สึกว่ามีผู้ร่วมชะตาชีวิตและเกิดจิตสำนึกในการแก้ปัญหามากขึ้น

3. เกิดความรู้และทักษะในการคิดอย่างมีเหตุผล เกี่ยวกับปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายในที่มีผลต่อการเกิดปัญหา ยังก่อให้เกิดทักษะที่จำเป็นในการเข้าถึงข่าวสารข้อมูล แนวทางการปฏิบัติงาน การลงมือปฏิบัติงานและการประเมินผล ตลอดจนเกิดการตระหนักรู้ว่าปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนนั้นมีรากฐานมาจากบริบททางสังคม ซึ่งมีอีกหลายชีวิตประสบปัญหาเช่นเดียวกับตน

4. บุคคลจะเกิดการเรียนรู้ที่จะรับผิดชอบต่อการลงมือปฏิบัติการและมีความพยายามที่จะร่วมมือกับบุคคลอื่นเพื่อบรรลุเป้าหมายของตน ของกลุ่มหรือก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคม

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีผู้ศึกษาไว้ ดังงานวิจัยของ ชไมพร เจริญครบุรี (2546 :84) สังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ปี 2533-2543 พบว่า วิธีการเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองมีหลากหลาย เช่น การใช้กระบวนการกลุ่ม การใช้แบบร่วมมือ การบำบัดทางจิตวิทยา การให้คำปรึกษา เป็นต้น และการศึกษาของ จินดาพร แสงแก้ว (2542: 77-82) ที่ทำการเปรียบเทียบผลการใช้กลุ่มมาราธอนเพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กบ้านอุปถัมภ์มูลนิธิสร้างสรรค์เด็กกรุงเทพมหานคร พบว่า เด็กมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้นทั้งสองกลุ่มภายหลังเข้ากิจกรรม คือกลุ่มที่เข้ากลุ่มสัมพันธ์และกลุ่มที่เข้ากลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.01 และส่วน กชกร ภัททกวงศ์ (2542:80-84) ศึกษา ลักษณะบุคลิกภาพที่สัมพันธ์กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ศึกษาเฉพาะกลุ่มอาชีพวิศวกรและนักบัญชี จำนวน 200 คนโดยใช้แบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของ สแตนเลย์ คูเปอร์สมิธ และแบบวัดบุคลิกภาพ 16 F ของเรย์มอนด์ บี แคทเทลล์ พบว่า ลักษณะบุคลิกภาพของวิศวกรและนักบัญชีด้าน ความท้าทาย วุฒิภาวะทางอารมณ์ ความร่าเริง การชอบสังคมและความมีมโนธรรม มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และความรู้สึกหวาดหวั่น ความเครียด การพึ่งตนเอง มีความสัมพันธ์เชิงลบกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และต่อมา พลนุช พุ่มไสว (2543) ได้ศึกษารูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่มีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่า ผู้ที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำจะมีลักษณะที่ต่างออกไปคือ จะประเมินตนเองในทางลบ รู้สึกไม่ดีต่อตนเอง มีแนวโน้มที่จะซึมเศร้า และวิตกกังวล ไม่กล้าที่จะแสดงความคิดเห็น ปิดกั้นตนเอง ไม่เชื่อมั่นในการตัดสินใจ ไม่เชื่อในความสามารถของตนเอง และเชื่อว่าผู้อื่นก็ไม่เชื่อถือในตนเองด้วย ส่วน กาญจนา ชิตประเสริฐ (2547: 93-97) ศึกษาปัญหาในการปฏิบัติงาน บุคลิกภาพที่เข้มแข็ง การเห็นคุณค่าในตนเอง และความเครียดของพยาบาลจบใหม่ โรงพยาบาลศิริราช จำนวน 221 คน พบว่าพยาบาลจบใหม่ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองมากจะมีความเครียดน้อยกว่าพยาบาลจบใหม่ที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และถ้ามีปัญหาการทำงานมากจะส่งผลให้เครียดมาก

สรุปได้ว่า บุคคลที่มีความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง จะเป็นผู้มีความเชื่อมั่นตนเอง มีความกล้าที่จะเผชิญปัญหา เมื่อการผิดพลาดหรือสูญเสีย ก็สามารถที่จะยอมรับและพร้อมที่จะปรับตัวเองให้สามารถมีชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข ดังนั้นถ้าบุคคลที่มีความเสี่ยง ไม่ว่าจะเป็นด้วยบุคลิกภาพที่อ่อนไหว หรือสภาพครอบครัวและการทำงานที่ขาดการสนับสนุนหรือช่วยเหลือให้กำลังใจ เสริมแรงแล้วก็อาจจะส่งผลให้เกิดความเครียด ซึมเศร้าและทำให้รู้สึกว่าตนเองด้อยค่าลงได้ ดังนั้น ผู้ที่เกี่ยวข้อง

ไม่ว่าจะเป็นนักจิตวิทยา เพื่อน ครอบครัวจึงควรมีวิธีการที่ช่วยเสริมพลังอำนาจในตนเองให้มีอารมณ์ความรู้สึกที่เข้มแข็งที่จะดำรงตนให้มีความหวังและมีเป้าหมายในชีวิตที่ดีต่อไป

2.3 ผลกระทบต่อการทำงาน

ผลกระทบจากความเครียดที่มีต่อการทำงานของสตรี พบว่า มีทั้งข้อดีและข้อเสีย ถ้ามีความเครียดอยู่บ้างเล็กน้อย จะเป็นการเสริมสร้างความกระตือรือร้นและจูงใจในการทำงาน แต่หากความเครียดรุนแรงถึงขั้นภาวะวิกฤตที่ไม่สามารถเผชิญต่อความตึงเครียด และปรับตัวต่อสถานการณ์ความตึงเครียดนั้นได้ ก็ย่อมส่งผลกระทบต่อการทำงานอย่างแน่นอน ซึ่งผลกระทบนั้นก็ส่งผลทั้งต่อตนเองและองค์กร ดังนี้ (พสุ เดชะรินทร์, 2536 : 87)

ผลกระทบต่อตนเอง

1. ด้านพฤติกรรม ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมที่เบี่ยงเบน ผิดแปลกไปจากปกติ เช่น ดื่มเหล้า สูบบุหรี่ ทำร้ายตนเอง ทำร้ายผู้อื่น

2. ด้านจิตวิทยา ทำให้สุขภาพจิตเสื่อม นอนไม่หลับ พักผ่อนไม่พอ ขาดสติ อ่อนหล้า ร่างกายทรุดโทรม ไม่มีแรงในการทำงานในการคิดสร้างสรรค์

3. ด้านสุขภาพ มีโอกาสเป็นโรคหัวใจและหลอดเลือดได้ง่าย ระบบการไหลเวียนเลือดผิดปกติ นำไปสู่ เส้นเลือดในสมองแตกและระบบการย่อยอาหารผิดปกติ นำสู่โรคกระเพาะอาหารได้

ผลกระทบต่อองค์กร

1. ประสิทธิภาพการทำงานลดลง ส่วนพนักงานทำให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลง ส่วนผู้บริหาร การตัดสินใจผิดพลาด หรือนำสู่ปัญหาความขัดแย้ง ความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในองค์กรไม่ดี

2. เกิดท้อถอยยอมแพ้ นำไปสู่การลาออกจากงาน หรืองานคั่งค้างไม่สำเร็จได้ทันกำหนดเวลา

3. ทำให้ทัศนคติไม่ดีต่อองค์กรหรือผู้บังคับบัญชาและเพื่อนร่วมงาน ความไม่พอใจในงาน ความจงรักภักดีต่อองค์กรลดลง

นอกจากนี้ ตามที่ งามตา วนินทานนท์ (2535 : 188) กล่าวว่า สตรีส่วนใหญ่ ยอมรับในบทบาทที่ขยายออกไป จากการปรับโครงสร้างหน้าที่ ในครอบครัว ทั้งบทบาทภรรยา มารดา และบททบาทในอาชีพที่เพิ่มมา และจากการศึกษาของริชเชอร์ (ณัฐสุดา สุจินันท์กุล, 2541: 16-17; อ้างอิงจาก Richer, 1986) พบว่า สตรีจะมีความผูกพันในหลายบทบาท จึงสร้างความขัดแย้งในจิตใจของปัจเจกบุคคล และเป็นผลให้ความผูกพันในองค์กรโดยทั่วไป มีระดับลดลง และสตรีไทยมักตัดสินใจเลือกการใช้เวลาอยู่กับครอบครัวมากกว่าที่จะทุ่มเทให้กับการทำงานเพื่อความก้าวหน้าในอาชีพ

สรุปได้ว่า สตรีทำงานนอกบ้าน โดยพฤติกรรมเดิมในการทำงานอาชีพแล้ว พบว่าสตรีไทยส่วนใหญ่จะให้ความตระหนักกับบทบาทในครอบครัวที่เป็นบทบาทภรรยา และมารดา มากกว่าบทบาทในงานอาชีพ ดังนั้น ถ้ายิ่งสตรีไทยที่ต้องเผชิญกับปัญหาหรือความขัดแย้งในครอบครัวสูง สตรีจะให้เวลากับการแก้ปัญหาหรืออยู่กับปัญหาในครอบครัวมากขึ้น จึงเป็นเหตุผลหนึ่งที่ส่งผลให้สตรีให้เวลาทุ่มเทและความผูกพันกับการงานและอาชีพลดลง

ตอนที่ 2 ปัจจัยด้านบุคคล ที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

บุคคลรับรู้ถึงความรุนแรงของภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้นในชีวิตมากน้อยเพียงใด ส่วนหนึ่งขึ้นกับปัจจัยบุคคล เพราะสถานการณ์ที่เป็นแหล่งของความเครียดมีต่อบุคคลอาจจะเป็นสถานการณ์เดียวกัน แต่การรับรู้ถึงความรู้สึกและตอบสนองต่อสิ่งคุกคามนั้นแตกต่างกัน จุไรวรรณ จักธุจินดา (2537:13-14) ได้กล่าวถึงสาเหตุของภาวะวิกฤตตามการรับรู้ของบุคคลนั้นมีสาเหตุมาจากปัจจัยบุคคล ดังนี้

1. โครงสร้างของร่างกาย และสภาวะทางสรีระวิทยา ได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษ โครงสร้างที่สมบูรณ์และมีสุขภาพดี ย่อมทนต่อภาวะกดดันได้ดีกว่าโครงสร้างสุขภาพที่ไม่สมบูรณ์

2. ระดับพัฒนาการของร่างกายและจิตใจที่พัฒนามาอย่างเป็นปกติและต่อเนื่องมีผลต่อการปรับตัวเพื่อต้านความเครียดในแต่ละระดับช่วงวัย

3. ประสบการณ์เดิมของบุคคล เป็นผลให้การรับรู้และการแปลเหตุการณ์ต่างๆ เมื่อร่างกายถูกกระตุ้นและมีการตอบสนองทางอารมณ์ต่างกัน ขึ้นกับทัศนคติและบุคลิกภาพและการรับรู้

4. การรับรู้สิ่งคุกตามต่อภาพพจน์ของบุคคล เช่น ความเจ็บป่วยที่ทำให้มีความพิการหลงเหลืออยู่ซึ่งเป็นสิ่งคุกคามต่อภาพพจน์ของบุคคลทำให้เกิดความเครียดได้ ภาวะทุโภชนาการ เป็นต้น

5. ความเจ็บปวด เป็นประสบการณ์ส่วนบุคคลที่คนอื่นไม่สามารถบอกได้ว่ามากน้อยเพียงใด ความเจ็บปวดทำให้ไม่สุขสบาย และเกิดความเครียดทางจิตใจได้

6. การเคลื่อนไหวไม่ได้ เมื่อบุคคลต้องถูกจำกัดการเคลื่อนไหวเนื่องจากโรคที่เป็นอยู่ เช่น กรณีเป็นอัมพาตครึ่งตัว ทำให้เกิดความเครียดได้

7. ประสบการณ์การสูญเสียและการเปลี่ยนแปลง การเสียบุคคลที่รัก ญาติ คู่ชีวิต ทำให้บุคคลเกิดความเครียดได้ นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงสถานภาพทางสังคมก็เป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดได้ เช่น ในคนใกล้เกษียณอายุ เป็นต้น

8. ลักษณะนิสัยส่วนตัว (Personal dispositions) ที่ได้รับการถ่ายทอดทางสังคม กำหนดเป็นบุคลิกภาพส่วนบุคคลตามมุมมองของความคิด(Cognitive)ในทฤษฎีบุคลิกภาพ และเทรท (The theory of traits) ของอัลพอร์ต (Allport, 1968) โดยหลักสำคัญของความคิด สำหรับอัลพอร์ต คือบุคคลที่มีวุฒิภาวะคือคนที่สามารถใช้ข้อมูลอย่างมีเหตุมีผล รับรู้ความจริงตามที่เป็นจริง ยอมรับตัวเอง รับรู้ขีดความสามารถของตนเอง ซึ่งตามทฤษฎี จิตวิทยาการจำแนกประเภทบุคลิกภาพ สามารถจำแนกได้เป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ ประเภทชอบแสดงตัว (Extrovert) ได้แก่ บุคคลที่มีบุคลิกภาพชอบแสดงออกเป็นบุคคลที่เปิดเผย ชอบงานสังคม การสังสรรค์ และสนใจเรื่องราวของผู้อื่น มีความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถปรับตัวได้ดี และประเภทชอบเก็บตัว (Introvert) ได้แก่ บุคคลที่มีบุคลิกภาพเงียบเฉย เก็บตัว ขี้อาย ชอบความสงบเงียบ ไม่วุ่นวาย เป็นคนไม่ค่อยพูด จะคิดและฝันเองตามลำพังเมื่อประสบปัญหามักจะหลักเลี่ยง(วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์, 2545: 31; อ้างอิงจาก Jung, 1964)

9. ปัจจัยชีวสังคม เช่น อายุ การศึกษา สถานภาพสมรส จำนวนบุตร ถ้าอายุมากขึ้น มีระดับการศึกษาสูงและสถานภาพสมรสคู่มีคู่คิด มีแนวโน้มที่จะเผชิญต่อความเครียดและการปรับตัวได้ดี

ในการวิจัยครั้งนี้ ศึกษาปัจจัยด้านบุคคลจาก ปัจจัยชีวสังคม เพื่ออธิบายลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง และศึกษาปัจจัยด้านบุคคลที่เป็นสาเหตุของภาวะวิกฤตอีก 2 องค์ประกอบคือ บุคลิกภาพของบุคคล และประสบการณ์ความสูญเสียในชีวิต

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาปัจจัยทางชีวสังคมที่ส่งผลต่อความเครียด และปัญหาที่นำสู่ภาวะวิกฤตชีวิตมีผู้ศึกษาไว้มากมาย ซึ่งคณะวิจัยใช้ตัวแปรชีวสังคมในการศึกษาครั้งนี้เป็นข้อมูลทั่วไปเพื่อประกอบการพรรณาลักษณะกลุ่มตัวอย่าง ดังเช่น การศึกษาตัวแปรด้านอายุ ของ อรัญญา จอดนอก (2544 : 85–89) ได้ศึกษาความเครียดและการปรับตัวของบุคลากรพยาบาลโรงพยาบาลกรุงเทพ พบว่า บุคลากรทางการพยาบาลที่มีอายุต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 โดยบุคลากรที่มีอายุน้อยจะมีความเครียดมากกว่าบุคลากรที่มีอายุมาก เช่นเดียวกับการศึกษาของสิริพร เลียวกิติกุล (2545: 92) ได้ศึกษาปัจจัยในการทำงาน การเผชิญปัญหาและความเครียดของบุคลากรระดับปฏิบัติการในสำนักอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า บุคลากรที่มีเพศหญิงมีความเครียดมากกว่าบุคลากรเพศชาย บุคลากรที่มีอายุน้อยมีความเครียดมากกว่าบุคลากรที่มีอายุมาก และบุคลากรที่มีประสบการณ์ในการทำงานน้อย จะมีความเครียดมากกว่าบุคลากรที่มีประสบการณ์ในการทำงานมาก ส่วน ไรท์ (ธารารัตน์ ชิ้นทอง, 2542: 77; อ้างอิงจาก Wright. 1977: 60) กล่าวว่า กลุ่มอายุที่มีความเสี่ยงสูงต่อความเครียดมากที่สุดคือ อายุ 35 ปีขึ้นไป เนื่องจากภาวะร่างกายมีการเสื่อมถอย อีกทั้งเรื่องอาชีพ และความก้าวหน้าเข้ามาท้าทายทำให้ต้องกระทำให้ถึงจุดมุ่งหมาย ซึ่ง คณะวิจัยจึงสนใจที่นำอายุ 35-55 ปีมาเป็นตัวกำหนดกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ นอกจากนี้ประพาพรัตน์ บุรีรัตน์ (2535: 69) กล่าวว่า ในผู้ใหญ่วัยกลางคนเป็นช่วงที่มีแนวโน้มของการเกิดความเครียดมากกว่าบุคคลวัยอื่น โดยมักตึงเครียดในเรื่องความรับผิดชอบเกี่ยวกับงาน และการแสวงหาโอกาสแห่งความสำเร็จของชีวิต ซึ่ง นุชรัตน์ สิริประภาวรรณ (2542: 96) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานของผู้พิพากษาในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า อายุ และอายุราชการมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียดในการทำงาน ส่วน วันทนา เจริญรัตนโชติ (2545: 74) ศึกษาความเครียดและวิธีลดความเครียดในการปฏิบัติงานของครูประถมศึกษากลุ่มรัตนโกสินทร์ สังกัดกรุงเทพมหานคร พบว่า ครูประถมศึกษาที่มีอายุต่างกันมีระดับความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สำหรับด้านรายได้ ซึ่งมี ตรีชฎา พลอาสา (2544: 53 – 56) ได้ศึกษาความเครียดของครูแนะแนวโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า การที่มีเงินไม่พอใช้รายจ่ายเพิ่มขึ้น เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด สอดคล้องกับ เคสเลอร์ (ก้องกิตต์ อุ่นเจริญ, 2547: 62; อ้างอิงจาก Kessler. 1979 : 490) กล่าวว่า รายได้มีผลต่อความเครียด เนื่องจากผู้ที่มีรายได้น้อยมีโอกาสที่จะเผชิญกับความยากลำบากมากกว่า และเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดที่มีความรุนแรงเท่ากัน มีผลกระทบต่อจิตใจของผู้ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำรายได้มากกว่า และฟาร์เมอร์และคณะ (ดุษณี ทัศนาจันธานี, 2539: 75-83; อ้างอิงจาก Farmer et al., 1984: 44) กล่าวว่า ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจเป็นปัจจัยหนึ่งที่ก่อให้เกิดความเครียด

จากการศึกษาปัจจัยชีวสังคมโดยรวมของ ดุษณี ทัศนาจันธานี (2539: 75-83) ที่ได้ศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลหน่วยฉุกเฉินในโรงพยาบาลของรัฐกรุงเทพมหานคร พบว่า อายุ สถานภาพการสมรส รายได้ต่อเดือน มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานที่ก่อให้เกิดอาการทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านพฤติกรรมและความเครียดในการปฏิบัติงานที่ก่อให้เกิดอาการโดยรวมทุกด้านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นเดียวกับการศึกษาของ อรัญญา จรัสสุริยงค์ (2539: 75-77) ที่ศึกษาความเครียดของเจ้าหน้าที่ของรัฐบาลและเอกชน พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา ความเพียงพอของรายได้ต่อการดำรงชีวิตและประสบการณ์การทำงานที่ต่างกันมีระดับความเครียดต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับการศึกษาของ สุนี ตรีทิเพนทร์ (2542 : 74) ศึกษาพบว่าบุคคลว่างงานที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน วัชระ ไชยจันดี (2541 : 117) ศึกษาพบว่า อายุ วุฒิการศึกษา และเงินเดือนมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดโดยรวมทุกด้าน ในการสอนภาคปฏิบัติที่ของอาจารย์นิเทศก์วิทยาลัยพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญที่สถิติที่ระดับ .05 เช่นเดียวกับการศึกษาของจิราภรณ์ แพรต่วน (2543: 123-124) ได้ศึกษาความเครียดและความพึงพอใจในงานของบุคลากรพยาบาลในโรงพยาบาลสังกัดสำนักการแพทย์กรุงเทพมหานคร พบว่า บุคลากรพยาบาลที่มีตัวแปรด้านชีวสังคมต่างกัน ได้แก่ อายุ รายได้ต่อเดือน วุฒิทางการพยาบาล สถานภาพสมรส ระดับการศึกษาทางการพยาบาล มีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน ณัฐกานต์ ภาณุมาศ (2541: 82 – 83) ได้ศึกษาความเครียดของอาจารย์อุตสาหกรรมศึกษาในสถาบันราชภัฏ พบว่า อาจารย์ที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 นอกจากนี้ ชัยวัฒน์ สุมังคะละ (2543: 63 – 64) ได้ศึกษาความเครียดของผู้บริหารโรงเรียนอนุบาลสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ พบว่า ผู้บริหารที่มีอายุมาก ระดับของความเครียดก็จะมากตาม ผู้บริหารที่มีวุฒิการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรีและสูงกว่าปริญญาตรี จะมีระดับความเครียดสูงมากกว่าวุฒิปริญญาตรี ระดับของความเครียดสูงก็จะเพิ่มตามตำแหน่งบริหาร เช่น ผู้ช่วยผู้อำนวยการ มีระดับความเครียดสูงมากกว่าตำแหน่งอื่น

การศึกษาในด้าน ระดับการศึกษา พบว่ากิ๊บสันและคณะ (จักรพันธุ์ เจริญผล, 2546: 92-95; อ้างอิงจาก Gibson et al., 1982) กล่าวว่า ระดับการศึกษาเป็นสาเหตุของความเครียด ส่วนสิทธิศักดิ์ อัครฮาด (2542: 79-83) ได้ศึกษาความเครียดของข้าราชการตำรวจจราจร สถานีตำรวจภูธรอำเภอเมืองอุดรธานี จังหวัดอุดรธานี พบว่า ตำรวจจราจรที่มีระดับชั้นและระดับการศึกษาต่างกัน มีความเครียดโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และจากการเปรียบเทียบความแตกต่างทางด้านความเครียดของข้าราชการตำรวจจราจรระหว่างข้าราชการตำรวจจราจรชั้นสัญญาบัตร และชั้นประทวน พบว่า ข้าราชการตำรวจจราจรชั้นสัญญาบัตร มีความเครียดมากกว่าข้าราชการตำรวจชั้นประทวน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ สุดารัตน์ หนูหอม (2544: 80-

84) ได้ศึกษาความเครียดและพฤติกรรมเผชิญความเครียดของพยาบาลในโรงพยาบาลศิริราช พบว่า ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียด

ส่วน สถานภาพ มีผู้ศึกษาพบว่ามีความเกี่ยวข้องกับความเครียด ดังเช่น สุภาณี เกษมสันต์ (2547: 30-31) ได้ศึกษาภาวะเครียดของแรงงานสตรีที่รับงานมาทำที่บ้านในเขตภาคเหนือ พบว่า สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และจิระพร อุดมกิจ (2539: 90) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานของบุคลากรคอมพิวเตอร์ พบว่า บุคลากรคอมพิวเตอร์ที่มีเพศ สถานภาพสมรส และระดับการศึกษาที่แตกต่างกัน มี ความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วน คีรีมาส อเต็นต้า (2542: 98-103) ได้ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลที่มีต่อการรับรู้ความเครียดในการทำงานและความเครียดทั่วไปของพนักงานธนาคารไทยพาณิชย์สำนักงานใหญ่ พบว่า พนักงานที่มีสถานภาพสมรส ตำแหน่งงาน และระดับชั้นที่แตกต่างกันมีความเครียดทั้งในการทำงานและความเครียดทั่วไปแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ปัจจัยชีวสังคมที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์

พบว่า มูและสเคเฟอร์ (กรัณย์พิชญ์ โครตประทุม, 2546: 25; อ้างอิงจาก Moos & Schafer, 1984) ได้กล่าวว่าเมื่ออายุสูงขึ้นความสามารถทางสติปัญญาลดลง จึงทำให้ความสามารถในการเผชิญความเครียดลดลงด้วย เช่นเดียวกับ ธารารัตน์ ชิ้นทอง (2542: 75) ที่ศึกษาพบว่าอายุ พนักงานระดับหัวหน้างานที่มีอายุและสถานภาพสมรสแตกต่างกัน มีการใช้กลวิธเผชิญความเครียดแบบแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพนักงานระดับหัวหน้างานที่มีอายุต่ำกว่า 30 ปี มีการใช้กลวิธีเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์สูงกว่าอายุ 30 ปีขึ้นไป และสมรสแล้ว มีการใช้กลวิธีเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์สูงกว่าสถานภาพโสด ส่วน จาโลวี และ พาวเวอร์ (กรัณย์พิชญ์ โครตประทุม, 2546: 25; อ้างอิงจาก Jalowiec & Powers, 1981) ได้กล่าวว่าถึงระดับการศึกษากับการเผชิญปัญหาว่าการศึกษาที่ดีจะช่วยให้บุคคลตระหนักถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ดีกว่า และมีความสามารถวิเคราะห์ข้อมูลได้ดีกว่า และฐานะทางเศรษฐกิจมีความสัมพันธ์ทางบวก กับพฤติกรรมการเผชิญความเครียด สอดคล้องกับการศึกษาของ แพนซารีน (สุวรรณี ลิ่มศิลา, 2547: 86-87; อ้างอิงจาก Panzarine. 1885 : 51) ได้กล่าวว่าฐานะทางเศรษฐกิจต่ำมีผลทำให้การเผชิญความเครียดของแต่ละบุคคลแตกต่างกัน คือ ฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ก็จะทำให้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดมีประสิทธิภาพลดลง และ ปัทมา คุปตจิต (2530: 30) ได้กล่าวว่าฐานะเศรษฐกิจเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิตประจำวัน ดังนั้นในคนที่มีความเป็นอยู่ดีย่อมสามารถเผชิญต่อภาวะเครียดได้ดีกว่าบุคคลที่ขาดแคลนปัจจัย

ส่วนด้านอายุ มีผู้ศึกษาเช่น พรดารา แซ่ฉั่ว (2547: 78-80) ศึกษาพบว่า พยาบาลที่มีอายุน้อยใช้วิธีเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์มากกว่าพยาบาลที่มีอายุมากที่ระดับ .001 โดยอายุเป็นตัวแปรตัวแรกที่เข้าสู่สมการทำนายสามารถทำนายวิธีเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ และ ก า ร์แลนด์และบุช (พรศิริ ใจสม, 2536: 28; อ้างอิงจาก Lazarus. 1966; Vailant, 1971; Gazda, 1971; cited

in Garland & Bush, 1982 : 111) ศึกษาพบว่า บุคคลที่มีอายุมากขึ้นมักจะใช้วิธีในการเผชิญความเครียดที่เหมาะสมมากขึ้น เนื่องจากมีประสบการณ์ในการแก้ปัญหามากขึ้น มีวุฒิภาวะสูงขึ้น สามารถคิด ไตร่ตรองและตัดสินใจเลือกกลวิธีในการเผชิญปัญหามากขึ้น นอกจากนี้ บลันชาร์ด-ฟิลด์ และไอเรียน (สีนวล จำคำ, 2544: 34; อ้างอิงจาก Blanchard-Fields & Irion, 1988) ศึกษาพบว่า บุคคลที่มีอายุน้อยจะเลือกใช้วิธีเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ เช่น กลวิธานการป้องกันตนเองมากกว่าบุคคลที่มีอายุมาก ส่วนเพศมีความเกี่ยวข้อง ดังการศึกษาของ สุกัญญา คมสัน (2540: 106-110) ได้ศึกษากลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น พบว่า เพศหญิงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์สูงกว่าเพศชาย ผู้ที่มีการศึกษาในระดับ ปวช. จะการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์สูงกว่าผู้ที่มีการศึกษาในระดับปริญญาตรี และผู้ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับต่ำกว่า มีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์สูงกว่าผู้ที่มีสถานภาพทางเศรษฐกิจของครอบครัวระดับสูงกว่าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นเดียวกับ การศึกษาของ ฟรอมม์และริเวท (สุกัญญา คมสัน, 2540: 106-107; อ้างอิงจาก Fromme & Rivet, 1994) พบว่า เพศหญิงมีการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ มากกว่าเพศชาย และการศึกษาของ สุดารัตน์ หนูหอม (2544: 80-84) ที่ศึกษาความเครียดและพฤติกรรมเผชิญความเครียดของพยาบาลในโรงพยาบาลศิริราช พบว่า อายุ อายุงาน และสถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดแบบมุ่งเน้นการแสวงหาสิ่งสนับสนุนทางสังคม ซึ่งเป็นวิธีเผชิญความเครียดที่ผู้มีความเครียดจะขอกำลังใจ ขอคำปรึกษาและความเห็นอกเห็นใจจากบุคคลรอบข้างเพื่อให้ตนเองสบายใจ เกิดการเรียนรู้และสามารถอยู่กับปัญหานั้นได้ ซึ่งมีลักษณะเหมือนกับการแก้ปัญหาแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์

ปัจจัยชีวสังคมที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว

มีผู้ศึกษาไว้มากดังเช่น สุคนธ์ทิพย์ หนุนพล (2544: 119) ได้ศึกษาความเครียดและการปรับตัวของนักศึกษาการศึกษานอกโรงเรียนสายสามัญ พบว่า นักศึกษาที่มีอายุต่างกันมีการปรับตัวที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เพราะว่านักศึกษาที่อายุมากขึ้น ย่อมมีวุฒิภาวะทางอารมณ์สูง มีความสุขุมรอบคอบ รู้จักชีวิต สามารถมองเห็นชีวิตกว้างไกลลึกซึ้งและยังสามารถนำเอาประสบการณ์ที่ผ่านมาใช้ ทำให้นักศึกษามีการปรับตัวดีกว่านักศึกษาที่มีอายุน้อยกว่า ส่วนแมลแลช (ดุษณี ทัศนาจันธานี, 2539: 75-83; อ้างอิงจาก Maslasch, 1986 : 60) กล่าวว่า ผู้ที่อายุน้อยจะมีความเครียดสูงกว่าผู้ที่มีอายุมากขึ้นนั้นเป็นเพราะอายุที่เพิ่มขึ้นได้สะสมประสบการณ์ของการทำงาน มีวุฒิภาวะ สุขุมรอบคอบ รู้จักชีวิต สามารถปรับตัวได้สอดคล้องกับสถานการณ์ที่เป็นจริงได้ดีกว่า จึงกล่าวได้ว่าผู้ที่มีอายุมากจะปรับตัวได้มากกว่าผู้ที่มีอายุน้อย สอดคล้องกับการศึกษาของ อรัญญา จอดนอก (2544 : 85 – 89) ได้ศึกษาพบว่า บุคลากรทางการพยาบาลที่มีอายุต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยบุคลากรที่มีอายุมากจะมีการปรับตัวได้ดีกว่าบุคลากรที่มีอายุน้อย ส่วนด้านสังคม พบว่า การศึกษาของ วาทินี ผ่องอำไพ (2546: 60-62) ได้ศึกษาการสนับสนุน

ทางสังคมของครอบครัว และการสนับสนุนทางสังคมของคลินิกกับการปรับตัวของสตรีวัยหมดประจำเดือน พบว่าสตรีที่มีฐานะทางเศรษฐกิจดีมีการปรับตัวแตกต่างกับสตรีที่มีฐานะทางเศรษฐกิจปานกลางและฐานเศรษฐกิจยากจน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ ดรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์ (2544: 86-88) ได้ศึกษาการปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำการสถาบันราชภัฏพระนคร พบว่า นักศึกษาที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องมาจาก นักศึกษาที่มีสถานภาพโสด ไม่ต้องรับผิดชอบภาระหน้าที่ในครอบครัว จึงสามารถปรับตัวทั้งในการทำงาน และการเรียนได้ดีกว่า และสามารถทุ่มเทชีวิตจิตใจในการทำงานและการเรียนได้ดีกว่านักศึกษาที่มีสถานภาพคู่หรือสมรสแล้ว ซึ่งมีภาระที่ต้องรับผิดชอบ ทั้งการทำงาน การเรียน กับการศึกษา จึงทำให้นักศึกษาที่มีสภาพโสดปรับตัวได้ดีกว่าคนที่มีสถานภาพคู่

สรุปได้ว่า ปัจจัยชีวสังคม ได้แก่ อายุ เพศ รายได้ วุฒิการศึกษา สถานภาพสมรส นับเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียด การเผชิญปัญหา และการปรับตัว แต่ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ คณะวิจัยศึกษาปัจจัยด้านชีวสังคม ได้แก่ อายุ ประสบการณ์การทำงาน ระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามี รายได้รวมทั้งครอบครัว เป็นข้อมูลพื้นฐานในการศึกษาความสัมพันธ์เบื้องต้นกับภาวะวิกฤต และพบว่า มีขนาดความสัมพันธ์ ต่ำ โดยพิจารณาจากค่าสัมประสิทธิสหสัมพันธ์ ต่ำมาก (r ต่ำกว่า 0.1) ดังนั้นคณะวิจัยจึงไม่ได้นำมากำหนดในกรอบแนวคิดการวิจัยครั้งนี้ แต่นำมาศึกษาเป็นข้อมูลพื้นฐานประกอบการวิจัย

บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว

บุคคลที่มีบุคลิกแตกต่างกันย่อมนำไปสู่การรับรู้สถานการณ์คุกคามที่ก่อให้เกิดความเครียด การเผชิญกับภาวะคุกคามและการปรับตัวที่แตกต่างกัน บุคลิกภาพ ซึ่ง ไอเซ็งค์ (Eysenck, 1970) ได้ให้ความหมายไว้ว่า เป็นคุณลักษณะของคนที่ค่อนข้างจะถาวร เป็นคุณลักษณะ นิสัย ความฉลาด และร่างกายของคนเราที่กำหนดการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม ซึ่งคุณลักษณะ (Character) หมายถึงระบบความมุ่งมั่นที่มั่นคงและคงทน ส่วนอุปนิสัย (Temperament) เป็นระบบที่มั่นคงและคงทนเกี่ยวกับ ทางจิตและอารมณ์ ส่วนความฉลาด (Intellect) หมายถึงระบบที่มั่นคงและคงทนเกี่ยวกับความฉลาดด้านการคิด ส่วนร่างกายเป็นระบบที่มั่นคงและคงทนของส่วนประกอบของร่างกายและความสามารถของต่อมไร้ท่อ ซึ่งเป็นนิยามที่เน้นเทรทหรือคุณลักษณะที่มั่นคงถาวร

จากงานวิจัยของไอเซ็งค์ ที่ได้ทำการวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor analysis) ของสองตัวแปรประเภทของบุคลิกภาพคือ แบบเก็บตัว - เปิดเผย (Introversion-Extraversion) และแบบหวั่นไหว - มั่นคง (Neuroticism - Stability) และต่อมาทำการวิเคราะห์ตัวที่สามคือ แบบเจ้าอารมณ์จิตผิดปกติ (Impulse control- psychoticism) (Eysenck, 1982) และได้จัดทำแบบทดสอบ Eysenck Personality Questionnaire –EPQ(Eysenck, 1975) ในการศึกษาครั้งนี้ คณะวิจัยสนใจศึกษาเฉพาะ บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว-มั่นคง เนื่องจาก คนที่ไม่มั่นคง บ้างก็กลัวอย่างไร้เหตุผล จะมีจิตใจที่อ่อนแอซึ่งเป็นปม

ปัญหาทางประสาท เมื่อคนถูกกดดันหรืออยู่ในภาวะที่ถูกคุกคาม จะเห็นได้ชัดว่าจะเกิดอารมณ์ความเครียดได้ง่าย เป็นคนเจาอารมณ์และวิตกกังวลร้อนรนในส่วนที่เกี่ยวกับการคิด รู้สึกห่วงตลอดเวลาและประเมินตนเองในเชิงลบ มองโลกในแง่ร้าย ซึ่ง ไอเซ็นค์กล่าวว่าเป็นผลเสียของคนกลุ่มนี้ว่าจะเป็นคนที่ไม่มีเหตุผล ห่วงและกลัวว่าจะทำงานได้ไม่ดีจึงมีความเครียดมากกว่าที่จะใช้ความพยายามที่จะทำให้สำเร็จ

องค์ประกอบของบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว ตามที่ ไอเซ็นค์และไอเซ็นค์ (Eysenck & Eysenck, 1985:15) วัดจาก 9 องค์ประกอบคือ ความวิตกกังวล (Anxious) ความซึมเศร้า (Depressed) ความรู้สึกผิด (Guilt feeling) ความนับถือตนเองต่ำ(Low self esteem) ความตึงเครียด(Tense) ไม่มีเหตุผล (Irrational) ขี้อาย (Shy) อารมณ์เสียง่าย (Moody) และเจ้าอารมณ์ (Emotional)

ดังการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องของ สุดสบาย จุลกะทัพพะ (2534: 11) ที่ได้กล่าวไว้ว่า เมื่อแต่ละบุคคลเผชิญปัญหาความเครียดเดียวกัน อาจมีการตอบสนองที่ไม่เท่ากัน ปัจจัยที่สำคัญคือบุคลิกภาพของบุคคลนั้นว่ามีความสามารถแก้ปัญหาได้ดีมากน้อยเพียงใด ถ้าเป็นคนวิตกกังวลหวั่นไหวง่ายก็จะมีแนวโน้มจะเครียดได้มาก ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของวัชระ ไชยจันดี (2541 : 117) ศึกษาพบว่าบุคลิกภาพด้านความมั่นคงทางจิตใจ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดโดยรวมทุกด้าน ในการสอนภาคปฏิบัติที่ของอาจารย์นิเทศก์วิทยาลัยพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญที่สถิติที่ระดับ .05 และกาญจนา ชิตประเสริฐ (2547 :93-98) ศึกษาปัญหาในการปฏิบัติงานบุคลิกภาพที่เข้มแข็ง การเห็นคุณค่าในตนเองและความเครียดของพยาบาลจบใหม่ โรงพยาบาลศิริราช จำนวน 221 คน พบว่า พยาบาลจบใหม่ที่มีบุคลิกภาพที่เข้มแข็งมากมีความเครียดน้อยกว่าพยาบาลจบใหม่ที่มีบุคลิกภาพที่เข้มแข็งน้อย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

สรุปได้ว่า บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวในการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง ลักษณะของบุคคลที่มีอารมณ์อ่อนไหว คิดมาก จิตใจหดหู่ หงุดหงิดง่าย เจ้าอารมณ์ ชอบตามใจตนเอง ตื่นเต้นง่าย อารมณ์เปลี่ยนแปลงง่าย มองโลกแง่ร้าย วิตกกังวลง่าย ขาดสมาธิ ชอบหวาดระแวง ไวต่อความรู้สึกต่าง ๆ ได้ง่าย ซึ่งมีผลต่อความสามารถในการเผชิญและปรับตัวให้สภาพร่างกายจิตใจอารมณ์อยู่ในสภาวะสมดุล

ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต

ชูทิตย์ ปานปรีชา (2529 : 486-488) ได้กล่าวถึงสาเหตุทางจิตใจ สภาพทางจิตใจบางอย่างสามารถก่อให้เกิดความเครียดได้ ได้แก่ อารมณ์ไม่ดีทุกชนิด เช่น ความกลัว ความวิตกกังวล ความโกรธ ความเศร้า อารมณ์ดังกล่าวก่อให้เกิดความรู้สึกทุกข์ใจ ไม่สบายใจโดยเฉพาะความเศร้าทำให้รู้สึกสิ้นหวัง ไม่คิดต่อสู้ ความรู้สึกทั้งหมดนี้ทำให้เกิดความเครียด ซึ่งสอดคล้องกับ สุภาณี เกษมสันต์ (2547: 30-31) ที่ได้กล่าวว่าความเครียดเกิดจากสภาวการณ์ ที่ก่อให้เกิดความรันทดใจ ความเครียดที่เกิดจากเหตุการณ์เคร่งเครียด เหตุการณ์รันทดใจ เรียกว่า Distress เช่น การหย่าร้าง สมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วยหรือเสียชีวิต ไม่ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน การตกงานหรือหา

งานทำไม่ได้ เป็นต้น ซึ่งปัจจัยต่าง ๆ นอกตัวคนโดยเฉพาะพวกการสูญเสียต่างๆ สามารถเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียด ได้แก่

2.1 การสูญเสียสิ่งที่รัก ได้แก่ การสูญเสียคนรัก ของรัก ทรัพย์สิน หน้าที่การงาน การตกงาน หรือถูกให้ออกจากงาน ถูกลดตำแหน่งหรือย้ายงาน ธุรกิจล้มละลาย

2.2 การเปลี่ยนแปลงในชีวิตพบว่า ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตทุกคนจะมีจิตใจแปรปรวน (Psychological imbalance) ทำให้เกิดความเครียดไม่มากก็น้อย ระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิตได้แก่ ทำงานครั้งแรก สมรสใหม่ ๆ มีบุตรคนแรก วัยหมดประจำเดือน ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม ทำให้ต้องปรับตัวก็เป็นสาเหตุของความเครียดชนิดหนึ่ง การเปลี่ยนแปลงอย่างกะทันหันโดยไม่คาดคิดหรือไม่ได้เตรียมตัวไว้ก่อน เช่น การย้ายงาน การย้ายที่อยู่ เป็นต้น

เอ็นเกิล (Engle, 1962: 288-304) ได้สรุปสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดทางด้านจิตใจไว้ 3 ประการ คือ

1. การสูญเสียหรือเกรงว่าจะสูญเสียสิ่งที่มีค่า สิ่งที่รัก สิ่งที่มีความสำคัญต่อตน ได้แก่ การสูญเสียอวัยวะ การสูญเสียอาชีพการงาน หรือสูญเสียสัตว์เลี้ยงที่ตนมีความผูกพัน เป็นต้น

2. การได้รับอันตราย หรือเกรงว่าจะได้รับอันตราย เช่นการที่จะต้องอยู่ในสภาพการณ์ใหม่ หรือสถานการณ์ที่ไม่คุ้นเคย การพลัดพรากจากบุคคลใกล้ชิด การเปลี่ยนหน้าที่ความรับผิดชอบ การโต้แย้ง การแข่งขัน การพบเหตุการณ์ที่ตกใจหรือเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นโดยไม่คาดคิดมาก่อน

3. ความคับข้องใจ เมื่อบุคคลไม่ได้รับการตอบสนองตามความต้องการทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม

กระบวนการทางจิตใจเมื่อบุคคลพบกับความสูญเสีย

เมื่อสมาชิกในครอบครัวเสียชีวิต ครอบครัวจะเกิดปฏิกิริยาต่อการสูญเสียสิ่งที่รัก เรียกว่า Mourning reaction ซึ่งเป็นกระบวนการทางจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลสูญเสียสิ่งที่ตนเองผูกพัน (Object of attachment) โดยโบลบี้ (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544: 343; อ้างอิงจาก Bowlby, 1980) ได้แบ่งระยะปฏิกิริยาต่อการสูญเสียสิ่งที่รัก ออกเป็น 4 ระยะ คือ

ระยะที่ 1 ความเฉยชา ความทุกข์โศก และความโกรธ (Numbing, distress and anger)

ระยะที่ 2 ความโหยหาผู้ที่จากไป (Yearing and searching) ด้วยความหวังว่าบุคคลอันเป็นที่รักนั้นจะกลับคืนมา

ระยะที่ 3 ความสับสนและสิ้นหวัง (Disorganization and despair)

ระยะที่ 4 การฟื้นตัว (Reorganization)

ซึ่งฟูลเลอร์และแชลเลอร์ (กรัณย์พิชญ์ โครตประทุม, 2546: 25 อ้างอิงจาก Fuller & Schaller, 1990) ได้กล่าวถึงประสบการณ์ในอดีตว่าเป็นประสบการณ์ความสามารถของบุคคลที่สามารถขจัดสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดในอดีต อันจะมีอิทธิพลต่อสถานการณ์เดียวกันที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน ความสำเร็จจากประสบการณ์ในอดีตจะส่งผลต่อความสำเร็จของการเผชิญความเครียดใน

ปัจจุบันด้วย ถ้าในอดีตไม่สามารถขจัดสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดได้ จะเกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองลดลงและเกิดความไม่มั่นใจ ลังเลในการเผชิญปัญหาที่มีสถานการณ์เดียวกับในปัจจุบัน

สรุปได้ว่า ประสบการณ์สูญเสียในชีวิตในขอบเขตการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง เหตุการณ์ที่บุคคลรับรู้ว่ามีความเป็นจริงว่าเป็นภัยคุกคามต่อตัวเขาและเมื่อระลึกถึงเรื่องราวหรือเหตุการณ์ในอดีตนั้นจะมีผลให้บุคคลยังคงมีความรู้สึกหวาดกลัวและวิตกกังวลอยู่

ตอนที่ 3 ปัจจัยและองค์ประกอบด้านครอบครัวที่สัมพันธ์กับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิต

สถาบันครอบครัวนับเป็นสถาบันแห่งแรกที่สำคัญในการถ่ายทอดพฤติกรรมและเสริมสร้างบุคลิกลักษณะนิสัยให้กับสมาชิกครอบครัวอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้สมาชิกครอบครัวสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างปกติสุข ครอบครัวในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงตามกระแสการเปลี่ยนแปลงของสังคมโลก จากสังคมเกษตรกรสู่สังคมอุตสาหกรรม จากสังคมชนบทสู่สังคมเมือง และจากสภาพสังคมเมืองในปัจจุบัน ได้ปรับเปลี่ยนจากครอบครัวขยายที่มีญาติอยู่ด้วยกัน เช่น ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา ฯลฯ สู่ครอบครัวเดี่ยวที่มีขนาดเล็ก มีเพียง พ่อ แม่ และบุตร ซึ่งอาศัยอยู่บ้านเดียวกัน เช่นเดียวกับวัฒนธรรมตะวันตก พ่อแม่ทำงานนอกบ้าน ปล่อยให้บุตรอยู่ตามลำพังหรืออยู่กับพี่เลี้ยงเด็ก หรือ ส่งไปให้ปู่ ย่า ตา ยายซึ่งอยู่ต่างจังหวัดเลี้ยงดูในช่วงที่บุตรยังเล็ก และที่สำคัญของการรับวัฒนธรรมตะวันตกโดยการขาดการกลั่นกรอง มีค่านิยมรักความสนุก ความสะดวกสบาย ขาดจริยธรรม มารยาททางสังคม ความกตัญญูต่อครอบครัวและสังคม การปฏิบัติตามหลักศาสนาลดน้อยลง และมีแนวโน้มเป็นครอบครัวเดี่ยว (Nuclear family) ที่มีพ่อแม่คนเดียวมากขึ้น (One parent family) มากขึ้น จึงสรุปได้ว่าลักษณะของครอบครัวไทยในสังคมเมืองปัจจุบันหรือแนวโน้มจะมีลักษณะดังนี้

1. สมาชิกทุกคนในครอบครัวมีอิสระในการดำรงชีวิตมากขึ้น ทุกคนมีสิทธิเท่าเทียมกัน สามีภรรยาต่างพึ่งพาตนเองได้ดี ทำงานหาเลี้ยงตนเอง จึงขาดการพึ่งพาอาศัยกัน

2. นิยมวัตถุอำนวยความสะดวกเพื่อมาบำรุงความสุขภายนอก ต่างคนก็หาความสุขกับกิจกรรมหรือวัตถุตามความสมัครใจ เช่น บุตรเล่นเกมคอมพิวเตอร์ แม่อาจจะดูละครโทรทัศน์ พ่ออาจจะอ่านหนังสือทำให้สมาชิกครอบครัวต่างไม่พึงพาอาศัยกันหรือทำกิจกรรมที่อยู่ในความสนใจร่วมกัน

3. ความสัมพันธ์ในครอบครัวเหินห่าง เพราะพ่อแม่ต้องออกไปทำงานนอกบ้านเกิดความเห็ดเหนื่อยโดยคำนึงถึงความเจริญทางเศรษฐกิจเป็นหลักจึงไม่มีเวลาให้กัน จะไม่มีเวลาพูดจา เอาใจใส่กัน

4. ครอบครัวที่สตรีต้องเลี้ยงบุตรตามลำพังเพิ่มขึ้น เนื่องจาก แยกจากสามี เป็นหม้าย และหย่าร้าง ตามรายงานสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2546) พบว่า หัวหน้าครัวเรือนที่เป็นหญิงร้อยละ 50 มีสภาพสมรสเป็นหม้ายแยกกับสามีร้อยละ 6.5 และหย่าร้างร้อยละ 4.9

5. เป็นครอบครัวที่มีสตรีเลี้ยงดูบุตรตามลำพังในสังคมเมือง กรุงเทพมหานครพบว่ามีอายุระหว่าง 41-45 ปี และ46-50 ปีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 23.36 รองลงมาคืออายุระหว่าง 31-35 ปี คิดเป็น

ร้อยละ19.99 ซึ่งเป็นสตรีไทยช่วงวัยกลางคนเป็นส่วนใหญ่ที่มีบุตรอยู่ในวัยเด็กและวัยรุ่น (พวงเพ็ญ ชุณหปราณและคณะ, 2543: 21)

6. ค่านิยมการอยู่ร่วมกันแบบพึ่งตนเอง ขาดความเอื้ออาทรต่อกัน อันเนื่องมาจากต่างคนต่างมีภาระ ความรับผิดชอบในงาน

7. พึ่งองค์กรสถาบันต่างๆแทนครอบครัว เช่น สถานรับเลี้ยงเด็ก โรงเรียนสอนพิเศษ เป็นต้น

จากสภาพครอบครัวในสังคมเมืองที่ต้องเผชิญหน้ากับสภาพแวดล้อมความเป็นอยู่ที่แข่งขันเร่งรีบ หารายได้เพื่อยกระดับฐานะทางเศรษฐกิจสังคมที่ยึดวัตถุนิยม จึงมีภาวะเสี่ยงต่อการเผชิญกับความเครียดด้วยตัวคนเดียวได้มากเพราะสมาชิกทุกคนไม่มีเวลาให้กันและขาดการค้ำจุน สนับสนุนจากสมาชิก ญาติผู้ใหญ่หรือบุคคลรอบข้างในครอบครัวช่วยเหลือสนับสนุน ให้กำลังใจ พึ่งพากัน ประกอบกับครอบครัวที่สตรีต้องเลี้ยงดูบุตรตามลำพังฝ่ายเดียว ต้องทำงานหนักเพิ่มขึ้น ทดแทนรายได้จากคู่สมรสที่เปลี่ยนไป และในสังคมไทยรัฐบาลไม่มีนโยบายในการให้ความช่วยเหลือค้ำจุนเศรษฐกิจและความมั่นคงให้กับสตรีไทยในกลุ่มนี้ จากสภาพดังกล่าวจึงทำให้สตรีไทยที่เลี้ยงดูบุตรตามลำพังมีความซึมเศร้า ทำร้ายบุตรมีความเครียดประจำวันมีการรับรู้คุณค่าในตนเองต่ำลง จะเห็นได้ว่าสตรีที่ต้องเผชิญหน้ากับการเลี้ยงดูครอบครัวเพียงลำพังอันเนื่องมาจากแยกจากสามี หย่าร้าง เป็นหม้าย ย่อมก่อให้เกิดภาวะวิกฤตแก่สตรี ทั้งด้านอารมณ์ เศรษฐกิจ ร่างกาย และการเลี้ยงดูบุตร

จะเห็นได้ว่าบทบาทและภาระของสตรีที่มีต่อครอบครัวในสังคมเมืองปัจจุบันนี้ มีภาวะเสี่ยงต่อสุขภาพจิตและอารมณ์ของสตรีมากขึ้น หากไม่สามารถเผชิญและปรับตัวได้อย่างสมดุลกับสภาวะการณ์หรือความรับผิดชอบดังกล่าว ครอบครัวที่มีปฏิสัมพันธ์กัน มีประกาศให้สมาชิกครอบครัวรับรู้ เพื่อช่วยให้สมาชิกในครอบครัวแสดงออกอย่างมีอิสระมีเหตุผล มีการสนับสนุนช่วยเหลือในการแก้ปัญหา มีส่วนร่วมในการตัดสินใจจะช่วยให้สมาชิกในครอบครัวเป็นสุข ลดภาวะความตึงเครียดของชีวิตครอบครัว ดังนั้นองค์ประกอบสำคัญด้านครอบครัวที่มีผลต่อ ความเครียด การเกิดภาวะวิกฤตในชีวิตครอบครัว มีดังนี้

1. ภาวะเครียดในครอบครัว (Family stress) เป็นการมองทั้งระบบ โดยใช้วิธีวัดการรับรู้ถึงความอ่อนล้า ความคับข้องใจ ความตึงเครียดที่มีอยู่ในบ้าน เมื่อสมาชิกในครอบครัว ถ้าเกิดขึ้นอย่างสม่ำเสมอจะเกิดการแบ่งแยกภายในครอบครัว

2. ความพึงพอใจในครอบครัว (Family satisfaction) เป็นการรับรู้ความผาสุกภายในครอบครัว ความพึงพอใจ และความสุขในครอบครัวโดยรวม ซึ่งมีความสัมพันธ์อย่างสูงกับคุณภาพของการปฏิสัมพันธ์ ครอบครัวที่มีระบบการทำงานดำเนินไปด้วยดีจะมีความขัดแย้งและความเครียดในระบบย่อยๆต่ำ ปัญหาสุขภาพและปัญหาทางการเงินจะไม่ใช่ปัญหาหลักในครอบครัวที่มีความพึงพอใจในครอบครัวสูง

3. การสนับสนุนภายในครอบครัว (Family support) เป็นข้อมูลหรือการสื่อสาร ซึ่งทำให้สมาชิกครอบครัวเชื่อว่าตนได้รับการดูแลเอาใจใส่ ความรักและการให้คุณค่า มีงานวิจัยที่สนับสนุนให้

เห็นว่า การให้หรือการได้รับการสนับสนุนทางสังคมไม่เพียงพออาจโน้มนำไปสู่อันตรายทำให้กระทบต่อความผาสุก ซึ่งกดดันจากบุคคลที่มีความสำคัญหรือการขาดการสนับสนุนจากบุคคลอื่นๆ ช่วงที่มีความลำบากนั้นก่อให้เกิดความเครียดได้ นอกจากนี้การสนับสนุนภายในครอบครัวจะช่วยปกป้องจะช่วยปกป้องคุ้มครองบุคคลในภาวะวิกฤตจากภาวะเบี่ยงเบนทางสุขภาพระยะยาวได้

4. ความผูกพันกลมเกลียวในครอบครัว (Family cohesion) คือ ความรู้สึกผูกพันซึ่งสมาชิกครอบครัวมีต่อบุคคลในครอบครัว และความมีอิสระในตนเอง เป็นความสมดุลระยะการแยกจากกันและการติดต่ออยู่ร่วมกันซึ่งสมาชิกแต่ละคนประสบ ครอบครัวที่มีสุขภาพอารมณ์ดีจะมีการรับรู้ถึงความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันของครอบครัว ซึ่งความผูกพันกลมเกลียวในครอบครัวจะช่วยสมาชิกลดความไวต่อการรับความเครียด แต่ทั้งนี้อาจเพิ่มความเครียดให้กับสมาชิกที่พยายามจะเปลี่ยนแปลงบรรทัดฐานของครอบครัว

5. การปรับตัวของครอบครัว (Family adaptation) เป็นความสามารถของระบบครอบครัวในการเปลี่ยนแปลงโครงสร้าง ของอำนาจความเกี่ยวพัน ของบทบาทหน้าที่และกฎเกณฑ์ในการตอบสนองต่อสถานการณ์ และการขยายตัวของภาวะเครียด ความสามารถในการปรับตัวขึ้นอยู่กับระดับความเข้มงวด โครงสร้าง ความยืดหยุ่นหรือความสับสนยุ่งเหยิงขณะที่ภาวะเครียดเพิ่มมากขึ้น ครอบครัวที่มีความยืดหยุ่นในการปรับเปลี่ยนโครงสร้างจะมีสุขภาพดีที่สุด ครอบครัวซึ่งสามารถทำหน้าที่ได้อาจสังเกตจากความสามารถในการปรับเปลี่ยนอย่างเหมาะสมต่อความต้องการที่เพิ่มขึ้น ความผาสุกในครอบครัวขึ้นอยู่กับความสามารถในการปรับตัวของหน่วยครอบครัวที่ค่อยๆเพิ่มขึ้นตามระยะต่างๆในวงจรชีวิต เช่น การเกิด การเติบโต ความเจ็บป่วย การแต่งงาน ความชรา และความตาย เป็นต้น

6. ค่านิยมในการใช้ชีวิตครอบครัว ซึ่งจะพบว่ามีความแตกต่างกันไปตามกลุ่มบุคคล สังคม และวัฒนธรรมถ่ายทอดกันมาจากต้นตระกูลของแต่ละครอบครัวด้วย เช่น ค่านิยมในครอบครัวสังคมชนบทจะแตกต่างในเมือง ค่านิยมที่พ่อแม่ได้รับการเลี้ยงดูแบบให้อิสระ มักจะให้การอบรมเลี้ยงดูบุตรแบบให้อิสระเช่นกันเป็นต้น ดังนั้นถ้าพ่อแม่ที่มาจากวัฒนธรรม ค่านิยม การดำเนินชีวิตที่ใกล้เคียงกันก็จะมีโอกาสอยู่ร่วมกันในครอบครัวอย่างมีความสุขโอกาสที่จะขัดแย้งกันลดน้อยลงด้วยเช่นกัน

7. การดำเนินบทบาทในครอบครัว (Family role process) บทบาทเป็นแบบแผนของพฤติกรรมของบุคคลหรือเป็นลำดับของการกระทำ ถูกหล่อหลอมโดยกระบวนการทางวัฒนธรรมโดยผ่านทางบุคคลในสังคมหรือครอบครัว บทบาทในครอบครัว เป็นการวางพฤติกรรมของบุคคลและความคาดหวังที่สมาชิกครอบครัวมีการดำเนินบทบาทเป็นหัวใจสำคัญที่จะนำไปสู่ความผาสุกหรือความเครียดในระบบครอบครัว การประเมินการดำเนินบทบาทในครอบครัวประกอบด้วย

7.1 ความขัดแย้งในบทบาท (Role conflict) เชื่อว่าเกิดขึ้นเมื่อมีความคิดเห็นขัดแย้งในบทบาท หรือบทบาทนั้นไม่ตรงกับบทบาทที่คาดหวังไว้ ความขัดแย้งในครอบครัวจะสกัดกั้นหรือขัดขวางความพยายามของสมาชิกครอบครัวที่จะเผชิญปัญหาหรือการกระทำการใดๆให้บรรลุ

เป้าประสงค์ ในครอบครัวที่มีสุขภาพอารมณ์ดีความขัดแย้งจะมีน้อย หากมีการรับรู้ถึงความขัดแย้งสูง ความผูกพันกลมเกลียวจะลดต่ำ ความเฉลียวฉลาดในการปรับตัวให้เข้ากับวัฒนธรรมและการจัดระเบียบความสำคัญหรือประโยชน์ต่างๆจะลดน้อยลง

7.2 บทบาทมากเกินไป (Role overload) เป็นความขัดแย้งระหว่างบทบาทต่างๆของบุคคลอันเนื่องมาจากความต้องการที่มากมายหลากหลายแตกต่างกันออกไป เป็นแหล่งความเครียดที่สำคัญ เช่น ในครอบครัวที่มีเด็กป่วยเรื้อรัง โดยเฉพาะอย่างยิ่งสตรีซึ่งต้องรับผิดชอบสูงในการดูแลบ้านและบุตรในขณะที่ต้องรับผิดชอบงานนอกบ้านก็จะประสบปัญหาบทบาทที่มีมากเกินไปนี้

7.3 ความคลุมเครือในบทบาท (Role ambiguity) เกิดเมื่อสมาชิกครอบครัวมีความรู้ไม่เพียงพอหรือบทบาทที่ครอบครัวคาดหวังในตัวสมาชิกนั้นไม่ชัดเจน ความรู้สึกมั่นคงภายในสมาชิกครอบครัวจะเกี่ยวข้องกับความชัดเจนของระบบโครงสร้างและบทบาทของตนในครอบครัว

7.4 การไม่มีส่วนร่วมในบทบาท(Role nonparticipation) หมายถึง การมีส่วนร่วมน้อยหรือไม่มีส่วนร่วมในการตัดสินใจของครอบครัว ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัวมีน้อย ติดต่อสื่อสารไม่ดีและไม่สามารถชักจูงใครได้ ดังนั้นสมาชิกครอบครัวช่วยกันรับผิดชอบและเปิดโอกาสให้แสดงความรู้สึกต่อการเผชิญปัญหาจะทำให้การเผชิญความเครียดในครอบครัวเป็นไปได้ดี

7.5 การเตรียมพร้อมในบทบาท (Role preparedness) เป็นการวัดลักษณะของพ่อแม่และวัดการรับรู้ของพ่อแม่ ถึงประสบการณ์ที่ผ่านมาและการเรียนรู้ซึ่งช่วยในการเตรียมตัวเป็นพ่อแม่ เรียนรู้บทบาทพ่อแม่ ในระยะเริ่มแรกมาจากแบบอย่างในครอบครัวจากพ่อแม่

8. ความเปราะบางของครอบครัว (Family vulnerability)

เป็นที่ทราบกันดีว่ามีปัจจัยมากมายที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในครอบครัว เช่น จากกรรมพันธุ์ สรีระ สังคม จิตใจหรือวิญญาณ คาลด์เวลล์ได้เสนอปัจจัยที่ควรนำมาประเมินดังนี้

8.1 อาการทางกายซึ่งสัมพันธ์กับจิตใจ (Psychosomatic symptoms) ได้แก่ อาการปวดศรีษะ กระเพาะอาหารปั่นป่วนและอาการทางประสาท ปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดพยาธิ สภาพเหล่านี้อาจถ่ายทอดจากรุ่นหนึ่งไปยังอีกรุ่นหนึ่งของครอบครัวและนำไปสู่ภาวะเครียดในครอบครัว สมาชิกบางคนในครอบครัวที่มีเด็กป่วยเรื้อรังอาจมีปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดอาการผิดปกติ เช่น ปวดศีรษะ ปัสสาวะไหลไม่รู้สึกตัว กระเพาะอาหารปั่นป่วน อาการกลัวผิดปกติ หลงลืม ท้องผูก เป็นต้น สิ่งที่มีอิทธิพลต่อความเปราะบางของครอบครัว ได้แก่ ชนิดและความเครียดซึ่งเกิดกับบุคคลอันเนื่องมาจากโครงสร้างของครอบครัว ส่วนประกอบของการทำงานและสิ่งที่ผ่านมาทางกรรมพันธุ์ สรีระ จิตสังคม

8.2 ความพึงพอใจในชีวิต (Life satisfaction) เป็นการรับรู้ชีวิตของตนโดยทั่วไปของบุคคล เหตุการณ์ต่างๆในชีวิตที่สามารถก่อให้เกิดภาวะเครียดของบุคคล มักตกอยู่ในเรื่องของครอบครัวหรือมีอิทธิพลต่อสิ่งแวดล้อมของครอบครัว สภาพความขัดแย้งที่ก่อให้เกิดความเครียด เกิดจากวิกฤตภายในครอบครัวจะไม่เกิดขึ้น ดังครอบครัวไทยมีลักษณะที่พึงประสงค์ ตามนโยบายและแผนงานในการพัฒนาสถาบันครอบครัวในปี 2540 ได้สรุปไว้ดังนี้คือ

1. สมาชิกทุกคนในครอบครัวมีความรักใคร่กลมเกลียว สมานฉันท์ ช่วยเหลือเกื้อกูล เอื้ออาทรต่อกัน พูดจาให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกัน และมีการแก้ไขปัญหาร่วมมือกันอย่างสร้างสรรค์

2. สมาชิกในครอบครัวมีการทำกิจกรรมร่วมกัน และรู้จักใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

3. พ่อแม่ และสมาชิกในครอบครัวมีความรับผิดชอบประกอบอาชีพสุจริตรู้จักประหยัดและออม ร่วมกันเสริมฐานะของครอบครัวให้มั่นคง

4. พ่อแม่ หรือหัวหน้าครอบครัว ต้องทำตนเป็นแบบอย่างในการดำเนินชีวิตอย่างมีคุณธรรม ไม่เลือกปฏิบัติ ไม่ทำร้ายกันและกัน อบรมเลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัวให้เป็นคนดีและมีประโยชน์ต่อสังคม ปฏิบัติตนตามหลักคุณธรรมของศาสนา

สรุปได้ว่า จากสภาพปัจจัย ด้านครอบครัวที่มีผลให้เกิด ภาวะวิกฤตของชีวิตสตรีไทยสมรสที่แสดงออกถึง ความตึงเครียด การไม่สามารถเผชิญปัญหาและการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในครอบครัวได้อันเนื่องมาจากปัจจัยด้านครอบครัว ที่คณะวิจัยได้สรุปเป็นองค์ประกอบหลัก ๆ 4 ด้าน คือ ภาระต่อครอบครัว สัมพันธภาพกับคู่สมรส การสนับสนุนจากครอบครัว และความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว

3.1 ภาระต่อครอบครัว

ภาระต่อครอบครัว หมายถึง การที่บุคคลรับรู้ว่าตนเองต้องรับผิดชอบต่อบุคคลในครอบครัว รวมถึงรับผิดชอบต่อภาระงานบ้าน ซึ่งในปัจจุบันชายและหญิงจะมีการตอบสนองต่อชีวิตแต่งงานแตกต่างกันไป จากการวิจัยพบว่าผู้ชายจะมีความสุขกับชีวิตแต่งงานมากกว่าผู้หญิง ส่วนผู้หญิงจะมีความพึงพอใจในชีวิตแต่งงานน้อยกว่าผู้ชาย ผู้หญิงแต่งงานแล้วจะมีความเครียดมากกว่า มีอาการเจ็บป่วยทางจิตมากกว่า ความแตกต่างเหล่านี้มาจากการที่ผู้หญิงและผู้ชายมีบทบาทหน้าที่แตกต่างกัน เมื่อแต่งงานแล้วนอกจากผู้หญิงในปัจจุบันจะต้องทำงานนอกบ้านเหมือนผู้ชายแล้ว เนื่องจากรายได้ของสามีคนเดียวมักไม่เพียงพอ เมื่อกลับมาบ้านยังต้องรับผิดชอบทำงานบ้านและเลี้ยงบุตร ต้องดูแลทุกข์สุขของสมาชิกในครอบครัว ทำให้ผู้หญิงในปัจจุบันมีความเครียดสูง ในขณะที่ผู้ชายเพียงแต่ทำงานนอกบ้านอย่างเดียว (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2545: 49) อาจกล่าวได้ว่าผู้หญิงในปัจจุบันมีหลายบทบาท ได้แก่ บทบาทภรรยา บทบาทมารดา และบทบาทในการทำงานอาชีพ ซึ่งเหตุผลหลักที่ผู้หญิงในปัจจุบันต้องทำงานนอกบ้านมาจากความต้องการทางด้านการเงิน อย่างไรก็ตามบทบาทที่ผู้หญิงให้ความสนใจมากกว่าบทบาทอื่นๆ คือ บทบาทมารดา ในขณะเดียวกัน การที่สามีผลักภาระงานบ้าน การเลี้ยงดูและอบรมบุตรให้ภรรยารับผิดชอบอย่างเต็มที่ จะทำให้ผู้หญิงเกิดความเครียดมากขึ้น เหนื่อยล้า ซึ่งจะมีผลกระทบต่อผู้หญิงทั้งด้านส่วนตัว การงานอาชีพ และความสามารถในการเลี้ยงดูบุตรลดประสิทธิภาพลง (ณัฐสุดา สุจินันท์กุล, 2541: 17-23) นอกจากนี้ความขัดแย้งระหว่างงานและครอบครัว ทำให้เกิดความเครียด เนื่องจากผู้ที่มีความขัดแย้งระหว่างงานและครอบครัวสูงได้รับบทบาทที่มากเกินไปทั้งบทบาทในฐานะคนทำงาน บทบาทฐานะคู่สมรส ฐานพ่อ แม่ และกรณี

อื่น ๆ ซึ่งในแต่ละบทบาทต่างก็ต้องการเวลา พลังงาน และการผูกมัด ซึ่งความต้องการที่เพิ่มขึ้นทำให้เกิดความเครียด (ถนิมกาญจน์ พิพัฒนโยธะพงศ์, 2544: 104; อ้างอิงจาก Kelley & Voydanof, 1985)

ถ้าพิจารณากระบวนการที่เกิดขึ้นในชีวิตครอบครัว อาจแบ่งภารกิจที่ครอบครัวต้องปฏิบัติเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ที่กล่าวมาแล้วออกเป็น 3 ด้าน (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544: 4) ได้แก่

1. ภารกิจพื้นฐาน (Basic tasks) เป็นภารกิจพื้นฐานที่ครอบครัวจะต้องกระทำเพื่อให้สมาชิกในครอบครัวสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ เช่น การจัดหาที่อยู่อาศัยให้สมาชิกในครอบครัว การดูแลอาหารและเครื่องนุ่งห่มที่เหมาะสม รวมทั้งดูแลด้านสุขภาพอนามัยและความปลอดภัย เป็นต้น

2. ภารกิจด้านพัฒนาการ (Developmental tasks) เป็นภารกิจของครอบครัวที่ไม่เคยหยุดนิ่ง แต่จะพัฒนาไปตามขั้นตอนต่างๆของวงจรชีวิต เช่น การสร้างเอกลักษณ์ของครอบครัวที่สมาชิกทุกคนจะตระหนักและยอมรับร่วมกัน รวมถึงมีทิศทางในการพัฒนาที่เหมาะสม เป็นต้น

3. ภารกิจในยามวิกฤต (Crisis tasks) ในแต่ละครอบครัวล้วนต้องประสบภาวะที่ฉุกเฉิน เช่น การตกงาน การเจ็บป่วย การเสียชีวิต การหย่าร้าง เป็นต้น ซึ่งภาวะนี้มีผลกระทบอย่างแน่นอนต่อสมาชิกและครอบครัวโดยรวม ภารกิจที่ครอบครัวจะต้องปรับตัวและจัดการแก้ไขวิกฤตการณ์เพื่อให้สมาชิกในครอบครัวยังสามารถดำรงอยู่ได้อย่างสมดุล และพัฒนาต่อไปได้อย่างเหมาะสม

งานวิจัยที่สนับสนุนว่า ภาระครอบครัวมีความเกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤติชีวิต ดังการศึกษาในกลุ่มสตรีวัยกลางคนตอนปลายที่ไม่ต้องรับภาระในการเลี้ยงดูบุตรที่เป็นเด็กเล็ก ทำให้มีความเครียดน้อยกว่าสตรีวัยกลางคนตอนต้นที่ยังต้องรับภาระในการเลี้ยงดูบุตรที่เป็นเด็กเล็ก (พรศิริ โรจน์รัตนเกียรติ, 2535: 124; อ้างอิงจาก Skinner, 1980: 478; citing Rapoport & Rapoport, 1971; Catherine & John, 1988: 131) ซึ่งในช่วง20ปีที่ผ่านมามีการศึกษาของ พรทิพย์ เกยุรานนท์ (2527: 113) ที่ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพยาบาลในโรงพยาบาลของรัฐในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่าพยาบาลที่มีภาระทางครอบครัวต่างกันจะมีความเครียดต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เช่นเดียวกับการศึกษาของ อรัญญา จรัสสุริยงค์ (2539: 75-77) ได้ศึกษาความเครียดของเจ้าหน้าที่ของรัฐบาลและเอกชน พบว่า บุคคลที่มีภาระครอบครัวต่างกันมีระดับความเครียดต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ต่อมา พรศิริ โรจน์รัตนเกียรติ (2535: 139) ได้ศึกษาว่าการใช้กลวิธีเผชิญภาวะเครียดแบบแก้ไขโครงสร้างความนึกคิด โดยคิดในด้านบวกจะช่วยให้บุคคลลดความตึงเครียดในบทบาทลงได้ ฉะนั้นสตรีจึงต้องมองและเปลี่ยนการรับรู้ของตนเองที่มีต่อบทบาท และเชื่อว่าสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ได้เลวร้ายเกินกว่าที่จะทำให้ชีวิตการทำงานนอกบ้านนั้นต้องทำให้เกิดความยุ่งยาก จนไม่สามารถจัดการภาระครอบครัว และในช่วง 10 ปีหลังนี้มีการศึกษาของ จุฑารัตน์ สุคันธรัตน์ (2541: 94) ได้ศึกษาเรื่องการรับรู้บรรยากาศขององค์กร และความเครียดของบุคลากรในโรงพยาบาลตากสิน พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีภาระทางครอบครัวต่างกันมีระดับความเครียดแตกต่างกัน ทั้งนี้ หัทยา มัทยาท (2541: 94) ได้ศึกษาปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยการทำงาน และปัจจัยทางจิตใจ ที่เกี่ยวข้องกับความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลวิชาชีพประจำการ ในโรงพยาบาล พบว่า พยาบาลที่มี

ภาระครอบครัวที่เดือดร้อนปานกลางถึงมาก จะมีความเหนื่อยหน่ายด้านความอ่อนล้าทางอารมณ์ และสุนี ตรีทิเพนทร์ (2542: 74) ศึกษาพบว่าบุคคลว่างงานที่มีความรับผิดชอบต่อครอบครัวทางด้านการเงินต่างกันมีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน จิราภรณ์ แพรต่วน (2543: 123-124) ได้ศึกษาความเครียดและความพึงพอใจในงานของบุคลากรพยาบาลในโรงพยาบาลสังกัดสำนักการแพทย์กรุงเทพมหานคร พบว่า บุคลากรพยาบาลที่มีภาระครอบครัวปานกลาง มีความเครียดมากกว่าบุคลากรพยาบาลที่ไม่มีภาระต่อครอบครัว ต่อมา วันทนา เจริญรัตนโชติ (2545: 75) ศึกษาพบว่า ครูประถมศึกษากลุ่มรัตนโกสินทร์ที่มีภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวต่างกันมีระดับความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เช่นกัน ส่วนการศึกษาของ ศิริพร อรุณสิงคะ (2544 : 66) ที่ศึกษาพบว่า ภาระความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลต่อความมั่นคงในการทำงาน ส่วน ศิริรัตน์ อัจนามนัสสิริ (2545: 49) ทำการศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลบำรุงราษฎร์ พบว่า ความรับผิดชอบต่อครอบครัวปานกลางมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และความรับผิดชอบในครอบครัวน้อย มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพัชรินทร์ คงราศรี (2546: 100) ได้ศึกษาสาเหตุความเครียดและวิธีลดความเครียดในการปฏิบัติงานของครู พบว่า ครูประถมศึกษาที่มีภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวดี มีระดับความเครียดสูงกว่าครูที่มีความรับผิดชอบต่อครอบครัวในระดับไม่ดี และมีความรับผิดชอบต่อครอบครัวในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 สัมพันธภาพกับคู่สมรส

สัมพันธภาพ หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคล 2 คนปฏิบัติต่อกัน บุคคลจะเป็นส่วนหนึ่งของสัมพันธภาพและจะได้รับผลจากสัมพันธภาพนั้นด้วย (วุฒิณี กมลภัทรากูร, 2546: 37-41) สัมพันธภาพกับคู่สมรส จึงหมายถึง ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อคู่สมรส ว่าเป็นความผูกพันสนิทสนม มีความรักต่อกัน รู้สึกอบอุ่นเมื่ออยู่ใกล้ชิด ความห่วงใย เอาใจใส่ซึ่งกันและกัน การที่ครอบครัวประกอบด้วยบุคคลมากกว่า 1 คนขึ้นไปมาอยู่ร่วมกันนั้น ทำให้ครอบครัวกลายเป็นระบบแห่งความสัมพันธ์ (Relationship system) ความสัมพันธ์ในครอบครัวจึงไม่ใช่ความสัมพันธ์ทางเดียว ซึ่งความสัมพันธ์ของคู่สมรสจะเปลี่ยนแปลงไปตามระยะต่างๆของวงจรชีวิตครอบครัว เมื่อครอบครัวก้าวจากวงจรชีวิตระยะหนึ่งไปสู่อีกระยะหนึ่งนั้น จะมีความเครียดเกิดขึ้นด้วยเสมอ คู่สมรสจะต้องปรับเปลี่ยนโครงสร้างและความสัมพันธ์ระหว่างกันและระหว่างสมาชิกให้เหมาะสมกับชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปด้วย (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2544: 7, 26-37) ซึ่งวงจรชีวิตครอบครัวมี 6 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 (บุคคลเป็นผู้ใหญ่เต็มตัว) ระยะนี้บุคคลต้องแยกตัวและเป็นอิสระจากครอบครัวเดิมเพื่อทำงานสร้างฐานะ สร้างความสัมพันธ์ลึกซึ้งกับบุคคลอื่น และสร้างเป็นครอบครัวใหม่ของตนเอง

ระยะที่ 2 (แต่งงานและสร้างครอบครัวใหม่) เป็นระยะที่คู่สมรสแต่งงานใหม่ จะเรียนรู้จากกันและปรับตัวเข้าหากันได้ดีที่สุด เนื่องจากยังไม่มีภาระและความเครียดจากการที่ต้องเลี้ยงลูก คู่สมรสส่วนใหญ่ยังคงอยู่กับพ่อแม่ในระยะแรก ซึ่งการอยู่รวมกันเป็นครอบครัวใหญ่อาจทำให้คู่สมรสมีปัญหากัน เนื่องจากปัญหาด้านความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ของแต่ละฝ่าย การแยกครอบครัวออกไปอยู่อย่างอิสระจึงเป็นทางเลือกที่ดี แต่ในขณะเดียวกันก็ควรคงความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัวเดิมไว้ เพราะคู่สมรสใหม่ยังคงต้องอาศัยความช่วยเหลือและประสบการณ์อันมีคุณค่าจากครอบครัวเดิมมาใช้ในการสร้างครอบครัวของตน

ระยะที่ 3 (ครอบครัวที่มีลูกเล็ก) ระยะนี้คู่สมรสจะมีความเครียดเกิดขึ้น เนื่องจากระบบความสัมพันธ์เปลี่ยนไป จากที่เคยเพียง 2 คน เปลี่ยนมาเป็น 3 คน คู่สมรสจะรู้สึกว่าชีวิตมีแต่ภาระและพบปัญหาในด้านการแบ่งหน้าที่และความรับผิดชอบ ซึ่งทำให้ความสัมพันธ์แย่ลง ขาดโอกาสที่จะมีความสุข กล่าวคือ ภรรยาต้องทำงานทั้งนอกบ้านและเลี้ยงลูก ทำให้รู้สึกว่าตนเองถูกเอาเปรียบ ต่างฝ่ายต่างมีเวลาให้กันน้อยลง มีเวลาอยู่เพียงลำพังลดลง ส่วนสามีอาจรู้สึกตนเองถูกทอดทิ้ง

ระยะที่ 4 (ครอบครัวที่มีลูกโตเป็นวัยรุ่น) ในระยะที่ลูกเข้าสู่วัยรุ่น ความผูกพันที่เคยมีกับพ่อแม่จะลดลง และไปสร้างความผูกพันกับบุคคลนอกครอบครัวมากขึ้น เช่น ครูและเพื่อน ในระยะนี้คู่สมรสกำลังเข้าสู่ระยะวิกฤตของชีวิต ที่เรียกว่า Midlife crisis ที่คู่สมรสจะต้องร่วมกันหาวิธีอบรมลูกวัยรุ่นให้อยู่ในขอบเขต ในขณะเดียวกันก็ให้โอกาสลูกในการพัฒนาความเป็นตัวของตัวเอง

ระยะที่ 5 (ลูกแยกไปจากครอบครัว) ในระยะนี้ลูกอาจออกไปสร้างครอบครัวของตนเอง หรือออกไปอยู่ตามลำพังเพื่อทำงาน ระยะนี้คู่สมรสจะต้องมาอยู่ด้วยกันตามลำพังอีกครั้งหนึ่ง บางคู่จะมีความสุขมากขึ้นเพราะภาระในการเลี้ยงลูกหมดไป มีเวลาว่างขึ้น จึงเป็นระยะที่จะสร้างความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสให้ดีขึ้น เพื่อที่จะเป็นเพื่อนพึ่งพากันในวัยชรา ในขณะบางคู่อาจรู้สึกอึดอัด ความขัดแย้งของคู่สมรสที่เคยมีลูกช่วยประสานอาจแตกหัก ในระยะจะเกิดการหย่าร้างของคู่สมรสสูง ผู้ชายเมื่อหย่าร้างแล้วมักแต่งงานใหม่เพราะต้องการคนดูแล ส่วนผู้หญิงมักไม่ค่อยแต่งงานใหม่เพราะไม่ต้องการมีภาระเหมือนในอดีต

ระยะที่ 6 (สู่บั้นปลายของชีวิต) ในระยะนี้ต้องพบกับการสูญเสียคู่สมรส ซึ่งผู้ชายที่สูญเสียภรรยาจะมีปัญหาในการปรับตัวมากกว่าผู้หญิงที่สูญเสียสามี เพราะขาดคนดูแลเอาใจใส่ และไม่สามารถดูแลตนเองได้ ในขณะที่ผู้หญิงมักดูแลตนเองได้ดีกว่า เพราะทำหน้าที่ดูแลผู้อื่นมาตลอด

นอกจากนี้ การสมรสเป็นการที่คนสองคนตกลงใจใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน มีเป้าหมายและความฝันร่วมกันในความสัมพันธ์ของคู่สมรส จึงเป็นความสัมพันธ์ที่มีความคาดหวังต่อกัน ความรู้สึกเป็นเจ้าของกันและกัน มีหลายอารมณ์เกิดขึ้นอย่างหลากหลายและรุนแรง ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์รัก โกรธ เสียใจหรือขมขื่น เป็นต้น ตามทฤษฎีการเรียนรู้แล้ว คู่สมรสมักสังเกตและสนใจกับพฤติกรรมเชิงลบของอีกฝ่ายมากกว่าพฤติกรรมเชิงบวก และตอบโต้กันโดยอิงพฤติกรรมของอีกฝ่ายหนึ่งในอดีต ซึ่งก่อให้เกิดปัญหาตามมา ดังนั้น ในชีวิตสมรส คู่สมรสจะต้องมีการอุทิศตนต่อกัน (Commitment) ซึ่ง

การอุทิศตนต่อกันจะช่วยให้ความสัมพันธ์ของคู่สมรสดำรงอยู่ได้อย่างมั่นคง แม้จะมีความทุกข์ความขัดแย้งหรือความผิดหวังเกิดขึ้น โดยคู่สมรสต้องรับผิดชอบร่วมกันในการดูแลรักษาชีวิตคู่เอาไว้ ต้องพยายามทำทุกวิถีทางเพื่อให้ความสัมพันธ์ดำเนินไปได้ด้วยดี เมื่อพบปัญหาต้องไม่โยนความผิดให้อีกฝ่าย นอกจากนี้ชีวิตคู่เป็นระบบย่อยที่อยู่ในระบบใหญ่แห่งครอบครัว ชุมชนและสังคม ซึ่งระบบเหล่านี้มักมากระทบชีวิตคู่ได้เสมอ เช่น ลูก เครือญาติ ที่ทำงาน เป็นต้น จึงเป็นหน้าที่ของคู่สมรสที่จะต้องสร้างขอบเขต (Boundary) ที่เหมาะสมเพื่อป้องกันระบบอื่นเข้ามาแทรกแซงความสัมพันธ์ของตน (อุมาพร ตรังคสมบัติ, 2545: 12-13,30)

การสร้างสัมพันธภาพที่ดีระหว่างคู่สมรส

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2545 : 245-254) ได้กล่าวถึงการสร้างสัมพันธภาพที่ดี ระหว่างคู่สมรสมีรายละเอียดดังนี้

1.1 สร้างความรักและความเข้าใจอันดีซึ่งกันและกันเมื่อทั้งสามีและภรรยาต่างมีความรักซึ่งกันและกันจะเป็นพื้นฐานสำคัญที่ส่งเสริมและสนับสนุนให้ทั้งสองฝ่ายเกิดความเข้าใจอันดีต่อกัน พยายามมองกันในด้านดีเสมอ พร้อมทั้งหาสาเหตุผลสนับสนุนให้สอดคล้องกับการมองกันในด้านดีนั้นจะเป็นปัจจัยให้เกิดความเข้าใจซึ่งกันและกันได้เป็นอย่างดี

1.2 การมีความจริงใจต่อกันทั้งสามีและภรรยาทั้งสองฝ่ายจะต้องแสดงพฤติกรรมที่เปิดเผยต่อกัน ไม่มีการปิดบัง เคลือบแฝง เมื่อทั้งสองฝ่ายมีความจริงใจต่อกัน มีความรู้สึกเป็นเพื่อนกัน สิ่งที่ได้รับคือ ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน

1.3 การช่วยกันทางเศรษฐกิจและการเงินทั้งสองฝ่ายจะต้องเปิดเผยรายรับรายจ่ายซึ่งกันและกัน ทำความตกลงงบประมาณรายรับรายจ่ายรวมของครอบครัวและของส่วนตัว รวมทั้งการปรึกษาหารือกันเกี่ยวกับการหาทางเพิ่มรายได้และ/หรือ การลดรายจ่ายลง

1.4 การมีความฉลาดทางอารมณ์ซึ่งจะช่วยในการพัฒนาความอดทนอดกลั้นต่อความโกรธหรือความไม่พึงพอใจที่อาจจะเกิดขึ้นได้ รวมทั้งจะช่วยให้เป็นมนุษย์ที่มีสติรู้จักยับยั้งชั่งใจว่าอะไรควรพูด ควรทำ และมีปัญญาคิดสร้างสรรค์ครอบครัวให้มั่นคงอันเป็นการรักษา สัมพันธภาพอันดีต่อกันไว้

1.5 การมีความสัมพันธ์ทางเพศที่สอดคล้องกันเป็นธรรมชาติของสามีภรรยาที่แต่งงานกันย่อมมีความสัมพันธ์ทางเพศต่อกันด้วยความรักและความเข้าใจซึ่งกันและกันทั้งสองฝ่ายควรคำนึงถึงการใช้ชีวิตที่มีความสุขร่วมกัน ฉะนั้นจึงควรมีกิจกรรมความสัมพันธ์ทางเพศที่ทำให้เกิดความพึงพอใจร่วมกัน รวมทั้งเปิดเผยความในใจซึ่งกันและกันได้

อุมาพร ตรังคสมบัติ (2545: 53-54) ได้กล่าวถึงความสัมพันธ์ที่ดีของคู่สมรสเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความพึงพอใจในชีวิตสมรส กล่าวคือ คู่สมรสควรมีความรักใคร่กัน เห็นคุณค่าของกันและกัน พยายามมองส่วนดีของอีกฝ่าย มีบุคลิกภาพและพื้นอารมณ์ที่เข้ากันได้ สามารถพึ่งพากันทางอารมณ์ มีความเห็นพ้องกันเรื่องลูก มีการให้และรับอย่างพอดี มิใช่ฝ่ายใดเป็นเพียงผู้ให้และอีกฝ่าย

เป็นเพียงผู้รับ สามารถร่วมกันแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นและฟันฝ่าอุปสรรคร่วมกัน ตัดสินใจเรื่องต่างๆ ร่วมกัน มีค่านิยมและความสนใจในเรื่องคล้ายคลึงกัน รวมถึงมีศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ

งานวิจัยที่สนับสนุนว่า สัมพันธภาพกับคู่สมรส มีความเกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤติชีวิต ดังการศึกษาของ มูสเสนและคอนเกอร์ (พิณทิพย์ สีนุ้ย, 2545: 73; อ้างอิงจาก Mussen & Conger, 1959 : 60) พบว่า พื้นฐานของครอบครัว ได้แก่ การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีเกิดขึ้นเนื่องจากบรรยากาศของบ้านก็ย่อมแสดงพฤติกรรมที่เป็นมิตรและสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นด้วย หากครอบครัวใดมีสัมพันธภาพของสมาชิกในครอบครัวเป็นไปได้ด้วยดี สมาชิกในครอบครัวก็จะมีความสุข ส่งผลให้บุคคลนั้นมีกำลังที่จะต่อสู้กับชีวิตและหน้าที่การงานได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป และการศึกษาของ บราวน์ และโมเบิร์ก (Brown & Moberg, 1980 : 170-172) ได้กล่าวไว้ว่า สาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดจากชีวิตส่วนตัว ได้แก่ ลักษณะของครอบครัว และความไม่เข้าใจของคู่สมรส

นอกจากนี้ มรกต ศรีสุข (2542: 131) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างหญิงชายกับความมั่นคงทางเศรษฐกิจของผู้หญิงในครอบครัวไทย พบว่า ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสามีภรรยา ซึ่งหมายรวมถึง ความรับผิดชอบที่สามีมีต่อครอบครัว อันเป็นความสัมพันธ์ที่อยู่บนพื้นฐานของความรักครอบครัว มีผลทำให้ผู้หญิงมีความมั่นคงปลอดภัยทั้งในระยะสั้นและระยะยาว โดยความมั่นคงปลอดภัยของผู้หญิงมี 2 มิติ คือ ระยะสั้นและระยะยาว ความมั่นคงปลอดภัยของผู้หญิงระยะสั้นเกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ความมั่นคงทางสังคม ความปลอดภัยทางด้านร่างกาย การมีสุขภาพอนามัยที่ดี และการได้มีโอกาสพักผ่อนหย่อนใจ ส่วนในระยะยาวเกี่ยวข้องกับความมั่นคงปลอดภัยของผู้หญิงในครอบครัวที่ผู้หญิงจะอยู่ร่วมกับสมาชิกอื่นๆ ในครอบครัวอย่างสงบสุข สามารถมีรายได้เลี้ยงตัวเองได้ มีสุขภาพอนามัยและสุขภาพจิตดี ได้รับการพักผ่อนหย่อนใจ ตลอดจนมีหลักประกันทางเศรษฐกิจและสังคม รวมทั้งความสามารถในการตอบแทนพ่อแม่ได้ในระยะยาว ส่วนการศึกษาของ สิทธิศักดิ์ อัครฮาด (2542: 79-83) ศึกษาพบว่า ข้าราชการตำรวจจราจรมีความเครียด เนื่องจากไม่มีเวลาว่างให้ครอบครัว คู่สมรสไม่เข้าใจเกี่ยวกับงานในหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติ ทำให้เกิดทะเลาะเบาะแว้งและ ตรีชฎา พลอาสา (2544: 53 – 56) ยังศึกษาความเครียดของครูแนะแนวโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า การที่ชีวิตคู่มีปัญหาเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดซึ่ง นิติ ภิรมย์ (2544: 60 – 62) ได้ศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดของข้าราชการพลเรือน ได้แก่ คู่สมรสไม่เข้าใจเกี่ยวกับงานที่ปฏิบัติ คู่สมรสกดดันหรือเรียกร้องมากเกินไป คาดหวังในอาชีพรับราชการมากเกินไป และอยากให้ลาออกไปประกอบอาชีพอื่น

สอดคล้องกับการศึกษาของ พิณทิพย์ สีนุ้ย (2545: 73) ที่ศึกษาพบว่าสัมพันธภาพระหว่างพยาบาลกับสมาชิกในครอบครัว มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเหนื่อยหน่ายในการปฏิบัติงาน ของพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เช่นเดียวกับการศึกษาของ จักรพันธุ์ เจริญผล (2546: 92-95) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงเหตุกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย สำนักงานใหญ่ พบว่า ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว ส่งผลทางตรงต่อ

ความเครียดในการปฏิบัติงาน และ พรดารา แซ่ฉั่ว (2547: 88-89) ศึกษาพบว่า สัมพันธภาพในครอบครัวเป็นตัวแปรที่สามารถวิธีเผชิญความเครียดแบบมุ่งแก้ไขอารมณ์ได้

3.3 การสนับสนุนจากครอบครัว

การสนับสนุนทางสังคม (Social support) เป็นการที่บุคคลรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของ การได้รับการยอมรับ ได้รับความรัก รู้สึกว่ามีคุณค่าในตนเอง เป็นที่ต้องการของบุคคลอื่น โดยได้รับจากกลุ่มบุคคลในระบบสังคม เป็นผู้สนับสนุนด้านจิต อารมณ์ วัสดุอุปกรณ์ ข่าวสาร คำแนะนำ อันจะทำให้บุคคลนั้นสามารถดำรงอยู่ในสังคมได้อย่างเหมาะสม (พิมพรรณ กิตติวงศ์ภักดี, 2547: 41; อ้างอิงจาก Pender, 1987: 396) การสนับสนุนทางสังคมจะเป็นตัวคั่นกลางระหว่างภาวะกดดันกับภาวะตึงเครียด และเป็นกระบวนการลดความรุนแรงของภาวะกดดันที่จะส่งผลเป็นภาวะตึงเครียดในการทำงานให้น้อยลง โดยบริลฮาร์ท (กรัณย์พิชญ์ โครตประทุม, 2546: 25; อ้างอิงจาก Brillhart, 1988)ได้กล่าวว่าระบบการสนับสนุน ได้แก่ ครอบครัว ญาติ เพื่อน และกลุ่มบุคคลในชุมชนหรือแหล่งบริการต่าง ๆ สามารถเป็นแหล่งประโยชน์ของการเผชิญความเครียดอันเป็นปัจจัยหนึ่งของการให้บุคคลสามารถมีการเผชิญความเครียดได้อย่างมีประสิทธิภาพ การได้รับการประคับประคอง ความรักและความเข้าใจเป็นสิ่งที่ผู้ป่วยปรารถนาจะได้จากครอบครัวเมื่อเกิดการเจ็บป่วย นอกจากนี้บราวน์ (ณัฏฐณิชย์ สวัสดีมงคล, 2547: 61; อ้างอิงจาก Brown, 1986: 4) เชื่อว่า การสนับสนุนทางสังคมอย่างเพียงพอจะช่วยให้บุคคลปรับตัวได้อย่างเหมาะสม การได้รับการสนับสนุนทางสังคมเป็นความต้องการพื้นฐานของบุคคล ซึ่งจำเป็นต้องมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น กล่าวได้ว่า และครอบครัวคือปัจจัยการสนับสนุนทางสังคมที่มีความสำคัญ ซึ่ง สมจิต หนุเจริญกุล (2536: 114) ได้กล่าวถึงแรงสนับสนุนทางสังคมช่วยให้บุคคลสามารถปรับตัวต่อภาวะเครียดได้ดี ทั้งนี้ แบรนท์และไวเนิร์ท (Brandt & Weinert, 1985:2) ได้สรุปการสนับสนุนทางสังคมไว้ 3 ประเภท คือ

1. การสนับสนุนทางด้านอารมณ์ (Emotional support) หมายถึง การสนับสนุนคุ้นเคยหรือยืนยันความมั่นใจ

2. การสนับสนุนทางด้านวัตถุ (Tangible support) หมายถึง การให้ความช่วยเหลือด้านวัตถุ สิ่งของตามความต้องการ

3. การสนับสนุนทางด้านข้อมูลข่าวสาร (Information support) ด้านรู้คิด (Cognitive support) หมายถึง การให้ความช่วยเหลือด้านข้อมูล และข้อมูลป้อนกลับเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้รับการสนับสนุน และช่วยแนะนำ ให้สามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ได้

การสนับสนุนทางสังคม (Social support) เป็นปรากฏการณ์ทางจิตวิทยาสังคมของบุคคล ที่เกิดขึ้นจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่บุคคลรับรู้ หรือประเมินว่าจะได้รับความช่วยเหลือและได้รับการตอบสนองความต้องการของตนทางด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์และสังคม เช่น การได้รับความรัก การยกย่อง การเห็นคุณค่า ความภาคภูมิใจ และเป็นส่วนหนึ่งของเครือข่ายทางสังคมและมีความผูกพันซึ่งกันและกัน ซึ่งมีผลทางบวกและลบต่อความเป็นอยู่ การตัดสินใจและการปรับตัวกับความเครียด

ของบุคคล เมื่อใดก็ตามที่ต้องตกอยู่ในภาวะวิกฤตหรือรุนแรง มีน้อยคนที่จะไม่ใช้ทรัพยากรทางสังคม สิ่งที่บุคคลต้องการอันดับแรกคือ การทำดำรงรักษาความภูมิใจในตนเอง ซึ่งแต่ละคนมีการโต้ตอบต่อสาเหตุความเครียดอย่างเดียวกันที่แตกต่างกัน แหล่งความช่วยเหลือและการตอบสนองความต้องการของบุคคลมีทั้งแหล่งสนับสนุนด้านอารมณ์ ความผูกพัน และสิ่งที่มองเห็นได้รวมทั้งข้อมูลต่างๆ (กฤตยา อาชวนิจกุลและคณะ, 2542 : 552-553) ซึ่งเพนเดอร์ (กฤตยา อาชวนิจกุลและคณะ, 2542; อ้างอิงจาก Pender, 1987) ได้แบ่งประเภทกลุ่มสนับสนุนทางสังคมออกเป็น 5 กลุ่มคือ

1. กลุ่มสนับสนุนตามธรรมชาติ เช่น ครอบครัวเป็นกลุ่มปฐมภูมิในการให้ความช่วยเหลือที่เหมาะสมซึ่งกันและกัน มีความไวและเห็นความสำคัญของความสำคัญของความต้องการของสมาชิกแต่ละคน และมีการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งครอบครัวที่มีความสามารถเผชิญภาวะวิกฤตอย่างมีประสิทธิภาพจะมีลักษณะสำคัญ 2 ประการ คือ ประการแรก ต้องเป็นครอบครัวที่มีทรัพยากรสูง หมายถึง ครอบครัวที่มีความแข็งแกร่ง มีความมั่นคงชัดเจนในโครงสร้างบทบาทของครอบครัว มีความไว้วางใจ ยกย่อง นับถือ ช่วยเหลือสนับสนุนกัน มีความยืดหยุ่นและมีความสามารถในการเผชิญอุปสรรค มีความผูกพันและมีเป้าหมายร่วมกันในครอบครัว ประการที่สอง เป็นครอบครัวที่มีพฤติกรรมหรือมีกลยุทธ์ในการปรับตัว เรียนรู้พฤติกรรมการปรับตัวใหม่เมื่อวิธีครั้งแรกใช้ไม่ได้ผล

2. กลุ่มเพื่อนซึ่งทำหน้าที่อย่างไม่เป็นทางการในการตอบสนองความต้องการทั่วไปและความต้องการเฉพาะเจาะจงแก่สมาชิก

3. องค์กรทางศาสนาซึ่งเป็นสถาบันสนับสนุนที่เก่าแก่ในสังคม

4. กลุ่มวิชาชีพที่มีทักษะและความชำนาญในการดูแลและให้บริการ

5. องค์กรให้ความช่วยเหลือที่ไม่เป็นวิชาชีพ เช่น อาสาสมัครซึ่งให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลบางกลุ่มในการเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่ต้องการ

งานวิจัยที่สนับสนุนว่า การสนับสนุนจากครอบครัวมีความเกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤติชีวิต ดังการศึกษาของ แมสแลช (หัทยา มัทยาท, 2541 : 104; อ้างอิงจาก Maslach, 1986: 106-111) ได้ศึกษาพบว่า การสนับสนุนทางสังคม มีบทบาทสำคัญที่ทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกสำเร็จในการทำงาน ซึ่งช่วยลดความเครียดและความเหนื่อยง่ายต่อการเรียนและการทำงานได้ และ ซาเวจ (ณัฏฐณิชย์ สวัสดีมงคล, 2547: 61; อ้างอิงจาก Savage, 1987: 49) ได้กล่าวว่า ครอบครัวเป็นแหล่งที่มาของการสนับสนุนทางสังคมที่สำคัญในช่วงที่บุคคลประสบปัญหาอันนำไปสู่ความเครียด หากได้รับการสนับสนุนทางด้านอารมณ์ โดยการให้กำลังใจ จะทำให้บุคคลมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับแรงกดดันต่าง ๆ ทำให้ความเครียดลดน้อยลง ส่วน นอร์ทเฮ้าส์ (สุวรรณี ลิ่มศิลา, 2547: 91; อ้างอิงจาก Northouse, 1988: 91) ได้กล่าวถึงแรงสนับสนุนทางสังคมมีกลไกในการช่วยเหลือให้บุคคลสามารถเผชิญ

ความเครียดได้ดี ต่อมา ฟลอเรนซ์ และอเล็กเซีย (วาทินี ผ่องอำไพ, 2546: 60-62; อ้างอิงจาก Florence & Alexius, 1994: 266-273) ได้ศึกษาผู้หญิงที่ติดเชื้อ เอช ไอ วี จำนวน 8 คน พบว่า ผู้หญิงที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว มีการปรับตัวได้ดีกว่าผู้หญิงที่ไม่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว และผู้หญิงที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวสามารถเผชิญปัญหาได้ดีกว่าผู้หญิงที่ไม่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว

นอกจากนี้ การศึกษาของ โสภา ชปิลมันน์และคณะ (2534: 24-27) ศึกษาว่า ผู้ที่มีความพึงพอใจในครอบครัวสูง จะรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ได้รับการยกย่องชื่นชมจากสมาชิกในครอบครัว ได้รับความเห็นอกเห็นใจ และมีกำลังใจทำให้พร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ ได้ ต่อมา ศศิมา กุสุมา ณ อยุธยา และอรทัย โสมนรินทร์ (2540: 22) ศึกษาพบว่า การสนับสนุนจากครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเผชิญความเครียดด้านแก้ไขความรู้สึกที่เป็นทุกข์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับการศึกษาของ ดรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์ (2544: 86-88) ที่พบว่า นักศึกษาที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมต่างกัน จะมีการปรับตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เนื่องมาจากผู้ที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมาก ถึงแม้ว่าจะต้องรับผิดชอบด้านการทำงานและการเรียน แต่เมื่อได้รับความห่วงใย กำลังใจจากเพื่อนและครอบครัว แล้วส่งผลให้ผู้นั้นสามารถปรับตัวได้ดี ส่วน ถนิมกาญจน์ พิพัฒนโยธะพงศ์ (2544: 102) ได้ศึกษาพบว่า พนักงานธนาคารที่สมรสแล้วและได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวสูง มีความพึงพอใจในชีวิตสูงกว่าพนักงานธนาคารที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวที่ต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 และวาทินี ผ่องอำไพ (2546: 60-62) ได้ศึกษาพบว่าการสนับสนุนทางสังคมของครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการปรับตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วน ณัฏฐณิชย์ สวัสดีมงคล (2547: 60) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษาระดับก่อนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัวเป็นปัจจัยที่มีผลต่อความเครียด และ สุภาณี เกษมสันต์ (2547: 30-31) ได้ศึกษาภาวะเครียดของแรงงานสตรีที่รับงานมาทำที่บ้านในเขตภาคเหนือ พบว่า ปัจจัยด้านแหล่งสนับสนุนในครอบครัวมีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3.4 ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว

จะเห็นว่า ความผูกพันทางศาสนาของคนในสังคมเมืองมีลักษณะต่างไปจากคนในชนบท โดยวัดไม่ได้มีไว้เพื่อประกอบพิธีการทางศาสนา ไม่ได้เป็นศูนย์รวมจิตใจของคนในชุมชนเหมือนในชนบท คนในเมืองหลวงจะไปวัดเมื่อได้ทำบุญตามวันสำคัญของตนเอง เช่น วันเกิด วันครบรอบ การประกอบพิธีเพื่อเป็นศิริมงคลในกิจการการค้าต่าง ๆ การทำบุญก็เป็นลักษณะต่างคนต่างไปต่างคนต่างทำ ทำบุญเสร็จก็รีบกลับบ้าน ไม่เหมือนคนชนบทที่ยังอยู่ต่อช่วยงานวัด นั่งคุยกัน สนทนากับพระสงฆ์ ส่วนกลุ่มแม่บ้านในชนบทจะมีการนอนถือศีลในวันพระ กิจกรรมทางศาสนาจะดำเนินไปพร้อมกับวิถีชีวิตและกิจกรรมในสังคม ในเมืองหลวงคนส่วนใหญ่ มุ่งทำมาหากิน การทำบุญส่วนใหญ่เฉพาะ ใส่

บาตรตอนเช้า ไปวัดเฉพาะวันสำคัญทางศาสนา ทำให้คนในเมืองขาดความผูกพันทางจิตใจในพุทธศาสนาเมื่อเกิดปัญหาจึงขาดที่ยึดเหนี่ยวจิตใจอันก่อให้เกิดความเครียดและความรุนแรงได้ง่าย

ความเชื่อทางพุทธศาสนา เป็นลักษณะทางจิตของบุคคล หมายถึงการรับรู้และการยอมรับเรื่องใดเรื่องหนึ่งว่าเป็นความจริง และการปฏิบัติทางพุทธศาสนา หมายถึง การกระทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า และพระสงฆ์สาวกผู้สืบทอดพุทธศาสนา (พระเทพเวที, 2532: 6, 647) ซึ่งในการศึกษาของ งามตา วนินทานนท์ (2545:90-92) ได้ศึกษา ลักษณะทางศาสนากับคุณภาพชีวิตสมรส ในความหมายของลักษณะทางศาสนาที่ประกอบด้วย การปฏิบัติทางพุทธกับ วิถีชีวิตแบบพุทธ นั่นคือ การปฏิบัติทางพุทธ หมายถึง ปริมาณการประพฤติปฏิบัติทางกาย วาจา ใจ ในการดำเนินชีวิตประจำวันโดยไม่ละเมิดต่อศีล 5 ประการ ซึ่งเป็นข้อบังคับพื้นฐาน คือ การห้ามฆ่าสัตว์ ห้ามลักทรัพย์ ห้ามประพฤติผิดในกาม ห้ามพูดปดและห้ามดื่มสุรา สิ่งเสพติดและอบายมุข ส่วนวิถีชีวิตแบบพุทธ หมายถึง ปริมาณการเลือกที่จะปฏิบัติตนในชีวิตประจำวัน โดยยึดหลักธรรมทางพุทธศาสนาและหลีกเลี่ยงการใช้ชีวิตผิดศีลในเรื่อง การประกอบอาชีพ การพักผ่อนหย่อนใจ การเที่ยวเตร่ การทำบุญ

ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวของการวิจัยครั้งนี้ หมายถึง การกระทำของสตรีไทยสมรส เกี่ยวกับการใช้ชีวิตร่วมกันกับคู่สมรสโดยยึดหลักคุณความดีทางศาสนาในการครองเรือนในชีวิตประจำวัน รวมทั้งการไปเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาร่วมกันในครอบครัว

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามการศึกษาของ ซับแบททอลลี และซีซิล พิโก (Sabattalli & Cecil-Pigo, 1985: 934) ศึกษาความเหนียวแน่นของคู่สามีภรรยา ชาวอเมริกัน 310 คน พบว่า คู่สมรสที่มีความผูกพันทางศาสนาโดยมีความหนักแน่นในความเชื่อทางศาสนาสูง ก็จะมีความผูกพันซึ่งกันและกันสูงมากด้วย โดยวัดจาก ปริมาณความเหนี่ยวแน่นซึ่งกันและกัน และระดับความสัมพันธ์ที่มีต่อกันยาวนาน และการศึกษาของ งามตา วนินทานนท์ (2536:240) ศึกษาลักษณะทางพุทธศาสนาและพฤติกรรมศาสตร์ของบิดามารดาที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดูบุตร ในกลุ่มบิดามารดาที่มีบุตร อายุ 8-15 ปี จำนวน 545 คน พบว่า องค์ประกอบของลักษณะทางพุทธ ที่วัดจาก วิถีชีวิตแบบพุทธ การปฏิบัติทางพุทธและความเชื่อทางพุทธ มีความสัมพันธ์สูงกับการอบรมเลี้ยงดู สุขภาพจิตและความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส นอกจากนี้ในการศึกษาของ ดุษฎี โยเหลาและคณะ (2538 : 16-17) ทำการศึกษาความสัมพันธ์เชิงเหตุระหว่างลักษณะทางพุทธศาสนา ลักษณะทางจิต และผลการปฏิบัติงานตามหน้าที่ของครูและพยาบาล พบว่า คนไทยวัยทำงานอายุ 30-40 ปี ที่ประกอบอาชีพครูกับพยาบาล มีลักษณะทางพุทธศาสนา ที่ประกอบด้วย ความเชื่อทางพุทธศาสนา การปฏิบัติทางพุทธศาสนาและวิถีแบบพุทธ จะส่งผลต่อการปฏิบัติงาน โดยพยาบาลจะมีคะแนนสูงกว่าครูเล็กน้อย และลักษณะทางพุทธศาสนา มีอิทธิพลทางตรงต่อการปฏิบัติงานของพยาบาลด้วยน้ำหนักอิทธิพล เท่ากับ 0.309 และในการศึกษา ของ วรรณะ บรรจง (2537 : 35) พบว่า เด็กนักเรียนที่มีความเชื่อทางพุทธศาสนาสูงจะมีการคบเพื่อนที่เหมาะสมที่มีคุณธรรมและจริยธรรม ส่วนการศึกษาของ งามตา วนินทานนท์ (2545:248) ศึกษา การวิเคราะห์ดัชนีเชิงเหตุและผลของคุณภาพชีวิตสมรสในครอบครัว ซึ่งส่วนหนึ่ง

ของผลการวิจัยพบว่า ตัวแปรเชิงเหตุในกลุ่มลักษณะทางศาสนา มีอิทธิพลต่อความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรสทั้งทางตรงและทางอ้อม นั่นคือ ถ้าสามีรับรู้ว่าภรรยาของตนมีการปฏิบัติทางพุทธมากเท่าใดก็ยิ่งมีความสัมพันธ์ที่ดีกับภรรยามากเท่านั้น ด้วยน้ำหนักอิทธิพล เท่ากับ 0.18 และการศึกษาของ เสริมศรี โสภิกุล (2549:131-132) ศึกษาชายหญิงที่สมรสแล้วรวม 350 คน พบว่า ตัวแปร ความเชื่อทางศาสนาเกี่ยวกับการครองเรือน เป็นตัวแปรหนึ่งในการทำนายการก้าวร้าวรุกรานในชีวิตสมรสที่สามีกระทำต่อภรรยาและที่ภรรยากระทำต่อสามี

จากการศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านครอบครัว พบว่ามีความเกี่ยวข้องและมีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน เป็นสมมติฐานการวิจัยครั้งนี้

ตอนที่ 4 ปัจจัยด้านการทำงานที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

สภาพเปลี่ยนแปลงทางสังคมในสังคมเมืองในปัจจุบัน ทำให้บุคคลต้องประสบกับสถานการณ์ที่ต้องดำเนินชีวิตอย่างเร่งรีบ รับมือกับปัญหาต่างๆรอบด้านเพื่อการแข่งขัน อาจจะส่งให้เกิดความตึงเครียดอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ความเครียดเหล่านี้จึงมีผลมาจากการดำเนินชีวิตประจำวัน และความเครียดจากการทำงาน โดยเฉพาะสภาพแวดล้อมในองค์กรที่เป็นสาเหตุสำคัญในการเพิ่มความเครียดให้กับคนที่ทำงานมากขึ้น อาจเป็นสภาพแวดล้อมทางกายภาพเป็นอันตรายไม่ปลอดภัย ลักษณะงานที่ซ้ำซาก งานหนักเกินไป งานต้องใช้ความรับผิดชอบสูง เร่งรัด ขาดโอกาสที่ก้าวหน้า

ดังนั้น ถ้าบุคคลมีความเครียดมากจนไม่สามารถปรับตัวเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อมในการทำงานได้ จะส่งผลให้ประสิทธิภาพในการทำงานต่ำลง ดังนั้นแหล่งกำเนิดที่ส่งผลให้สตรีที่สมรสแล้ว อยู่ในภาวะวิกฤตตามการรับรู้นั้นนอกจากในชีวิตประจำวันที่อยู่กับครอบครัวส่วนใหญ่ แต่ช่วงเวลาอีกเกือบครึ่งของแต่ละวันใช้ชีวิตอยู่กับการทำงานในองค์กร จึงหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่ต้องเผชิญกับความเครียดต่างๆในชีวิตการทำงานทุกวัน จะเห็นได้ว่าหลายคนที่เครียดจากการทำงาน และไม่สามารถเผชิญปัญหาและปรับตัวให้สามารถทำงานในองค์กรต่อไปได้ จนในที่สุดก็ต้องลาออกจากงานหรือขาดงานบ่อยๆ เจ็บป่วยด้วยโรคทางกายหรือทางจิต พฤติกรรมที่แสดงออกให้เห็นว่าบุคลากรเกิดความเครียดในการทำงาน เช่น ทำไม่ทันตามกำหนด ผิดนัด มาทำงานสาย ทำงานผิดพลาดบ่อย ลังเล ไม่กล้าตัดสินใจ มีปัญหาเข้ากับบุคคลผู้ร่วมงานไม่ได้

ทั้งนี้ อังศินันท์ อินทรกำแหง(2549: 31-32) ได้สรุปปัจจัยที่ส่งผลต่อการปฏิบัติงานไว้ 4 กลุ่มดังนี้

ปัจจัยด้านงาน

1. ลักษณะของงาน หมายถึง งานน่าสนใจ ท้าทายความสามารถ ต้องใช้ความคิด ประดิษฐ์ ค้นหาสิ่งใหม่ มีโอกาสได้เรียนรู้งาน ใช้ความรู้ตรงกับความถนัด
2. โอกาสก้าวหน้าในการทำงาน หมายถึง มีโอกาสได้เลื่อนขั้น เลื่อนตำแหน่งขึ้นค่าจ้าง เงินเดือน และเพิ่มพูนคุณวุฒิ
3. เป็นงานอาชีพ ที่มีเกียรติในสังคม

4. มีความมั่นคงในอาชีพ ได้แก่ ความรู้สึกว่าได้ทำงานในหน้าที่อย่างเต็มความสามารถมีหลัก ประกันความมั่นคง และได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา

ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม

1. สภาพแวดล้อมในการทำงาน หมายถึง สภาพที่สะดวกสบายเหมาะสมกับการทำงาน ทั้งด้านสี เสียง อากาศ ห้อง อุปกรณ์ อำนวยความสะดวก ชั่วโมงทำงานเหมาะสมสะดวกในการไปกลับระหว่างที่พักกับที่ทำงานและติดต่อสื่อสารทั้งในและนอกองค์กรได้ดี

2. องค์กรและการจัดการ หมายถึง ความพอใจในหน่วยงานที่มีชื่อเสียง มีนโยบายบริหารงานที่มีประสิทธิภาพ เป็นประโยชน์ต่อสังคม

3. โอกาสที่จะมีส่วนร่วมในการทำงาน หมายถึง การเปิดโอกาสให้บุคลากรมีส่วนร่วมในการทำงาน เป็นบุคคลสำคัญของหน่วยงาน รู้สึกเท่าเทียมกันในหมู่ผู้ร่วมงานและมีกำลังใจทำงาน

ปัจจัยด้านคน

1. ทัศนคติที่ดีต่องาน เป็นความรู้สึกภาคภูมิใจในงานที่ทำประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

2. การบริหารของผู้บังคับบัญชาขั้นต้น หมายถึงผู้บริหารมีใจเป็นธรรม มีมนุษยสัมพันธ์

3. ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานกับสังคมได้ หมายถึงการยกย่องนับถือ การช่วยเหลือ และความมีไมตรีที่ดีต่อกัน ทำงานร่วมกับบุคคลอื่นอย่างมีสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน

4. การได้รับการยอมรับนับถือ หมายถึง การได้รับการชมเชยในผลสำเร็จจากงานความเชื่อถือในผลงานจากผู้บังคับบัญชา ผู้ร่วมงาน หรือบุคคลอื่น

ปัจจัยที่เป็นประโยชน์เกื้อกูล ได้แก่ เงินเดือน บำเหน็จตอบแทนเมื่อออกจากงาน ค่ารักษาพยาบาล เครื่องราชอิสริยาภรณ์ สวัสดิการ ที่พักอาศัย เป็นต้น จะพบว่า หากบุคคลไม่สามารถได้รับการตอบสนองความต้องการของ ทั้ง 4 กลุ่มปัจจัย บุคคลจะรู้สึกไม่พอใจ ไม่มีกำลังใจในการปฏิบัติงาน ส่งผลให้เกิดภาวะเครียดจากการทำงานได้

ส่วน แครนเวล วาร์ด (Cranwell Ward, 1987 : 47-61) ได้กล่าวถึงสาเหตุของความเครียดว่าเกิดจากสิ่งต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. จากองค์กร หน่วยงาน หรือผู้บังคับบัญชา มีปริมาณความล่าช้ามาก ได้แก่ ระบบราชการ การเปลี่ยนแปลงภายในองค์กร เช่น การเปลี่ยนผู้บริหาร หรือทิศทางการทำงาน การใช้เทคโนโลยีระดับสูง และหน่วยงานให้บริการ

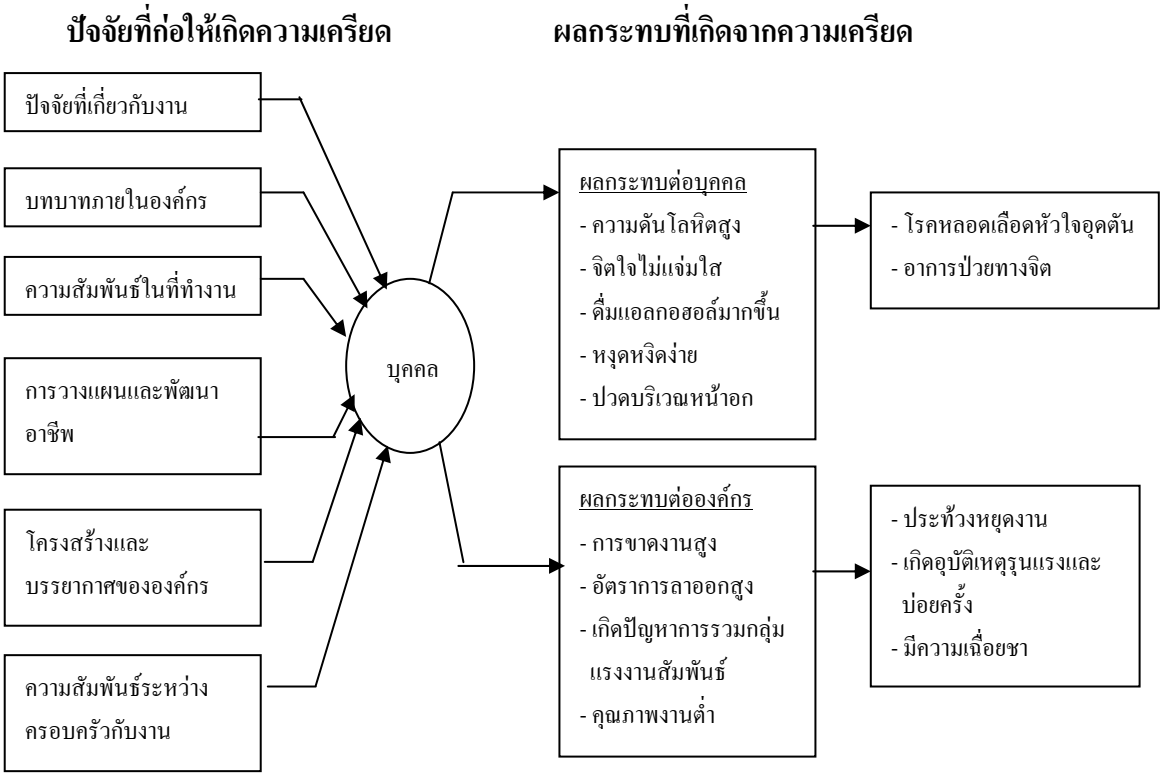
2. จากงานที่ปฏิบัติ มีปริมาณของงานมากเกินไป การตัดสินใจในการทำงาน เพราะกลัวผิดพลาด การทำงานแข่งกับเวลา หรือทำงานในเวลาที่จำกัด ความรับผิดชอบต่อคนอื่น

3. จากอาชีพที่ปฏิบัติอยู่ จากอาชีพไม่เหมาะกับตนเอง ขาดเป้าหมายที่ชัดเจนในการทำงาน

4. จากความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน ครอบครัว และญาติมิตร การติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลดังกล่าวมีศักยภาพทำให้เกิดความเครียดได้

5. จากงานภายนอก ความสมดุลที่เหมาะสมระหว่างชีวิตที่บ้านกับที่ทำงานไม่เท่ากัน

ดังแสดงความสัมพันธ์ของปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดกับผลกระทบที่เกิดจากความเครียดดังภาพประกอบ 7



ภาพประกอบ 7 แสดงปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด และผลกระทบที่เกิดจากความเครียด

นอกจากความเครียดจะมีผลกระทบต่อประสิทธิภาพในการทำงานของบุคคลแล้ว ความเครียดยังมีผลกระทบต่อองค์กรด้วย (พสุ เดชะรินทร์, 2536 : 82 – 96)

1. ความเครียดส่งผลให้ประสิทธิภาพในการทำงานของบุคคลลดลง โดยอาจนำไปสู่การตัดสินใจที่ผิดพลาด หรือมีปัญหาความสัมพันธ์กับผู้อื่น

2. บุคคลที่เกิดความท้อถอยหรือยอมแพ้ต่อความเครียด อาจนำไปสู่การไม่ประสบผลสำเร็จในการทำงาน การลางานบ่อยขึ้น หรืออาจลาออกจากงาน

ความเครียดสามารถก่อให้เกิดทัศนคติที่ไม่ดีต่อองค์กร ผู้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงานหรือลูกน้อง ทำให้ความพึงพอใจในการทำงาน และความภักดีที่มีต่อองค์กรลดน้อยลง

สรุปได้ว่า ปัจจัยด้านการทำงานที่สัมพันธ์กับการรับรู้ผลวิกฤตชีวิตของบุคคล นั้นมี 2 ปัจจัยหลักๆคือลักษณะงานและสภาพแวดล้อมที่ส่งผลให้เกิดความรู้สึกทางลบของบุคคลในการปฏิบัติงาน ส่งผลให้เกิดความเครียดและไม่สามารถเผชิญ และปรับตัวกับปัญหาเหล่านี้ได้ ซึ่งคณะวิจัยจึงได้จัดกลุ่มของปัจจัยด้านการทำงานวัดจากองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ ภาระงาน ความก้าวหน้าในงาน ความคลุมเครือในงาน และการสนับสนุนจากเพื่อร่วมงานและผู้บังคับบัญชา

4.1 ภาระงาน

ภาระงาน หมายถึง การรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับงานที่ตนเองต้องทำนั้น ว่าต้องใช้ความรวดเร็ว ใช้ความพยายามสูงยากลำบากเกินไป หนักเกินไป หรือต้องใช้สมาธิ ความรับผิดชอบสูงและมีปริมาณงานมากเกินศักยภาพที่มีอยู่

การทำงานที่หนักเกินไป (Work overload) (นุชรัตน์ สิริประภาวรรณ, 2542: 20) สามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. การทำงานที่หนักเกินไปในเรื่องของปริมาณงาน (Quantitative overload) การที่งานมีมากเกินไปทำให้ต้องใช้เวลายาวนานในการทำงาน หรือต้องทำงานในเวลาที่จำกัดให้เสร็จเรียบร้อย

2. การทำงานที่หนักเกินไปในงานที่ยากเกินไป (Qualitative overload) จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลขาดทักษะในการทำงาน

ชูฑิตย์ ปานปรีชา (2529 : 486-488) ได้กล่าวถึงปัจจัยภายด้านการทำงานที่ก่อให้เกิดความเครียดได้ ได้แก่ การทำงานบางชนิดที่ขาดความปลอดภัยในที่ทำงาน งานเสี่ยงอันตราย งานที่ไม่พึงพอใจ มองไม่เห็นความสำคัญของงานที่ทำ ซึ่ง ความเครียดโดยส่วนใหญ่มักจะมีสาเหตุจากเรื่องของการทำงาน โดยเฉพาะความเครียดที่เกิดจากการทำงานที่หนักเกินไป กำหนดเวลา เร่งรัดงานและขาดความมั่นคงของงาน ผลตอบแทนจากการทำงานตามปกติไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่าย พนักงานจึงจำเป็นต้องทำงานล่วงเวลาเพื่อให้ได้รายได้ที่เพิ่มขึ้นและประกอบกับบริษัทจัดให้มีวันหยุดพักผ่อนน้อย จึงทำให้ร่างกายพักผ่อนไม่เพียงพอ ส่งผลทำให้เกิดความเครียดทางด้านร่างกายและด้านอารมณ์ความคิด (ก้องกิตต์ อุ่นเจริญ, 2547: 59)

ชัยวัฒน์ เพชรกูล (2539: 5) กล่าวว่า ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดในการทำงานได้แก่ ปัจจัยด้านตัวงาน ทั้งสภาพการทำงานโดยตรง ลักษณะงาน ความยากง่าย ปริมาณงานมาก

บราวน์ และโมเบริ์ก (Brown & Moberg,1980) ได้กล่าวถึงปัจจัยเกี่ยวกับตัวงานว่า สาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดจากการทำงาน ได้แก่ สภาพการทำงาน(Working condition) เช่น การที่ต้องการทำงานอย่างรวดเร็ว ต้องใช้ความพยายามสูงหรืองานที่ลำบากเกินไป และงานที่หนักเกินไป(Work overload) หมายถึง การมีปริมาณงานที่ต้องทำมากหรืองานที่ต้องใช้สมาธิในการทำงานสูง ใช้เวลารวดเร็ว หรือเป็นการตัดสินใจที่มีความหมาย

คลีมอนต์และซาคอฟสกา (นุชรัตน์ สิริประภาวรรณ, 2542; อ้างอิงจาก Clements & Zarkorwska, 1994) กล่าวว่าผู้ที่เครียดมักจะมีสาเหตุเกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านเนื้อหาของงาน ได้แก่ ระดับ ความยากของงานเกินกว่าความสามารถของตนที่มีอยู่ ความไม่พึงพอใจ/อันตรายจากงาน ความหนักเบาของงาน งานมากหรือน้อยเกินไป มีสิ่งมารบกวนในงานที่ทำอยู่ และข้อจำกัดในเรื่องเวลา (deadline) ระดับอำนาจตัดสินใจในงานที่ทำ และต้องรับผิดชอบคน งบประมาณ หรือเครื่องมือ

งานวิจัยที่สนับสนุนว่า ภาระงานมีความเกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤต ดังการศึกษาของนีดเดิล และคนอื่น ๆ (ชุมพรศรี ฉัตรปิยานนท์, 2538: 60 – 63; อ้างอิงจาก Needle & others, 1981: 175-181) ได้ศึกษาถึงสาเหตุของความเครียดของครู พบว่า ส่วนหนึ่งเกิดจากงานมีมากเกินไป และไม่มี

ความปลอดภัยในการทำงาน ส่วน คิริลลอฟ และโคส (ฉัตรกมล ออกกิจวัตร, 2546: 72; อ้างอิงจาก Burns, 1993 : 431; citing Kirilloff & Close, 1983) ศึกษาพบว่า สาเหตุที่ทำให้พยาบาลเกิดความเครียดเกิดจากปริมาณงานที่มากและจำนวนพยาบาลไม่เพียงพอ และเอนเซอร์ (ปาลชาติ ชาวโพธิ์หลวง, 2543: 95; อ้างอิงจาก Ensor, 1983) ได้ศึกษาพบว่า การมีภาระงานมากเกินไปมีผลทำให้เกิดความเครียดในการปฏิบัติงาน สอดคล้องกับการศึกษาของ นายานัน เมนอน และสเป็คเตอร์ (จักรพันธุ์ เจริญผล, 2546: 97-99; อ้างอิงจาก Naryanan, Menon, & Spector, 1999) ที่ศึกษาพบว่า พยาบาลที่ทำงานในหน่วยฉุกเฉินมีปริมาณงานมาก ซึ่งส่งผลต่อความเครียดในการทำงาน

นอกจากนี้ การศึกษาของ รพาพิมพ์ เมฆศรีอรุณ (2536: 103) ได้ศึกษาสาเหตุของความเครียดในการปฏิบัติงานของบรรณารักษ์ห้องสมุดมหาวิทยาลัยของรัฐ พบว่า การปฏิบัติงานเป็นต้นเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดความเครียด เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า สุขภาพเสื่อมโทรมมีผลมาจากการทำงานหนักในห้องสมุด ไม่เคยได้หยุดพักผ่อน เพราะภารกิจในงานมีมาก และบุคลากรมีไม่เพียงพอ เช่นเดียวกับการศึกษาของ ชุมพรศรี ฉัตรปิยานนท์ (2538: 60 – 63) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษา พบว่า ลักษณะงานที่ทำ มีความสัมพันธ์กับความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับการศึกษาของจิระพร อุดมกิจ (2539: 91-92) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานของบุคลากรคอมพิวเตอร์ พบว่า ปัจจัยด้านลักษณะงาน ได้แก่ ความยากง่ายของงานและปริมาณงานมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการศึกษาของ หัทยา มัทยาท (2541: 94) ที่ศึกษาพบว่า พยาบาลวิชาชีพประจำการที่มีลักษณะงานหนักมาก มีความเหนื่อยหน่ายด้านความอ่อนล้าทางอารมณ์สูง และณัฐกานต์ ภาณุมาศ (2541: 82 – 83) ได้ศึกษาความเครียดของอาจารย์อุตสาหกรรมศึกษาในสถาบันราชภัฏ พบว่า ปัจจัยด้านสภาพงานที่ทำ การต้องเสี่ยงกับความไม่ปลอดภัยจากสภาพมลภาวะทุกครั้งที่ปฏิบัติงานในโรงฝึกงาน และปริมาณงานที่ทำกล่าวคือ การทำงานจนแทบไม่มีเวลาพักผ่อน ปัจจัยเหล่านี้ล้วนส่งผลทำให้เกิดความเครียดได้ทั้งสิ้น ส่วน จิราภรณ์ แพรต่วน (2543: 123-124) ได้ศึกษาพบว่า บุคลากรพยาบาลที่มี ลักษณะงาน สภาพแวดล้อมในที่ทำงานต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เช่นเดียวกับการศึกษาของ ตรีชฎา พลอาสา (2544: 53 – 56) ได้ศึกษาความเครียดของครูแนะแนวโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด ได้แก่ การมีชั่วโมงสอนมาก ทำให้ไม่มีเวลาปฏิบัติงานแนะแนวเต็มที่ งานที่ท่านรับผิดชอบมีมากเกินไป ลักษณะงานที่ทำอยู่น่าเบื่อหน่าย และ นิติ ภิรมย์ (2544: 60 – 62) ได้ศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดของข้าราชการพลเรือน ได้แก่ ปัจจัยด้านหน้าที่การงาน กล่าวคือปริมาณงานที่ได้รับมีมากและสลับซับซ้อน งานที่ทำมีการกำหนดระยะเวลาให้แล้วเสร็จ

นอกจากนี้ ธิดา ผ่องอำไพ (2547: 79) ได้ศึกษาพบว่า บุคลากรทางการพยาบาลที่ปฏิบัติงานในแผนกผู้ป่วยมีอาการน้อย มีความเครียดสูงกว่า บุคลากรทางการพยาบาลที่ปฏิบัติงานใน

แผนกผู้ป่วยวิกฤต เนื่องจากพยาบาลที่ปฏิบัติงานในแผนกอาการค่อนข้างน้อยต้องมีการติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลหลายอาชีพ หลายระดับได้แก่ ผู้ร่วมงาน ญาติ และผู้ป่วยเป็นจำนวนมาก แต่ละคนมีความแตกต่างทางด้านอารมณ์ เช่น ผู้รับบริการต้องการความสะดวก รวดเร็ว ไม่ต้องรอคอย ทำให้เกิดการขัดแย้งโต้เถียงระหว่างผู้ให้บริการ และผู้รับบริการอยู่เสมอ พยาบาลต้องคอยให้คำแนะนะ และประสานงานอยู่เสมอ สรุปได้ว่า ลักษณะของงานที่มีความละเอียดและมีภาระงานมากก่อให้เกิดความเครียดได้ง่าย ส่วน จักรพันธุ์ เจริญผล (2546: 92-95) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงเหตุกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย (สำนักงานใหญ่) พบว่า ลักษณะงานและปริมาณงาน ส่งผลทางตรงต่อความเครียดในการปฏิบัติงาน เช่นเดียวกับที่ สิทธิศักดิ์ อัครฮาด (2542: 79-83) ศึกษาพบว่า ข้าราชการตำรวจมีความเครียดต่อการปฏิบัติหน้าที่ เนื่องจากต้องเสี่ยงภัย และอันตรายตลอดเวลา มีความเครียดต่อการได้รับมอบหมายงานมากเกินไป และ สิริพร เลียวกิติกุล (2545: 92) ได้ศึกษาปัจจัยในการทำงาน การเผชิญปัญหาและความเครียดของบุคลากรระดับปฏิบัติการในสำนักอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดลพบว่า ปัจจัยด้านตัวงาน และบทบาทหน้า มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด

4.2 ความก้าวหน้าในงาน

ความก้าวหน้าในงานนั้นเป็น การรับรู้ของบุคคล เกี่ยวกับความรู้สึกว่ามีความหวังมีเส้นทางความก้าวหน้าที่ชัดเจนมีโอกาสได้เลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่ง เลื่อนเงินเดือน เพิ่มพูนคุณวุฒิ ได้รับการพัฒนาความรู้ความสามารถ และได้รับผลตอบแทนสวัสดิการต่างๆจนรู้สึกว่ามีความมั่นคงในการทำงาน ซึ่งมีผู้ศึกษาไว้หลากหลาย เช่น บราวน์ และโมเบริ์ก (Brown & Moberg, 1980) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดจากการทำงาน ได้แก่ ปัจจัยเกี่ยวกับบทบาทขององค์กร ได้แก่ พัฒนาการทางอาชีพ ได้แก่ การขาดความมั่นคงปลอดภัยในงานและไม่มีความก้าวหน้าในงาน

ชัยวัฒน์ เพชรกูล (2539: 5) กล่าวถึงปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดในการทำงาน ได้แก่ปัจจัยด้านความก้าวหน้าในอาชีพ โดยมีสาเหตุจากความคาดหวังที่จะได้รับผลตอบแทนเลื่อนตำแหน่ง ซึ่งคลีมอนต์และซาคอฟสกา (นุชรัตน์ สิริประภาวรรณ, 2542; อ้างอิงจาก Clements & Zarkorwska, 1994) กล่าวว่าผู้ที่เครียดมักจะมีสาเหตุเกี่ยวข้องกับปัจจัยโอกาสในการพัฒนา คือ ขาดโอกาสเรียนรู้และความก้าวหน้าในอาชีพ แผนการพัฒนาในด้านสายงานอาชีพไม่ชัดเจน องค์กรความมั่นคงในงานน้อย มีการเปลี่ยนแปลงนโยบายหรือขั้นตอนการทำงาน และเฮลท์ทรีเจล, สโลคัม และวู๊ดแมน (สิริพร เลียวกิตติกุล, 2545:32; อ้างอิงจาก Hellriegel, Sloocum & Woodman, 1998) กล่าวถึง สาเหตุหลักของความเครียดในการทำงาน ว่าเกี่ยวข้องกับการวางแผนและการพัฒนาทางอาชีพนั้น ได้แก่ ความก้าวหน้า การสับเปลี่ยนโยกย้าย การมีโอกาสในการพัฒนาตนเอง และความมั่นคงในอาชีพ เช่น การได้รับการสนับสนุนให้เกิดความก้าวหน้าในตำแหน่งอย่างมากหรือการไม่ได้รับการสนับสนุนให้เกิดความก้าวหน้าในตำแหน่ง สามรถทำให้พนักงานเครียดมากขึ้น และแนวคิดของอมรากุล อินโอชา

นนท์ (ธีรพร ศรประสิทธิ์, 2544: 125; อ้างอิงจาก อมราภุล อินโอชานนท์, 2534) กล่าวว่า ความก้าวหน้าในตำแหน่งการงาน และการพัฒนาทางด้านอาชีพ เป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดแก่บุคคลได้

และสุจิตรา จรจิตร(2532 : 48) ได้ให้ความหมายของ ความก้าวหน้าในงาน ว่าหมายถึง การมีโอกาสเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่งในหน่วยงาน มีโอกาสในการพัฒนาตนเอง โดยการฝึกอบรมหรือศึกษาต่อเพื่อเพิ่มพูนความรู้ความสามารถของตน และ มีความมั่นและความสำเร็จคงในการทำงาน

งานวิจัยที่สนับสนุนว่า ความก้าวหน้าในงาน มีความเกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤต ดังการศึกษาของ แมคมิลแลน และดูเอน (นฤมล พระใหญ่, 2547: 61 – 64; อ้างอิงจาก Macmillan & Duane, 1982: 45) ได้กล่าวถึงบุคคลที่ไม่ได้รับตำแหน่งหรือได้รับตำแหน่งในระดับที่เกินความสามารถของตนเอง จะก่อให้เกิดความเครียดในการทำงาน สอดคล้องกับการศึกษาของนิเดิล และคนอื่น ๆ (ชุมพรศรี ฉัตรปิยานนท์, 2538: 60 – 63; อ้างอิงจาก Needle & others, 1981: 175-181) ได้ศึกษาถึงสาเหตุของความเครียดของครู พบว่า ส่วนหนึ่งเกิดจากงานที่ทำไม่น่าสนใจมีโอกาสก้าวหน้าน้อย นอกจากนี้ รพาพิมพ์ เมฆศรีอรุณ (2536: 103) ได้ศึกษาพบว่า บรรณารักษ์ห้องสมุดมหาวิทยาลัยของรัฐ มีสาเหตุของความเครียดมาจากความไม่ก้าวหน้าในการปฏิบัติงาน เนื่องจากการที่เป็นข้าราชการสาย ข. เสียเปรียบกว่าข้าราชการสาย ก. ทั้งความก้าวหน้าและสวัสดิการ รวมถึงการที่ไม่ได้รับความก้าวหน้าในการประกอบวิชาชีพทางสายงานบรรณารักษ์เท่าที่ควร ส่วน ภาวดี นวลมณี (2537) ที่ศึกษาพบว่า โอกาสก้าวหน้าในหน้าที่การงานมีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของตำรวจภูธรจังหวัดอุบลราชธานีอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยเฉพาะด้านความรู้สึกที่ได้รับจากการสนับสนุนให้มีความก้าวหน้าในตำแหน่งหน้าที่การงาน หรือโอกาสได้รับการพัฒนาความรู้ความสามารถในรูปแบบต่าง และชัยวัฒน์ เพชรกูล (2539: 82) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของตำรวจจราจรในเขตนครบาล พบว่า ความก้าวหน้าในอาชีพมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เช่นเดียวกับการศึกษาของ ดุษณี ทัศนาจันธานี (2539: 75-83) บรรยากาศในการปฏิบัติงานด้านสภาพแวดล้อมขององค์กรพยาบาลหน่วยฉุกเฉิน มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงาน เนื่องมาจากการส่งเสริมความก้าวหน้า สร้างขวัญกำลังใจ และการให้ค่าตอบแทนที่ไม่เหมาะสม ล้วนจะทำให้พยาบาลมีความเครียดในการปฏิบัติงาน เช่นเดียวกับการศึกษาของ จิระพร อุดมกิจ (2539: 91-92) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานของบุคลากรคอมพิวเตอร์ พบว่า ความก้าวหน้าในอาชีพมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอุราภรณ์ บุญเรือง (ธีรพร ศรประสิทธิ์, 2544: 125; อ้างอิงจาก อุราภรณ์ บุญเรือง, 2542) ศึกษาพบว่า ความก้าวหน้าในการทำงานเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดในเชิงลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งในด้านการได้รับเลื่อนตำแหน่งและเงินเดือนให้สูงขึ้น การเพิ่มพูนความรู้ ความสามารถและส่งเสริมให้พนักงานพัฒนาตนเองให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี ต่อมา นุชรัตน์ สิริประภาวรรณ (2542: 96) ได้ศึกษา พบว่า ความสำเร็จและความก้าวหน้าในอาชีพมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียดของผู้พิพากษาในเขตกรุงเทพมหานคร

เช่นเดียวกับการศึกษาของ สิริพร เลียวกิติกุล (2545: 92) ได้ศึกษาปัจจัยในการทำงาน การเผชิญปัญหาและความเครียดของบุคลากรระดับปฏิบัติการในสำนักอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า ปัจจัยด้านความสำเร็จและความก้าวหน้าในงานมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด และการศึกษาของ วรภรณ์ คล้ายประยงค์ (2546: 144) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดและความคาดหวังของพนักงานบริษัท ท่าอากาศยานไทย จำกัด (มหาชน)หลังการปฏิรูปองค์การ พบว่า ความก้าวหน้าในงานมีความสัมพันธ์เชิงลบระดับปานกลางกับความเครียดของพนักงาน โดยพนักงานที่มีความก้าวหน้าในงานสูง เป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในการทำงานตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ และเมื่อมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นก็มีความเชื่อว่าตนเองสามารถทำให้สำเร็จได้เช่นกัน จึงส่งผลให้เกิดความตึงเครียดต่ำ และจักรพันธุ์ เจริญผล (2546: 92-95) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงเหตุกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย (สำนักงานใหญ่) พบว่า ความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน ส่งผลทางตรงต่อความเครียดในการปฏิบัติสอดคล้องกับการศึกษาของ นฤมล พระใหญ่ (2547: 61 – 64) ได้ศึกษาความเครียดและสาเหตุของความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำวันในโรงพยาบาลเอกชนแห่งนึ่งในกรุงเทพมหานคร พบว่า พยาบาลส่วนใหญ่มีความเครียดในการปฏิบัติงานมาจากสาเหตุด้านความก้าวหน้าในงานมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 72.32 ทั้งนี้เนื่องจากเบื่อนโยบายของผู้บริหารที่ไม่เปิดโอกาสให้ไปอบรมหรือศึกษาต่อ ความก้าวหน้าจึงขึ้นอยู่กับอายุงานมากกว่าความสามารถส่วนตัว และทำงานนานหลายปีแต่รายได้น้อย นอกจากนี้ คาร์ไรท์ และคูเปอร์ (จักรพันธุ์ เจริญผล, 2546: 97-99; อ้างอิงจาก Cartwright & Cooper, 1996) ได้กล่าวว่า การตั้งเป้าหมายในอาชีพ เช่น ต้องการก้าวไปในตำแหน่งสูงสุดของบริษัท แต่ไม่มีโอกาสเลื่อนขั้น หรือตำแหน่งทำให้ขาดขวัญในการทำงาน และก่อให้เกิดความเครียดในการทำงานได้เช่นกัน

4.3 ความคลุมเครือในงาน

ความคลุมเครือในงาน ได้แก่ สภาวะที่บุคคล รู้สึกว่าตนเองขาดความเข้าใจที่ชัดเจนในระบบการทำงาน มีค่านิยมในการทำงานที่ไม่ตรงกับค่านิยมร่วมของหน่วยงาน จึงทำให้รู้สึกอึดอัด ไม่มีความสุขในการทำงาน การได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับงานไม่ชัดเจนโดยวัดได้จากความชัดเจนของนโยบาย โครงสร้างการบังคับบัญชา เป้าหมายวิสัยทัศน์ที่ไม่ชัดเจนหรือเกินความสามารถของคนในองค์กร ความรับผิดชอบของงานไม่ชัดเจน ขาดความยุติธรรมในการปฏิบัติงาและความขัดแย้งในงาน

ลูทัน(Luthans,1992) กล่าวว่า องค์กรเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดความเครียดได้ ได้แก่ นโยบาย โครงสร้าง สภาพแวดล้อมในการทำงาน และกระบวนการดำเนินงานไม่ชัดเจน และไม่เหมาะสม เช่น นโยบายขององค์กรหรือหน่วยงานขาดความยุติธรรมต่อบุคคล การจ่ายค่าตอบแทนไม่เสมอภาค องค์กรมีกฎเกณฑ์การทำงานเข้มงวดเกินไป ขั้นตอนการทำงานที่คลุมเครือ พนักงานไม่ทราบว่าจะทำอะไร การสื่อสารไม่ดี ทำให้มีความผิดพลาดในการทำงานก่อให้เกิดความไม่เข้าใจกัน เป็นต้น สิ่ง

เหล่านี้เป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดได้ ผลการปฏิบัติงานลดลง ความเครียดที่เลยไปจะเป็นความเครียดทางลบ เนื่องจากความเครียดทางลบจะทำให้ผลการ ปฏิบัติงานของบุคคลลดลง

บราวน์ และโมเบริ์ก (Brown & Moberg, 1980) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่เป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียดจากการทำงาน ได้แก่ ปัจจัยเกี่ยวกับบทบาทขององค์กร ได้แก่

1. บทบาทที่คลุมเครือ(Role ambiguity) หมายถึง การที่คนได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของงาน บทบาทความคาดหวังเกี่ยวกับงานของผู้ร่วมงาน และเกี่ยวข้องกับขอบเขต ความรับผิดชอบของงานที่ไม่ชัดเจน

2. บทบาทที่ขัดแย้ง (Role conflict) การที่บทบาทหน้าที่ของแต่ละบุคคลในองค์กรถูกกำหนดขึ้นอย่างสับสนเกี่ยวกับงานที่ต้องกระทำ หรือไม่ต้องกระทำ

3. ความรับผิดชอบ (Responsibility) ความรับผิดชอบเป็นบทบาทหนึ่งในองค์กรแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ ความรับผิดชอบเกี่ยวกับคน หมายถึงการที่ต้องใช้เวลามากในการพบปะผู้คน การสังสรรค์และความรับผิดชอบเกี่ยวกับสิ่งของ จากการศึกษาพบว่า ความรับผิดชอบเกี่ยวกับคนมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับโรคหลอดเลือดหัวใจมากกว่าความรับผิดชอบเกี่ยวกับสิ่งของ และมีความสัมพันธ์กับสูบบุหรี่จัดและความดันโลหิตสูง

ชัยวัฒน์ เพชรกูล (2539: 5) กล่าวถึง ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดในการทำงาน ได้แก่ ปัจจัยด้านบทบาทหน้าที่ มีสาเหตุมาจากความสับสนคลุมเครือ หรือความขัดแย้งในด้านของเขตความรับผิดชอบในการทำงานหรือในหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย และปัจจัยด้านโครงสร้างและบรรยากาศองค์กร เกิดความไม่สอดคล้องในด้านระบบ ระเบียบวิธี สายบังคับบัญชา การติดต่อสื่อสาร การควบคุมงาน

คลีมอนต์และซาคอฟสกา (นุชรัตน์ สิริประภาวรรณ, 2542; อ้างอิงจาก Clements & Zarkorwska,1994) กล่าวว่าผู้ที่เครียดมักจะมีสาเหตุเกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านบทบาทในงานด้านต่างๆ คือ ความชัดเจนในบทบาท ไม่ทราบวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน ความขัดแย้งที่เกิดจากต้องสวมหน้าที่หลายบทบาท ความขัดแย้งที่เกิดจากคนอื่นคาดหวังในบทบาทหน้าที่ของเรา และความเหมาะสมในบทบาทที่บุคคลรับรู้ถึงสถานภาพของตน มีความสับสนในบทบาทที่เพิ่งได้รับมอบหมาย

มิทเชล (ศุกร์ใจ เจริญสุข, 2537 : 75; อ้างอิงจาก Mitchell, 1983) ได้กล่าวถึง กระบวนการเกิดความขัดแย้งในบทบาทการทำงานไว้ว่า บทบาทจะเกิดขึ้นเมื่อผู้ดำรงบทบาทได้รับความคาดหวังจากบุคคลอื่นเกี่ยวกับบทบาทในตำแหน่งงานของตนโดยผ่านการสื่อสารเกี่ยวกับความคาดหวังนั้นๆ ผู้ดำรงบทบาทจะแสดงพฤติกรรมตามความคาดหวังดังกล่าว แต่ถ้าขาดการสื่อสารเกี่ยวกับความคาดหวังในบทบาทกับผู้ดำรงบทบาทแล้ว ผู้ดำรงบทบาทจะไม่ทราบว่าควรปฏิบัติตนอย่างไร มีการรับรู้บทบาทไม่ตรงกับผู้อื่น จึงก่อให้เกิดความคลุมเครือในบทบาทและขัดแย้งในบทบาท

งานวิจัยที่สนับสนุนว่า ความคลุมเครือในงานมีความเกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤต ดังการศึกษาของ เฟรดแมน (รังสรรค์ โฉมยา, 2543: 149; อ้างอิงจาก Fredman, 1997: 1-32) ได้ศึกษาถึงระดับ

ความแตกต่างกันของความเบื่อหน่ายในการทำงาน พบว่า ความคลุมเครือในบทบาทเป็นตัวแปรหนึ่งที่ทำให้ระดับความเบื่อหน่ายในการทำงานเพิ่มขึ้น และ คาเพล (ชุมพรศรี ฉัตรปิยานนท์, 2538: 60 – 63; อ้างอิงจาก Caple, 1987 : 279-288) ได้ศึกษาพบว่า บทบาทที่คลุมเครือในการทำงานมีความสัมพันธ์กับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ จิระพร อุดมกิจ (2539: 91-92) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานของบุคลากรคอมพิวเตอร์ พบว่า ปัจจัยด้านบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบ ได้แก่ ความไม่ชัดเจนของหน้าที่ ความซ้ำซ้อนของงานมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ ดุษณี ทัศนาจันธานี (2539 : 75-83) ได้ศึกษาพบว่าบรรยากาศในการปฏิบัติงานด้านสภาพแวดล้อมขององค์กรพยาบาลหน่วยฉุกเฉิน มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงาน เนื่องมาจากนโยบายและกฎระเบียบของหน่วยงาน การกำหนดบทบาทของพยาบาล การจัดเตรียมเครื่องมือและอุปกรณ์ที่จำเป็นต่อการปฏิบัติงานไม่เหมาะสม ทำให้พยาบาลมีความเครียดในการปฏิบัติงาน เช่นเดียวกับ การศึกษาของ วรินทร์ บุญเลี่ยม (2543: 74) ศึกษาพบว่า ความรู้สึกว่ามีการกำหนดหน้าที่ในการทำงานอย่างชัดเจน มีความสัมพันธ์กับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ บทบาทการทำงานที่คลุมเครือ ไม่แน่นอนชัดเจนจะก่อให้บุคคลเกิดความเครียดได้

4.4 การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา

การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา หมายถึง การที่บุคคลรับรู้ถึงความช่วยเหลือในการปฏิบัติงานด้านต่างๆ เช่น ด้านจิตใจอารมณ์และสังคม ด้านวัตถุและด้านข้อมูลข่าวสารจากหัวหน้างานและเพื่อนร่วมงาน ซึ่ง บราวน์ และโมเบริ์ก (Brown & Moberg,1980) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่เป็นสาเหตุก่อให้เกิดความเครียดจากการทำงาน ได้แก่ ปัจจัยเกี่ยวกับบทบาทขององค์กร คือ

1. สัมพันธภาพในหน่วยงาน สัมพันธภาพระหว่างผู้บริหาร ผู้ปฏิบัติงาน และผู้ร่วมงานเป็นสาเหตุของความเครียดประการหนึ่ง สัมพันธ์ภาพไม่ดีจะก่อให้เกิดความไว้วางใจในระดับต่ำ และความช่วยเหลือเกื้อกูลในระดับต่ำ ความสนใจที่จะพยายามแก้ปัญหาน้อยลง ความไว้วางใจของบุคคลในหน่วยงานมีความสัมพันธ์กับบทบาทที่คลุมเครือ ซึ่งมีผลทำให้ไม่มีการสั่งการระหว่างบุคคลส่งผลให้เกิดความเครียดทางใจและรู้สึกว่าถูกคุกคามเกี่ยวกับงานและความสุขของตนเอง

1.1 สัมพันธภาพกับผู้บริหาร ผู้บริหารที่มุ่งสัมพันธ์ต่ำ คือ มีความเป็นเพื่อน มีความจริงใจ ยอมรับ และให้ความอบอุ่นน้อย ทำให้ผู้ปฏิบัติงานเกิดความรู้สึกกดดันในงาน

1.2 สัมพันธภาพกับผู้ร่วมงาน การขาดความช่วยเหลือทางสังคมในสถานการณ์ที่ยุ่งยากเป็นปัจจัยหนึ่งก่อให้เกิดความเครียด

2. บรรยากาศในการทำงาน ได้แก่ การคุกคามต่ออิสรภาพแต่ละบุคคล เช่น การไม่มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ การขาดการให้คำแนะนำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพจากผู้บังคับบัญชาการสื่อสารที่ไม่ดีและการแสดงออกของพฤติกรรมถูกจำกัด

3. ระบบรางวัล การประเมินผลในการก่อให้เกิดความเครียดขึ้นได้

4. การเปลี่ยนแปลงในงาน เช่น เปลี่ยนแปลงหน้าที่ใหม่ การเปลี่ยนขั้นตอนการทำงาน โดยเฉพาะเมื่อการเปลี่ยนแปลงถูกตัดสินใจโดยปราศจากเหตุผล และไม่มีการอธิบายใดๆให้ทราบถึงความคาดหวังที่จะได้รับจากการเปลี่ยนแปลงนั้นๆ

ซึ่ง ชัยวัฒน์ เพชรกูล (2539: 5) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดในการทำงาน ได้แก่ ปัจจัยด้านโครงสร้างและบรรยากาศองค์กร เกิดความขัดแย้งกันระหว่างสมาชิกภายในองค์กรและด้านการลำดับขั้นบังคับบัญชา ส่วน คลีมอนต์และซาคอฟสกา (นุชรัตน์ สิริประภาวรรณ, 2542; อ้างอิงจาก Clements & Zarkorwska,1994) กล่าวว่าผู้ที่เครียดมักจะมีสาเหตุเกี่ยวกับปัญหาสัมพันธภาพในสังคมการทำงานด้านต่างๆ คือ มีความขัดแย้ง ขาดสามัคคี ขาดข้อมูลและไม่ได้รับการสนับสนุนจากหัวหน้างานหรือผู้ร่วมงาน และ ได้รับความกดดันจากผู้บริหารระดับสูงและข้อเรียกร้องจากลูกค้า

การสร้างความสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนร่วมงาน

สงวน สุทธิเลิศอรุณ (2545 : 263-265) กล่าวว่า การทำงานกับเพื่อนร่วมงาน ต้องมีการช่วยเหลือเกื้อกูลกันในการทำงาน กระทำตนให้เป็นที่เชื่อถือ ไว้วางใจได้ น่าคบหาสมาคม น่ารักใคร่และนับถือในระหว่างเพื่อนร่วมงาน การสร้างสัมพันธ์อันดีในการทำงานร่วมกับเพื่อนร่วมงาน มีดังนี้

1. ให้ความเป็นมิตร เป็นคู่คิดให้คำแนะนำ ให้คำปรึกษา ให้การชี้นำในแนวทางที่ดี สร้างสรรค์ และเป็นประโยชน์แก่เพื่อนร่วมงาน ให้ความร่วมมือและสนับสนุนในการร่วมกันทำงานจนเป็นผลสำเร็จด้วยดี

2. ให้ความจริงใจ โดยมีความปรารถนาดี หวังดีต่อเพื่อนร่วมงานต้องการให้เพื่อนร่วมงานมีความสำเร็จในการดำเนินชีวิตในหน้าที่การงาน

3. สนับสนุนให้มีความก้าวหน้า เมื่อมีโอกาสและมีตำแหน่งหน้าที่เราจะต้องช่วยเหลือสนับสนุนเพื่อนร่วมงานที่เป็นผู้มีความรู้ ความสามารถ มีทักษะ และประสบการณ์ มีความรับผิดชอบในการทำงานสูง มีผลงานดีเด่น มีคุณลักษณะและคุณสมบัติเหมาะสม โดยเสนอชื่อให้ผู้บังคับบัญชาได้รับทราบและเป็นผู้พิจารณาต่อไป

4. ให้การแบ่งปันสิ่งของตามโอกาสอันสมควร

5. ให้การช่วยเหลือและสงเคราะห์เมื่อมีความทุกข์ การให้ความช่วยเหลือและการให้ความสงเคราะห์แก่เพื่อนร่วมงานเมื่อคราวตกทุกข์ได้ยาก

การสร้างความสัมพันธภาพระหว่างผู้ใต้บังคับบัญชา

อำนวย แสงสว่าง (2540 : 105-110) กล่าวว่า ผู้บังคับบัญชาเป็นหัวใจที่สำคัญขององค์การจะต้องเป็นบุคคลที่เป็นหลัก เป็นที่พึ่งพาอาศัยทั้งการงาน การให้ขวัญและกำลังใจแก่ผู้ใต้บังคับบัญชา

1. สร้างแบบอย่างการเป็นผู้นำที่ดี เป็นตัวอย่างที่ดีในการทำงานเป็นระบบ ใช้หลักวิชาการในการทำงาน เอาใจใส่ในการทำงาน เป็นหลักและที่พึ่งได้ และสามารถช่วยแก้ไขปัญหาในการทำงานให้แก่ผู้ใต้บังคับบัญชาได้เสมอ

2. สร้างขวัญและกำลังใจ หมั่นเอาใจใส่ดูแลเยี่ยมเยียนผู้ใต้บังคับบัญชาในขณะทำงานอย่างสม่ำเสมอ เพื่อรับทราบความเป็นอยู่ ความเดือดร้อน ปัญหาที่เกิดขึ้นในการทำงาน เพื่อจัดการทำให้เกิดสภาพบรรยากาศการทำงานที่ดี มีความสะดวกรวดเร็วในการทำงาน มีความสุขในการทำงาน มีขวัญและกำลังใจในการทำงานตลอดเวลาโดยไม่ถูกทอดทิ้งหรืออยู่ห่างไกลโดดเดี่ยวจากผู้บังคับบัญชา

3. ให้การยกย่องชมเชยเมื่อผู้ใต้บังคับบัญชาปฏิบัติงานได้ผลงานดีเด่นสร้างชื่อเสียงให้แก่องค์การ ให้การสนับสนุนส่งเสริมโดยการกล่าวยกย่องชมเชย มองสิ่งของรางวัล มอบเงิน รางวัลพิเศษหรือปูนบำเหน็จความดีความชอบให้ เพื่อประกาศเป็นตัวอย่างที่ดีให้ปรากฏแก่สมาชิกขององค์การ ทำให้ผู้ใต้บังคับบัญชาที่กระทำดีมีความรู้สึกว่าได้รับเกียรติยกย่อง มีขวัญและกำลังใจที่จะกระทำดีสืบไป

4. ให้การสนับสนุนให้มีโอกาสก้าวหน้าในอาชีพ ให้การสนับสนุนผู้ใต้บังคับบัญชาที่ทำงานดี มีคุณภาพดี มีผลงานเป็นที่เชื่อถือและไว้วางใจได้ให้มีโอกาสก้าวหน้าในอาชีพ โดยการเข้ารับการฝึกอบรม การดูงาน และการศึกษาต่อเพิ่มเติมและเมื่อมีโอกาสอันสมควรก็จะต้องสนับสนุน และมอบความไว้วางใจให้ได้รับการเลื่อนตำแหน่งหน้าที่ให้สูงขึ้นเพื่อเป็นการตอบแทน และสนับสนุนส่งเสริมให้มีโอกาสก้าวหน้าในอาชีพ

5. ให้หลักประกันความมั่นคงในอาชีพ ผู้บังคับบัญชาจะต้องทำให้ผู้ใต้บังคับบัญชามีความรู้สึกมั่นใจว่า ตนเองมีหลักประกันความมั่นคงในอาชีพ ไม่ถูกลงโทษโดยไม่เป็นธรรม ไม่ถูกเลิกจ้างให้ออกจากงานโดยไม่มีความผิด

6. เปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมในการทำงาน ส่งเสริมและเปิดโอกาสให้ผู้ใต้บังคับบัญชาได้มีส่วนร่วมในการทำงาน นับตั้งแต่การร่วมกำหนดเป้าหมายการทำงาน การเสนอแนะวิธีการทำงานที่ดี การเสนอแนะการพัฒนางานให้มีความก้าวหน้า เพราะว่าผู้ใต้บังคับบัญชาเป็นผู้ปฏิบัติงาน ย่อมรู้จักสภาพเหตุการณ์ เงื่อนไขข้อจำกัด ปัญหาที่เกิดจากการทำงานได้ดีกว่าผู้บังคับบัญชา โดยใช้วิธีการระดมสมอง ดังนั้นในการประชุมผู้บังคับบัญชาควรเปิดโอกาสให้ผู้ใต้บังคับบัญชาได้พูด ได้แสดงความคิดเห็นต่อปัญหาต่าง ๆ ภายในขอบเขตที่เหมาะสม

7. ให้ความช่วยเหลือสงเคราะห์ตามโอกาสอันควร สามารถเป็นที่พึ่งพาอาศัยของผู้ใต้บังคับบัญชาได้ตลอดเวลา แนะนำปรึกษาเมื่อมีปัญหา ให้การช่วยเหลือเมื่อมีโอกาสในงานต่าง ๆ เกี่ยวกับการเยี่ยมไข้เมื่อเจ็บป่วย การร่วมงานมงคลสมรส การร่วมทำบุญ การร่วมงานฌาปนกิจ

งานวิจัยที่สนับสนุนว่า การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา มีความเกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤต ดังการศึกษาของ คิริลลอฟ และโคส (ฉัตรกมล ออกกิจวัตร, 2546: 72; อ้างอิงจาก Burns. 1993 : 431; citing Kirilloff & Close, 1983) ศึกษาพบว่าการที่ต้องปฏิบัติงานร่วมกับผู้ร่วมงานที่ไม่ร่วมมือและไม่ช่วยเหลือกันในการทำงานเป็นสาเหตุให้เกิดความเครียด และ ลานรอส (ฉัตรกมล ออกกิจวัตร, 2546: 73; อ้างอิงจาก Lanros, 1988 : 637) ได้กล่าวว่า การไม่ได้รับการสนับสนุนหรือเอาใจใส่จากผู้บังคับบัญชา อาจจะทำให้บุคลากรรู้สึกว่าตนเองไม่มีความสำคัญ ย่อมส่งผลให้เกิดความเครียดด้านร่างกายและจิตใจได้ และแมคแกรธ (ตรีชฎา พลอาสา, 2544: 53 – 56;

อ้างอิงจาก McGrath, 1989: 2880-A) ได้กล่าวไว้ว่า การสนับสนุนของ ผู้บริหารจะมีผลต่อความเครียด และการไม่ให้อิสระในการตัดสินใจในการทำงานก็เป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดได้ สอดคล้องกับการศึกษาของโคเฮน และ วิลล์ (ศุกร์ใจ เจริญสุข, 2537 : 73; อ้างอิงจาก Cohen & Will, 1987) ได้ศึกษา พบว่า การสนับสนุนทางสังคมจะช่วยลดภาวะวิกฤต โดยการสนับสนุนทางสังคมเป็นเสมือนเกราะกำบังที่ช่วยลดให้ความเครียดน้อยลง

นอกจากนี้ การศึกษาของ รัชดา เอี่ยมยิ่งพานิช (2531: 117-119) ได้ศึกษาพบว่า สิ่งที่ส่งผลต่อความเครียดในการทำงานมากที่สุดในเรื่องที่ผู้ร่วมงานไม่ค่อยเอาใจใส่ หรือให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เช่นเดียวกับการศึกษาของ ศุกร์ใจ เจริญสุข (2537 : 73) ได้ศึกษา ความเครียดในบทบาทของอาจารย์พยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล พบว่า การสนับสนุนทางสังคมทั้งจากเพื่อนร่วมงานและจากผู้บังคับบัญชามีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดในบทบาทของอาจารย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และชัยวัฒน์ เพชรกูล (2539: 82) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของตำรวจจราจรในเขตนครบาล พบว่า ความสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นในการปฏิบัติงานมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับการศึกษาของ สิทธิศักดิ์ อัครฮาด (2542: 79-83) ศึกษาพบว่า ข้าราชการตำรวจมีความเครียดต่อการปฏิบัติหน้าที่ เนื่องจากไม่เคยได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงานในการปฏิบัติหน้าที่ ส่วน จิราภรณ์ แพรต่วน (2543: 123-124) ได้ศึกษาพบว่า บุคลากรพยาบาลที่มี สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนร่วมงานต่างกัน มีความเครียดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วน นุชรัตน์ สิริประภาวรรณ (2542: 96) ได้ศึกษา พบว่า สัมพันธภาพกับบุคคลอื่นในการปฏิบัติงานมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเครียดของผู้พิพากษาในเขตกรุงเทพมหานคร และการศึกษาของ ชัยวัฒน์ สุมังคะละ (2543: 63 – 64) ได้ศึกษาพบว่า สาเหตุที่ทำให้ผู้บริหาร โรงเรียนอนุบาลเกิดความเครียด ได้แก่ สาเหตุจากผู้บังคับบัญชา ผู้ใต้บังคับบัญชา และเพื่อนร่วมงานและการศึกษาของ ตรีชฎา พลอาสา (2544: 53 – 56) ได้ศึกษาความเครียดของครูแนะแนวโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดร้อยเอ็ด พบว่า สาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียด ได้แก่ เพื่อนร่วมงานไม่ให้การสนับสนุนและร่วมมือในการปฏิบัติงาน คอยจับผิดในการปฏิบัติหน้าที่ และเข้ากับเพื่อนร่วมงานไม่ค่อยได้ นอกจากนี้ผู้บริหารยังไม่ส่งเสริมด้านขวัญกำลังใจ ไม่สนับสนุนงบประมาณในการดำเนินงานและวางกฎระเบียบเข้มงวดเกินไป และ นิติ ภิรมย์ (2544: 60 – 62) ได้ศึกษาพบว่า ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดของข้าราชการพลเรือน ได้แก่ ปัจจัยด้านขวัญและกำลังใจ กล่าวคือ เมื่อทำงานประสบผลสำเร็จหน่วยงานหรือผู้บังคับบัญชาจะเฉยเมย ไม่เคยชมเชยและให้กำลังใจ นอกจากนี้ผลการปฏิบัติงานไม่เป็นที่ยอมรับของเพื่อนข้าราชการ ตำแหน่งไม่มีศักดิ์ศรีเท่าเทียมกับตำแหน่งข้าราชการอื่นในระดับเดียวกัน

ต่อมา พิณทิพย์ สีนุ้ย (2545: 75) ได้ศึกษาพบว่าสัมพันธภาพระหว่างพยาบาลกับผู้บังคับบัญชา มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเหนื่อยหน่ายในการปฏิบัติงานของพยาบาลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วน วันทนา เจริญรัตนโชติ (2545: 75) ศึกษาพบว่า ครูประถมศึกษา

กลุ่มรัตนโกสินทร์ที่มีสัมพันธภาพระหว่างครูกับเพื่อนร่วมงานต่างกันมีความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เช่นเดียวกับ วรภรณ์ คล้ายประยงค์ (2546: 142-143) ศึกษาพบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากหัวหน้างานและเพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์เชิงลบระดับปานกลางกับความเครียด โดยพนักงานที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากหัวหน้างานสูงจะเป็นผู้ที่มีสามารถปฏิบัติงานให้กับองค์การอย่างเต็มที่ มีกำลังใจในการพัฒนางานของตนเองให้เป็นที่ยอมรับของหัวหน้างาน เนื่องจากว่าได้รับความยุติธรรม ความเอื้อเฟื้อด้านต่าง ๆ จากหัวหน้างาน พนักงานจึงพยายามอย่างเต็มที่ในการทำงานแม้ในสภาวะที่เปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากการได้รับกำลังใจ และความช่วยเหลือจากหัวหน้างาน ทำให้ความเครียดต่ำ ส่วน จักรพันธุ์ เจริญผล (2546: 92-95) ได้ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงเหตุกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย (สำนักงานใหญ่) พบว่า ความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา ความสัมพันธ์กับผู้ร่วมงาน ส่งผลทางตรงต่อความเครียดในการปฏิบัติงาน สอดคล้องกับการศึกษาของ พัชรินทร์ คงราศรี (2546: 100) ได้ศึกษาพบว่า ครูประถมศึกษาที่มีสัมพันธภาพระหว่างครูกับผู้บริหารต่างกัน มีความเครียดและวิธีลดความเครียด และครูประถมศึกษาที่มีสัมพันธภาพระหว่างครูกับเพื่อนร่วมงานต่างกัน มีความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

นอกจากนี้ ธิดา ผ่องอำไพ (2547: 81-82) ได้ศึกษาพบว่า บุคลากรทางการพยาบาลได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากจะมีความเครียดน้อย อธิบายได้ว่าบุคลากรทางการพยาบาลที่ได้รับความสนใจ กำลังใจให้การยอมรับ ได้รับการสนับสนุนทางด้านความรู้ ข้อมูลข่าวสาร การเงิน อุปกรณ์เครื่องใช้อย่างพอเพียง ตลอดจนส่งเสริม สิ่งแวดล้อมให้เอื้ออำนายต่อการทำงาน เช่น มีการพึ่งพาระหว่างกัน มีความไว้วางใจ และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้บุคลากรสามารถปรับตัวปรับพฤติการณ์เพื่อผ่อนคลายความเครียดที่มีอยู่ได้อย่างรวดเร็ว และ นฤมล พระใหญ่ (2547: 61 – 64) ได้ศึกษาพบว่า สาเหตุของความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำการในโรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง ได้แก่ ด้านสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชาและผู้ร่วมงาน สอดคล้องกับการศึกษาของ นวรัตน์ มั่นสวาทะไพบูลย์ (2547: 69) ศึกษาพบว่า สัมพันธภาพระหว่างพยาบาลกับผู้บังคับบัญชา มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญในทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่าพยาบาลที่มีสัมพันธภาพกับผู้บังคับบัญชา มีความสนิทสนมได้รับการยอมรับและความศรัทธาจากผู้บังคับบัญชาก็จะส่งผลให้เกิดความสุขในการทำงาน เมื่อเกิดความสุขในการปฏิบัติงานแล้ว ไม่ก่อให้เกิดความเครียดในการปฏิบัติงาน และการบริหารงานของผู้บังคับบัญชา ได้แก่ การให้การสนับสนุน ไว้วางใจ การประเมินผลงาน การเลื่อนขั้น การเลื่อนตำแหน่ง รวมทั้งการให้รางวัลและการลงโทษของผู้บังคับบัญชา นอกจากนี้ สัมพันธภาพระหว่างพยาบาลกับผู้ใต้บังคับบัญชามีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงว่า พยาบาลที่มีสัมพันธภาพดีกับผู้ใต้บังคับบัญชา มีความเครียด เพราะการปฏิบัติงานพยาบาลต้องประสานร่วมมือกับผู้ใต้บังคับบัญชา และต้องมีการประเมินผลงานของผู้ใต้บังคับบัญชา การนิเทศงาน รวมทั้งการลงโทษ

เมื่อผู้ใต้บังคับบัญชาทำความผิด และการศึกษาของ ณัฏฐณิชย์ สวัสดีมงคล (2547: 60) ได้ศึกษาพบว่า การสนับสนุนทางสังคมจากเพื่อน ผู้บังคับบัญชาและผู้ใต้บังคับบัญชา มีผลต่อความเครียด

จากการศึกษาแนวคิดของปัจจัยด้านการทำงานดังกล่าว พบว่ามีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน จึงกำหนดเป็นสมมติฐานการวิจัยครั้งนี้

ตอนที่ 5 ปัจจัยด้านสังคมเมืองที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลง ประชากรวัยทำงานหลั่งไหลเข้ามาทำงานในเมืองเพื่อหารายได้กันมากขึ้นตลอดเวลา ลักษณะความเป็นสังคมเมืองจึงแออัด ทำงานแข่งกับเวลานำมาสู่ปัญหาต่างๆ มากมาย ดังที่ พวงเพ็ญ ชุณหปราน และคณะ (2543: 13) ได้สรุปไว้ดังนี้

1. ลักษณะการประกอบอาชีพของประชาชนจะอาศัยความชำนาญเฉพาะอย่างและมีผลมาจากการแข่งขันกันทางเศรษฐกิจและเทคโนโลยีสมัยใหม่

2. วิถีการดำเนินชีวิตของชุมชนเมืองเกี่ยวข้องกับเครื่องจักรและเทคโนโลยีมาก

3. ชาวเมืองถือสถานภาพทางสังคมจากการประกอบอาชีพ การแต่งกาย สภาพที่อยู่อาศัย การศึกษาซึ่งชาวชนบทไม่ยึดถือเรื่องนี้

4. ประชาชนชุมชนเมืองมักจะต่างคนต่างอยู่ มีการติดต่อกันแบบชั่วคราว ซึ่งต่างกับประชาชนในชุมชนชนบท ซึ่งมีความใกล้ชิดสนิทสนมกัน

5. ประชาชนในชุมชนเมือง พร้อมที่จะรับการเปลี่ยนแปลงใหม่ๆมีความคาดหมายมีการเปลี่ยนแปลง มีความคิดริเริ่มที่จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง

6. ในชุมชนเมือง เงินมีบทบาทในการกำหนดค่านิยม ซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงของระบบเศรษฐกิจจากระบบเศรษฐกิจแบบครอบครัว เป็นระบบเศรษฐกิจที่ใช้เงินตรา

ส่วน อานนท์ อาภาภิรม (2534) ได้กล่าวถึงลักษณะของสังคมกรุงเทพมหานครโดยสรุปดังนี้

1. ความสัมพันธ์ระหว่างคนกรุงเทพมหานคร เป็นไปในลักษณะทุติยภูมิ (Secondary) คือมีความสัมพันธ์กันตามลักษณะหน้าที่การงานและผลประโยชน์ตอบแทนเป็นสำคัญ

2. กรุงเทพมหานครเป็นจุดรวมของบุคคลที่มีลักษณะแตกต่างกัน เนื่องมาจากอพยพย้ายถิ่นของชาวต่างจังหวัดเข้ามาอยู่ตลอดเวลา ตัวเมืองขยายออกไปเรื่อยๆ บุคคลประกอบอาชีพต่างกัน

3. การเปลี่ยนแปลงทางสังคมเป็นไปอย่างรวดเร็ว สืบเนื่องมาจากความก้าวหน้าของระบบอุตสาหกรรม และความเจริญทางวิทยาการ เกิดการสร้างสรรค์และวิธีการใหม่ๆอยู่เสมอ เป็นผลให้มีการเปลี่ยนแปลงทางสังคมตลอดเวลา

4. การเคลื่อนไหวทางสังคมมีมาก เนื่องจากมีการแข่งขันในการดำเนินชีวิตและการประกอบอาชีพ มีการเลือกประกอบอาชีพและการเปลี่ยนแปลงอาชีพอยู่เสมอ ประกอบกับการอพยพมีมาก ทำให้สังคมเคลื่อนไหวมาก

5. สังคมกรุงเทพมหานครมีความเจริญทางวัตถุมาก แต่ความเจริญทางจิตใจไม่ทันความเจริญทางด้านวัตถุ จึงทำให้มีการล้าหลังทางวัฒนธรรม

6. ครอบครัวมีลักษณะเป็นครอบครัวเดี่ยว เนื่องจากภาวะการดำเนินชีวิตในกรุงเทพมหานครต้องพึ่งตนเองตลอดเวลา เมื่อมีสมาชิกในครอบครัวแต่งงาน จึงนิยมแยกออกไปจากครอบครัวเดิม

7. ครอบครัวไม่ค่อยมีความมั่นคง เนื่องจากสังคมกรุงเทพมหานคร มีการแข่งขันกันสูงมาก สมาชิกของครอบครัวมีกิจกรรมที่จะต้องปฏิบัติงานเพิ่มขึ้นทุกวัน เวลาที่จะพบกันมีน้อยเพราะทุกคนต่างดิ้นรนเพื่ออนาคตของตน ทำให้สมาชิกในครอบครัวขาดความใกล้ชิดและความเห็นอกเห็นใจ ซึ่งจะนำไปสู่ความไม่มั่นคงของครอบครัวในที่สุด

8. มีความก้าวหน้าในระบบการศึกษาสูง จึงเป็นศูนย์กลางของความเจริญก้าหน้าและเป็นที่รวมของนักวิชาการสาขาต่างๆ

9. ความเห็นอกเห็นใจมีน้อย เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงและความเคลื่อนไหวทางสังคมสูง คนกรุงเทพมหานครจึงได้รับความกดดันจากผลของการแข่งขันในการประกอบอาชีพและการต่อสู้เพื่อความอยู่รอด ทำให้คนกรุงเทพมหานครเห็นแก่ตัวและแล้งน้ำใจ

นอกจากลักษณะดังกล่าวแล้ว ชุมชนเมืองเขตกรุงเทพมหานครยังมีปัญหาด้านอื่นๆอีก เช่น ด้านสวัสดิการสังคม ด้านความปลอดภัยในชีวิต ด้านความผูกพันทางศาสนา (อานนท์ อาภาภิรม, 2534)

1. ปัญหาด้านสวัสดิการสังคม เกิดจากการขยายของเมืองอย่างรวดเร็วและไม่ถูกต้อง มีการเพิ่มของประชากรทั้งจากในกรุงเทพมหานครและทั้งจากการอพยพของคนต่างจังหวัด ทำให้เกิดแหล่งเสื่อมโทรม ที่อยู่อาศัยแออัดและสภาพไร้ที่อยู่อาศัย

2. ปัญหาการคมนาคมเกิดจากการจราจรติดขัด การคมนาคมไม่สะดวก มีการสูญเสียทางเศรษฐกิจ และมีผลกระทบต่อสุขภาพจิตของคน ไม่มีสถานที่เรียนพอเพียง คนยากจนอพยพมาไม่มีสำมะโนครัว ทำให้เข้าเรียนไม่ได้ ปัญหาขาดที่พักผ่อนหย่อนใจ เมื่อประชาชนทำงานหนักพบกับความเครียดแต่ไม่มีที่พักผ่อน ขยะมูลฝอยในกรุงเทพมหานครก็เป็นปัญหาหนัก เพราะประชาชนทิ้งขยะไม่เป็นที่หรือลงใน แม่น้ำลำคลอง เกิดการหมักหมมและเกิดน้ำเสีย น้ำเน่า เป็นอันตรายต่อสุขภาพ เมื่อมีการเจ็บไข้ได้ป่วย ไม่มีสถานบริการเพียงพอในการให้บริการ หรือมีแต่ไม่ได้รับความสะดวกต้องคอยนาน และเสียเงินค่ารักษามาก จึงไม่ได้รับการบริการแต่พยายามรักษาตัวเอง

3. ปัญหาการว่างงาน เนื่องจากการเพิ่มขึ้นของประชากร และในปี 2540 เกิดภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจ ทำให้ไม่มีการจ้างงานและมีการลดจำนวนคนจากงาน ทำให้จำนวนคนว่างงานเพิ่มขึ้น ปัญหาค่าครองชีพในเมืองจะมีค่าใช้จ่ายสูงกว่าในชนบททุกอย่าง ต้องใช้เงินซื้อไม่สามารถเพาะปลูกหรือหาได้ตามธรรมชาติเหมือนในชนบท ทำให้รายได้ไม่สมดุลกับรายจ่ายอีกประการหนึ่งคือ การได้ทำงานที่ไม่ตรงตามความสามารถ เนื่องจากมีงานน้อย ทำให้คนไม่ค่อยมีโอกาสเลือกงาน ดังนั้นเมื่อจบการศึกษาสาขาหนึ่ง แต่ได้งานในวิชาชีพอื่นก็จำเป็นต้องทำเพื่อให้มีรายได้เลี่ยงตัว ทำให้เกิดความขัดแย้งและไม่พึงพอใจในการทำงาน

4 . ปัญหาด้านความไม่ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีปัญหาอาชญากรรมเพราะมีคนยากจนอยู่มาก เกิดการลักขโมย ทำร้ายร่างกาย และเกิดคดีไม่เว้นแต่ละวัน มีปัญหาเรื่องยาเสพติด เพราะมี

ชุมชนแออัด มีกลุ่มมิจฉาชีพพยายามขายยาบ้าและหลอกลวงเยาวชนให้ติดยา โดยเฉพาะเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่หย่าร้างหรือขาดความอบอุ่น

5. ปัญหาด้านความผูกพันทางศาสนา ในชุมชนเมือง วัดมีไว้เพื่อประกอบพิธีทางศาสนา แต่ไม่ได้เป็นศูนย์รวมจิตใจของคนในชุมชนเหมือนในชนบท คนเมืองหลวงจะไปวัดเมื่อได้ทำบุญต่างคนต่างทำ ทำบุญเสร็จก็รีบกลับบ้าน ไม่เหมือนในชนบทที่ทำบุญเสร็จแล้วก็จะนั่งคุยกันเอง หรือคุยกลับพระสงฆ์ กลุ่มแม่บ้านจะมีการนอนถือศีลที่วัดในวันพระ กิจกรรมทางศาสนาจะดำเนินไปพร้อมๆกับกิจกรรมทางสังคม ในเมืองหลวงคนส่วนใหญ่ดิ้นรนทำมาหากิน การทำบุญส่วนใหญ่เป็นการใส่บาตรตอนเช้า หรือไปทำบุญที่วัดเฉพาะในวันสำคัญเท่านั้น ทำให้คนในเมืองขาดผู้ยึดมั่นทางจิตใจ เมื่อเกิดปัญหาทำให้หาสิ่งยึดเหนี่ยวยาก และนำมาซึ่งความเครียดและความก้าวร้าวรุนแรงในครอบครัว

นับว่าปัจจัยด้านสังคมเมือง ถือเป็นสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดภาวะวิกฤตชีวิตของบุคคล ตามการรับรู้ของแต่ละบุคคล ถึงความรุนแรงมากน้อยแตกต่างกัน ขึ้นกับปัจจัยด้านบุคคล ครอบครัว และการทำงานร่วมด้วย ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้คณะวิจัย ได้วัดองค์ประกอบของปัจจัยสังคมเมือง จาก 2 ด้านคือ

5.1 สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน

จากการศึกษาผลกระทบจากความเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจของสังคมเมือง พบปัจจัยที่อาจนำไปสู่ภาวะเครียดในสังคมได้ เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม แต่เมื่อถึงช่วงชีวิตหนึ่งของวัยทำงาน กลับไม่มีเพื่อนไม่มีสังคมเนื่องจากภาระต่าง ๆ ที่ต้องมุ่งทำงานเพื่อความอยู่รอดและเพิ่มพูนฐานะ ดังนั้นผู้คนในสังคมเมืองจึงมีลักษณะที่เห็นได้ชัดคือ ต่างคนต่างอยู่ ขาดสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน เมื่อครอบครัวใดมีปัญหา ต่างคนต่างครอบครัวก็ไม่สามารถพึ่งพาอาศัยกันได้เพื่อช่วยกัน จากสภาพการเปลี่ยนแปลงทางสังคมเมือง นำมาสู่การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของบุคคลที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่เป็นสิ่งเร้ากระตุ้นให้เกิดการตอบสนองเป็นสิ่งเร้าที่เป็นบ่อเกิดของความเครียด ซึ่งในบางครั้งจึงเป็นสิ่งที่อยู่นอกเหนือการควบคุม จึงนับเป็นปัจจัยทางสังคมเมืองที่เกิดขึ้นจากภายนอกครอบครัวและการทำงาน ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในชีวิต ดังเช่น

1. สภาพปัญหาในสังคมทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และความมั่นคงมนุษย์ ที่เป็นภาระ เช่น การเปลี่ยนแปลงที่อยู่ ความยากลำบากในการเดินทาง การเปลี่ยนเวลาทำงาน การทำกิจกรรมทางสังคม การมีภาระหนี้สินจำนวนมาก การปรับตัวทางธุรกิจ ภาระงานเพื่อสังคม สภาพสิ่งแวดล้อมที่เป็นพิษเป็นภัยต่อสุขภาพและความมั่นคงของมนุษย์ล้วนทำให้เกิดความตึงเครียดได้ง่าย

2 ค่านิยมในสังคมเมืองที่ขาดความเอื้ออาทรกันระหว่างเพื่อนบ้าน ระหว่างภายในสังคม เมื่อเกิดเหตุการณ์เล็กน้อยก่อให้เกิดความขัดแย้งได้ง่าย

3. การรับรู้ข่าวสารจากสื่อต่างๆ เนื่องจากข้อมูลข่าวสารในปัจจุบันที่เผยแพร่ผ่านสื่อต่างๆ ล้วนขาดการคัดกรองข้อความ เป็นภาพความรุนแรงที่เกิดขึ้นในสงคม ภาพข่าวอาชญากรรม ละครที่แพร่ภาพถึงการทะเลาะวิวาท การใช้ความรุนแรงล้วนเป็นสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้บุคคลโดยเฉพาะที่มีภาวะ

ทางจิตที่อ่อนแอ มักจะคล้อยตาม เกิดความวิตกกังวล เครียด และโยงมาสู่ตนเอง กังวลจะเกิดเหตุการณ์รุนแรงเหล่านั้นมาสู่ตนเองหรือบุคคลที่เกี่ยวข้อง

ทั้งนี้ สัมพันธภาพระหว่างบุคคลอาจจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลทั้งสองฝ่ายมีความต้องการตรงกัน หรือฝ่ายหนึ่งฝ่ายใดมีความต้องการเกิดขึ้นก่อน ซึ่งความต้องการมีสัมพันธภาพระหว่างบุคคลจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องการได้รับความช่วยเหลือ ต้องการได้รับเพื่อนเพื่อทำกิจกรรมหรือ แลกเปลี่ยนประสบการณ์กัน ต้องการลดความกลัวหรือความวิตกกังวล ต้องการข่าวสารข้อมูล หรือต้องการเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น โดยปัจจัยหนึ่งที่สำคัญและมีความสัมพันธ์ในการกำหนดสัมพันธภาพระหว่างบุคคล ได้แก่ ปัจจัยทางด้านสังคมและวัฒนธรรม ซึ่งเมื่อบุคคลมาอยู่ร่วมกันย่อมต้องการมีสัมพันธภาพต่อกัน พฤติกรรมที่บ่งบอกว่าเป็นคนไทยย่อมอาศัยพื้นฐานทางสังคมและวัฒนธรรมที่ผ่านกระบวนการกล่อมเกลาทางสังคม (Socialization process) การเกิดสัมพันธภาพระหว่างชาวไทยด้วยกันจึงมีรากฐานมาจากทุนทางสังคม (Social capital) ซึ่งจะมีความเอื้ออาทรช่วยเหลือกัน มีระบบเครือญาติและความผูกพันมีประเพณีปฏิบัติแต่ละท้องถิ่น (สุรพล พยอมแย้ม. 2548: 21-29,181-182)

สังคมไทยเป็นสังคมแห่งการพึ่งพาอาศัย เพื่อนบ้านเป็นบุคคลที่อยู่ในอาณาบริเวณเดียวกันกับบุคคล จึงเป็นสิ่งหลีกเลี่ยงไม่ได้ที่บุคคลจะต้องสร้างสัมพันธภาพอันดีต่อกัน ซึ่ง ทองใบ ทองเปาด์ (2545: 105-106) ได้เสนอแนวคิดว่าหากบ้านใกล้เรือนเคียงทุกฝ่ายอยู่ในกรอบแห่งศีลธรรม คุณธรรม และกฎหมายที่ดี ไม่เอารัดเอาเปรียบกัน หรือเห็นแก่เล็กแก่น้อย เอาแต่ใจตนเอง โดยไม่คิดถึงคนอื่นก็จะไม่เกิดปัญหากระทบกระทั่งกันได้ ถ้าทุกฝ่ายอดทนอดกลั้น มีขันติธรรมและปรารถนาที่จะอยู่ด้วยกันอย่างสันติก็สามารถทำได้ คือ เริ่มจากการเคารพกฎหมายหรือจารีตประเพณี ไม่ล่วงละเมิดกัน ถ้าเกิดปัญหาก็แก้ด้วยสันติธรรม พูดคุยเจรจาตกลงกัน เรื่องจะสามารถยุติได้โดยไม่ต้องขึ้นโรงขึ้นศาล

ในการศึกษาครั้งนี้ได้ศึกษาในขอบเขตของสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ว่าหมายถึง การที่บุคคลรับรู้ถึงสภาพการดำเนินชีวิตความเป็นอยู่และ ความสัมพันธ์ของเพื่อนบ้านในสังคมเมืองที่ขาดความเอื้ออาทรต่อกัน ขัดแย้งกันได้ง่ายหรือขาดจริยธรรมในสังคม จนเป็นเหตุให้บุคคลรับรู้ว่าเป็นภัยคุกคามต่อชีวิตความเป็นอยู่ ทำให้ขาดความสงบสุข

5.2 สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัย

สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัย นับเป็นปัจจัยที่สำคัญในการดำรงชีวิตของมนุษย์ ถ้าสภาพแวดล้อมดีก็ย่อมส่งผลให้ บุคคลนั้นมีความสุขในการทำงานและการดำรงชีวิตในครอบครัว ดังที่ ชูฑิตย์ ปานปรีชา (2529 : 486-488) ได้กล่าวถึงปัจจัยภายนอกบางประการที่ก่อให้เกิดความเครียดได้ ได้แก่ ภัยอันตรายต่าง ๆ ที่คุกคามชีวิตและทรัพย์สิน ไม่ว่าจะเป็นภัยที่มนุษย์สร้างขึ้น หรือภัยธรรมชาติ เช่น อยู่ในถิ่นที่มีโจรผู้ร้ายชุกชุม ถูกขู่จะทำร้ายร่างกาย น้ำท่วม และไฟไหม้บ้าน ภาวะดังกล่าวทำให้เกิดความกดดันบีบคั้นจิตใจอย่างรุนแรง เกิดความเครียดอย่างรุนแรงได้ นอกจากนี้ ภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ ยากจน เป็นหนี้สิน ทำให้การเจริญเติบโตไม่สมบูรณ์ขาดอาหาร อยู่ในชุมชนแออัด ไม่มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ทำให้เกิดความวิตกกังวล หวาดกลัว คิดมาก บีบคั้นจิตใจ เกิด

ความเครียดได้ และสภาพของสังคม มีคนหลั่งไหลเข้ามาอยู่หรือหางานทำในเมืองมากขึ้นเรื่อย ๆ อยู่กันแออัดยัดเยียด ชีวิตต้องแข่งขัน ชิงดีชิงเด่น การเดินทางไปไหนมาไหนไม่สะดวก เพราะการจราจรติดขัด ชีวิตครอบครัวไม่อบอุ่น ต่างคนต่างอยู่ ขาดอากาศบริสุทธิ์หายใจ สภาพดังกล่าวทำให้เกิดความเครียดได้

งานวิจัยที่สนับสนุนว่า สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัยมีความเกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤต ดังการศึกษาของ สุรศักดิ์ ศานุจารย์ (ธีรพร ศรประสิทธิ์, 2544: 128; อ้างอิงจาก สุรศักดิ์ ศานุจารย์, 2536) ศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านความพอใจสภาพของที่พักอาศัยมีความสัมพันธ์กับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในระดับมาก ได้แก่ ความต้องการที่จะมีที่พักอาศัยของตนเอง ที่พักที่อยู่ในปัจจุบันไม่ใช่ที่อยู่ของตนเอง ที่พักอาศัยอยู่ในปัจจุบันคับแคบ ความปลอดภัยในเรื่องทรัพย์สิน บริเวณท้องที่อาศัยอยู่มีเสียงดังรบกวน และที่พักอาศัยมีปัญหาด้านสาธารณูปโภค ส่วน ขนิษฐา อารยภิญโญ (2542: 56) ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีกรุงเทพ พบว่า นักศึกษาที่มีทัศนะไม่ดีต่อสภาพแวดล้อมด้านหอพัก และวินัยในหอพักจะมีความเครียดสูงกว่านักศึกษาที่มีทัศนะดีต่อสภาพแวดล้อมด้านหอพักและวินัยในหอพักอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.1 เช่นเดียวกับการศึกษาของ วรินทร์ บุญเลี่ยม (2543: 76) ที่ศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมของที่พักอาศัย มีความสัมพันธ์กับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 โดยพบว่าที่พักอาศัยที่เป็นบ้านเช่ามีความคับแคบแออัด เก่า ชำรุด สิ่งแวดล้อมรอบบริเวณที่พักอาศัยไม่ดีมีเสียงดัง เสียงรบกวน ขยะส่งกลิ่นเหม็น การระบายของน้ำและอากาศไม่ดี ล้วนมีผลต่อจิตใจของผู้พักอาศัย นอกจากนี้ผู้ที่มีความเครียดที่ก่อตัวจากการทำงาน เมื่อกลับมายังที่พักและพบกับสภาพที่ไม่พึงพอใจ จะทำให้มีความเครียดเพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับการศึกษาของ ธีรพร ศรประสิทธิ์ (2544: 128) ศึกษาพบว่าสภาพแวดล้อมของที่พักอาศัยมีความสัมพันธ์กับความเครียดของพนักงานระดับปฏิบัติการในโรงงานอุตสาหกรรมผลิตถุงมือยางทางการแพทย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และ ตรีชฎา พลอาสา (2544: 53 – 56) ได้ศึกษาพบว่า การมีปัญหาเรื่องที่อยู่อาศัย ไม่มีที่พักผ่อนหย่อนใจ เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดได้

สรุปได้ว่า สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัย เป็นปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่การเกิดภาวะวิกฤตในชีวิตได้ซึ่งการวิจัยครั้งนี้ได้ศึกษาตัวแปร สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัย ในขอบเขตที่ครอบคลุมถึงการรับรู้ของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน ว่าในเขตชุมชนที่ตนเองอาศัยอยู่นั้นมีปัญหาขาดที่พักผ่อนหย่อนใจ มีมลภาวะที่มีผลต่อสุขภาพร่างกายและจิตใจของบุคคล ไม่มีความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของตนเอง รวมถึงปัญหาการคมนาคม สิ่งแวดล้อมแออัด และมลภาวะที่มีผลต่อสุขภาพ

จากการศึกษาแนวคิดที่เกี่ยวข้องทั้งหมด สามารถสังเคราะห์ได้ว่า ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน ปัจจัยด้านสังคมเมืองมีผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชน และ มีปฏิสัมพันธ์กันระหว่างตัวแปรย่อยในกลุ่มปัจจัยด้านบุคคล ด้านสังคมเมือง กับตัวแปรในกลุ่มปัจจัยด้านครอบครัวและด้านการทำงานนั้นส่งผลต่อภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรส เป็นสมมติฐานการวิจัยครั้งนี้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ใช้ระเบียบการวิจัยเชิงสหสัมพันธ์และเชิงอธิบาย มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างและพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ ของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านในกลุ่มภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชนและกลุ่มรวม ทำการวิเคราะห์ดัชนีวัดภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านในกลุ่มรวม พร้อมทั้งศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในกลุ่มปัจจัยด้านบุคคล ด้านสังคมเมือง กับตัวแปรในกลุ่มปัจจัยด้านครอบครัวและด้านการทำงานจะส่งผลต่อภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสในกลุ่มรวม ตลอดจน ศึกษาผลกระทบของวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน และ ค้นหาแนวทางในการป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน

การสร้างและพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ ของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านในกลุ่มภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชนและกลุ่มรวมครั้งนี้จาก การทบทวนวรรณกรรมและรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง และผลการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิที่ประกอบด้วย จิตแพทย์ในโรงพยาบาลของรัฐและเอกชน บุคคลที่มีชื่อเสียงที่ทำงานเกี่ยวข้องเพื่อสตรี และนักวิชาการด้านจิตวิทยา รวม 5 คน เพื่อหาความหมายและองค์ประกอบของวิกฤตชีวิตของสตรีสมรสที่ทำงานนอกบ้านและกำหนดร่างของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุและเครื่องชี้วัดวิกฤตชีวิตตามรูปแบบสมมติฐานขึ้น และทำการตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ที่เป็นความคิดเห็นของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชน ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมลิสเรล 8.72 โดยมีขั้นตอนในการดำเนินการวิจัย 2 ขั้นตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 การสร้างและพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ ของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านในกลุ่มภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชนและกลุ่มรวม

1. ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ ประกอบด้วย ทฤษฎีภาวะวิกฤต (Crisis Theory) (Aguilera & Messick,1982) จิตวิทยากลุ่มรู้คิด (Allport,1968) บุคลิกภาพหวั่นไหว-มั่นคงในอารมณ์ (Eysenck,1970) จิตวิทยาการปรับตัว (วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์, 2545) ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคม ของอิริคสัน ทฤษฎีความเครียด และเผชิญปัญหา (Lazarus & Folkman, 1984) แนวคิด บทบาทหน้าที่ และความสัมพันธ์ในครอบครัว (ดวงเดือน พันธุมนาวินและคณะ, 2536) ค่านิยมการใช้ชีวิตในครอบครัว (งามตา วนินทานนท์, 2545) ความเครียดจากการทำงาน (Brown & Moberg, 1980; Luthans , 1992) แนวคิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคมเมือง และแนวคิดความรุนแรงและพฤติกรรมก้าวร้าว

2. จัดทำร่างต้นแบบของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ ของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน ที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรม

3. สัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิประกอบด้วยจิตแพทย์ในโรงพยาบาลของรัฐและเอกชน บุคคลที่มีชื่อเสียงที่ทำงานเกี่ยวข้องเพื่อสตรีและนักวิชาการด้านจิตวิทยา รวม 5 คน เพื่อทบทวน ความหมายและองค์ประกอบของวิกฤตชีวิตของสตรีสมรสที่ทำงานนอกบ้านตามร่างต้นแบบ

4. นำผลที่ได้จากการสัมภาษณ์ มาปรับปรุงร่างต้นแบบของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุและองค์ประกอบที่ชี้วัดภาวะวิกฤตชีวิตตามการรับรู้ของสตรี เพื่อกำหนดเป็นรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านตามสมมติฐานขึ้น (ดังภาพประกอบ 2 หน้า 11) เพื่อให้รูปแบบมีความกระชับและมีความสอดคล้องกับข้อมูลความเป็นจริงตามธรรมชาติของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านมากที่สุด ก่อนที่จะนำรูปแบบไปทดสอบกับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 การตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ และองค์ประกอบที่ชี้วัดภาวะวิกฤตชีวิต ตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และการปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร

ในการตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบสมมติฐานครั้งนี้ ใช้การเก็บรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ จากแบบสอบถาม โดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูล ด้วยโปรแกรม Lisrel 8.72 และการวิเคราะห์หาปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ด้วยโปรแกรม SPSS for Windows v.11 โดยมีขั้นตอนวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. การเลือกกลุ่มประชากร
2. การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง
3. ตัวแปรสำหรับการวิจัย
4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
5. การเก็บรวบรวมข้อมูล
6. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การเลือกกลุ่มประชากร

ประชากร ได้แก่ สตรีไทยที่สมรสแล้วที่มีอายุระหว่าง 35-55 ปี และทำงานนอกบ้านในหน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยการเลือกประชากรใช้การเลือกแบบเจาะจงด้วยเหตุผล หน่วยงานในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลนั้นเป็นกลุ่มที่อยู่ในสภาพแวดล้อมในสังคมเมืองที่มีโอกาสกระทบสิ่งเร้า หรือปัจจัยที่เป็นเหตุคุกคามให้สตรีได้รับการกระตุ้นให้เกิดภาวะวิกฤตในชีวิตได้มาก โดยแบ่งกลุ่มสตรีไทยที่สมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านเป็น 4 กลุ่มคือ กลุ่ม 1 เป็นกลุ่มสตรีที่ทำงานภาครัฐ กลุ่ม 2 เป็นกลุ่มสตรีที่ทำงานรัฐวิสาหกิจ กลุ่ม 3 เป็นกลุ่มสตรีที่ทำงานเอกชน และกลุ่มรวม เป็นสตรีทั้ง 3 กลุ่มรวมกันทั้งหมด

2. การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง

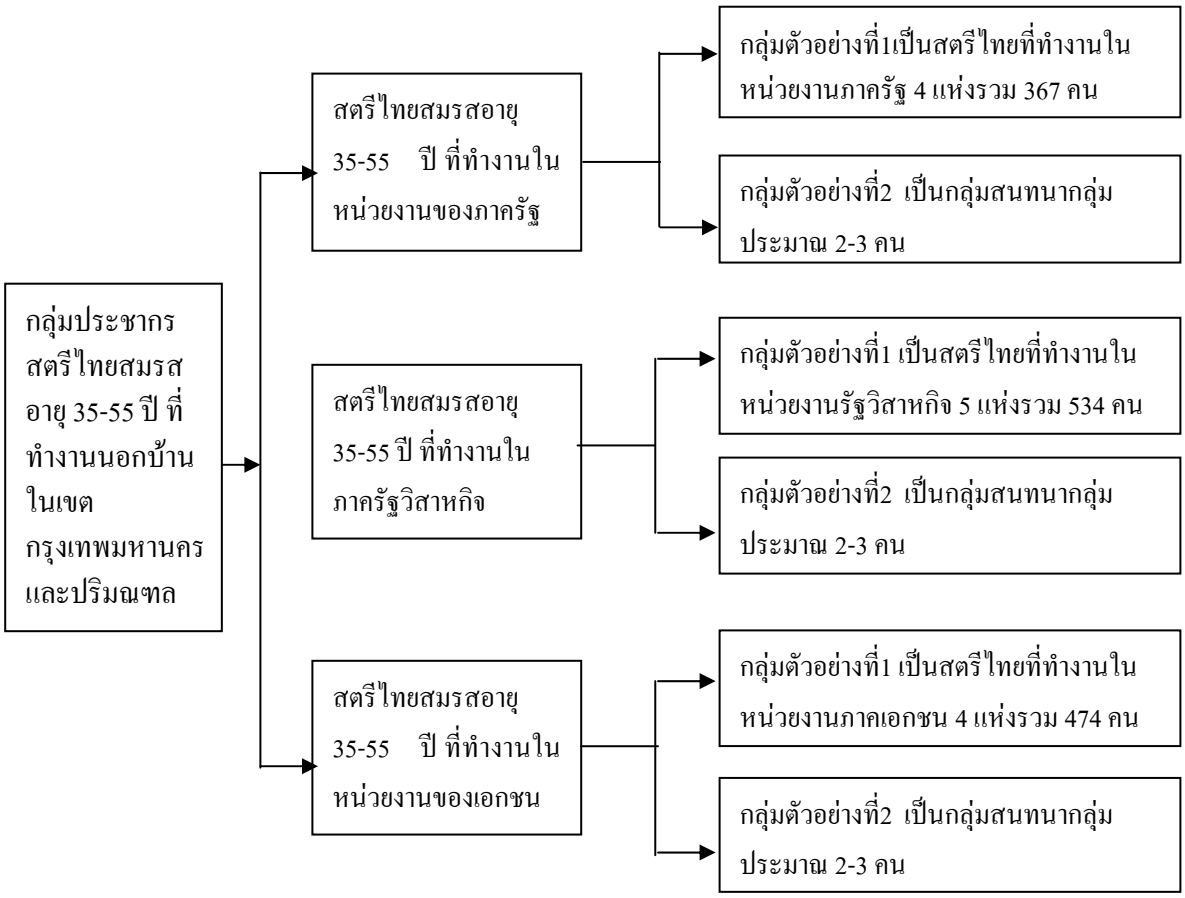
ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้กำหนดกลุ่มตัวอย่าง จากกลุ่มประชากรสตรีไทยสมรสวัยกลางคนอายุ 35-55 ปี มีบุตรอย่างน้อย 1 คน และปฏิบัติงานในหน่วยงานของรัฐ เอกชน และวิสาหกิจ ซึ่งตั้งอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยกลุ่มตัวอย่างแบ่งเป็น 2 กลุ่มหลักคือ กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างแรก ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุผลของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านตามสมมุติฐาน กับข้อมูลความคิดเห็นที่เก็บรวบรวมจากแบบสอบถามซึ่งเป็นข้อมูลเชิงปริมาณ โดยทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมลิสเรล และใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล การปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ตามวัตถุประสงค์การวิจัย ข้อ 1 ถึง ข้อ 4 และตอบสมมติฐานการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างสอง ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างสำหรับการสนทนากลุ่มเพื่อค้นหาแนวทางการเผชิญและแก้ปัญหาภาวะวิกฤตได้อย่างมีคุณภาพเพื่อประกอบการจัดทำเป็นคู่มือต่อไป

ทั้งนี้ในการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างกลุ่มแรก เพื่อใช้ในการตรวจสอบรูปแบบตามสมมติฐานตามแนวคิดของ Saris และ Stronkhorst (1984:213-214 ;อ้างใน นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2542:54) กำหนดว่าข้อมูลในการวิเคราะห์โมเดลลิสเรล เป็นตัวแปรที่มีการแจกแจงปกติพหุนามทุกตัว ควรใช้กลุ่มตัวอย่างขนาดเท่ากันหรือมากกว่า 100 และ Bonllen (1989:268 ;อ้างใน นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2542:54) เสนอแนะว่า เรื่องของขนาดกลุ่มตัวอย่างควรพิจารณาควบคู่ไปกับจำนวนพารามิเตอร์ที่ต้องการประมาณค่า ถ้ามีจำนวนมาก ควรจะต้องมีขนาดกลุ่มตัวอย่างเพิ่มมากขึ้นด้วย คณะผู้วิจัยเลือกใช้วิธีการกำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้กฎง่ายๆว่าอัตราส่วนระหว่างหน่วยตัวอย่าง และจำนวนพารามิเตอร์หรือตัวแปรควรจะเป็น 20 ต่อ 1(Linderman, Merenda & Gold, 1980:163 & Weiss,1972 ; อ้างใน นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2542:54) ในการวิจัยครั้งนี้มีตัวแปรวัดได้ที่ใช้ในการวิจัยรวมจำนวน 18 ตัวแปร จึงประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างตามข้อกำหนดนี้ได้ 360 คน

ส่วนในการกำหนดกลุ่มตัวอย่างที่สอง สำหรับเป็นกลุ่มสนทนาคณะผู้วิจัยใช้การคัดเลือกจากเกณฑ์ที่คณะผู้วิจัยกำหนดขึ้น เป็นสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ประสบความสำเร็จทั้งครอบครัวและงาน และเคยผ่านประสบการณ์วิกฤตชีวิตมา รวมจำนวน 8 คน ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างสำหรับการสนทนากลุ่มเพื่อค้นหาแนวทางการเผชิญและแก้ปัญหาภาวะวิกฤตได้อย่างมีคุณภาพ พร้อมเป็นข้อมูลประกอบการจัดทำคู่มือแนวทางการเผชิญ และแก้ปัญหาภาวะวิกฤตต่อไป ดังแสดงตามภาพสรุปการกำหนดกลุ่มตัวอย่างการวิจัยดังนี้



ภาพประกอบ 8 แสดงการกำหนดกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

การได้กลุ่มตัวอย่างจากหน่วยงานขนาดใหญ่ภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน รวม 12 แห่ง รวมจำนวนทั้งสิ้น 1,375 คน ซึ่งปฏิบัติงานในหน่วยงานต่างๆ มีดังนี้

หน่วยงานภาครัฐ จำนวน 367 คน ประกอบด้วย กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ และกระทรวงคมนาคม

หน่วยงานรัฐวิสาหกิจ จำนวน 534 คน ประกอบด้วย การไฟฟ้านครหลวง การสื่อสารแห่งประเทศไทย การขนส่ง การปะปานครหลวง และการเคหะแห่งประเทศไทย

หน่วยงานเอกชน จำนวน 474 คน ประกอบด้วย ธนาคารพาณิชย์ บริษัทในธุรกิจอสังหาริมทรัพย์ โรงพยาบาลเอกชน และสำนักงานหนังสือพิมพ์ไทยรัฐ บ้านเมืองและ The Nation

3. ตัวแปรสำหรับการวิจัย

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาวิจัย ประกอบด้วย ตัวแปรแฝงทั้งหมด 6 ตัว

เป็นตัวแปรแฝงภายในซึ่งเป็นตัวแปรตาม 2 กลุ่ม คือ

1. การรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตของบุคคล วัดจากองค์ประกอบ 3 ด้าน จากการแสดงออกทางความรู้สึก อาการและพฤติกรรม

1.1 ความเครียด

1.2 การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์

1.3 การปรับตัว

2. ผลกระทบจากภาวะวิกฤต วัดจากองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ

2.1 การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง

2.2 ความรุนแรงต่อตนเองและผู้อื่น

2.3 ผลกระทบต่อการทำงาน

และประกอบด้วยตัวแปรแฝงภายนอกซึ่งเป็นตัวแปรต้น 4 กลุ่มตัวแปร ดังนี้

1. ปัจจัยด้านบุคคล วัดจากองค์ประกอบ 2 ด้าน คือ

1.1 บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว

1.2 ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต

2. ปัจจัยด้านครอบครัว วัดได้จากองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ

2.1 ภาระต่อครอบครัว

2.2 สัมพันธภาพกับคู่สมรส

2.3 การสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว

2.4 ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว

3. ปัจจัยด้านการทำงาน วัดจากองค์ประกอบ 4 ด้าน คือ

3.1 ภาระงาน

3.2 ความก้าวหน้าในงาน

3.3 ความคลุมเครือในงาน

3.4 การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา

4. ปัจจัยด้านสังคมเมือง วัดได้จากองค์ประกอบ 2 ด้าน คือ

4.1 สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัย

4.2 สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน

4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์ และแบบสอบถาม มีดังนี้

1. แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (ดังในภาคผนวก) เพื่อสัมภาษณ์ ผู้ทรงคุณวุฒิ ประกอบด้วยจิตแพทย์ในโรงพยาบาลของรัฐและเอกชน บุคคลที่มีชื่อเสียงที่ทำงานเกี่ยวข้องเพื่อสตรี และนักวิชาการด้านจิตวิทยา รวม 5 คน เพื่อทบทวน ความหมายและองค์ประกอบของวิกฤตชีวิตของสตรีสมรสที่ทำงานนอกบ้านตามร่างต้นแบบ

2. แบบสอบถามความคิดเห็นด้านพฤติกรรม เพื่อวัดระดับการรับรู้เกี่ยวกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤต เป็นแบบสอบถามประมาณค่า 6 ระดับ 244 ข้อ จำนวน 6 ตอน มีดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับ ข้อมูลทั่วไป บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและประสบการณ์สูญเสียในชีวิต รวม 33 ข้อ วัดจาก ข้อมูลทั่วไป 10 ข้อและปัจจัยด้านบุคคล 2 ด้านคือ

1.1 แบบสอบถามด้านบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว จำนวน 11 ข้อ ซึ่งคณะวิจัยพัฒนาขึ้นจากแนวคิดทฤษฎีลักษณะนิสัยและบุคลิกภาพ (Traits & Personality) ของ ไอย์เซนค์ (Eysenck,1970) และแบบสอบถามบุคลิกภาพของประชุมพร บัวคลี่ (2544) ชลธิชา บุญเลี้ยง (2546) และ ประพิศ จันทร์พฤกษา (2537) มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่า มีบุคลิกภาพหวั่นไหวและไม่มั่นคง มากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.3972-0.6346 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า α) อยู่ระหว่าง 0.8347-0.8521

1.2 ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต จำนวน 12 ข้อ คณะผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากแนวคิดและการสัมภาษณ์ข้อมูลเบื้องต้นจากผู้ทรงคุณวุฒิ เป็นมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่าเคยรับรู้ต่อประสบการณ์สูญเสียในชีวิตและรู้สึกยังมีผลคุกคามต่อตนเองมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.4400-0.6347 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า α) อยู่ระหว่าง 0.8295-0.8439

ตอนที่2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้และพฤติกรรมที่มีต่อครอบครัวรวม 52 ข้อประกอบด้วย

2.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับ ภาระต่อครอบครัว จำนวน 9 ข้อ โดยพัฒนาแบบสอบถามภาระความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว จากแบบสอบถามของณัฐสุดา สุจินันท์กุล(2541) โดยการศึกษาครั้งนี้ได้นำแบบสอบถามมาปรับปรุง และพัฒนาให้อยู่ในขอบเขตของเรื่องที่จะศึกษาแบบสอบถามภาระความรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว มาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด(6)ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีภาระต่อครอบครัวมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.4107-0.7237 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า α) อยู่ระหว่าง 0.8033-0.8457

2.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสัมพันธภาพกับคู่สมรส จำนวน 15 ข้อ ปรับใช้จาก แบบสอบถามความสัมพันธ์ระหว่างคู่สมรส ของดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ(2536) งามตา วนินทานนท์ (2545) และพิมพ์ใจ ไมตรีเปรม (2543) แบบสอบถามเป็นมาตราวัด 6 ระดับ จากมีความสัมพันธ์กันน้อยที่สุด (1)ไปถึงมีความสัมพันธ์กันมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่า มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวก 7 ข้อและเชิงลบ 8 ข้อ มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.6294-0.8136 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า α) อยู่ระหว่าง 0.9378-0.9426

2.3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการสนับสนุนจากครอบครัว จำนวน 15 ข้อ พัฒนามาจากแบบสอบถามของ นวลฉวี ประเสริฐสุข (2542) มีมาตราวัด 6 ระดับ จากมีการสนับสนุนน้อยที่สุด (1)ไปถึงมีการสนับสนุนกันมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่า ได้รับการสนับสนุนจากสมาชิกในครอบครัว มากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวก 13 ข้อ

และเชิงลบ 2 ข้อ มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.5917-0.8574 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.9473-0.9534

2.4 แบบสอบถามเกี่ยวกับ ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว จำนวน 13 ข้อ พัฒนาจากแบบวัดของ งามตา วนินทานนท์(2545) เป็นมาตราวัด 6 ระดับ จากมีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว น้อยที่สุด (1)ไปถึงมีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวมากที่สุด(6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.5010-0.7339 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.8921-0.9023

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้และพฤติกรรมที่มีต่อการทำงานรวม 49 ข้อ ประกอบด้วย

3.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับ ภาระงาน จำนวน 14 ข้อ พัฒนาขึ้นจากแบบสอบถามของ ธีรพร ศรประสิทธ์ (2544) ฉัตรกมล ออกกิจวัตร (2546) ภัทราภรณ์ สุกาญจนาภรณ์ (2546) กฤติกา วงศ์นคร (2546) เป็นมาตราวัด 6 ระดับ จากมีภาระงานน้อยที่สุด(1)ไปถึงมีภาระงาน มากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ามีภาระงานมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.2824-0.6081 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.8177-0.8376

3.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับ ความก้าวหน้าในงาน จำนวน 11 ข้อ พัฒนาขึ้นจากแบบสอบถามคุณภาพชีวิตการทำงานของ ณัฐวุฒิ สุนทราณู(2545) กฤติกา วงศ์นคร (2546)และประพันธ์ แฟ้มคลองขอม (2542) เป็นมาตราวัด 6 ระดับ จากมีความก้าวหน้าในงานน้อยที่สุด (1)ไปถึงมีความก้าวหน้าในงานมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ามีความก้าวหน้าในงานมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่าทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.3739-0.7575 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.8501-0.8719

3.3 แบบสอบถามเกี่ยวกับ ความคลุมเครือในงาน จำนวน 11 ข้อ พัฒนาขึ้นจากแนวคิดพฤติกรรมองค์กรและแบบสอบถามของ ปาริชาติ ตันติวัฒน์ (2538) ธารารัตน์ ชิ้นทอง (2542) และ ถนิมกาญจน์ พิพัฒนโยธะพงศ์ (2544) เป็นมาตราวัด 6 ระดับ จากมีความคลุมเครือในงาน น้อยที่สุด (1)ไปถึงมีการรับรู้ถึงความคลุมเครือในงาน มากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ามีการรับรู้ถึงความคลุมเครือในงาน มากกว่าผู้ได้รับคะแนนน้อยกว่าทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.4975-0.7359 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.8728-0.8904

3.4 แบบสอบถามเกี่ยวกับ การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา จำนวน 13 ข้อ พัฒนาขึ้นจากแบบสอบถามของจารุพร แสงเป่า (2542) ฉัตร กมล ออกกิจวัตร (2546) ภัทราภรณ์ สุกาญจนาภรณ์ (2546) และ พิณทิพย์ สีนุ้ย (2545) โดยการศึกษาครั้งนี้ได้นำแบบสอบถามมาปรับปรุงและพัฒนาให้อยู่ในขอบเขต แบบสอบถามเป็นมาตรวัด 6 ระดับ จากได้รับการสนับสนุนน้อยที่สุด

(1)ไปถึงได้รับการสนับสนุนมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่าได้รับการสนับสนุนมากกว่าผู้ได้รับคะแนนน้อยกว่าทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.5113-0.7224 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.8899-0.8976

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้และพฤติกรรมที่มีต่อสังคมเมืองรวม 19 ข้อ ประกอบด้วย

4.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับ สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัย จำนวน 10 ข้อ พัฒนาขึ้นเองจากแนวคิดของการเปลี่ยนแปลงสังคมเมือง สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย เป็นมาตรวัด 6 ระดับ จากสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัยไม่น่าอยู่ น้อยที่สุด (1)ไปถึงมีสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัยไม่น่าอยู่มากที่สุด(6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ารับรู้ว่าสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อยู่อาศัยไม่น่าอยู่มากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่าทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมดมีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.4234-0.8331 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.8773-0.8974

4.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน จำนวน 9 ข้อ คณะวิจัยได้สร้างขึ้นเองจากแนวคิด จริยธรรมทางสังคม และสัมพันธภาพของคนในสังคมเมือง และแบบสอบถามของปภัสสร กิมสุวรรณวงศ์ (2546) เป็นมาตรวัด Rating scale 6 ระดับ จากมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านไม่ดีน้อยที่สุด (1)ไปถึงมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านไม่ดีมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่า แสดงว่ารับรู้ว่าสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านไม่ดี มากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงลบทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.5468-0.7871 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.8935-0.9066

ตอนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ถึงภาวะวิกฤตชีวิตของตนเองรวม 42 ข้อ ประกอบด้วย

5.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับ ความเครียด จำนวน 17 ข้อ พัฒนาแบบสอบถาม จากแบบสอบถามของกรมสุขภาพจิตเกี่ยวกับเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์กรอนามัยโลกฉบับภาษาไทย (2545) วณี เทศน์ธรรม (2541) ณัฐกานต์ ภาณุมาศ (2541) วันทนา เจริญรัตนโชติ(2541) ตรีชฎา พลอาสา (2544) และวราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์(2545) โดยนำแบบสอบถามมาปรับปรุงและพัฒนาให้อยู่ในขอบเขตของเรื่องที่จะศึกษา มีมาตราวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีความเครียดมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.5767-0.7511 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.9229-0.9273

5.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับ การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ จำนวน 10 ข้อ พัฒนามาจากแบบสอบถามของลาซารัสและโฟล์คแมน (1984) ศิริพร เลียวกิตติกุล(2545) ชาตรี ลักษณะศิริ (2546) และฉัตรกมล ออกกิจวัตร(2546) มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีการเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ได้เหมาะสมกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.2958-0.5932 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.7409-0.7650

5.3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการปรับตัว จำนวน 15 พัฒนาขึ้นเองจากแนวคิดจิตวิทยาการปรับตัวของ วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545) และแบบสอบถามการปรับตัวของสตรีที่เลี้ยงดูบุตรในชุมชนเมืองของพวงเพ็ญ ชุณหปราณ (2543) มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีการการปรับตัวได้เหมาะสมกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.3628-0.6537 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.8579-0.8695

ตอนที่ 6 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ถึงผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิตรวม 49 ข้อ ประกอบด้วย

6.1 แบบสอบถามเกี่ยวกับ ความรู้สึกสูญเสียคุณค่าในตนเอง จำนวน 17 ข้อ พัฒนาขึ้นจากแนวคิดการปรับตัวอย่างมีความสุข ของ วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์ (2545) แบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเองของ กชกร ภัททกวงศ์ (2542) และสิตา เพียรพิจิตร (2542) และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต(2545) มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด(6)ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่ามีสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง มากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.4575-0.7723 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.9244-0.9304

6.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับผลกระทบต่อการทำงาน จำนวน 12 ข้อ สร้างขึ้นจากแนวคิดทฤษฎีเกี่ยวข้องกับการทำงาน มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่า มีการถดถอยในการทำงานมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่า ทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.3392-0.7043 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.8262-0.8482

6.3 แบบสอบถามเกี่ยวกับ ความรุนแรงต่อตนเองและผู้อื่น จำนวน 20 ข้อ พัฒนาขึ้นจากแนวคิดและแบบตรวจวัดโรคซึมเศร้าในประชากรไทย มีมาตรวัด 6 ระดับ จากไม่เป็นจริงมากที่สุด (1) ไปถึงเป็นจริงมากที่สุด (6) ผู้ได้คะแนนสูงกว่าแสดงว่า มีการกระทำความรุนแรงต่อตนเองและผู้อื่นมากกว่าผู้ได้คะแนนน้อยกว่าทั้งนี้แบบสอบถามที่ใช้วัดฉบับนี้มีข้อความเชิงบวกทั้งหมด มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) อยู่ระหว่าง 0.3895-0.6874 และค่าความเชื่อมั่นรายข้อ (ค่า ∝) อยู่ระหว่าง 0.9033-0.9128

เครื่องมือที่เป็นแบบสอบถามที่ใช้ในงานวิจัยเพื่อตรวจสอบรูปแบบนี้ มีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่า 6 ระดับ ซึ่งความหมายของค่าเฉลี่ยที่ใช้ในการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล มีดังนี้

5.50 – 6.00 สอดคล้องเป็นจริงกับความคิดเห็น และพฤติกรรมหรือประสบการณ์ของสตรีผู้ตอบแบบสอบถาม มากที่สุด

4.50 – 5.49 สอดคล้องเป็นจริงกับความคิดเห็น และพฤติกรรมหรือประสบการณ์ของสตรีผู้ตอบแบบสอบถาม มาก

3.50 – 4.49 สอดคล้องเป็นจริงกับความคิดเห็นและ พฤติกรรมหรือประสบการณ์ของ สตรีผู้ตอบแบบสอบถาม ค่อนข้างมาก

2.50 – 3.49 สอดคล้องเป็นจริงกับความคิดเห็น และพฤติกรรมหรือประสบการณ์ของสตรีผู้ตอบแบบสอบถาม ค่อนข้างน้อย

1.50 – 2.49 สอดคล้องเป็นจริงกับความคิดเห็น และพฤติกรรมหรือประสบการณ์ของสตรีผู้ตอบแบบสอบถาม น้อย

0.50 – 1.49 สอดคล้องเป็นจริงกับความคิดเห็น และพฤติกรรมหรือประสบการณ์ของสตรีผู้ตอบแบบสอบถาม น้อยที่สุดหรือไม่มีเลย

4 แบบสัมภาษณ์ในการสนทนากลุ่ม เพื่อสอบถามความคิดเห็น นำไปประกอบการจัดทำคู่มือแนวทางการเผชิญและป้องกันภาวะวิกฤตในชีวิตและประกอบการอธิบายรูปแบบความสัมพันธ์ในโมเดลที่ได้จากการวิจัย ซึ่งมีประเด็นคำถาม ดังนี้

1. เมื่อท่านรับรู้ว่าตนเองว่าอยู่ในภาวะวิกฤตชีวิตในเรื่องอะไรบ้าง ท่านทำอย่างไรบ้างในระยะแรก ระยะต่อ ๆ มา และท่านคิดว่าเหมาะสมหรือไม่อย่างไร

2. ท่านจัดการอย่างไรถึงได้ผ่านพ้นภาวะวิกฤตชีวิตของตนเองได้อย่างสำเร็จจนถึงปัจจุบัน

3. ท่านมีแนวทางในการป้องกันมิให้เกิดปัญหาภาวะวิกฤตชีวิตขึ้นกับตัวท่านอย่างไร

4. ท่านมีข้อเสนอแนะอย่างไรบ้างสำหรับสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในการดำรงชีวิตในครอบครัวและทำงานในที่ทำงาน และสามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างสมดุลมีความสุข

5. ท่านมีข้อเสนอแนะให้กับนักพัฒนาและผู้เกี่ยวข้องกับการดูแลสังคมไทย ในปัจจุบันอย่างไรบ้าง เพื่อให้สถาบันครอบครัวมั่นคง สังคมเป็นสุขโดยมี กลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนเป็นจุดเชื่อมต่อในการดูแลสร้างสรรค์ลูกหลานและเยาวชนไทยต่อไป

6. ท่านเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยอย่างไรกับแผนภาพ รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชน ซึ่งเป็นผลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้

ขั้นตอนของการพัฒนาเครื่องมือที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเอง มีดังนี้

1. ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และผลการสัมภาษณ์ผู้ทรงคุณวุฒิเบื้องต้น

2. ศึกษาโครงสร้างคู่มือการใช้แบบวัด และเครื่องมือที่มีผู้วิจัยพัฒนาขึ้นแล้ว

3. กำหนดโครงสร้างและคู่มือการใช้แบบสอบถามในการวิจัยครั้งนี้ พร้อมกำหนดข้อคำถามให้ครอบคลุมทุกตัวแปรในการศึกษาวิจัย

4. ตรวจสอบความตรงด้านเนื้อหาภาษาที่ใช้โดยผู้เชี่ยวชาญ 5 คน พร้อมทดลองให้สตรีสมรสวัยกลางคนในที่ทำงาน ทดลองทำ 5 คน และสอบถามความเข้าใจของข้อคำถาม

5. นำแบบวัดทั้งหมดที่ปรับปรุงแก้ไขไปทดสอบทดลองใช้ กับสตรีสมรสวัยกลางคน ในหน่วยงานภาคราชการรวม จำนวน 99 คน และสัมภาษณ์เพื่อตรวจสอบความเข้าใจ ของข้อคำถามแล้วนำข้อมูลที่ได้มาศึกษาคุณภาพของการวัดแต่ละฉบับ โดยคำนวณค่าสัมประสิทธิ์ความเที่ยงของ

แบบวัด ใช้สูตรสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for windows version 11.0 ผลปรากฏดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป บุคลิกภาพ และประสบการณ์สูญเสียในชีวิต วัดจาก

1.1 คำถามข้อมูลทั่วไป	10 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	-
1.2 บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	11 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.8529
1.3 ประสบการณ์การสูญเสียในชีวิต	12 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.8501

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้และพฤติกรรมในครอบครัว วัดจาก

2.1 ภาระต่อครอบครัว	9 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.8376
2.2 สัมพันธภาพกับคู่สมรส	15 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.9441
2.3 การสนับสนุนจากครอบครัว	15 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.9531
2.4 ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว	13 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.9034

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้และพฤติกรรมในการทำงาน วัดจาก

3.1 ภาระงาน	14 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.8362
3.2 ความก้าวหน้าในงาน	11 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.8727
3.3 ความคลุมเครือในงาน	11 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.8897
3.4 การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงาน	13 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.9017

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ต่อชีวิตในสังคมเมือง วัดจาก

4.1 สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย	10 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.8971
4.2 สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน	9 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.9085

ตอนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ถึงภาวะวิกฤตชีวิตของตนเอง วัดจาก

5.1 ความเครียด	17 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.9296
5.2 การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์	10 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.7646
5.3 การปรับตัว	15 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.8710

ตอนที่ 6 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ถึงผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิต วัดจาก

6.1 ความรู้สึกสูญเสียคุณค่าในตัวเอง	17 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.9309
6.2 ผลกระทบต่อการทำงาน	12 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.8497
6.3 ความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว	20 ข้อ	ค่าความเชื่อมั่น	0.9111

ทั้งนี้ คณะวิจัยได้ปรับปรุงแบบวัดรายข้อที่มีค่าความสัมพันธ์รายข้อ (ค่า r) ที่ต่ำกว่าข้ออื่น ๆ มาก (ต่ำกว่า 0.28) โดยตัดภาษาที่ใช้ซ้ำซ้อนให้กระชับชัดเจนขึ้น หรือตัดข้อคำถามออกโดยไม่ทำให้โครงสร้างข้อคำถามเปลี่ยนแปลง

5. การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. คณะผู้วิจัยดำเนินการสัมภาษณ์ ผู้ทรงคุณวุฒิ รวมจำนวน 5 คน เตรียมเครื่องมือแบบสอบถามให้เพียงพอและขอความอนุเคราะห์ไปยังหน่วยงานที่เป็นกลุ่มเป้าหมายเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเดือน กุมภาพันธ์ –สิงหาคม พ.ศ. 2549

2. เก็บรวบรวมแบบสอบถามและคัดเลือกเฉพาะแบบสอบถามที่มีความสมบูรณ์ รวมทั้งสิ้น 1,375 ฉบับ นำแบบสอบถามมาตรวจสอบความถูกต้องข้อมูลก่อนกำหนดรหัสข้อมูล ลงรหัสและตรวจสอบข้อมูลให้ตรงตามข้อตกลงของการวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมลิสเรล เพื่อเตรียมการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

3. นัดกลุ่มเพื่อทำการสนทนากลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคน รวม 8 คน เพื่อค้นหาแนวทางการเผชิญและแก้ปัญหาภาวะวิกฤตได้อย่างมีคุณภาพ

6. การวิเคราะห์ข้อมูล

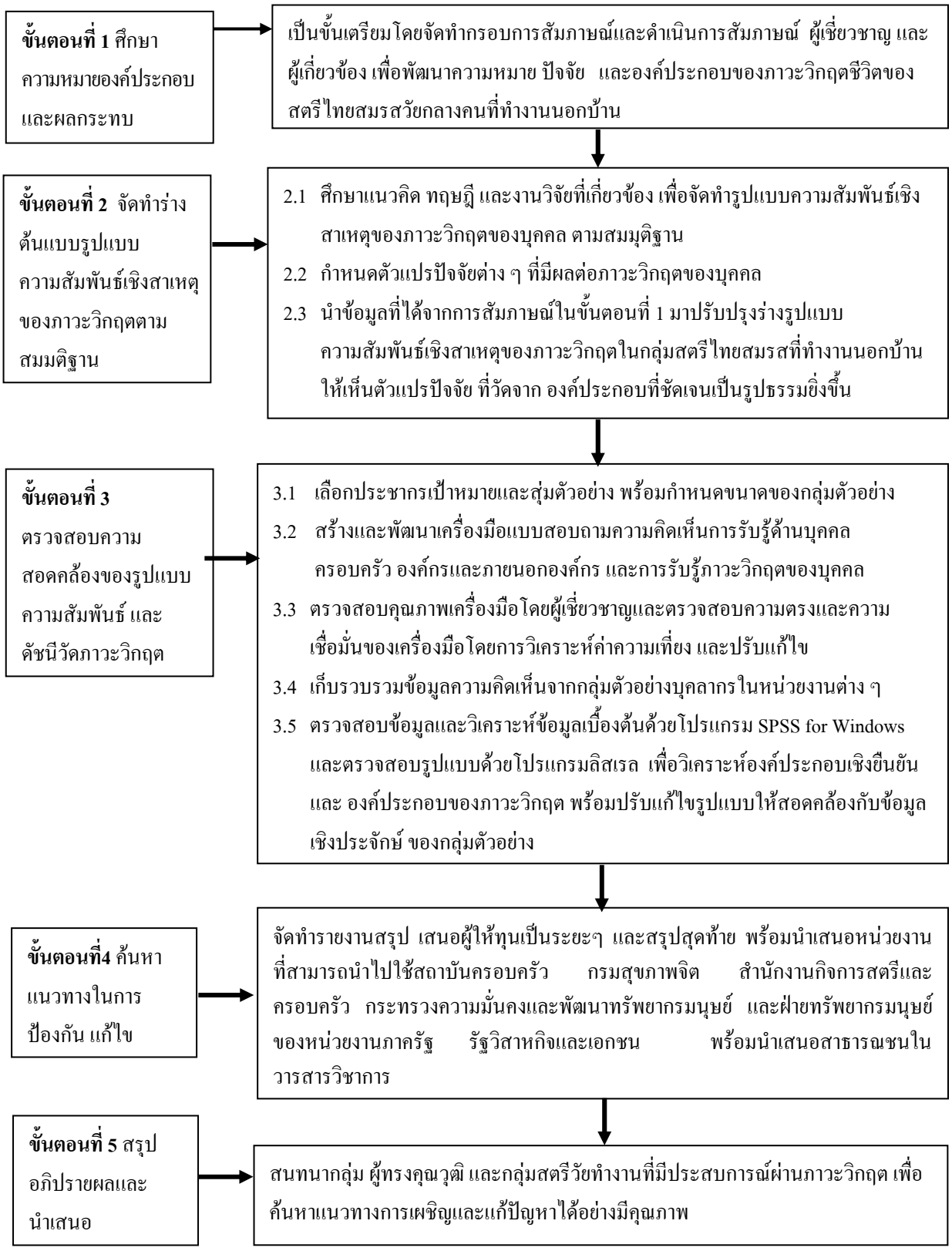
1. วิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น เพื่อให้ทราบลักษณะการแจกแจง ของตัวแปรแต่ละตัวเป็นการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยายให้เพื่อพิจารณาค่าเฉลี่ย $(\overline{X})$ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ความเบ้ (Skewness) ความโด่ง (Kustosis) และค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (Coefficient of Variance (CV) ของตัวแปรสังเกตได้ที่เป็นตัวแปรต่อเนื่อง และการวิเคราะห์ค่าร้อยละสำหรับตัวแปรนามบัญญัติ ที่เป็นข้อมูลเบื้องต้น

2. วิเคราะห์สถิติเพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรสังเกตได้วัดตัวแปรแฝง 6 ตัวคือการแตกต่างอย่างรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตของบุคคล ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านการทำงาน ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสังคมเมือง จำแนกตามหน่วยงานโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (ANOVA) ซึ่งผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวนี้ หากพบว่า ตัวแปรใดไม่มีความมีนัยสำคัญทางสถิติ ก็จะไม่นำตัวแปรนั้นมาเปรียบเทียบในรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุด้วย โปรแกรมลิสเรล และวิเคราะห์ความแปรปรวนสามทาง (Three –way ANOVA) เพื่อศึกษาการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทางชีวสังคม ตัวแปรทางจิตและตัวแปรทางสภาพแวดล้อมสังคมที่ส่งผลต่อภาวะวิกฤต

3. วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรเป็นรายคู่ หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัว ในโมเดลความสัมพันธ์เชิงเหตุ เพื่อให้ได้เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ และวิเคราะห์สัมประสิทธิ์การถดถอย ด้วยโปรแกรม SPSS for windows

4. วิเคราะห์รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ ของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน ตามสมมติฐานกับข้อมูลความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม โดยใช้โปรแกรมลิสเรล ประมาณค่าพารามิเตอร์โดยวิธีไลค์ลิฮูดสูงสุด (Maximum Likelihood Estimates – ML) ผลการวิเคราะห์จะเสนอในรูปของการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ค่าสถิติสำคัญที่ใช้ตรวจสอบความสอดคล้อง กลมกลืนของรูปแบบกับข้อมูลความคิดเห็นคือ ค่าสถิติ ไค-สแควร์ (Chi – Square) ดัชนี GFI (Goodness of Fit Index) ดัชนี AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index) ทั้งก่อนปรับและหลังปรับรูปแบบ และทำการตรวจสอบความสอดคล้องของ รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤต

จากการดำเนินการวิจัยดังกล่าวสามารถสรุปเป็นขั้นตอนได้ดังภาพ



ภาพประกอบ 9 สรุปขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน และกำหนดดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน พร้อมทั้งศึกษาผลกระทบและแนวทางในการป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน คณะวิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น 7 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น

1.1 การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ยของข้อมูลเบื้องต้น และการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตในกลุ่มรวมที่มีลักษณะชีวสังคมที่ แตกต่างกัน

1.2 ค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) และค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (Coefficient of variance : CV) ของตัวแปรสังเกตได้ที่เป็นตัวแปรต่อเนื่อง

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรสังเกตได้ที่วัดตัวแปรแฝงด้านภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสตามการรับรู้ ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง ระหว่างกลุ่ม 1 สตรีทำงานในหน่วยงานภาครัฐ กลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ และกลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้18 ตัวแปร ที่ใช้ในการศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสในกลุ่มรวม และที่ทำงานในหน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน และกลุ่มรวม และผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล และผลกระทบที่เกิดขึ้นตามการรับรู้ของตนเอง

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิตตามโมเดลสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์จากทั้ง 3 กลุ่ม

ตอนที่ 6 ผลการศึกษาการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ในกลุ่มปัจจัยชีวสังคม ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมืองกับภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม

ตอนที่ 7 ผลการสนทนากลุ่มเพื่อเสนอแนวทางการเผชิญปัญหา และการป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน

ผลการหาค่าสถิติต่างๆที่แสดงไว้ในการแปลผลการวิเคราะห์ข้อมูล คณะวิจัยใช้สัญลักษณ์ต่าง ๆ แทนชื่อตัวแปรดังต่อไปนี้

$\overline{X}$ หมายถึง ค่าเฉลี่ย

SD หมายถึง ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

CV หมายถึง สัมประสิทธิ์ของความแปรผัน

GFI หมายถึง ดัชนีระดับความกลมกลืน

CFI หมายถึง ดัชนีระดับความกลมกลืนเปรียบเทียบ

AGFI หมายถึง ดัชนีระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้

RMR หมายถึง ดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของเศษ(Root Mean Square Residual)

RMSEA หมายถึง ดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (Root Mean Square Error of Approximation)

TE หมายถึง อิทธิพลรวม

IE หมายถึง อิทธิพลทางอ้อม

DE หมายถึง อิทธิพลทางตรง

N หมายถึง จำนวนผู้ตอบแบบสอบถามที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูล

ตัวแปรแฝง 6 ตัวแปรมีสัญลักษณ์ ดังนี้

CRISIS หมายถึง ภาวะวิกฤตชีวิต IMPAC หมายถึง ผลกระทบ

PERS หมายถึง ปัจจัยด้านบุคคล FAMIL หมายถึง ปัจจัยด้านครอบครัว

WORK หมายถึง ปัจจัยด้านการทำงาน SOCIALหมายถึง ปัจจัยด้านสังคมเมือง

ตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัวแปรมีสัญลักษณ์ ดังนี้

PERS หมายถึง บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว

EXP หมายถึง ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต

FTASK หมายถึง ภาระต่อครอบครัว

FREL หมายถึง สัมพันธภาพกับคู่สมรส

FSUPP หมายถึง การสนับสนุนจากครอบครัว

FBUDH หมายถึง ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว

WTASK หมายถึง ภาระงาน

WPRO หมายถึง ความก้าวหน้าในงาน

WCONF หมายถึง ความคลุมเครือในงาน

WSUPP หมายถึง การสนับสนุนจากจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา

RELA หมายถึง สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน

ENVI หมายถึง สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย

STRESS หมายถึง ความเครียด

COPIN หมายถึง การเผชิญปัญหามุ่งอารมณ์

ADAP หมายถึง การปรับตัว

SELP หมายถึง การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง

WIMP หมายถึง ผลกระทบต่อการทำงาน

VILU หมายถึง ความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว

การดำเนินการวิจัยเพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิต พร้อมพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของปัจจัยด้านบุคคล ด้านครอบครัว ด้านการทำงาน และด้านสังคมเมือง

ที่มีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน ในครั้งนี้ คณะวิจัยได้ดำเนินการรวบรวมข้อมูลเชิงประจักษ์จาก 3 กลุ่มตัวอย่างที่ทำงานในหน่วยงาน คือ กลุ่ม 1 ภาครัฐ กลุ่ม 2 รัฐวิสาหกิจ กลุ่ม 3 เอกชน โดยใช้เครื่องมือเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้สถานการณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมตนเองของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งแบ่งเป็น 6 ตอน จำนวน 244 ข้อความ ประกอบด้วย ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป บุคลิกภาพ ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้และพฤติกรรมในครอบครัว ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้และพฤติกรรมในการทำงาน ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ต่อชีวิตในสังคมเมือง ตอนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ถึงภาวะวิกฤตชีวิตของตนเอง และ ตอนที่ 6 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ถึงผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิต และการสอบถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับแนวทางในการเผชิญและจัดการกับภาวะวิกฤตชีวิตของตนเอง ซึ่งคณะวิจัยใช้นำมาประกอบการหาข้อสรุปเพื่อจัดทำคู่มือเกี่ยวกับแนวทางการเผชิญและการจัดการกับภาวะวิกฤตอย่างเหมาะสม

ข้อมูลตามความคิดเห็นที่ได้จากการตอบแบบสอบถามครั้งนี้ คณะวิจัยได้ดำเนินการตรวจสอบ และนำข้อมูลความคิดเห็นที่ตอบอย่างสมบูรณ์เท่านั้นมาทำการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งข้อมูลความคิดเห็นทั้งหมดได้มาจากสตรีไทยสมรสวัยกลางคนและมีบุตรอย่างน้อย 1 คน โดยปฏิบัติงานในหน่วยงาน ทั้งภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชนรวมทั้งสิ้น 1,375 คน ประกอบด้วย

1. หน่วยงานภาครัฐ รวม 367 คน ประกอบด้วย
   - กระทรวงสาธารณสุข จำนวน 199 คน
   - กระทรวงศึกษาธิการ จำนวน 148 คน
   - กระทรวงคมนาคม จำนวน 20 คน
2. หน่วยงานรัฐวิสาหกิจ รวม 534 คน ประกอบด้วย
   - การไฟฟ้านครหลวง จำนวน 174 คน
   - การสื่อสารแห่งประเทศไทย จำนวน 107 คน
   - การขนส่ง จำนวน 102 คน
   - การประปานครหลวง จำนวน 100 คน
   - การเคหะแห่งชาติ จำนวน 51 คน
3. หน่วยงานเอกชน รวม 474 คน ประกอบด้วย
   - ธนาคารพาณิชย์ จำนวน 173 คน
   - บริษัทในธุรกิจอสังหาริมทรัพย์ จำนวน 102 คน
   - โรงพยาบาลเอกชน จำนวน 100 คน
   - สำนักพิมพ์ไทยรัฐ บ้านเมืองและ The Nation จำนวน 99 คน

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น

1.1 การแจกแจงความถี่ ร้อยละค่าเฉลี่ยของข้อมูลเบื้องต้น และการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตในกลุ่มรวมที่มีลักษณะชีวสังคมที่แตกต่างกัน ของผู้ตอบแบบสอบถามที่ให้ข้อมูลที่สมบูรณ์ครบถ้วน ประกอบด้วย กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีไทยสมรสวัยกลางคนและมีบุตรอย่างน้อย 1 คน และทำงานนอกบ้าน รวมจำนวน 1,375 คน จำแนกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่ม 1 สตรีทำงานใน ภาครัฐ จำนวน 367 คน กลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ จำนวน 534 คน และ กลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน จำนวน 474 คน คิดเป็นร้อยละ 26.69, 38.84 และ 34.47 ตามลำดับ และข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย อายุ อายุงาน ระดับการศึกษา ตำแหน่งบริหาร ระยะเวลาที่อยู่อาศัยกับสามี จำนวนสมาชิกในครอบครัว จำนวนบุตร รายได้เฉพาะของตนเอง และรายได้รวมทั้งครอบครัวรวมกัน ดังแสดงในตาราง

ตาราง 2 แสดงจำนวนและร้อยละของลักษณะชีวสังคมของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง

ลักษณะชีวสังคม	กลุ่ม 1 ภาครัฐ N = 367 คน		กลุ่ม 2 รัฐวิสาหกิจ N = 534 คน		กลุ่ม 3 เอกชน N = 474 คน		รวม N = 1,375 คน	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. อายุช่วง 35 – 55 ปี								
35 – 39 ปี	34	9.3	142	26.6	137	28.9	313	22.8
40 – 44 ปี	56	15.3	146	27.3	140	29.5	342	24.9
45 – 49 ปี	122	33.2	115	21.5	114	24.1	351	25.5
50 – 55 ปี	155	42.2	131	24.5	83	17.5	369	26.8
2. อายุงาน								
≤ 10 ปี	74	20.2	83	15.5	149	31.4	306	22.3
11 – 14 ปี	62	16.9	98	18.4	159	33.5	319	23.2
15 – 19 ปี	120	32.7	162	30.3	106	22.4	388	28.2
20 ปีขึ้นไป	111	30.2	191	35.8	60	12.7	362	26.3
3. ระดับการศึกษา								
ต่ำกว่าปริญญาตรี	9	2.5	118	22.1	25	5.3	152	11.1
ปริญญาตรี	320	87.2	357	66.9	435	91.8	1,112	80.9
ปริญญาโท	35	9.5	57	10.7	12	2.5	104	7.6
ปริญญาเอก	3	0.8	2	0.4	2	0.4	7	0.5

ตาราง (ต่อ) แสดงการแจกแจงความถี่และร้อยละของข้อมูลเบื้องต้นของผู้ตอบแบบสอบถามจำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง

ลักษณะชีวสังคม	กลุ่ม 1 ภาครัฐ N = 367 คน		กลุ่ม 2 รัฐวิสาหกิจ N = 534 คน		กลุ่ม 3 เอกชน N = 474 คน		รวม N = 1,375 คน	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
4. ตำแหน่งบริหาร								
ไม่มีตำแหน่งบริหาร	152	41.4	289	54.1	61	12.9	386	28.1
ผู้บริหารระดับต้น	151	41.1	179	33.5	346	73.0	676	49.2
ผู้บริหารระดับกลาง	28	7.6	42	7.9	43	9.1	113	8.2
ผู้บริหารระดับสูง	36	9.8	24	4.5	24	5.1	200	14.5
5. ระยะเวลาที่อยู่อาศัยกับสามี								
≤ 9 ปี	80	21.8	78	14.6	109	23.0	267	19.4
10 – 14 ปี	124	33.8	142	26.6	205	43.2	471	34.3
15 – 19 ปี	99	27.0	132	24.7	97	20.5	328	23.9
20 ปีขึ้นไป	64	17.4	182	34.1	63	13.3	309	22.5
6. จำนวนสมาชิกในครอบครัว								
1 – 3 คน	54	14.7	76	14.2	58	12.2	188	13.7
4 – 5 คน	250	68.1	407	76.2	326	68.8	983	71.5
6 – 7 คน	38	10.4	36	6.7	69	14.6	143	10.4
8 คนขึ้นไป	25	6.8	15	2.8	21	4.4	61	4.4
7. จำนวนบุตร								
1 คน	65	17.7	111	20.8	99	20.9	275	20.0
2 คน	176	48.0	317	59.4	288	60.8	781	56.8
3 คน	106	28.9	88	16.5	73	15.4	267	19.4
4 คน	20	5.4	18	3.4	14	3.0	52	3.8
8. รายได้เฉพาะของตนเอง								
≤ 15,000 บาท	103	28.1	71	133	122	25.7	296	21.5
15,001 – 20,000 บาท	96	26.2	72	13.5	184	38.8	352	25.6
20,001 – 25,000 บาท	93	25.3	86	16.1	103	21.7	282	20.5
25,001 บาทขึ้นไป	75	20.4	305	57.1	65	13.7	445	32.4
9. รายได้รวมทั้งครอบครัว								
≤ 35,000 บาท	127	34.6	61	11.4	137	28.9	325	23.6
35,001 – 50,000 บาท	165	45.0	149	27.9	284	59.9	598	43.5
50,001 – 65,000 บาท	61	16.6	87	16.3	25	5.3	173	12.6
65,001 บาทขึ้นไป	14	3.8	237	44.4	28	5.9	279	20.3

จากตาราง 2 แสดงการแจกแจงความถี่ จำนวนและร้อยละของข้อมูลชีวสังคมของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่ม คือ สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และ เอกชน พบว่า สตรีทำงานภาครัฐส่วนใหญ่มีช่วงอายุมากที่สุด คือ อยู่ในช่วง 50 – 55 ปี คิดเป็นร้อยละ 42.2 ส่วนสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจและเอกชน ส่วนใหญ่มีช่วงอายุมากที่สุด คือ อยู่ในช่วง 40 – 44 ปี คิดเป็นร้อยละ 27.3 และ 29.5 ตามลำดับ ส่วนอายุงาน สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจส่วนใหญ่มีอายุงานมากกว่า 20 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 35.8 สตรีทำงานภาครัฐส่วนใหญ่มีอายุงาน 15 – 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 32.7 และสตรีทำงานเอกชนส่วนใหญ่มีอายุงาน 11 – 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 33.5 ระดับการศึกษา ทั้งสามกลุ่มส่วนใหญ่จบปริญญาตรี ส่วนตำแหน่งบริหารสำหรับสตรีทำงานภาครัฐและรัฐวิสาหกิจ ส่วนใหญ่ ไม่มีตำแหน่งบริหาร คิดเป็นร้อยละ 41.4 และ 54.1 ตามลำดับ ส่วนสตรีทำงานเอกชน ส่วนใหญ่ เป็นผู้บริหารระดับต้น คิดเป็นร้อยละ 73.0

เมื่อพิจารณา ระยะเวลาที่อยู่อาศัยกับสามี พบว่า สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับสามีนานที่สุด คือ 20 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 34.1 ส่วนสตรีทำงานภาครัฐและเอกชนส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับสามี 10 – 14 ปี คิดเป็นร้อยละ 33.8 และ 43.2 ตามลำดับ ทั้งสามกลุ่มส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 4 – 5 คนและมีจำนวนบุตร 2 คน

เมื่อพิจารณารายได้เฉพาะของตนเอง สตรีทำงานภาครัฐมีรายได้ต่ำสุด อยู่ระดับต่ำกว่า 15,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 28.1 ส่วนสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจมีรายได้สูงสุดส่วนใหญ่อยู่ในช่วงมากกว่า 25,001 บาทขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 57.1 และสตรีทำงานเอกชนมีรายได้สูงสุดอยู่ในช่วง 15,001 – 20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 38.8 และเมื่อพิจารณารายได้รวมทั้งครอบครัวเช่นกัน สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจมีรายได้รวมมากที่สุด รองลงมาเป็นภาครัฐ และเอกชน

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของลักษณะชีวสังคมของผู้ตอบแบบสอบถาม จำแนกตามกลุ่มตัวอย่าง

ลักษณะชีวสังคม	กลุ่ม 1 ภาครัฐ N = 367 คน		กลุ่ม 2 รัฐวิสาหกิจ N = 534 คน		กลุ่ม 3 เอกชน N = 474 คน		รวม N = 1,375 คน	
	$\overline{X}$	SD	$\overline{X}$	SD	$\overline{X}$	SD	$\overline{X}$	SD
1. อายุช่วง 35 – 55 ปี	47.409	4.846	44.170	5.776	43.314	5.371	44.739	5.644
2. อายุงานช่วง 1 – 35 ปี	15.749	5.413	17.324	6.125	13.207	4.780	15.484	5.774
3. ระยะเวลาที่อยู่อาศัยกับสามีช่วง 1 – 37 ปี	13.376	5.339	16.155	6.339	12.968	5.309	14.315	5.921
4. จำนวนสมาชิกในครอบครัวช่วง 3 – 14 คน	4.711	1.597	4.367	1.221	4.669	1.363	4.56	1.386
5. จำนวนบุตรช่วง 1 – 5 คน	2.234	0.839	2.036	0.765	2.015	0.734	2.0815	0.780
6. รายได้เฉพาะของตนเอง ช่วง 4,000 – 165,000 บาท/เดือน	20,220.447	7,050.023	31,091.667	15,526.116	20,033.650	9,597.509	24,378.039	12,926.966
7. รายได้รวมทั้งครอบครัว ช่วง 10,000 – 400,000 บาท/เดือน	40,444.027	14,334.317	67,511.049	33,674.753	40,980.591	15,290.420	51,139.775	27,303.139

จากตาราง 3 พบว่า อายุเฉลี่ยของสตรีทำงานภาครัฐสูงสุด คือ 47.409 ปี ส่วนอายุงานเฉลี่ยสูงสุดเป็นอายุงานของสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ คือ 17.324 ปี ระยะเวลาเฉลี่ยที่อาศัยอยู่กับ

สามี พบว่า สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจอาศัยอยู่กับสามีนานที่สุด คือ 16.155 ปี ส่วนจำนวนสมาชิกในครอบครัวโดยเฉลี่ยใกล้เคียงกันทั้ง 3 กลุ่มตัวอย่าง โดยจำนวนสมาชิกในครอบครัวเฉลี่ยของสตรีทำงานภาครัฐมากที่สุด คือ 4.711 รองลงมาเป็นสตรีทำงานเอกชนและรัฐวิสาหกิจ คือ 4.669 และ 4.367 ตามลำดับ จำนวนบุตรของสตรีที่ทำงานทั้งสามกลุ่มก็ใกล้เคียงเช่นเดียวกันคือ โดยเฉลี่ยประมาณ 2 คน อีกทั้งสตรีที่ทำงานรัฐวิสาหกิจ จะมีรายได้เฉพาะของตนเองและรายได้รวมทั้งครอบครัวโดยเฉลี่ยมากที่สุด คือ 31,091.667 และ 67,511.049 บาท รองลงมาเป็นสตรีทำงานเอกชนและภาครัฐ ตามลำดับ

ตาราง 4 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน รวมกันซึ่งมีลักษณะชีวสังคมที่แตกต่างกัน

ตัวแปรชีวสังคม	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	SD error mean	t-test	df	Sig 2 tailed
1. อายุ							
ต่ำกว่า 45 ปี	655	3.7958	0.637	0.025	6.442	1,373	0.000
45 ปีขึ้นไป	720	4.0171	0.636	0.024			
2.ประสบการณ์การทำงาน							
ต่ำกว่า 15 ปี	625	3.931	0.672	0.027	1.017	1,373	0.309
15 ปีขึ้นไป	750	3.896	0.622	0.023			
3. ระดับการศึกษา							
ตั้งแต่ปริญญาตรีลงมา	1,264	3.914	0.648	0.018	0.450	1,373	0.653
ตั้งแต่ปริญญาโทขึ้นไป	111	3.885	0.619	0.588			
4. ตำแหน่งบริหาร							
ไม่ดำรงตำแหน่งบริหาร	386	3.786	0.607	0.031	4.555	1,373	0.000
ดำรงตำแหน่งบริหาร	989	3.961	0.654	0.021			
5. ระยะเวลาที่อยู่อาศัยกับสามี							
ต่ำกว่า 14 ปี	696	3.975	0.660	0.025	3.720	1,373	0.000
14 ปีขึ้นไป	679	3.846	0.625	0.024			
6. จำนวนสมาชิกในครอบครัว							
ต่ำกว่า 4 คน	850	3.849	0.666	0.023	4.586	1,373	0.000
4 คนขึ้นไป	525	4.013	0.599	0.026			

- ต่อ -

ตัวแปรชีวสังคม	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	SD error mean	t-test	df	Sig 2 tailed
7. จำนวนบุตร							
1 – 2 คน	1,056	3.870	0.639	0.020	4.340	1,373	0.000
3 คนขึ้นไป	319	4.048	0.649	0.036			
8. รายได้เฉพาะของตนเอง							
ต่ำกว่า 20,000 บาท	648	3.932	0.731	0.029	1.073	1,373	0.283
20,001 บาทขึ้นไป	727	3.894	0.559	0.021			
9. รายได้รวมทั้งครอบครัว							
ต่ำกว่า 40,000 บาท	582	4.023	0.722	0.030	5.548	1,373	0.000
40,001 บาทขึ้นไป	793	3.830	0.570	0.203			

นัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < 0.05

จากตาราง 4 การเปรียบเทียบเบื้องต้นของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีลักษณะชีวสังคมที่แตกต่างกัน พบว่า สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีอายุ ตำแหน่งบริหาร ระยะเวลาที่อยู่อาศัยกับสามี จำนวนสมาชิกในครอบครัว จำนวนบุตร และรายได้รวมทั้งครอบครัวที่แตกต่างกัน จะมีภาวะวิกฤตชีวิตที่แตกต่างกันด้วยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 แสดงว่า หากสตรีไทยสมรสวัยกลางคน มีอายุน้อยกว่า มีตำแหน่งบริหาร ระยะเวลาที่อยู่อาศัยกับสามีน้อยกว่า จำนวนสมาชิกในครอบครัวมากกว่า จำนวนบุตรมากกว่า และรายได้รวมทั้งครอบครัวน้อยกว่า จะมีภาวะวิกฤตชีวิตได้มากกว่าสตรีที่มีลักษณะชีวสังคมตรงกันข้ามจากข้างต้น ส่วนสตรีที่มีประสบการณ์การทำงาน ระดับการศึกษา และรายได้เฉพาะของตนเองที่แตกต่างกัน จะมีภาวะวิกฤตชีวิตที่แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ย($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) และค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (Coefficient of variance: CV) ของตัวแปรสังเกตได้ของกลุ่มรวม (N = 1,375 คน)

ตัวแปรสังเกตได้	($\overline{X}$)	SD	Skewness	Kurtosis	CV%
ตัวแปรแฝงภายใน – ภาวะวิกฤตชีวิต (CRISIS)					
1. ความเครียด (STRESS)	3.623	0.966	-0.144	-0.982	26.666
2. การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ (COPIN)	3.947	0.648	0.300	-0.506	16.418
3. การปรับตัว (ADAP)	4.215	0.896	-0.774	-0.234	21.257
ตัวแปรแฝงภายใน – ผลกระทบจากภาวะวิกฤต (IMPAC)					
1. การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง(SELP)	3.193	0.720	-0.158	-0.889	22.549
2. ผลกระทบต่อการทำงาน (WIMP)	3.465	0.762	-0.111	-0.554	21.991
3. ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว (VILU)	2.689	0.824	0.878	1.002	30.643
ตัวแปรแฝงภายนอก - ปัจจัยด้านบุคคล (PERS)					
1. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS)	3.437	0.921	0.035	-0.832	26.797
2. ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP)	3.378	0.899	0.093	-0.768	26.613
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านครอบครัว (FAMIL)					
1. ภาระต่อครอบครัว (FTASK)	3.698	0.965	-0.148	-0.821	26.095
2. สัมพันธภาพกับคู่สมรส (FREL)	4.158	0.711	0.077	-0.992	17.099
3. การสนับสนุนจากครอบครัว (FSUPP)	4.309	0.794	-0.470	-0.718	18.427
4. ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว (FBUDH)	4.302	0.819	-0.683	-0.351	19.038
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านการทำงาน (WORK)					
1. ภาระงาน (WTASK)	3.727	0.942	-0.005	-1.016	25.275
2. ความก้าวหน้าในงาน (WPRO)	3.714	1.109	-0.198	-1.159	29.860
3. ความคลุมเครือในงาน (WCONF)	3.647	0.838	-0.067	-0.519	22.978
4. การสนับสนุนจากจากเพื่อนร่วมงาน และผู้บังคับบัญชา (WSUPP)	4.146	0.823	-0.570	-0.199	19.850
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านสังคมเมือง (SOCIAL)					
1. สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (RELA)	3.342	1.221	-0.086	-1.233	36.535
2. สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (ENVI)	3.075	0.798	0.343	-0.279	25.951

ตัวแปรสังเกตได้ มีคะแนนอยู่ในช่วง 1 – 6

จากตาราง 5 เมื่อพิจารณาถึงการกระจายของข้อมูลตัวแปรสังเกตได้ในภาพรวมของกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งหมด จำนวน 1,375 คน พบว่า ตัวแปรสังเกตได้ทั้ง 18 ตัว มีค่าเฉลี่ย($\overline{X}$) อยู่ในระดับปานกลางถึงค่อนข้างสูงคือ เท่ากับ 2.689 – 4.309 ซึ่งค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่มีค่าสูงสุด คือ การสนับสนุนจากครอบครัว และค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่มีค่าต่ำสุด คือ ความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว และเมื่อพิจารณาส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) พบว่ามีการกระจายของข้อมูลเป็นแบบโค้งปกติ คือ อยู่ในช่วง 0.648 – 0.966 ซึ่งมีค่าไม่เกิน 1 แต่มี 2 ตัวแปรที่ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกิน 1 เล็กน้อย ซึ่งข้อมูลมีการกระจายกันมาก คือ ความก้าวหน้าในงานและ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ซึ่งมีค่าเท่ากับ 1.109 และ 1.221 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาลักษณะการกระจายของตัวแปรสังเกตได้ทั้งหมด จากค่าความเบ้ (Skewness) และค่าความโด่งของข้อมูล (Kurtosis) พบว่า ค่าความเบ้ของตัวแปรติดลบ แสดงว่าตัวแปรมีการแจกแจงแบบเบ้ไปทางซ้าย และตัวแปรที่มีความเบ้ไปทางซ้ายสูงสุด คือ การปรับตัว มีค่าความเบ้เท่ากับ -0.774 ส่วนตัวแปรอื่นๆมีค่าเข้าใกล้ 0 แสดงว่า ตัวแปรมีการแจกแจงแบบเบ้ไปทางซ้ายเล็กน้อย ส่วนตัวแปรที่มีค่าบวก แสดงว่า ตัวแปรมีการแจกแจงแบบเบ้ไปทางขวา และตัวแปรที่มีความเบ้ไปทางขวาสูงสุด คือ ความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว มีค่าความเบ้เท่ากับ 0.878 ส่วนค่าความโด่งของตัวแปรที่มีค่าความโด่งไม่สูง ส่วนใหญ่มีค่าไม่เกิน 1 โดยตัวแปรที่มีความโด่งสูงสุด คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน มีค่าความโด่งเท่ากับ -1.233 ตัวแปรที่มีค่าความโด่งต่ำสุด คือ สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย มีค่าความโด่งเท่ากับ -0.279

เมื่อเปรียบเทียบการกระจายของตัวแปรสังเกตได้ จากค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (CV%) พบว่า ตัวแปรสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน มีค่าสูงสุดเท่ากับ 36.535 และการเผชิญปัญหามีค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผันต่ำสุด เท่ากับ 16.418

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าความเบ้ (Skewness)ค่าความโด่ง (Kurtosis) และค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (Coefficient of variance: CV) ของตัวแปรสังเกตได้ของกลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ (N = 367 คน)

ตัวแปรสังเกตได้	($\overline{X}$)	SD	Skewness	Kurtosis	CV%
ตัวแปรแฝงภายใน – ภาวะวิกฤตชีวิต (CRISIS)					
1. ความเครียด (STRESS)	4.403	0.738	-1.510	2.027	16.761
2. การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ (COPIN)	3.928	0.581	-0.140	-0.894	14.791
3. การปรับตัว (ADAP)	4.754	0.648	-2.309	6.199	13.631
ตัวแปรแฝงภายใน – ผลกระทบจากภาวะวิกฤต (IMPAC)					
1. การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง(SELP)	3.399	0.877	-0.427	-1.396	25.802
2. ผลกระทบต่อการทำงาน (WIMP)	4.145	0.639	-0.890	0.727	15.416
3. ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว (VILU)	3.131	0.853	0.386	0.273	27.244
ตัวแปรแฝงภายนอก - ปัจจัยด้านบุคคล (PERS)					
1. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS)	4.256	0.699	-1.063	1.113	16.424
2. ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP)	4.014	0.710	-0.662	0.941	17.688
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านครอบครัว (FAMIL)					
1. ภาระต่อครอบครัว (FTASK)	4.546	0.769	-1.634	2.142	16.916
2. สัมพันธภาพกับคู่สมรส (FREL)	4.280	0.659	-0.167	-0.964	15.397
3. การสนับสนุนจากครอบครัว (FSUPP)	4.635	0.617	-1.319	3.105	13.312
4. ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว (FBUDH)	4.591	0.648	-1.696	4.696	14.115
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านการทำงาน (WORK)					
1. ภาระงาน (WTASK)	4.691	0.707	-2.205	4.651	15.071
2. ความก้าวหน้าในงาน (WPRO)	2.948	1.237	0.827	-0.946	41.961
3. ความคลุมเครือในงาน (WCONF)	4.238	0.823	-0.734	-0.334	19.420
4. การสนับสนุนจากจากเพื่อนร่วมงาน และผู้บังคับบัญชา (WSUPP)	4.347	0.662	-1.854	4.611	15.229
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านสังคมเมือง (SOCIAL)					
1. สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (RELA)	2.156	0.952	1.478	1.375	44.156
2. สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (ENVI)	3.064	0.743	0.201	1.071	24.249

ตัวแปรสังเกตได้ มีคะแนนอยู่ในช่วง 1 – 6

จากตาราง 6 เมื่อพิจารณาถึงการกระจายของข้อมูลตัวแปรสังเกตได้ในกลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ จำนวน 367 คน พบว่า ตัวแปรสังเกตได้ทั้ง 18 ตัว มีค่าเฉลี่ย($\overline{X}$) อยู่ในระดับค่อนข้างสูง คือเท่ากับ 2.948 – 4.754 ซึ่งค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่มีค่าสูงสุด คือ การปรับตัว และค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่มีค่าต่ำสุด คือ ความก้าวหน้าในงาน และเมื่อพิจารณาส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) พบว่า มีการกระจายของข้อมูลเป็นแบบโค้งปกติ คือ อยู่ในช่วง 0.581 – 0.952 ซึ่งมีค่าไม่เกิน 1 และมีตัวแปร ความก้าวหน้าในงาน ที่มีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเกิน 1 เล็กน้อย คือเท่ากับ 1.237 ซึ่งข้อมูลมีการกระจายกันมากกว่าตัวแปรอื่นๆ

เมื่อพิจารณาลักษณะการกระจายของตัวแปรสังเกตได้ทั้งหมด จากค่าความเบ้ (Skewness) และค่าความโด่งของข้อมูล (Kurtosis) พบว่า ค่าความเบ้ของตัวแปรส่วนใหญ่ติดลบ แสดงว่า ตัวแปรส่วนใหญ่มีการแจกแจงแบบเบ้ไปทางซ้าย และตัวแปรที่มีความเบ้ไปทางซ้ายสูงสุด คือ การปรับตัว มีค่าความเบ้เท่ากับ -2.309 ส่วนตัวแปรที่มีค่าความเบ้เป็นบวก แสดงว่าตัวแปรมีการแจกแจงแบบเบ้ไปทางขวา และตัวแปรที่มีความเบ้ไปทางขวาสูงสุด คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน มีค่าความเบ้เท่ากับ 1.478 ส่วนตัวแปรที่มีค่าความเบ้ต่ำสุดซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0 คือ การเผชิญปัญหา มีค่าความเบ้เท่ากับ -0.140 และเมื่อพิจารณาค่าความโด่งของตัวแปร พบว่า การปรับตัวเป็นตัวแปรที่มีค่าความโด่งสูงสุด เท่ากับ 6.199 และตัวแปรที่มีค่าความโด่งต่ำสุด คือ ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว มีค่าความโด่งเท่ากับ 0.273

เมื่อเปรียบเทียบการกระจายของตัวแปรสังเกตได้ จากค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (CV%) พบว่า ตัวแปรสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน มีค่าสูงสุดเท่ากับ 44.156 และการสนับสนุนจากครอบครัว มีค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผันต่ำสุด เท่ากับ 13.312

ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) และค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (Coefficient of variance: CV) ของตัวแปรสังเกตได้ของกลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ (N = 534 คน)

ตัวแปรสังเกตได้	($\overline{X}$)	SD	Skewness	Kurtosis	CV%
ตัวแปรแฝงภายใน – ภาวะวิกฤตชีวิต (CRISIS)					
1. ความเครียด (STRESS)	3.336	0.811	-0.198	0.063	24.311
2. การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ (COPIN)	3.821	0.641	0.848	0.408	16.776
3. การปรับตัว (ADAP)	3.836	0.766	0.245	-0.349	19.969
ตัวแปรแฝงภายใน – ผลกระทบจากภาวะวิกฤต (IMPAC)					
1. การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง(SELP)	3.185	0.616	-0.730	0.716	19.341
2. ผลกระทบต่อการทำงาน (WIMP)	3.311	0.566	-0.475	0.441	17.095
3. ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว (VILU)	2.636	0.700	0.414	1.884	26.555
ตัวแปรแฝงภายนอก - ปัจจัยด้านบุคคล (PERS)					
1. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS)	3.253	0.666	0.151	1.256	20.473
2. ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP)	3.254	0.731	0.116	0.695	22.465
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านครอบครัว (FAMIL)					
1. ภาระต่อครอบครัว (FTASK)	3.387	0.795	-2.17	0.172	23.472
2. สัมพันธภาพกับคู่สมรส (FREL)	3.915	0.714	0.628	0.092	18.238
3. การสนับสนุนจากครอบครัว (FSUPP)	3.835	0.801	0.560	-0.262	20.887
4. ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว (FBUDH)	3.829	0.811	0.221	-0.416	21.180
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านการทำงาน (WORK)					
1. ภาระงาน (WTASK)	3.416	0.678	0.032	0.168	19.848
2. ความก้าวหน้าในงาน (WPRO)	3.726	0.768	0.452	-0.015	20.612
3. ความคลุมเครือในงาน (WCONF)	3.392	0.687	-0.106	-0.221	20.254
4. การสนับสนุนจากจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา (WSUPP)	3.794	0.770	0.530	-0.175	20.295
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านสังคมเมือง (SOCIAL)					
1. สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (RELA)	3.672	0.843	0.049	-0.157	22.958
2. สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (ENVI)	3.346	0.752	-0.038	-0.264	22.475

ตัวแปรสังเกตได้ มีคะแนนอยู่ในช่วง 1 – 6

จากตาราง 7 เมื่อพิจารณาถึงการกระจายของข้อมูลตัวแปรสังเกตได้ในกลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ จำนวน 534 คน พบว่า ตัวแปรสังเกตได้ทั้ง 18 ตัว มีค่าเฉลี่ย($\overline{X}$) อยู่ในระดับค่อนข้างสูง คือเท่ากับ 2.636 – 3.915 ซึ่งค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่มีค่าสูงสุด คือ สัมพันธภาพกับคู่สมรส และค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่มีค่าต่ำสุด คือ ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว และเมื่อพิจารณาส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) พบว่ามีการกระจายของข้อมูลเป็นแบบโค้งปกติ คือ อยู่ในช่วง 0.566 – 0.843 ซึ่งมีค่าไม่เกิน 1 และตัวแปรที่มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานสูงสุด คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน และตัวแปรที่มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานต่ำสุด คือ ผลกระทบต่อการทำงาน

เมื่อพิจารณาลักษณะการกระจายของตัวแปรสังเกตได้ทั้งหมด จากค่าความเบ้ (Skewness) และค่าความโด่งของข้อมูล (Kurtosis) พบว่า ค่าความเบ้ของตัวแปรมีทั้งเบ้ไปทางขวาและเบ้ไปทางซ้าย ซึ่งตัวแปรที่มีความเบ้ไปทางขวาสูงสุด คือ การเผชิญปัญหา มีค่าความเบ้เท่ากับ 0.848 และตัวแปรที่มีค่าความเบ้ต่ำสุดซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0 คือ ภาระงาน มีค่าความเบ้เท่ากับ 0.032 และเมื่อพิจารณาค่าความโด่งของตัวแปร พบว่า ความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว เป็นตัวแปรที่มีค่าความโด่งสูงสุด เท่ากับ 1.884 และตัวแปรที่มีค่าความโด่งต่ำสุด คือ ความก้าวหน้าในงาน มีค่าความโด่งเท่ากับ -0.015

เมื่อเปรียบเทียบการกระจายของตัวแปรสังเกตได้ จากค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (CV%) พบว่า ตัวแปรความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว มีค่าสูงสุดเท่ากับ 26.555 และการเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ มีค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผันต่ำสุด เท่ากับ 16.776

ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ย ($\overline{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าความเบ้ (Skewness) ค่าความโด่ง (Kurtosis) และค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (Coefficient of variance: CV) ของตัวแปรสังเกตได้ของกลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน (N = 474 คน)

ตัวแปรสังเกตได้	($\overline{X}$)	SD	Skewness	Kurtosis	CV%
ตัวแปรแฝงภายใน – ภาวะวิกฤตชีวิต (CRISIS)					
1. ความเครียด (STRESS)	3.342	0.951	0.355	-1.158	28.456
2. การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ (COPIN)	4.106	0.672	-0.058	-0.695	16.366
3. การปรับตัว (ADAP)	4.224	0.979	-1.195	0.236	23.177
ตัวแปรแฝงภายใน – ผลกระทบจากภาวะวิกฤต (IMPAC)					
1. การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง(SELP)	3.043	0.653	0.267	-1.232	21.459
2. ผลกระทบต่อการทำงาน (WIMP)	3.112	0.708	-0.028	-1.192	22.751
3. ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว (VILU)	2.407	0.790	1.850	3.334	32.821
ตัวแปรแฝงภายนอก - ปัจจัยด้านบุคคล (PERS)					
1. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS)	3.010	0.918	0.509	-0.847	30.498
2. ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP)	3.026	0.950	0.713	-0.756	31.395
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านครอบครัว (FAMIL)					
1. ภาระต่อครอบครัว (FTASK)	3.390	0.879	0.160	-0.713	25.929
2. สัมพันธภาพกับคู่สมรส (FREL)	4.336	0.669	-0.253	-1.556	15.430
3. การสนับสนุนจากครอบครัว (FSUPP)	4.591	0.631	-1.171	0.317	13.744
4. ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว (FBUDH)	4.611	0.686	-1.437	1.116	14.877
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านการทำงาน (WORK)					
1. ภาระงาน (WTASK)	3.320	0.827	0.276	-0.670	24.910
2. ความก้าวหน้าในงาน (WPRO)	4.294	0.964	-1.100	0.190	22.450
3. ความคลุมเครือในงาน (WCONF)	3.477	0.781	0.228	-0.211	22.462
4. การสนับสนุนจากจากเพื่อนร่วมงาน และผู้บังคับบัญชา (WSUPP)	4.386	0.856	-1.250	0.968	19.517
ตัวแปรแฝงภายนอก – ปัจจัยด้านสังคมเมือง (SOCIAL)					
1. สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (RELA)	3.888	1.146	-0.554	-1.243	29.475
2. สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (ENVI)	2.777	0.785	1.058	0.401	28.268

ตัวแปรสังเกตได้ มีคะแนนอยู่ในช่วง 1 – 6

จากตาราง 8 เมื่อพิจารณาถึงการกระจายของข้อมูลตัวแปรสังเกตได้ในกลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน จำนวน 474 คน พบว่า ตัวแปรสังเกตได้ทั้ง 18 ตัว มีค่าเฉลี่ย($\overline{X}$) อยู่ในระดับค่อนข้างสูง คือเท่ากับ 2.407 – 4.611 ซึ่งค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่มีค่าสูงสุด คือ ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว และค่าเฉลี่ยของตัวแปรที่มีค่าต่ำสุด คือ ความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว และเมื่อพิจารณาส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) พบว่ามีการกระจายของข้อมูลเป็นแบบโค้งปกติ คือ อยู่ในช่วง 0.653 – 1.146 ซึ่งตัวแปรที่มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานสูงสุด คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน และตัวแปรที่มีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานต่ำสุด คือ การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง

เมื่อพิจารณาลักษณะการกระจายของตัวแปรสังเกตได้ทั้งหมด จากค่าความเบ้ (Skewness) และค่าความโด่งของข้อมูล (Kurtosis) พบว่า ค่าความเบ้ของตัวแปรมีทั้งเบ้ไปทางขวาและเบ้ไปทางซ้าย ซึ่งตัวแปรที่มีความเบ้สูงสุดนั้นเบ้ไปทางขวา คือ ความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว มีค่าความเบ้เท่ากับ 1.850 และตัวแปรที่มีค่าความเบ้ต่ำสุดนั้นเบ้ไปทางซ้าย คือ ผลกระทบต่อการทำงาน มีค่าความเบ้เท่ากับ -0.028 ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0 และเมื่อพิจารณาค่าความโด่งของตัวแปร พบว่า ความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว เป็นตัวแปรที่มีค่าความโด่งสูงสุด เท่ากับ 3.334 และตัวแปรที่มีค่าความโด่งต่ำสุด คือ ความก้าวหน้าในงาน มีค่าความโด่งเท่ากับ 0.190

เมื่อเปรียบเทียบการกระจายของตัวแปรสังเกตได้ จากค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผัน (CV%) พบว่า ตัวแปรความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว มีค่าสูงสุดเท่ากับ 32.821 และการสนับสนุนจากครอบครัวมีค่าสัมประสิทธิ์ของความแปรผันต่ำสุด เท่ากับ 13.744

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรสังเกตได้ที่วัดตัวแปรแฝงด้านภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสตามการรับรู้ ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง ระหว่างกลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ กลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ และกลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน

การวิเคราะห์ครั้งนี้ เป็นการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรสังเกตได้ ที่วัดตัวแปรแฝง 6 ตัว ใช้ในการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One way ANOVA) เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ กลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ และ กลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน ได้ผลดังแสดงในตาราง 9

ตาราง 9 แสดงการเปรียบเทียบตัวแปรสังเกตได้ที่วัดตัวแปรด้านภาวะวิกฤตชีวิต ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง ระหว่างสามกลุ่ม

แหล่งความแปรปรวน	df	Sum of Square	Mean Square	F – ratio	Sig	คู่กลุ่มที่มีนัยสำคัญ
1. ภาวะวิกฤตชีวิต						
ระหว่างกลุ่ม	2	137.949	68.974	217.651	0.000	ราชการ–รัฐวิสาหกิจ
ภายในกลุ่ม	1,372	434.792	0.317			ราชการ–เอกชน
รวม	1,374	572.741				รัฐวิสาหกิจ–เอกชน
2. ผลกระทบจากภาวะวิกฤต						
ระหว่างกลุ่ม	2	103.321	51.661	135.029	0.000	ราชการ–รัฐวิสาหกิจ
ภายในกลุ่ม	1,372	524.913	0.383			ราชการ–เอกชน
รวม	1,374	628.234				รัฐวิสาหกิจ–เอกชน
3. ปัจจัยด้านบุคคล						
ระหว่างกลุ่ม	2	275.889	137.945	256.696	0.000	ราชการ–รัฐวิสาหกิจ
ภายในกลุ่ม	1,372	737.292	0.537			ราชการ–เอกชน
รวม	1,374	1013.181				รัฐวิสาหกิจ–เอกชน
4. ปัจจัยด้านครอบครัว						
ระหว่างกลุ่ม	2	132.890	66.445	242.047	0.000	ราชการ–รัฐวิสาหกิจ
ภายในกลุ่ม	1,372	376.632	0.275			ราชการ–เอกชน
รวม	1,374	509.523				รัฐวิสาหกิจ–เอกชน
5. ปัจจัยด้านการทำงาน						
ระหว่างกลุ่ม	2	61.531	30.767	89.396	0.000	ราชการ–รัฐวิสาหกิจ
ภายในกลุ่ม	1,372	472.219	0.344			ราชการ–เอกชน
รวม	1,374	533.757				รัฐวิสาหกิจ–เอกชน
6. ปัจจัยด้านสังคมเมือง						
ระหว่างกลุ่ม	2	204.286	102.143	211.898	0.000	ราชการ–รัฐวิสาหกิจ
ภายในกลุ่ม	1,372	661.359	0.482			ราชการ–เอกชน
รวม	1,374	865.642				รัฐวิสาหกิจ–เอกชน

นัยสำคัญทางสถิติที่ p-value $<$ 0.05

จากตาราง 9 เมื่อพิจารณาค่าสถิติ F-Ratio พบว่า ค่าเฉลี่ยของตัวแปรสังเกตได้ที่วัดตัวแปรแฝงด้านภาวะวิกฤตชีวิต ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง ระหว่างกลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ กลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ และ กลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ $p < 0.05$ เมื่อทำการวิเคราะห์เปรียบเทียบภายหลังเพื่อหาความแตกต่างเป็นรายคู่ ด้วยวิธี Scheffe' พบว่า ค่าเฉลี่ยของตัวแปรสังเกตได้ที่วัดตัวแปรแฝงระหว่างคู่ มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทั้ง 3 คู่ คือ ระหว่างคู่กลุ่ม 1 กับกลุ่ม 2 ระหว่างคู่กลุ่ม 1 กับกลุ่ม 3 และระหว่างคู่กลุ่ม 2 กับกลุ่ม 3 เมื่อผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่า ข้อมูลเบื้องต้นของข้อมูลทั้ง 3 กลุ่มทุกคู่มีความแตกต่างกัน จึงเป็นกลุ่มที่เหมาะสมที่สามารถนำมาทำการวิเคราะห์ความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชนต่อไป

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัว ที่ใช้ในการศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานในภาคราชการ รัฐวิสาหกิจ เอกชนและกลุ่มรวม และผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัว จำนวน 152 คู่ โดยมีค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ ในรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม กลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ กลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ และกลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน ซึ่งได้นำเสนอไว้ในตารางเมทริกซ์ สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ดังแสดงไว้ในตาราง 10 ตาราง 11 ตาราง 12 และตาราง 13 ตามลำดับ และในการนำเสนอตารางเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ทุกคู่ เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐาน ทำให้ทราบขนาดและทิศทางของความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้แต่ละคู่ เมื่อพิจารณาเมทริกซ์สหสัมพันธ์โดยภาพรวม พบว่า คู่ตัวแปรสังเกตได้ส่วนใหญ่ มีความสัมพันธ์กันในขนาดที่ค่อนข้างสูง คือ 0.2 ขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จำนวนมากกว่า 128 คู่ จากทั้งหมด 152 คู่ ดังแสดงรายละเอียดไว้ในตาราง 10 ถึงตาราง13

ตาราง 10 แสดงเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มรวม (N = 1,375 คน)

ตัวแปรสังเกตได้ที่ / ตัวแปรสังเกตได้ที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1. ความเครียด (STRESS)	1.000																	
2. การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ (COPIN)	-0.031	1.000																
3. การปรับตัว (ADAP)	0.335**	0.586**	1.000															
4. การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง (SELP)	0.459**	-.519**	-.197**	1.000														
5. ผลกระทบต่อการทำงาน (WIMP)	0.770**	-.237**	0.174**	0.632**	1.000													
6. ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว (VILU)	0.582**	-.246**	0.097**	0.617**	0.685**	1.000												
7. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS)	0.756**	-.115**	0.328**	0.449**	0.755**	0.610**	1.000											
8. ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP)	0.745**	-.082**	0.297**	0.394**	0.652**	0.487**	0.783**	1.000										
9. ภาระต่อครอบครัว (FTASK)	0.760**	-.005**	0.428**	0.346**	0.657**	0.520**	0.740**	0.719**	1.000									
10. ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว (FBUDH)	0.227**	-.555**	0.632**	-.214**	0.057*	-0.029	0.055*	0.519**	0.260**	1.000								
11. สัมพันธภาพกับคู่สมรส (FREL)	-.100**	0.552**	0.486**	-.599**	-.279**	-.417**	-.218**	-.168**	-.073**	0.530**	1.000							
12. การสนับสนุนจากครอบครัว (FSUPP)	0.133**	0.495**	0.594**	-.309**	-0.022	-.138**	0.028	0.054*	0.156**	0.802**	0.659**	1.000						
13. ภาระงาน (WTASK)	0.751**	0.103**	0.530**	-.268**	0.708**	0.492**	0.778**	0.710**	0.757**	0.361**	0.029	0.279**	1.000					
14. ความก้าวหน้าในงาน (WPRO)	-.194**	0.498**	0.293**	-.244**	-.397**	-.234**	-.233**	-0.051	-.163**	0.362**	0.277**	0.292**	-.106**	1.000				
15. ความคลุมเครือในงาน (WCONF)	0.704**	0.158**	0.517**	0.151**	0.564**	0.502**	0.683**	0.609**	0.696**	0.342**	0.061*	0.232**	0.723**	-0.063*	1.000			
16. การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงาน (WSUPP)	0.211**	0.511**	0.674**	-.161**	0.077**	0.012	0.142**	0.174**	0.240**	0.675**	0.453**	0.640**	0.344**	0.464**	0.329**	1.000		
17. สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (RELA)	-.811**	0.100**	-.368**	-.393**	-.746**	-.526**	-.749**	-.711**	-.748**	-.187**	0.074**	-.106**	-.745**	0.320**	-.689**	-.215**	1.000	
18. สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (ENVI)	-.216**	-.419**	-.464**	0.031	-0.069*	-0.049	-.105**	-.240**	-.210**	-.594**	-.324**	-.502**	-.252**	-.532**	-.234**	-.622**	0.153**	1.000
ค่าเฉลี่ย	3.623	3.948	4.215	3.193	3.465	2.689	3.437	3.378	3.698	4.302	4.158	4.309	3.727	3.714	3.647	4.146	3.342	3.074
ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	0.966	0.648	0.896	0.720	0.762	0.824	0.921	0.899	0.965	0.819	0.711	0.794	0.942	1.103	0.838	0.823	1.221	0.798

* นัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < 0.05 , ** นัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < 0.01

ตาราง 11 แสดงเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มสตรีทำงานภาครัฐ (N = 367 คน)

ตัวแปรสังเกตได้ที่ / ตัวแปรสังเกตได้ที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1. ความเครียด (STRESS)	1.000																	
2. การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ (COPIN)	0.092	1.000																
3. การปรับตัว (ADAP)	0.667**	0.187**	1.000															
4. การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง (SELP)	0.183**	-.489**	0.127*	1.000														
5. ผลกระทบต่อการทำงาน (WIMP)	0.660**	-.318**	0.577**	0.592**	1.000													
6. ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว (VILU)	0.538**	-.185**	0.438**	0.522**	0.656*	1.000												
7. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS)	0.680**	-.153**	0.589**	0.329**	0.674**	0.627**	1.000											
8. ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP)	0.481**	0.111*	0.383**	0.151**	0.299**	0.324**	0.514**	1.000										
9. ภาระต่อครอบครัว (FTASK)	0.737**	0.009	0.611**	0.193**	0.674**	0.472**	0.688**	0.493**	1.000									
10. ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว (FBUDH)	0.536**	0.513**	0.628**	-.138**	0.250**	0.236**	0.366**	0.527**	0.523**	1.000								
11. สัมพันธภาพกับคู่สมรส (FREL)	0.036	0.471**	0.132**	-.642**	-.252**	-.443**	-.210**	-0.018	-0.021	0.289**	1.000							
12. การสนับสนุนจากครอบครัว (FSUPP)	0.390**	0.278**	0.619**	-.261**	0.215**	0.075	0.333**	0.409**	0.423**	0.434**	0.710**	1.000						
13. ภาระงาน (WTASK)	0.780**	0.124*	0.779**	0.099	0.664**	0.455**	0.696**	0.517**	0.819**	0.693**	0.140**	0.614**	1.000					
14. ความก้าวหน้าในงาน (WPRO)	-.236**	0.260**	-.145**	0.170**	-.321**	-0.018	-.197**	0.261**	-.285**	0.167**	-0.127*	0.016	-.174**	1.000				
15. ความคลุมเครือในงาน (WCONF)	0.685**	0.221**	0.592**	-.157**	0.430**	0.529**	0.563**	0.261**	0.595**	0.477**	-0.155*	.393**	0.633**	-.372**	1.000			
16. การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงาน (WSUPP)	0.486**	0.083	0.534**	0.266**	0.462**	0.340**	0.450**	0.399**	0.468**	0.456**	0.021	0.424**	0.559**	0.200**	0.380**	1.000		
17. สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (RELA)	-.810**	0.042	-.674**	-.158**	-.738**	-.457**	-.680**	-.370**	0.809**	-.489**	-0.045	-.425**	-.816**	0.455**	-.686**	-.484**	1.000	
18. สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (ENVI)	-.188**	0.230**	-.247**	-.254**	-.155**	-.253**	-.253**	-.517**	-.201**	-.390**	0.016	-.325**	-.301**	-.593**	-0.016	-.468**	0.103*	1.000
ค่าเฉลี่ย	4.403	3.928	4.754	3.399	4.145	3.131	4.256	4.014	4.546	4.591	4.280	4.635	4.691	2.948	4.238	4.347	2.156	3.064
ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	0.738	0.581	0.648	0.877	0.639	0.853	0.699	0.710	0.769	0.648	0.659	0.617	0.707	1.237	0.823	0.662	0.952	0.743

* นัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < 0.05 , ** นัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < 0.01

ตาราง 12 แสดงเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ (N = 534 คน)

ตัวแปรสังเกตได้ที่ / ตัวแปรสังเกตได้ที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1. ความเครียด (STRESS)	1.000																	
2. การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ (COPIN)	-.142**	1.000																
3. การปรับตัว (ADAP)	0.092*	0.782**	1.000															
4. การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง (SELP)	0.682**	-.515**	-.332**	1.000														
5. ผลกระทบต่อการทำงาน (WIMP)	0.713**	-.142**	0.004	0.652**	1.000													
6. ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว (VILU)	0.658**	-.324**	-.135**	0.759**	0.674*	1.000												
7. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS)	0.621**	-.128**	0.047	0.567**	0.564**	0.572**	1.000											
8. ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP)	0.704**	-0.102*	0.172**	0.509**	0.548**	0.468**	0.643**	1.000										
9. ภาระต่อครอบครัว (FTASK)	0.698**	-.127**	0.108*	0.517**	0.539**	0.536**	0575**	0.660**	1.000									
10. ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว (FBUDH)	0.146**	0.547**	0.499**	-.522**	-.244**	-.439**	-0.002	0.203**	0.170**	1.000								
11. สัมพันธภาพกับคู่สมรส (FREL)	-.203**	0.610**	0.648**	-.410**	-.155**	-.280**	0.284**	-.234**	-.253**	0.519**	1.000							
12. การสนับสนุนจากครอบครัว (FSUPP)	-0.033	0.647**	0.759**	-.267**	0.050	-.127**	-0.057	-0.029	-0.061	0.705**	0.699**	1.000						
13. ภาระงาน (WTASK)	0.570**	0.196**	0.371**	0.263**	0.458**	0.310**	0.443**	0.518**	0.452**	0.491**	0.016	0.302**	1.000					
14. ความก้าวหน้าในงาน (WPRO)	0.153**	0.623**	0.704**	-.286**	0.029	-.138**	0.094*	0.208**	0.122**	0.707**	0.465**	0.693**	0.514**	1.000				
15. ความคลุมเครือในงาน (WCONF)	0.644**	0.071	0.274**	0.433**	0.598**	0.474**	0.540**	0.582**	0.556**	0.356**	-0.092*	0.122**	0.582**	0.281**	1.000			
16. การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงาน (WSUPP)	0.093*	0.694**	0.774**	-.330**	0.004	-.149**	0.065	0.158**	0.100*	0.719**	0.487**	0.708**	0.372**	0.786**	0.210**	1.000		
17. สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (RELA)	-.632**	0.089*	-.200**	-.504**	-.515**	-.519**	-.470**	-.549**	-.530**	-.116**	0.148**	0.096*	-.340**	-.136**	-.560**	-.145**	1.000	
18. สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (ENVI)	-.301**	-.452**	-.599**	0.084	-.239**	-0.074	-.194**	-.337**	-.293**	-.622**	-.364**	-.499**	-.423**	-.588**	-.386**	-.603**	0.250**	1.000
ค่าเฉลี่ย	3.336	3.821	3.836	3.185	3.311	2.636	3.253	3.254	3.387	3.829	3.918	3.835	3.416	3.726	3.392	3.794	3.672	3.346
ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	0.811	0.641	0.766	0.616	0.566	0.700	0.666	0.731	0.795	0.811	0.714	0.801	0.678	0.768	0.687	0.770	0.843	0.752

* นัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < 0.05 , ** นัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < 0.01

ตาราง13 แสดงเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มสตรีทำงานเอกชน (N = 474 คน)

ตัวแปรสังเกตได้ที่ / ตัวแปรสังเกตได้ที่	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1. ความเครียด (STRESS)	1.000																	
2. การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ (COPIN)	0.019	1.000																
3. การปรับตัว (ADAP)	0.090*	0.691**	1.000															
4. การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง (SELP)	0.454**	-.581**	-.529**	1.000														
5. ผลกระทบต่อการทำงาน (WIMP)	0.707**	-.308**	-.273**	0.716**	1.000													
6. ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว (VILU)	0.397**	-.192**	-.132**	0.540**	0.591**	1.000												
7. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS)	0.720**	-0.057	0.150**	0.417**	0.695**	0.473**	1.000											
8. ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP)	0.766**	-0.114*	0.146**	0.410**	0.679**	0.404**	0.862**	1.000										
9. ภาระต่อครอบครัว (FTASK)	0.630**	0.133**	0.325**	0.222**	0.424**	0.331**	0.676**	0.719**	1.000									
10. ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว (FBUDH)	-0.038	0.468**	0.426**	-.356**	-.266**	-.214**	-.251**	-.128**	0.019	1.000								
11. สัมพันธภาพกับคู่สมรส (FREL)	-.287**	0.568**	0.597**	-.776**	-.610**	-.521**	-.390**	-.314**	-.147**	0.546**	1.000							
12. การสนับสนุนจากครอบครัว (FSUPP)	-.148**	0.475**	0.400**	-.460**	-.402**	-.354**	-.349**	-.226**	-.103**	0.845**	0.668**	1.000						
13. ภาระงาน (WTASK)	0.662**	0.146**	0.336**	0.260**	0.589**	0.413**	0.819**	0.759**	0.706**	-0.002	-.196**	-.160**	1.000					
14. ความก้าวหน้าในงาน (WPRO)	0.092*	0.690**	0.834**	-.550**	-.266**	-.128**	0.140**	0.139**	0.360**	0.534**	0.618**	0.479**	0.377**	1.000				
15. ความคลุมเครือในงาน (WCONF)	0.595*	0.250**	0.480**	0.047	0.352**	0.319**	0.700**	0.672**	0.687**	0.086	-0.008	-0.041	0.722**	0.543**	1.000			
16. การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงาน (WSUPP)	0.088	0.515**	0.616**	-.392**	-.156**	-0.082	0.020	0.079	0.157**	0.611**	0.529**	0.521**	0.248**	0.685**	0.332**	1.000		
17. สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (RELA)	0.800**	0.130**	-0.062	-.442**	-.638**	-.360**	-.704**	-.798**	-.630**	0.066	0.279**	0.199**	-.659**	-0.076	-.595**	-0.103*	1.000	
18. สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (ENVI)	0.250**	-.421**	-.469**	0.186**	-0.005	0.016	-0.106*	-.192**	-.251**	-.587**	-.364**	-.483**	-.308**	-.530**	-.309**	-.648**	0.276**	1.000
ค่าเฉลี่ย	3.342	4.106	4.224	3.043	3.112	2.407	3.010	3.026	3.390	4.611	4.336	4.591	3.332	4.294	3.477	4.386	3.888	2.777
ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน	0.951	0.672	0.979	0.653	0.708	0.790	0.918	0.950	0.879	0.686	0.669	0.631	0.827	0.964	0.781	0.856	1.146	0.785

* นัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < 0.05 , ** นัยสำคัญทางสถิติที่ p-value < 0.01

จากตาราง 10 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีกลุ่มรวม พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัว มีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 10 คู่ และมีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 4 คู่ มีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จำนวน 138 คู่ จากจำนวนคู่ความสัมพันธ์ทั้งหมด 152 คู่ คิดเป็นร้อยละ 93.42 จำแนกคู่ ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์ทางบวก จำนวน 89 คู่ และมีความสัมพันธ์ทางลบ จำนวน 53 คู่ โดยตัวแปรสังเกตได้ คือ การปรับตัว ความคลุมเครือในงาน และสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านนั้น มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับตัวแปรสังเกตได้ตัวอื่นทุกตัว มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้อยู่ระหว่าง 0.057 – 0.811 และคู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุด คือ ระหว่าง ความเครียด กับสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.811 รองลงมาเป็นความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวกับประสบการณ์สูญเสียในชีวิต ระหว่างบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวกับภาระงาน ระหว่างความเครียดกับผลกระทบต่อการทำงาน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.802, 0.778 และ 0.770 ตามลำดับ ส่วนคู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กันต่ำสุด คือ ผลกระทบต่อการทำงานกับความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.057

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ภายในกลุ่มตัวแปรแฝงเดียวกัน พบว่า ตัวแปรสังเกตได้ภายในตัวแปรแฝง คือ ภาวะวิกฤตชีวิต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.335 – 0.586 ภายในตัวแปรแฝง ผลกระทบจากภาวะวิกฤต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.617 – 0.685 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านบุคคล มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.783 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านครอบครัว มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง -0.073 – 0.802 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านการทำงาน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง -0.106 – 0.723 และภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านสังคมเมือง มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.153

จากตาราง 11 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีทำงานภาครัฐ พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัว มีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 15 คู่ และมีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 6 คู่ มีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จำนวน 131 คู่ จากจำนวนคู่ความสัมพันธ์ทั้งหมด 152 คู่ คิดเป็นร้อยละ 90.13 จำแนกคู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์ทางบวก จำนวน 101 คู่ และมีความสัมพันธ์ทางลบ จำนวน 42 คู่ โดยตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรสังเกตได้ตัวอื่นๆ ครบทุกตัวคือ การปรับตัว ผลกระทบต่อการทำงาน บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว ความผูกพัน ทางศาสนาในครอบครัวและความคลุมเครือในงาน ความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.057 – 0.811 คู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กัน

สูงสุด คือ ภาระต่อครอบครัวกับภาระงาน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.819 รองลงมาเป็น ความเครียดกับสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ภาระต่อครอบครัวกับสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ความเครียดกับภาระงาน และการปรับตัวกับภาระงาน โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.810, 0.809, 0.780 และ 0.779 ตามลำดับ และคู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กันต่ำสุด คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านกับสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.103

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ภายในกลุ่มตัวแปรแฝงเดียวกัน พบว่า ตัวแปรสังเกตได้ภายในตัวแปรแฝง คือ ภาวะวิกฤตชีวิต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.187 – 0.677 ภายในตัวแปรแฝง ผลกระทบจากภาวะวิกฤต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.522 – 0.656 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านบุคคล มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.514 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านครอบครัว มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.289 – 0.710 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านการทำงาน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง -0.174 – 0.633 และภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านสังคมเมือง มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.103

จากตาราง 12 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัว มีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 15 คู่ และมีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 9 คู่ และมีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จำนวน 128 คู่ จากจำนวนคู่ความสัมพันธ์ทั้งหมด 152 คู่ คิดเป็นร้อยละ 90.13 จำนวนคู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์ทางบวก จำนวน 85 คู่ และมีความสัมพันธ์ทางลบ จำนวน 52 คู่ โดยตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรสังเกตได้ตัวอื่นๆครบทุกตัว คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.089 – 0.786 คู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุด คือ ความก้าวหน้าในงานกับการสนับสนุนจากจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชามีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.786 รองลงมาเป็น การเผชิญปัญหากับการปรับตัว การปรับตัวกับการสนับสนุนจากครอบครัว การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเองกับความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว และการปรับตัวกับการสนับสนุนจากจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.782, 0.759, 0.759 และ 0.774 ตามลำดับ และคู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กันต่ำสุด คือ การเผชิญปัญหากับสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.089

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ภายในกลุ่มตัวแปรแฝงเดียวกัน พบว่า ตัวแปรสังเกตได้ภายในตัวแปรแฝง คือ ภาวะวิกฤตชีวิต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.092 – 0.782 ภายในตัวแปรแฝง ผลกระทบจากภาวะวิกฤต มีค่า

สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.652 – 0.759 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านบุคคล มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.643 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านครอบครัว มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.170 – 0.705 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านการทำงาน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.210 – 0.786 และภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านสังคมเมือง มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.250

จากตาราง 13 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีทำงานเอกชน พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัว มีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 18 คู่ และมีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 6 คู่ และมีค่าความแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 จำนวน 128 คู่ จากจำนวนคู่ความสัมพันธ์ทั้งหมด 152 คู่ คิดเป็นร้อยละ 88.16 จำนวนคู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์ทางบวก จำนวน 72 คู่ และมีความสัมพันธ์ทางลบ จำนวน 56 คู่ โดยที่ไม่มีตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นๆครบทุกตัว แต่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นเกือบทุกตัว คือ ความก้าวหน้าในงาน ภาระงาน การสนับสนุนจากครอบครัว สัมพันธภาพกับคู่สมรส ภาระต่อครอบครัว ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต ผลกระทบต่อการทำงาน การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง และการปรับตัว โดยความสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.090 – 0.862 คู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุด คือ บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว กับประสบการณ์สูญเสียในชีวิต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.862 รองลงมาเป็น ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวกับการสนับสนุนจากครอบครัว การปรับตัวกับความก้าวหน้าในงาน บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว กับภาระงาน และความเครียดกับสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน

โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.845, 0.835, 0.819 และ 0.800 ตามลำดับ และคู่ตัวแปรสังเกตได้ที่มีความสัมพันธ์กันต่ำสุด คือ ความเครียดกับความก้าวหน้าในงาน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.092

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ภายในกลุ่มตัวแปรแฝงเดียวกัน พบว่า ตัวแปรสังเกตได้ภายในตัวแปรแฝง คือ ภาวะวิกฤตชีวิต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.090 – 0.691 ภายในตัวแปรแฝง ผลกระทบจากภาวะวิกฤต มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง -0.132 – 0.716 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านบุคคล มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.862 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านครอบครัว มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง -0.103 – 0.845 ภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านการทำงาน มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง 0.248 – 0.722 และภายในตัวแปรแฝงปัจจัยด้านสังคมเมือง มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.276

สำหรับการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ เพื่อศึกษาตัวแปรทั้งหมดในการทำนายภาวะวิกฤตชีวิต ที่ครอบคลุมตัวแปรปัจจัยทั้งด้านชีวสังคมและตัวแปรสังเกตได้ทุกตัวดังแสดงในตาราง

ตาราง 14 แสดงสัมประสิทธิ์ถดถอยและการทดสอบนัยสำคัญของการวิเคราะห์ถดถอยของตัวแปรในการทำนายภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม (N=1,375 คน)

ตัวแปรปัจจัย	สัมประสิทธิ์ถดถอย มาตรฐาน หรือ Beta (B)	t	Sig
อายุ	0.060	1.662	0.097
ประสบการณ์การทำงาน	-0.007	-0.314	0.753
ระยะเวลาที่อยู่กับสามี	-0.041	-1.946	0.052
รายได้รวมทั้งครอบครัว	0.007	0.445	0.657
บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	0.130	4.710	0.000
ประสบการณ์การสูญเสียในชีวิต	-0.005	-0.230	0.818
ภาระต่อครอบครัว	0.138	6.092	0.000
สัมพันธภาพกับคู่สมรส	0.171	9.640	0.000
การสนับสนุนจากครอบครัว	-0.009	-0.383	0.702
ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว	0.146	5.853	0.000
ภาวะงาน	0.155	6.009	0.000
ความก้าวหน้าในงาน	0.131	6.911	0.000
ความคลุมเครือในงาน	0.182	8.767	0.000
การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา	0.123	6.092	0.000
สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน	-0.201	-8.100	0.000
สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย	-0.018	-0.969	0.333

$R^2 = 0.792$, ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ $p < 0.05$

จากตาราง 14 เมื่อทำการวิเคราะห์ถดถอยพหุคุณแบบ Enter โดยใช้ตัวแปรสังเกตได้ทั้งหมดในกลุ่มปัจจัยชีวสังคม ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง รวมทั้งหมด 16 ตัวแปร พบว่า ตัวแปรชีวสังคมที่ประกอบด้วย อายุ ประสบการณ์การทำงาน ระยะเวลาที่อยู่กับสามี และรายได้รวมทั้งครอบครัว มีค่าเบต้าน้อยมากเท่ากับ 0.007-0.041 แสดงว่า ปัจจัยด้านชีวสังคมไม่มีอิทธิพลในการทำนาย ภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสในกลุ่มรวม แต่เมื่อพิจารณาตัวแปรปัจจัยทั้งหมดร่วมกันในการทำนาย ภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสในกลุ่มรวมได้ร้อยละ 79.2 ($R^2 = 0.792$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 โดยมีตัวแปรที่สำคัญในการทำนายคือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน มีค่าเบต้าเท่ากับ -0.201 รองลงมา คือ ความคลุมเครือในงาน และสัมพันธภาพกับคู่สมรส มีค่าเบต้าเท่ากับ 0.182 และ 0.171 ตามลำดับ

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน ในเขต กรุงเทพมหานคร และปริมณฑลและผลกระทบที่เกิดขึ้นตามการรับรู้ของตนเอง

สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน รวมกันทั้งหมด 1,375 คน ซึ่งได้ตอบแบบสอบถามภาวะวิกฤตชีวิตตามการรับรู้ โดยวัดจากความเครียด จำนวน 17 ข้อ การเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์ จำนวน 10 ข้อ และการปรับตัว จำนวน 15 ข้อ รวมทั้งหมด 42 ข้อ และตอบแบบสอบถามการรับรู้ถึงผลกระทบจากภาวะวิกฤต โดยวัดจากการสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง จำนวน 17 ข้อ ผลกระทบต่อการทำงาน จำนวน 12 ข้อ ความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว จำนวน 20 ข้อ รวมทั้งหมด 49 ข้อ (รายละเอียดดังภาคผนวก) เมื่อนำมาวิเคราะห์องค์ประกอบ (Factor analysis) ด้วยโปรแกรม LISREL V.8.72 ดังแสดงรายละเอียดในตาราง

ตาราง 15 แสดงการวิเคราะห์ดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิต และผลกระทบจากภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน รวมกัน

องค์ประกอบของ	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (คน)	น้ำหนักองค์ประกอบ	% การทำนาย (% R^2)
1. วิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน			
ความเครียด (STRESS)	1,375	0.36	13
การเผชิญปัญหามุ่งอารมณ์ (COPIN)	1,375	0.97	95
การปรับตัว (ADAP)	1,375	0.99	99

เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรองค์ประกอบ

ตัวแปร	STRESS	COPIN	ADAP	
STRESS	1.00			
COPIN	0.35**	1.00		
ADAP	0.35**	0.97**	1.00	** P < 0.01

ดัชนีวัดความสอดคล้อง

Chi – Square = 3,221.09, df = 616, p = 0.00, GFI = 0.90, AGFI = 0.86, CFI = 0.98, RMR = 0.14, RMSEA = 0.54

2. ผลกระทบจากภาวะวิกฤต			
การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง (SELF)	1,375	0.89	79
ผลกระทบต่อการทำงาน (IMW)	1,375	0.86	75
ด้านความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว (VIL)	1,375	0.90	81

เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรองค์ประกอบ

ตัวแปร	SELF	IMW	VIL	
SELF	1.00			
IMW	0.77**	1.00		
VIL	0.80**	0.78**	1.00	** P < 0.01

ดัชนีวัดความสอดคล้อง

Chi–Square = 9,875.53, df = 991, p = 0.00, GFI = 0.77, AGFI = 0.72, CFI = 0.97, RMR = 0.15, RMSEA = 0.081

จากตาราง 15 แสดงการวิเคราะห์ดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิต และผลกระทบจากภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน รวมกัน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง 1,375 คน พบว่า ภาวะวิกฤตชีวิตตามการรับรู้ของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน สามารถวัดได้จาก ความเครียด การเผชิญปัญหามุ่งอารมณ์ และการปรับตัว โดยมีองค์ประกอบด้าน การปรับตัวมีเปอร์เซ็นต์การทำนายความแปรปรวนของภาวะวิกฤตชีวิตได้สูงสุด เท่ากับร้อยละ 99 รองลงมาคือ การเผชิญปัญหามุ่งอารมณ์ และความเครียด มีเปอร์เซ็นต์การทำนายความแปรปรวนของภาวะวิกฤตชีวิตได้ เท่ากับร้อยละ 95 และ 13 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาตามความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรองค์ประกอบ พบว่าการเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์ กับการปรับตัวมีความสัมพันธ์กันสูงสุดที่ r เท่ากับ 0.97 รองลงมาคือ ความเครียดกับการเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์ และความเครียดกับการปรับตัวที่ r เท่ากับ 0.35 และ 0.35 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาความสอดคล้องของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่า มีความสอดคล้องกันในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาจากค่าดัชนีความกลมกลืน ด้วยค่า GFI, AGFI และ CFI ที่มีค่าเข้าใกล้ 1.00 และค่า RMSEA ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0 แสดงว่า ภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน สามารถวัดได้จากองค์ประกอบด้านความเครียด การเผชิญปัญหามุ่งอารมณ์ และการปรับตัว

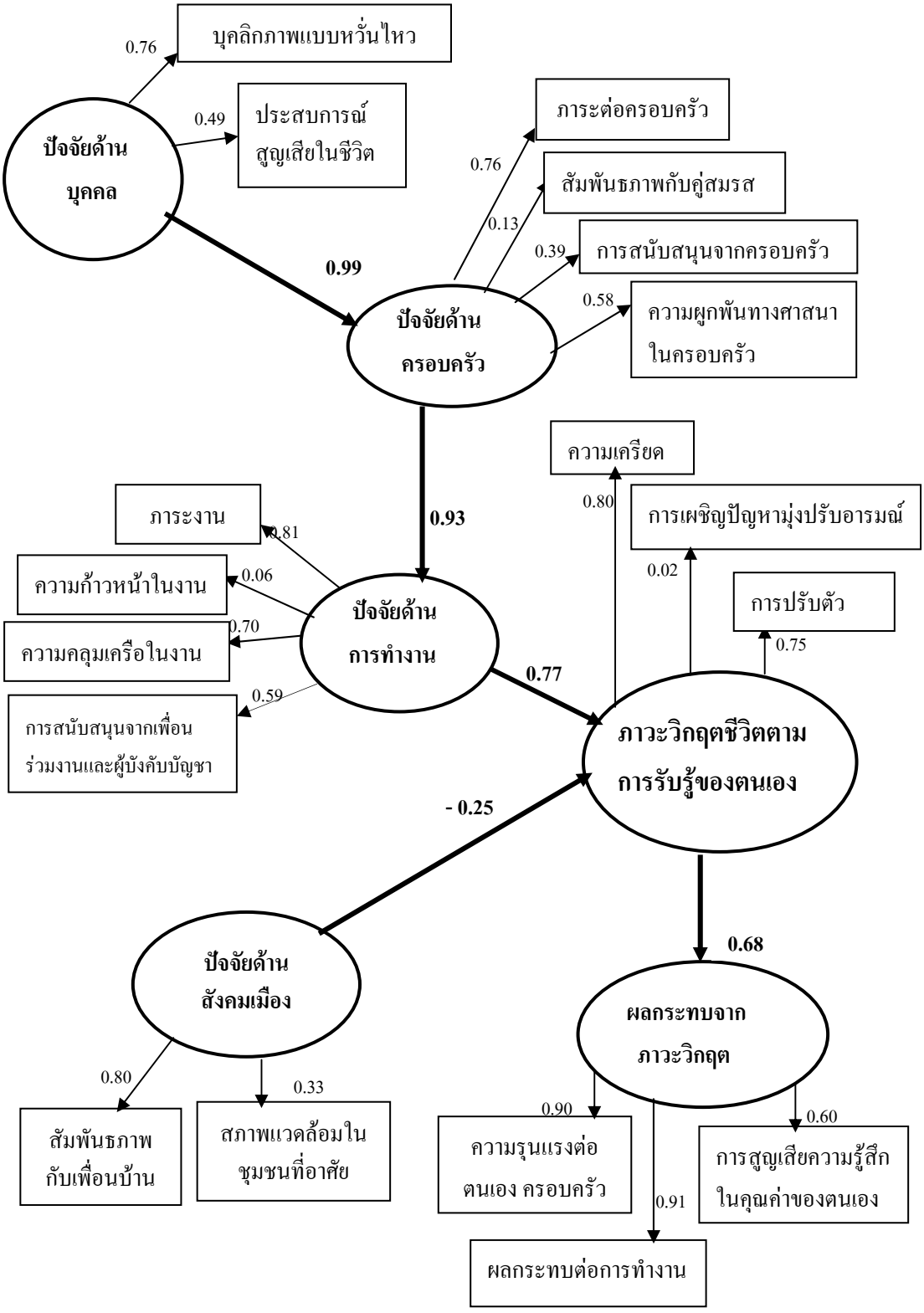
จากผลการวิเคราะห์องค์ประกอบของผลกระทบจากภาวะวิกฤต พบว่า องค์ประกอบด้านความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว มีเปอร์เซ็นต์การทำนายความแปรปรวนของภาวะวิกฤตชีวิตได้สูงสุด เท่ากับร้อยละ 81 รองลงมาคือ การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง และผลกระทบต่อการทำงาน มีเปอร์เซ็นต์การทำนายความแปรปรวนของภาวะวิกฤตชีวิตได้ เท่ากับร้อยละ 79 และ 75 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรองค์ประกอบ ของผลกระทบจากภาวะวิกฤต พบว่า การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง กับความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัวมีความสัมพันธ์กันสูงสุดที่ r เท่ากับ 0.80 รองลงมาคือ ผลกระทบต่อการทำงานกับความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว และการสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเองกับผลกระทบต่อการทำงานที่ r เท่ากับ 0.78 และ 0.77 ตามลำดับ

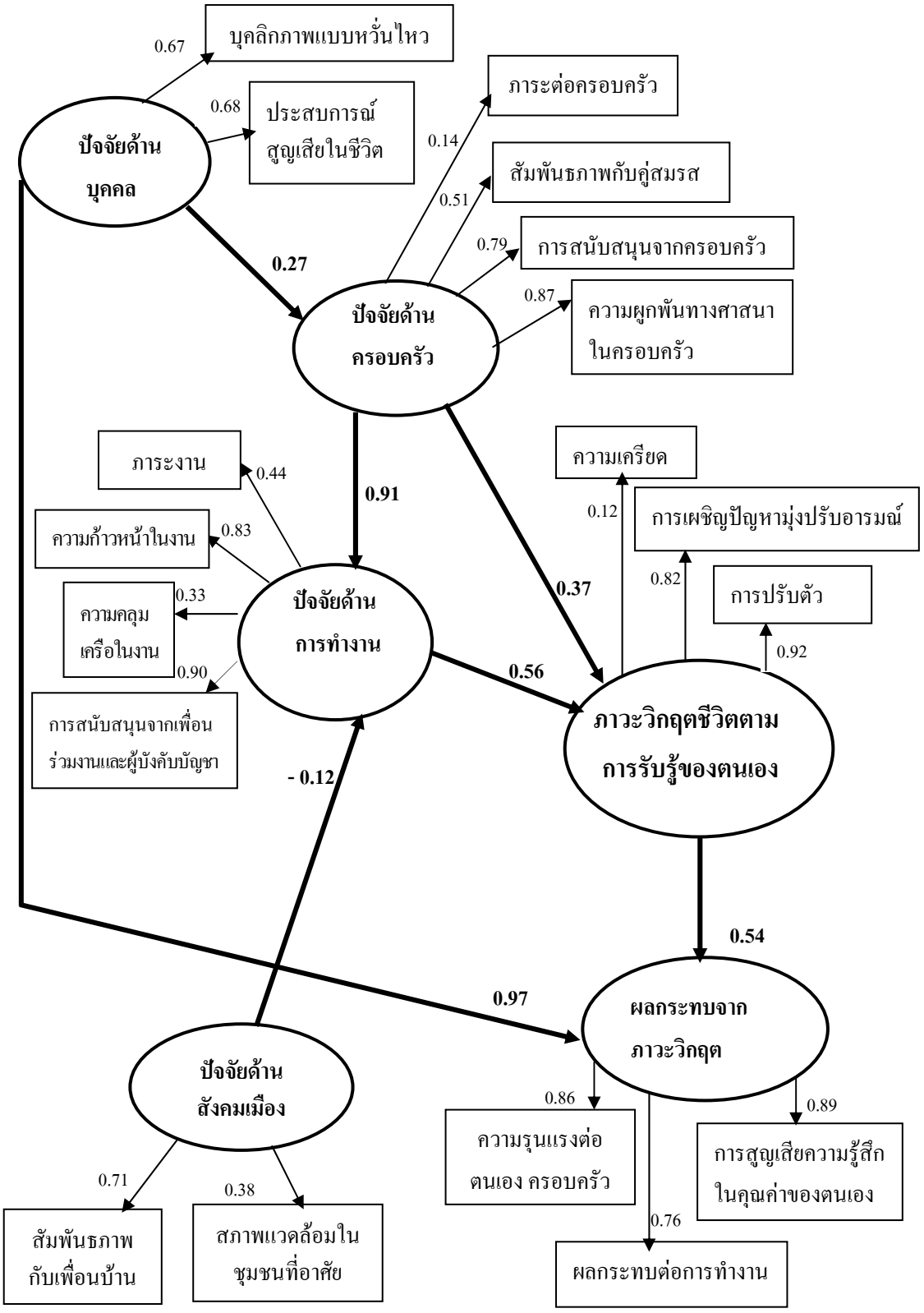
เมื่อพิจารณาความสอดคล้องของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ พบว่า มีความสอดคล้องกันในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาจากค่าดัชนีความกลมกลืน ด้วยค่า GFI, AGFI และ CFI ที่มีค่าเข้าใกล้ 1.00 และค่า RMSEA ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0 แสดงว่า ผลกระทบจากภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน สามารถวัดได้จากองค์ประกอบด้านการสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง ผลกระทบต่อการทำงานและความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิตตามรูปแบบสมมติฐานกับข้อมูลความคิดเห็นของกลุ่มรวม และกลุ่มแยก

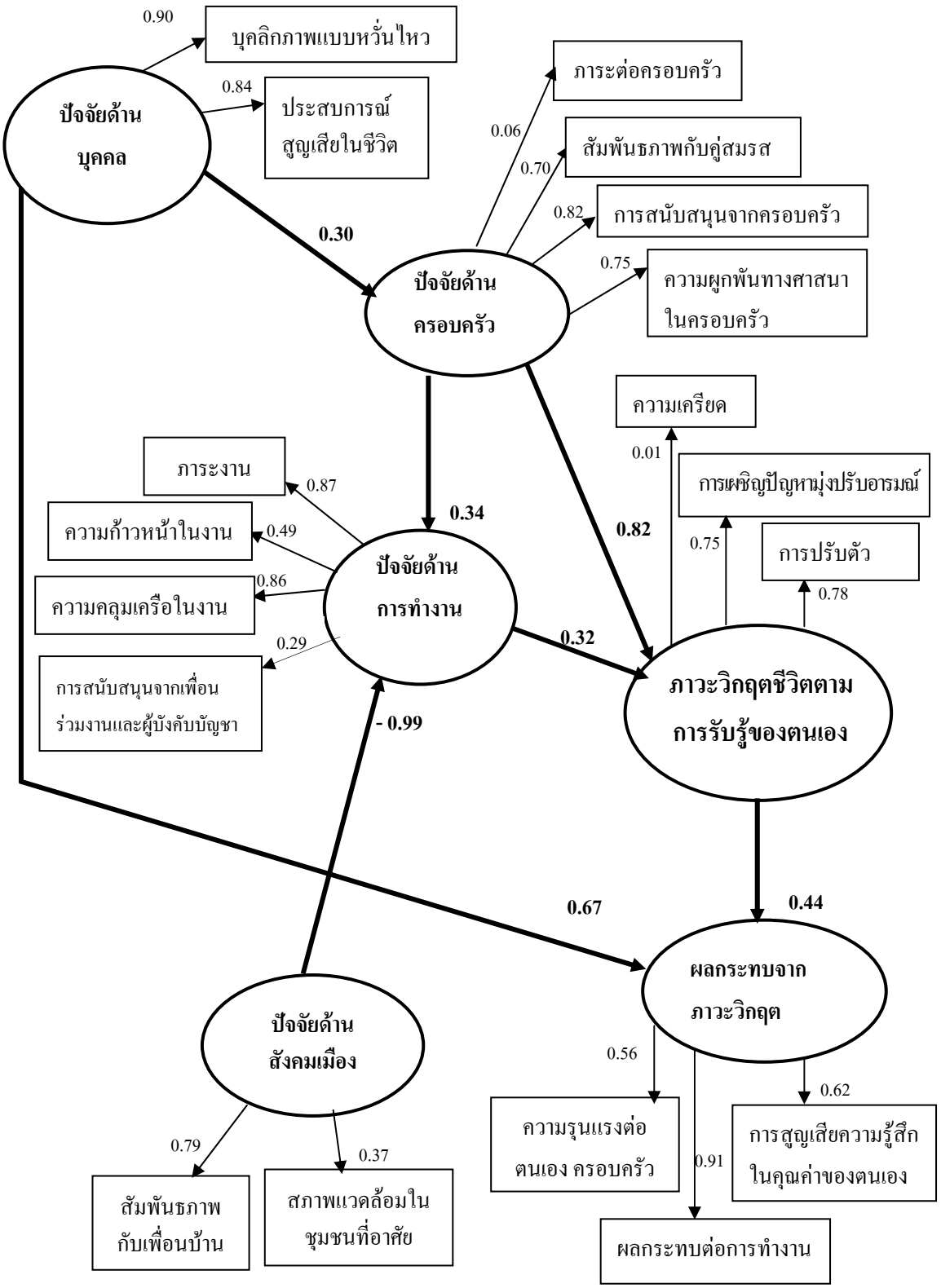
จากการวิเคราะห์ความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมืองที่มีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน ที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน รวมกัน 1,375 คน และกลุ่มแยก ประกอบด้วย กลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ จำนวน 367 คน กลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ จำนวน 534 คน และกลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชนจำนวน 474 คน โดยใช้การวิเคราะห์เส้นทาง (Path analysis) ด้วยโปรแกรมลิสเรล เวอร์ชั่น 8.72 พบว่า รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตตามสมมติฐานมีความสอดคล้องกับข้อมูลความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มและกลุ่มรวม ในระดับปานกลาง โดยยอมรับให้ความคลาดเคลื่อนของตัวแปรสังเกตได้บางตัวมีความสัมพันธ์กันเป็นไปตามการปรับแก้รูปแบบตามดัชนีการปรับแก้ (Modification Indices for THETA-EPS, THETA-DELTA) จนได้รูปแบบดัชนีวัดความสอดคล้องที่ยอมรับได้ ดังนั้นการตรวจสอบความตรงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของแต่ละกลุ่ม จึงมีความแตกต่างกันในบางส่วนของเส้นทางอิทธิพลและขนาดอิทธิพล ซึ่งนำเสนอไว้ดังภาพประกอบ 10 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ ภาพประกอบ 11 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานรัฐวิสาหกิจ ภาพประกอบ 12 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานเอกชน และภาพประกอบ 13 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม พร้อมทั้งนำเสนอผลการวิเคราะห์ค่าสถิติการวิเคราะห์เส้นทางอิทธิพล และเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงในรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชน และกลุ่มรวม ดังแสดงในตาราง 16 ถึง ตาราง 19 ตามลำดับ



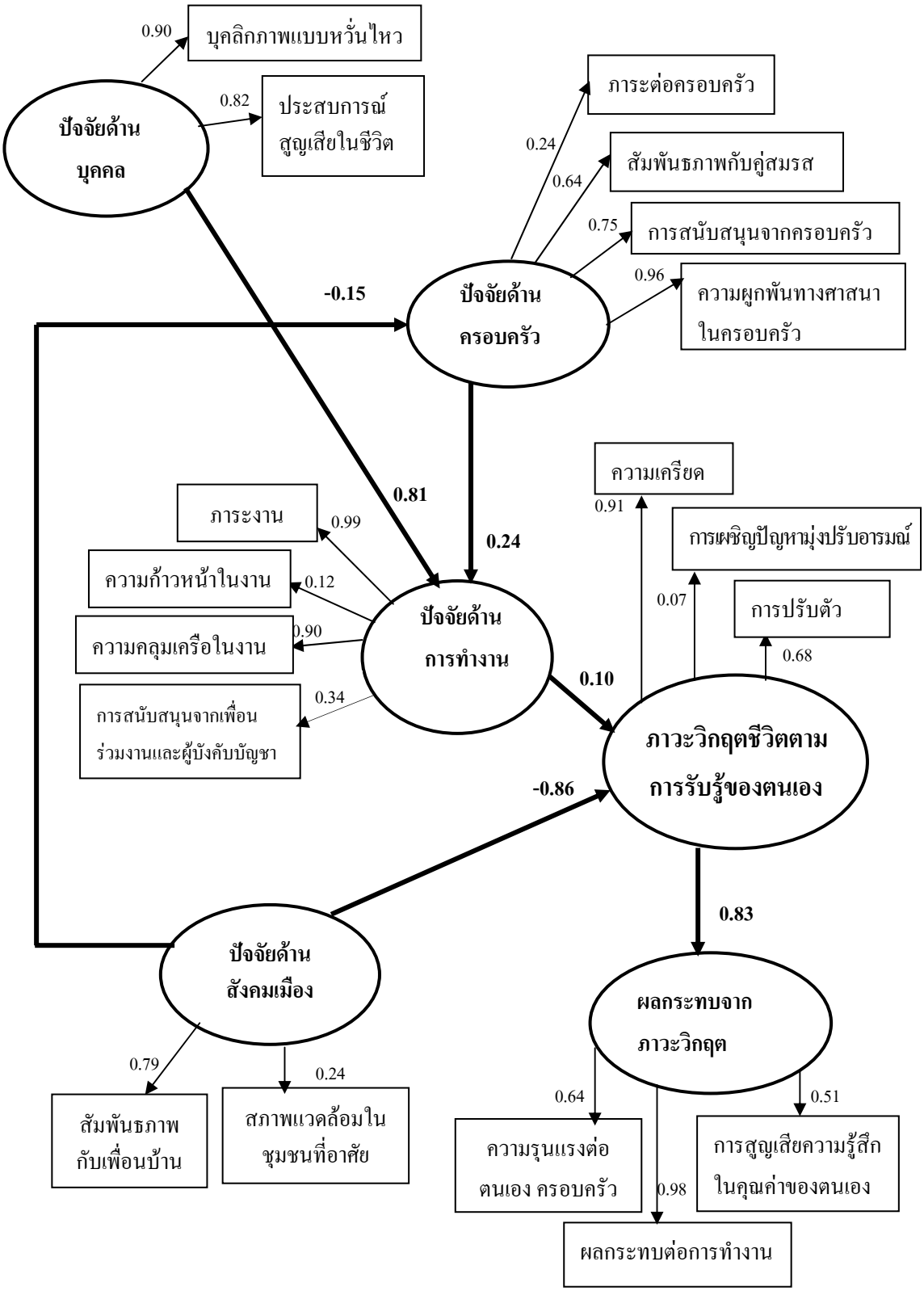
ภาพประกอบ 10 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานใน**หน่วยงานภาครัฐ**



ภาพประกอบ 11 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานใน**หน่วยงานรัฐวิสาหกิจ**



ภาพประกอบ 12 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานใน**หน่วยงานเอกชน**



ภาพประกอบ 13 แสดงรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสใน**กลุ่มรวม**

ตาราง 16 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ (N=367 คน)

ตัวแปรผล	ปัจจัยด้านครอบครัว			ปัจจัยด้านการทำงาน			ภาวะวิกฤตชีวิต			ผลกระทบจากภาวะวิกฤต		
ตัวแปรสาเหตุ	TE	IE	DE	TE	IE	DE	TE	IE	DE	TE	IE	DE
ปัจจัยด้านบุคคล (Person)												
จากข้อมูลประมาณค่า	0.67	-	0.67	1.01	1.01	-	0.79	0.79	-	0.46	0.46	-
	(0.08)		(0.08)	(0.08)	(0.08)		(0.11)	(0.11)		(0.08)	(0.08)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	0.99	-	0.99	0.93	0.93	-	0.71	0.71	-	0.48	0.48	-
ปัจจัยด้านสังคมเมือง (Social)												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-	-	-	-0.19	-	-0.19	-0.11	-0.11	-
							(0.07)		(0.07)	(0.05)	(0.05)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-	-	-	-0.25	-	-0.25	-0.17	-0.17	-
ปัจจัยด้านครอบครัว (Family)												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	1.51	-	1.51	1.18	1.18	-	0.69	0.69	-
				(0.14)		(0.14)	(0.18)	(0.18)		(0.13)	(0.13)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	0.93	-	0.93	0.72	0.72	-	0.49	0.49	-
ปัจจัยด้านการทำงาน (Work)												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-	-	-	0.78	-	0.78	0.46	0.46	-
							(0.10)		(0.10)	(0.08)	(0.08)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-	-	-	0.77	-	0.77	0.52	0.52	-
ภาวะวิกฤตชีวิต (Crisis)												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.58	-	0.58
										(0.08)		(0.08)
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.68	-	0.68

Chi – Square = 954.91, df = 103, p = 0.00, GFI = 0.78, AGFI = 0.63, RMR = 0.087, RMSEA = 0.15, CFI = 0.88

ตัวแปรสาเหตุ	PERS1	EXP1	SREL1	SENV1
R^2 for X	0.57	0.24	0.64	0.11

ตัวแปรผล	FATASK1	FREL1	FSUP1	FBUD1	WTASK1	WPRO1	WCON1	WSUP1	STRESS1	COPE1	ADAP1	SELF1	IWM1	VIL1
R^2 for Y	0.58	0.02	0.15	0.34	0.66	0.09	0.49	0.35	0.63	0.00	0.56	0.36	0.82	0.81

สมการโครงสร้าง	Family	Work	Crisis	Impact
R^2	0.98	0.87	0.95	0.46

เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง

ตัวแปรแฝง	Family	Work	Crisis	Impact	Person	Social
Family	1.00					
Work	0.93**	1.00				
Crisis	0.93**	0.93**	1.00			
Impact	0.63**	0.65**	0.68**	1.00		
Person	0.99**	0.93**	0.92**	0.63**	1.00	
Social	-0.83**	-0.77**	0.85**	-0.58**	-0.84**	1.00

หมายเหตุ ตัวเลขในวงเล็บ คือ ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (SE)

TE = อิทธิพลรวม IE = อิทธิพลทางอ้อม DE = อิทธิพลทางตรง *p < 0.05 **p < 0.01

จากตาราง 16 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ พบว่า มีรูปแบบความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ด้วยค่าไค-สแควร์ เท่ากับ 954.91 ค่า p เท่ากับ 0.00 ที่ระดับองศาอิสระ (df) เท่ากับ 103 อยู่ในระดับพอเพียง โดยพิจารณาจากค่าดัชนีบางตัวที่มีความกลมกลืนของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุกับข้อมูลเชิงประจักษ์จากค่า GFI, AGFI และ CFI มีค่าเท่ากับ 0.78, 0.63 และ 0.88 ตามลำดับ ซึ่งมีค่าอยู่ในระดับเข้าใกล้ 1.00 และค่า RMR และ RMSEA เท่ากับ 0.087 และ 0.15 ตามลำดับ ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0 ส่วนค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของตัวแปรสังเกตได้ภายในตัวแปรแฝงภายนอก (R^2 for X) ส่วนใหญ่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นอยู่ในระดับ 0.11 – 0.64 โดยตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นสูงสุด คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (SREL1) เท่ากับ 0.64 รองลงมาคือ บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS1) ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP1) และ สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (SENV1) เท่ากับ 0.57, 0.24 และ 0.11 ตามลำดับ ทั้งนี้ตัวแปรสาเหตุทั้งหมดในรูปแบบความสัมพันธ์ของกลุ่มสตรีทำงานภาครัฐนี้ สามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรผล คือ ภาวะวิกฤตชีวิต ได้ร้อยละ 95 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรแฝงภายในอีก 3 ตัว คือ ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และผลกระทบจากภาวะวิกฤต ได้ร้อยละ 98, 87 และ 46 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง ดังในเมทริกซ์สหสัมพันธ์ พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงภายในและตัวแปรแฝงภายนอกมีความสัมพันธ์เป็นบวก 10 คู่ เป็นลบ 5 คู่ มีค่าอยู่ในระดับสูงระหว่าง 0.58 – 0.99 ที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุด คือ ปัจจัยด้านบุคคล กับ ปัจจัยด้านครอบครัว ด้วยค่า r เท่ากับ 0.99 นั้นแสดงว่า สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีประสบการณ์สูญเสียในชีวิตมากขึ้น 1 หน่วย จะรับรู้สภาพปัญหาที่เป็นองค์ประกอบของครอบครัวสูงขึ้นมาด้วยเช่นกันเท่ากับ 0.99 หน่วย และคู่ที่มีความสัมพันธ์กันต่ำสุด คือ ปัจจัยด้านสังคมเมือง กับ ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ด้วยค่า r เท่ากับ -0.88 แสดงว่า สตรีไทยสมรสวัยกลางคนทำงานภาครัฐที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อย อยู่ในสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัยที่ไม่น่าอยู่ 1 หน่วย จะมีการรับรู้ถึงผลกระทบจากภาวะวิกฤตสูงขึ้น 0.58 หน่วย และปัจจัยด้านครอบครัวจะมีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นๆสูงสุด อยู่ระหว่าง 0.63 ถึง 0.99 และปัจจัยด้านสังคมเมือง จะมีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นๆต่ำสุด อยู่ระหว่าง -0.58 ถึง -0.85

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์อิทธิพลเชิงเหตุระหว่างตัวแปร พบว่า ตัวแปรสาเหตุ คือ ปัจจัยด้านการทำงานมีอิทธิพลเชิงบวกต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ ด้วยขนาดอิทธิพลที่สูงสุด เท่ากับ 0.77 แสดงว่า สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐที่มีภาระงานมาก มีความก้าวหน้าในงานต่ำ มีความคลุมเครือในงานมาก และมีการสนับสนุนจากจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาต่ำ จะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากขึ้นด้วย

นอกจากนี้ ตัวแปรสาเหตุอีก 1 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงเชิงลบต่อภาวะวิกฤตชีวิต คือ ปัจจัยด้านสังคมเมือง ด้วยขนาดอิทธิพลเท่ากับ -0.25 และตัวแปรสาเหตุอีก 2 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อภาวะวิกฤตชีวิต คือ ปัจจัยด้านบุคคล โดยส่งผ่านปัจจัยด้านครอบครัวและปัจจัยด้านการทำงานมายังภาวะวิกฤตชีวิต และปัจจัยด้านครอบครัวมีอิทธิพลทางอ้อมโดยส่งผ่านปัจจัยด้านการทำงานมายังภาวะวิกฤตชีวิต และภาวะวิกฤตชีวิตมีอิทธิพลทางตรงต่อผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิตอยู่ในระดับสูง ด้วยขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.68

ตาราง27 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนทำงานรัฐวิสาหกิจ(N=534 คน)

ตัวแปรผล	ปัจจัยด้านครอบครัว			ปัจจัยด้านการทำงาน			ภาวะวิกฤตชีวิต			ผลกระทบจากภาวะวิกฤต		
ตัวแปรสาเหตุ	TE	IE	DE	TE	IE	DE	TE	IE	DE	TE	IE	DE
<u>ปัจจัยด้านบุคคล</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	0.42	-	0.42	0.38	0.38	-	0.37	0.37	-	1.03	-0.16	1.19
	(0.09)		(0.09)	(0.08)	(0.08)		(0.08)	(0.08)		(0.08)	(0.04)	(0.09)
จากข้อมูลมาตรฐาน	0.27	-	0.27	0.24	0.24	-	0.24	0.24	-	0.84	-0.13	0.97
<u>ปัจจัยด้านสังคมเมือง</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-0.14	-	-0.14	-0.08	-0.08	-	0.03	0.03	-
				(0.04)			(0.03)	(0.03)		(0.01)	(0.01)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-0.12	-	-0.12	-0.07	-0.07	-	0.04	0.04	-
<u>ปัจจัยด้านครอบครัว</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	0.90	-	0.90	0.88	0.51	0.37	-0.38	-0.38	-
				(0.04)		(0.04)	(0.04)	(0.13)	(0.15)	(0.03)	(0.03)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	0.91	-	0.91	0.88	0.51	0.37	-0.47	-0.47	-
<u>ปัจจัยด้านการทำงาน</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-	-	-	0.57	-	0.57	-0.24	-0.24	-
							(0.15)		(0.15)	(0.07)	(0.07)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-	-	-	0.56	-	0.56	-0.30	-0.30	-
<u>ภาวะวิกฤตชีวิต</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-0.42	-	-0.42
										(0.03)		(0.03)
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.54	-	0.54

Chi–Square= 1,029.92, df=106, p=0.00, GFI=0.82, AGFI=0.71, RMR=0.13, RMSEA=0.12, CFI=0.91

ตัวแปรสาเหตุ	PERS1	EXP1	SREL1	SENV1
R^2 for X	0.44	0.46	0.51	0.14

ตัวแปรผล	FATASK1	FREL1	FSUP1	FBUD1	WTASK1	WPRO1	WCON1	WSUP1	STRESS1	COPE1	ADAP1	SELF1	IWM1	VIL1
R^2 for Y	0.02	0.26	0.62	0.75	0.19	0.69	0.11	0.81	0.02	0.67	0.84	0.80	0.57	0.74

สมการโครงสร้าง	Family	Work	Crisis	Impact
R^2	0.07	0.89	0.84	0.92

เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง

ตัวแปรแฝง	Family	Work	Crisis	Impact	Person	Social
Family	1.00					
Work	0.94**	1.00				
Crisis	0.89**	0.91**	1.00			
Impact	0.22**	0.14**	0.25**	1.00		
Person	0.27**	0.36**	0.30**	0.81**	1.00	
Social	-0.26**	-0.36**	-0.30**	-0.78**	-0.97**	1.00

หมายเหตุ ตัวเลขในวงเล็บ คือ ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (SE)

TE = อิทธิพลรวม IE = อิทธิพลทางอ้อม DE = อิทธิพลทางตรง *p < 0.05 **p < 0.01

ตาราง 17 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานรัฐวิสาหกิจ พบว่า มีรูปแบบความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ด้วยค่าไค-สแควร์ เท่ากับ 1,029.92 ค่า p เท่ากับ 0.00 ที่ระดับองศาอิสระ (df) เท่ากับ 106 อยู่ในระดับพอเพียง โดยพิจารณาจากค่าดัชนีบางตัวที่มีความกลมกลืนของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุกับข้อมูลเชิงประจักษ์จากค่า GFI, AGFI และ CFI มีค่าเท่ากับ 0.82, 0.71 และ 0.91 ตามลำดับ ซึ่งมีค่าอยู่ในระดับเข้าใกล้ 1.00 และค่า RMR และ RMSEA เท่ากับ 0.13 และ 0.12 ตามลำดับ ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0 ส่วนค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของตัวแปรสังเกตได้ภายในตัวแปรแฝงภายนอก (R^2 for X) ส่วนใหญ่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นอยู่ในระดับ 0.14 – 0.51 โดยตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นสูงสุด คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (SREL1) เท่ากับ 0.51 รองลงมาคือ ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP1) บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS1) และ สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (SENV1) เท่ากับ 0.46, 0.44 และ 0.14 ตามลำดับ ทั้งนี้ตัวแปรสาเหตุทั้งหมดในรูปแบบความสัมพันธ์ของกลุ่มสตรีทำงานภาครัฐนี้สามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรผลคือ ภาวะวิกฤตชีวิตได้ร้อยละ 84 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรแฝงภายในอีก 3 ตัว คือ ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ปัจจัยด้านการทำงานและปัจจัยด้านครอบครัว ได้ร้อยละ 92, 89 และ 7 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง ดังในเมทริกซ์สหสัมพันธ์ พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงภายในและตัวแปรแฝงภายนอกมีความสัมพันธ์เป็นบวก 7 คู่ เป็นลบ 8 คู่ มีค่าอยู่ในระดับปานกลางถึงสูง ระหว่าง -0.14 ถึง–0.97 โดยคู่ที่มีความสัมพันธ์กันเชิงลบสูงสุด คือ ปัจจัยด้านสังคมเมือง กับ ปัจจัยด้านบุคคล ด้วยค่า r เท่ากับ -0.97 และคู่ที่มีความสัมพันธ์กันต่ำสุด คือ ปัจจัยด้านการทำงาน กับ ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ด้วยค่า r เท่ากับ -0.14 ถ้าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานรัฐวิสาหกิจมีสภาพปัญหาที่เป็นองค์ประกอบของการทำงานลดลง 1 หน่วย จะมีการรับรู้ถึงผลกระทบจากภาวะวิกฤตสูงขึ้น 0.14 หน่วย และ ปัจจัยด้านสังคมเมืองจะมีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นๆสูงสุด อยู่ระหว่าง -0.26 ถึง -0.97 และผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิต จะมีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นต่ำสุด อยู่ระหว่าง -0.14 ถึง 0.81

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์อิทธิพลเชิงเหตุระหว่างตัวแปร พบว่า ตัวแปรสาเหตุ คือ ปัจจัยด้านการทำงานมีอิทธิพลเชิงบวกต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานรัฐวิสาหกิจเช่นเดียวกับสตรีที่ทำงานภาครัฐ ด้วยขนาดอิทธิพลที่สูงสุด เท่ากับ 0.56 นอกจากนี้ตัวแปรสาเหตุอีก 1 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อภาวะวิกฤตชีวิต คือ ปัจจัยด้านครอบครัว ด้วยขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.37 และตัวแปรสาเหตุอีก 2 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อภาวะวิกฤตชีวิต คือ ปัจจัยด้านบุคคลโดยส่งผ่านปัจจัยด้านครอบครัวมายังภาวะวิกฤตชีวิตและปัจจัยด้านสังคมเมืองมีอิทธิพลทางอ้อมโดยส่งผ่านปัจจัยด้านการทำงานมายังภาวะวิกฤตชีวิตและภาวะวิกฤตชีวิตมีอิทธิพลทางตรงต่อผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิตอยู่ในระดับสูง ด้วยขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.54

ตาราง 18 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกชน(N=367 คน)

ตัวแปรผล	ปัจจัยด้านครอบครัว			ปัจจัยด้านการทำงาน			ภาวะวิกฤตชีวิต			ผลกระทบจากภาวะวิกฤต		
ตัวแปรสาเหตุ	TE	IE	DE	TE	IE	DE	TE	IE	DE	TE	IE	DE
<u>ปัจจัยด้านบุคคล</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	0.16	-	0.16	0.09	0.09	-	0.25	0.25	-	0.35	0.05	0.30
	(0.03)		(0.08)	(0.08)	(0.08)		(0.05)	(0.05)		(0.03)	(0.01)	(0.02)
จากข้อมูลมาตรฐาน	0.30	-	0.30	0.10	0.10	-	0.28	0.28	-	0.80	0.12	0.67
<u>ปัจจัยด้านสังคมเมือง</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-0.79	-	-0.79	-0.26	-0.26	-	0.06	0.06	-
				(0.04)		(0.04)	(0.04)	(0.04)		(0.01)	(0.01)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-0.99	-	-0.99	-0.32	-0.32	-	0.14	0.14	-
<u>ปัจจัยด้านครอบครัว</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	0.54	-	0.54	1.52	0.18	1.34	0.33	0.33	-
				(0.05)		(0.05)	(0.12)	(0.03)	(0.11)	(0.04)	(0.04)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	0.34	-	0.34	0.93	0.93	0.82	-0.41	-0.41	-
<u>ปัจจัยด้านการทำงาน</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-	-	-	0.33	-	0.33	0.07	0.07	-
							(0.04)		(0.04)	(0.01)	(0.01)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-	-	-	0.32	-	0.32	0.14	0.14	-
<u>ภาวะวิกฤตชีวิต</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.22	-	0.22
										(0.03)		(0.03)
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.44	-	0.44

Chi – Square = 1,165.92, df = 103, p = 0.00, GFI = 0.79, AGFI = 0.64, RMR = 0.19, RMSEA = 0.14, CFI = 0.87

ตัวแปรสาเหตุ	PERS1	EXP1	SREL1	SENV1
R^2 for X	0.82	0.70	0.62	0.14

ตัวแปรผล	FATASK1	FREL1	FSUP1	FBUD1	WTASK1	WPRO1	WCON1	WSUP1	STRESS1	COPE1	ADAP1	SELF1	IWM1	VIL1
R^2 for Y	0.00	0.50	0.67	0.56	0.76	0.24	0.74	0.08	0.00	0.56	0.60	0.38	0.83	0.31

สมการโครงสร้าง	Family	Work	Crisis	Impact
R^2	0.09	0.89	0.80	0.62

เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง

ตัวแปรแฝง	Family	Work	Crisis	Impact	Person	Social
Family	1.00					
Work	0.03	1.00				
Crisis	0.83 **	0.34 **	1.00			
Impact	0.57 **	0.48 **	0.41 **	1.00		
Person	0.30 **	0.98 **	0.05	0.65 **	1.00	
Social	0.31 **	-0.88 **	-0.02	-0.69 **	-1.00 **	1.00

หมายเหตุ ตัวเลขในวงเล็บ คือ ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (SE)

TE = อิทธิพลรวม IE = อิทธิพลทางอ้อมDE = อิทธิพลทางตรง *p < 0.05 **p < 0.01

ตาราง 18 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานเอกชน พบว่า มีรูปแบบความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ด้วยค่าไค-สแควร์ เท่ากับ 1,165.92 ค่า p เท่ากับ 0.00 ที่ระดับองศาอิสระ (df) เท่ากับ 103 อยู่ในระดับพอเพียง โดยพิจารณาจากค่าดัชนีบางตัวที่มีความกลมกลืนของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุกับข้อมูลเชิงประจักษ์จากค่า GFI, AGFI และ CFI มีค่าเท่ากับ 0.79, 0.64 และ 0.87 ตามลำดับ ซึ่งมีค่าอยู่ในระดับเข้าใกล้ 1.00 และค่า RMR และ RMSEA เท่ากับ 0.19 และ 0.14 ตามลำดับ ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0 ส่วนค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของตัวแปรสังเกตได้ภายในตัวแปรแฝงภายนอก (R^2 for X) ส่วนใหญ่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นอยู่ในระดับ 0.14 – 0.82 โดยตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นสูงสุด คือ บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว-มั่นคงในอารมณ์ (PERS1) เท่ากับ 0.82 รองลงมาคือ ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP1) สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (SREL1) และ สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (SENV1) เท่ากับ 0.70, 0.62 และ 0.14 ตามลำดับ ทั้งนี้ตัวแปรสาเหตุทั้งหมดในรูปแบบความสัมพันธ์ของกลุ่มสตรีทำงานภาคเอกชนนี้ สามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรผล คือ ภาวะวิกฤตชีวิต ได้ร้อยละ 80 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรแฝงภายในอีก 3 ตัว คือ ปัจจัยด้านการทำงาน ผลกระทบจากภาวะวิกฤต และปัจจัยด้านครอบครัว ได้ร้อยละ 89,62 และ 9 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง ดังในเมทริกซ์สหสัมพันธ์ พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงภายในและตัวแปรแฝงภายนอกมีความสัมพันธ์เป็นบวก 11 คู่ เป็นลบ 4 คู่ มีค่าอยู่ในระดับต่ำถึงสูง ระหว่าง -0.02 ถึง - 0.88 โดยคู่ที่มีความสัมพันธ์กันเชิงลบสูงสุด คือ ปัจจัยด้านการทำงาน กับ ปัจจัยด้านสังคมเมือง ด้วยค่า r เท่ากับ -0.88 และคู่ที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกันต่ำสุด คือ ปัจจัยด้านครอบครัว กับ ปัจจัยด้านการทำงาน ด้วยค่า r เท่ากับ 0.03 แสดงว่าปัจจัยด้านครอบครัวและด้านการทำงาน แทบจะไม่มีความสัมพันธ์หรือเกี่ยวข้องกันเลย สำหรับสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานเอกชน และปัจจัยด้านการทำงาน จะมีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นๆเป็นส่วนใหญ่ ด้วยค่า r อยู่ระหว่าง 0.34 ถึง 0.98

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์อิทธิพลเชิงเหตุระหว่างตัวแปร พบว่า ตัวแปรสาเหตุ คือ ปัจจัยด้านครอบครัวมีอิทธิพลเชิงบวกต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานเอกชน ด้วยขนาดอิทธิพล เท่ากับ 0.82 นอกจากนี้ ตัวแปรสาเหตุอีก 1 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อภาวะวิกฤตชีวิต คือ ปัจจัยด้านการทำงาน ด้วยขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.32 และตัวแปรสาเหตุอีก 2 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อภาวะวิกฤตชีวิต คือ ปัจจัยด้านบุคคล โดยส่งผ่านปัจจัยด้านครอบครัวมายังภาวะวิกฤตชีวิต และปัจจัยด้านสังคมเมืองมีอิทธิพลทางอ้อมโดยส่งผ่านปัจจัยด้านการทำงานมายังภาวะวิกฤตชีวิต และภาวะวิกฤตชีวิตมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิตอยู่ในระดับสูง ด้วยขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.44

ตาราง 19 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม (N = 1,375 คน)

ตัวแปรผล	ปัจจัยด้านครอบครัว			ปัจจัยด้านการทำงาน			ภาวะวิกฤตชีวิต			ผลกระทบจากภาวะวิกฤต		
ตัวแปรสาเหตุ	TE	IE	DE	TE	IE	DE	TE	IE	DE	TE	IE	DE
<u>ปัจจัยด้านบุคคล</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	0.91	-	0.91	0.08	0.08	-	0.03	0.03	-
				(0.02)		(0.02)	(0.03)	(0.03)		(0.01)	(0.01)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	0.81	-	0.81	0.08	0.08	-	0.06	0.06	-
<u>ปัจจัยด้านสังคมเมือง</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-0.07	-	-0.07	-0.04	-0.04	-	-0.78	-	-0.78	-0.26	-0.26	-
	(0.01)		(0.01)	(0.01)	(0.01)		(0.04)		(0.04)	(0.02)	(0.02)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-0.15	-	-0.15	-0.04	-0.04	-	-0.86	-	-0.86	-0.72	-0.72	-
<u>ปัจจัยด้านครอบครัว</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	0.49	-	0.49	0.04	0.04	-	0.01	0.01	-
				(0.05)		(0.05)	(0.02)	(0.02)		(0.01)	(0.01)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	0.24	-	0.24	0.02	0.02	-	0.02	0.02	-
<u>ปัจจัยด้านการทำงาน</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-	-	-	0.09	-	0.09	0.03	0.03	-
							(0.03)		(0.03)	(0.01)	(0.01)	
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-	-	-	0.10	-	0.10	0.08	0.08	-
<u>ภาวะวิกฤตชีวิต</u>												
จากข้อมูลประมาณค่า	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.33	-	0.33
										(0.02)		(0.02)
จากข้อมูลมาตรฐาน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0.83	-	0.83

Chi−Square = 1393.15, df = 54, p = 0.00, GFI = 0.90, AGFI = 0.68, RMR = 0.15, RMSEA = 0.13, CFI = 0.95

ตัวแปรสาเหตุ	PERS1	EXP1	SREL1	SENV1
R^2 for X	0.81	0.66	0.62	0.06

ตัวแปรผล	FATASK1	FREL1	FSUP1	FBUD1	WTASK1	WPRO1	WCON1	WSUP1	STRESS1	COPE1	ADAP1	SELF1	IWM1	VIL1
R^2 for Y	0.06	0.41	0.56	0.92	0.99	0.01	0.81	0.12	0.83	0.00	0.46	0.26	0.95	0.41

สมการโครงสร้าง	Family	Work	Crisis	Impact
R^2	0.02	0.77	0.89	0.69

เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง

ตัวแปรแฝง	Family	Work	Crisis	Impact	Person	Social
Family	1.00					
Work	0.37**	1.00				
Crisis	0.17**	0.85**	1.00			
Impact	0.14**	0.70**	0.83**	1.00		
Person	0.16**	0.85**	0.97**	0.80**	1.00	
Social	-0.15**	-0.87**	-0.94**	-0.78**	-1.03**	1.00

หมายเหตุ ตัวเลขในวงเล็บ คือ ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (SE)

TE = อิทธิพลรวม IE = อิทธิพลทางอ้อม DE = อิทธิพลทางตรง *p < 0.05 **p < 0.01

ตาราง 19 แสดงค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลและเมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม พบว่า มีรูปแบบความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ด้วยค่าไค-สแควร์ เท่ากับ 1393.15 ค่า p เท่ากับ 0.00 ที่ระดับองศาอิสระ (df) เท่ากับ 54 อยู่ในระดับพอเพียง โดยพิจารณาจากค่าดัชนีบางตัวที่มีความกลมกลืนของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุกับข้อมูลเชิงประจักษ์จากค่า GFI, AGFI และ CFI มีค่าเท่ากับ 0.90, 0.68 และ 0.95 ตามลำดับ ซึ่งมีค่าอยู่ในระดับเข้าใกล้ 1.00 และค่า RMR และ RMSEA เท่ากับ 0.15 และ 0.13 ตามลำดับ ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 0 ส่วนค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของตัวแปรสังเกตได้ภายในตัวแปรแฝงภายนอก (R^2 for X) ส่วนใหญ่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นอยู่ในระดับสูง 0.06 – 0.81 โดยตัวแปรที่มีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นสูงสุด คือ บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว (PERS1) เท่ากับ 0.81 รองลงมาคือ ประสบการณ์สูญเสียในชีวิต (EXP1) สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน (SREL1) และ สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย (SENV1) เท่ากับ 0.66, 0.62 และ 0.06 ตามลำดับ ทั้งนี้ตัวแปรสาเหตุทั้งหมดในรูปแบบความสัมพันธ์ของกลุ่มรวมนี้ สามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรผล คือ ภาวะวิกฤตชีวิต ได้ร้อยละ 89 และสามารถอธิบายความแปรปรวนของตัวแปรแฝงภายในอีก 3 ตัว คือ ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และผลกระทบจากภาวะวิกฤต ได้ร้อยละ 2, 77 และ 69 ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง ดังในเมทริกซ์สหสัมพันธ์ พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝงภายในและตัวแปรแฝงภายนอกมีความสัมพันธ์เป็นบวก 10 คู่ เป็นลบ 5 คู่ มีค่าอยู่ในระดับปานกลางถึงสูง ระหว่าง 0.14 ถึง -1.03 โดยคู่ที่มีความสัมพันธ์กันเชิงลบสูงสุด คือ ปัจจัยด้านบุคคล กับปัจจัยสังคมเมือง ด้วยค่า r เท่ากับ -1.03 และคู่ที่มีความสัมพันธ์เป็นบวกสูงสุดคือ ปัจจัยด้านบุคคล กับ ภาวะวิกฤตชีวิต ด้วยค่า r เท่ากับ 0.97 แสดงว่าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีประสบการณ์สูญเสียในชีวิตมากขึ้น 1 หน่วย จะรับรู้สภาพปัญหาที่เป็นองค์ประกอบของครอบครัวสูงขึ้นมาด้วยเช่นกันเท่ากับ 0.97 หน่วย และคู่ที่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกันต่ำสุด คือ ปัจจัยด้านครอบครัว กับ ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ด้วยค่า r เท่ากับ 0.14 และปัจจัยด้านครอบครัวจะมีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นๆต่ำสุด อยู่ระหว่าง 0.14 ถึง 0.36 และ ปัจจัยด้านบุคคล จะมีความสัมพันธ์กับตัวแปรอื่นๆสูงสุด อยู่ระหว่าง 0.15 ถึง 0.97

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์อิทธิพลเชิงเหตุระหว่างตัวแปร พบว่า ตัวแปรสาเหตุ คือ ปัจจัยด้านสังคมเมืองมีอิทธิพลเชิงลบต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนกลุ่มรวมด้วยขนาดอิทธิพล ที่สูงมากเท่ากับ -1.03 แสดงว่าถ้าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อย และมีสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัยไม่น่าอยู่ จะมีภาวะวิกฤตชีวิตอยู่ในระดับมากขึ้น

นอกจากนี้ ตัวแปรสาเหตุอีก 1 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อภาวะวิกฤตชีวิต คือ ปัจจัยด้านการทำงาน ด้วยขนาดอิทธิพลในระดับต่ำเท่ากับ 0.10 และตัวแปรสาเหตุอีก 2 ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อภาวะวิกฤตชีวิต คือ ปัจจัยด้านบุคคล โดยส่งผ่านปัจจัยด้านการทำงานมายังภาวะวิกฤตชีวิต และปัจจัยด้านครอบครัวมีอิทธิพลทางอ้อมโดยส่งผ่านปัจจัยด้านการ

ทำงานมายังภาวะวิกฤตชีวิต และภาวะวิกฤตชีวิตมีอิทธิพลทางตรงต่อผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิตอยู่ในระดับสูง ด้วยขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.83

ตาราง 20 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบเส้นทางอิทธิพลระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิต และดัชนีตรวจสอบความสอดคล้องและวัดระดับความกลมกลืนของรูปแบบตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์จากกลุ่มตัวอย่าง 3 กลุ่มและกลุ่มรวม

การเปรียบเทียบ	ค่าสถิติ	กลุ่ม 1 ทำงานภาครัฐ N =367 คน	กลุ่ม 2 รัฐวิสาหกิจ N = 534 คน	กลุ่ม 3 เอกชน N = 474 คน	กลุ่มรวม ทั้ง 3 กลุ่ม N=1,375 คน
1. ค่าพารามิเตอร์					
1.1 ปัจจัยด้านบุคคล	อิทธิพลทางตรง (DE)	-	-	-	-
	อิทธิพลทางอ้อม (IE)	0.71	0.24	0.28	0.08
	อิทธิพลรวม (TE)	0.71	0.24	0.28	0.08
1.2 ปัจจัยด้านสังคมเมือง	อิทธิพลทางตรง (DE)	-0.25	-	-	-0.86
	อิทธิพลทางอ้อม (IE)	-	-0.07	-0.32	-
	อิทธิพลรวม (TE)	-0.25	-0.07	-0.32	-0.86
1.3 ปัจจัยด้านครอบครัว	อิทธิพลทางตรง (DE)	-	0.37	0.82	-
	อิทธิพลทางอ้อม (IE)	0.72	0.51	0.93	0.02
	อิทธิพลรวม (TE)	0.72	0.88	0.93	0.02
1.4 ปัจจัยด้านการทำงาน	อิทธิพลทางตรง (DE)	0.77	0.56	0.32	0.10
	อิทธิพลทางอ้อม (IE)	-	-	-	-
	อิทธิพลรวม (TE)	0.77	0.56	0.32	0.10
2. ดัชนีตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์จากกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกัน	χ^2	954.91	1029.92	1165.92	1393.15
	p	0.00	0.00	0.00	0.00
	df	103	106	103	54
	χ^2 / df	9.27	9.72	11.32	37.78
	GFI	0.78	0.82	0.79	0.90
	AGFI	0.63	0.71	0.64	0.68
	CFI	0.88	0.91	0.87	0.95
	RMR	0.08	0.13	0.19	0.15
	RMSEA	0.15	0.12	0.14	0.13
3. -ร้อยละในการทำนายภาวะวิกฤต (% R^2)		95 %	84 %	80 %	89 %
-ร้อยละในการทำนายผลกระทบจากภาวะวิกฤต (% R^2)		46 %	92 %	62 %	69 %

จากตาราง 20 ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบเส้นทางอิทธิพลระหว่างตัวแปรแฝงของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิต และดัชนีตรวจสอบความสอดคล้องและวัดระดับความกลมกลืนของ รูปแบบตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์จากกลุ่มตัวอย่าง 3 กลุ่มและกลุ่มรวม พบว่า มีปัจจัยด้านการทำงานของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานทั้งภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชน มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อภาวะวิกฤตชีวิต แสดงว่าถ้าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนมีสภาพปัญหาด้านการทำงาน คือ ภาระงานมาก มีความก้าวหน้าในงานน้อย มีความคลุมเครือในงานมาก และได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาต่ำจะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากขึ้นด้วย

ส่วนปัจจัยด้านครอบครัวของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนเฉพาะกลุ่ม 2 และ 3 ที่ทำงานรัฐวิสาหกิจ และเอกชน ที่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะวิกฤตชีวิต ส่วนกลุ่ม 1 สตรีไทยทำงานภาครัฐ พบว่ามีปัจจัยด้านครอบครัวมีอิทธิพลทางอ้อมเชิงบวกโดยส่งผ่านปัจจัยด้านการทำงานมายังภาวะวิกฤตชีวิต โดยที่สตรีทำงานภาครัฐ จะต้องเผชิญกับสภาพปัญหาด้านครอบครัว และส่งผลไปยังด้านการทำงานก่อนจึงนำสู่ภาวะวิกฤตชีวิต

ส่วนปัจจัยด้านบุคคล พบว่า ไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยทั้งสามกลุ่ม แต่จะมีอิทธิพลทางอ้อม โดยส่งผ่านปัจจัยด้านครอบครัวมายังภาวะวิกฤตชีวิต และมีอิทธิพลทางอ้อมเชิงบวกในกลุ่มสตรีทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชน นั่นแสดงว่า ถ้าสตรีมีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีประสบการณ์สูญเสียในชีวิตมาก จะมีผลให้รับรู้ถึงสภาพปัญหาในครอบครัวมาก วัดจากการรับรู้ว่ามีภาระต่อครอบครัว มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสน้อย มีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยและมีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวน้อยจะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากขึ้นด้วย

ส่วนปัจจัยด้านสังคมเมือง พบว่ามีอิทธิพลทางตรงเชิงลบต่อภาวะวิกฤตชีวิตในกลุ่มสตรีทำงานภาครัฐ และมีอิทธิพลทางอ้อมเชิงลบเช่นกันต่อภาวะวิกฤตชีวิตในกลุ่มสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจและเอกชน นั่นแสดงว่า ถ้าสตรีมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านสูงขึ้น และสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัยน่าอยู่ขึ้น จะส่งผลให้มีภาวะวิกฤตชีวิตน้อยลงในกลุ่มสตรีทำงานภาครัฐ ส่วนกลุ่มสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจและเอกชน จะส่งผลผ่านปัจจัยด้านการทำงานก่อนโดยรับรู้ว่ามีสภาพปัญหาด้านการทำงานที่น้อยลง จึงนำไปสู่ภาวะวิกฤตชีวิตที่น้อยลงด้วยเช่นกัน

เมื่อพิจารณาการเปรียบเทียบดัชนีตรวจสอบความสอดคล้องและวัดระดับความกลมกลืนของรูปแบบตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์จากกลุ่มตัวอย่าง 3 กลุ่มและกลุ่มรวม พบว่ารูปแบบตามสมมติฐานไม่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์แบบแนบสนิทกันพอดี เพราะพิจารณาจากค่าไคสแควร์และค่าองศาอิสระที่มีขนาดใหญ่ และค่า p อยู่ในระดับที่ยังต่ำกว่า 0.05 และค่า χ^2/ df ที่สูงกว่า 1.00 แต่เมื่อพิจารณาค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนตัวอื่นๆ คือ ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนพอดี (Goodness of Fit Index – GFI) และค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้ (Adjusted Goodness of Fit Index – AGFI) และค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index – CFI) ที่มีค่าเข้าใกล้ 1.00 พร้อมทั้งพิจารณาค่าดัชนีราก

กำลังสองเฉลี่ยของเศษ (Root Mean Square Residual – RMR) และค่าดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (Root Mean Square Error of Approximation – RMSEA) ที่มีค่าเข้าใกล้ 0 พบว่า รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนทั้งสามกลุ่ม มีความสอดคล้องและความกลมกลืนอยู่ในระดับปานกลาง โดยพิจารณาจากค่าดัชนี GFI, AGFI, CFI, RMR และ RMSEA ที่เป็นไปตามเกณฑ์ดังกล่าว และรูปแบบตามสมมติฐานมีความสอดคล้องกับรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานรัฐวิสาหกิจมากที่สุด เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มสตรีทำงานภาครัฐ และเอกชน เนื่องจากค่าดัชนีความสอดคล้องและความกลมกลืนเป็นไปตามเกณฑ์สูงกว่า ค่า GFI, AGFI และ CFI เข้าใกล้ 1.00 มากกว่า และค่า RMSEA เข้าใกล้ 0 มากกว่า

ตอนที่ 6 ผลการศึกษาการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ในกลุ่มปัจจัยชีวสังคม ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง กับภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม

การวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three-way ANOVA) ของภาวะวิกฤติชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม เพื่อศึกษาการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันระหว่างตัวแปรสังเกตได้ภายในแต่ละกลุ่มปัจจัยที่มีระดับแตกต่างกันจะส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยกำหนด คู่ตัวแปรสังเกตได้ตามสมมติฐานที่ได้จากการทบทวนวรรณคดี มาทำการวิเคราะห์ความแปรปรวน และแสดงค่าสถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่ม พร้อมทำการทดสอบสมมติฐาน ดังแสดงรายละเอียดในตาราง 21

ตาราง 21 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และภาระต่อครอบครัวที่อยู่ในระดับแตกต่างกัน

รายได้รวมทั้งครอบครัว	บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	ภาระต่อครอบครัว	จำนวน(คน)	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
น้อย	น้อย	น้อย	192	3.410	0.644
น้อย	น้อย	มาก	29	3.721	0.639
น้อย	มาก	น้อย	69	3.726	0.375
น้อย	มาก	มาก	292	4.527	0.403
มาก	น้อย	น้อย	339	3.499	0.503
มาก	น้อย	มาก	83	3.932	0.409
มาก	มาก	น้อย	125	3.787	0.436
มาก	มาก	มาก	246	4.272	0.445

จากตาราง 21 พบว่า กลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก และมีภาระต่อครอบครัวในระดับมากจะมีค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตสูงที่สุด เท่ากับ 4.527 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.403 รองลงมาเป็นกลุ่มที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมากและมีภาระต่อครอบครัวมาก และกลุ่มสตรีที่มีรายได้ทั้งครอบครัวมาก บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย และมีภาระต่อครอบครัวมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.272 และ 3.932 ตามลำดับ และกลุ่มสตรีที่มีค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตต่ำสุด คือ กลุ่มสตรีที่มีรายได้ทั้งครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและมีภาระต่อครอบครัวน้อย ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.410 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.644

และเมื่อนำข้อมูลพื้นฐานจากตาราง 15 มาวิเคราะห์ความแปรปรวนของภาวะวิกฤตชีวิต โดยพิจารณาจากตัวแปรรายได้รวมทั้งครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และภาระต่อครอบครัวที่ต่างกัน พบว่า คะแนนของภาวะวกฤตชีวิตจะแปรปรวนไปตามระดับตัวแปรปัจจัยทีละตัว อย่างเชื่อมั่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังแสดงรายละเอียดในตาราง 22

ตาราง 22 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three way –ANOVA) ของภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและภาระต่อครอบครัวที่แตกต่างกัน

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Square	df	Mean Square	F-test	Sig
1. รายได้รวมกันทั้งครอบครัว	0.135	1	0.135	0.579	0.447
2. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	36.207	1	36.207	155.213	0.000*
3. ภาระต่อครอบครัว	48.615	1	48.615	208.406	0.000*
4. รายได้รวมกันทั้งครอบครัว* บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	2.819	1	2.891	12.391	0.000*
5. รายได้รวมกันทั้งครอบครัว * ภาระต่อครอบครัว	0.448	1	0.448	1.920	0.166
6. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว*ภาระต่อครอบครัว	3.470	1	3.470	14.877	0.000*
7. รายได้รวมกันทั้งครอบครัว * บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว*ภาระต่อครอบครัว	2.250	1	2.250	9.647	0.000*
8. Error	318.883	1367	0.233		0.002*
Total	21612.036	1375			

R^2 = 0.443 (Adjusted R^2 = 0.440)

จากการวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ระหว่างรายได้รวมทั้งครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และภาระต่อครอบครัวโดยมีผลร่วมกันของตัวแปรทั้งสาม เมื่อตัวแปรหนึ่งคงที่ จะมีผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ดังนี้ 1) เมื่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคนมีรายได้รวมกันทั้งครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมากและมีภาระต่อครอบครัวมาก จะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากว่าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย และมีภาระต่อครอบครัวน้อย 2) เมื่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคนมีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก และมีภาระต่อครอบครัวมากจะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและมีภาระต่อครอบครัวน้อย 3) สตรีที่มีรายได้รวมกันทั้งครอบครัวน้อยและมีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมากจะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่าสตรีที่มีรายได้รวมกันทั้งครอบครัวมากและมีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย

ตาราง 23 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และการสนับสนุนจากครอบครัวที่อยู่ในระดับต่างกัน

จำนวนสมาชิกในครอบครัว	บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	การสนับสนุนจากครอบครัว	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
น้อย	น้อย	น้อย	214	3.606	0.607
น้อย	น้อย	มาก	209	3.371	0.541
น้อย	มาก	น้อย	232	4.542	0.359
น้อย	มาก	มาก	195	3.825	0.425
มาก	น้อย	น้อย	139	3.806	0.457
มาก	น้อย	มาก	81	3.335	0.490
มาก	มาก	น้อย	197	4.498	0.387
มาก	มาก	มาก	108	3.903	0.429

จากตาราง 23 พบว่า กลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อย จะมีค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตสูงที่สุด เท่ากับ 4.542 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.359 รองลงมาเป็นกลุ่มสตรีที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก และมีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อย และกลุ่มสตรีที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก และมีการสนับสนุนจากครอบครัวมาก ด้วยค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.498 และ 3.903 ตามลำดับ และกลุ่มสตรีที่มีค่าเฉลี่ยของภาวะ

วิกฤตชีวิตต่ำสุด คือ กลุ่มสตรีที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย และมีการสนับสนุนจากครอบครัวมากด้วยค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.335 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.490

และเมื่อนำข้อมูลพื้นฐานจากตาราง 17 มาวิเคราะห์ความแปรปรวนของภาวะวิกฤตชีวิต โดยพิจารณาจากตัวแปร จำนวนสมาชิกในครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และการสนับสนุนจากครอบครัวที่ต่างกัน พบว่า คะแนนของภาวะวิกฤตชีวิตจะแปรปรวนไปตามระดับตัวแปรปัจจัยทีละตัว อย่างเชื่อมั่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ 0.05 ดังแสดงรายละเอียดในตาราง 24

ตาราง 24 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three way – ANOVA) ของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว การสนับสนุนจากครอบครัวที่ต่างกัน

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Square	df	Mean Square	F-test	Sig
1. จำนวนสมาชิกในครอบครัว	0.887	1	0.887	4.023	0.045
2. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	131.164	1	131.164	595.136	0.000*
3. การสนับสนุนจากครอบครัว	78.511	1	78.511	356.230	0.000*
4. จำนวนสมาชิกในครอบครัว * บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	0.234	1	0.234	1.063	0.303
5. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว* การสนับสนุนจากครอบครัว	7.387	1	7.387	33.518	0.000*
6. จำนวนสมาชิกในครอบครัว* การสนับสนุนจากครอบครัว	0.173	1	0.173	0.784	0.376
7. จำนวนสมาชิกในครอบครัว * บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว * การสนับสนุนจากครอบครัว	2.687	1	2.687	12.191	0.000*
8. Error	301.278	1367	0.220		
Total	21612.036	1375			

$R^2 = 0.474$ (Adjusted $R^2 = 0.471$)

จากการวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ระหว่างจำนวนสมาชิกในครอบครัว บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและการสนับสนุนจากครอบครัว โดยมีผลร่วมกันของตัวแปรทั้งสาม เมื่อตัวแปรหนึ่งคงที่ จะมีผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ดังนี้ 1) เมื่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคนมีจำนวนสมาชิกในครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมากและได้รับการสนับสนุน

จากครอบครัวน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย และได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวมาก 2) เมื่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคนมีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก และได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยจะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวมาก 3) จำนวนสมาชิกในครอบครัว มีปฏิสัมพันกับบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 และ 4) จำนวนสมาชิกในครอบครัวมีปฏิสัมพันธ์กับการสนับสนุนจากครอบครัวอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 เช่นกัน

ตาราง 25 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว และมีความขัดแย้งในงานที่แตกต่างกัน

บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว	ความคลุมเครือในงาน	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
น้อย	น้อย	น้อย	290	3.660	0.565
น้อย	น้อย	มาก	58	3.973	0.450
น้อย	มาก	น้อย	233	3.189	0.449
น้อย	มาก	มาก	62	3.875	0.318
มาก	น้อย	น้อย	57	4.143	0.420
มาก	น้อย	มาก	412	4.590	0.285
มาก	มาก	น้อย	119	3.579	0.306
มาก	มาก	มาก	144	3.821	0.717

จากตาราง 25 พบว่า กลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวน้อยมีความคลุมเครือในงานมาก จะมีค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตสูงที่สุดเท่ากับ 4.590 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.285 รองลงมาเป็นกลุ่มสตรีที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวน้อย และมีความคลุมเครือในงานน้อยและกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวน้อยและมีความคลุมเครือในงานมากด้วยค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.143 และ 3.973 ตามลำดับ และกลุ่มสตรีที่มีค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตต่ำสุด คือ กลุ่มสตรีที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวมาก และมีความคลุมเครือในงานน้อยด้วยค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.189 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.449

และเมื่อนำข้อมูลพื้นฐานจากตาราง 25 มาวิเคราะห์ความแปรปรวนของภาวะวิกฤตชีวิต โดยพิจารณาจากตัวแปร บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวและความคลุมเครือในงานที่ต่างกัน พบว่า คะแนนของภาวะวิกฤตชีวิตจะแปรปรวนในตามระดับตัวแปรปัจจัยทีละตัว อย่างเชื่อมั่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังแสดงรายละเอียดในตาราง 26

ตาราง 26 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three way – ANOVA) ของภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว และมีความคลุมเครือในงานที่แตกต่างกัน

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Square	Df	Mean Square	F-test	Sig
1. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	26.974	1	26.974	163.452	0.000
2. ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว	47.375	1	47.375	286.833	0.000*
3. ความคลุมเครือในงาน	37.256	1	37.256	225.758	0.000*
4. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว* ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว	7.648	1	7.648	46.346	0.000
5. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว * ความคลุมเครือในงาน	1.248	1	1.248	7.564	0.006
6. ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว* ความคลุมเครือในงาน	0.372	1	0.372	2.252	0.134
7. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว * ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว* ความคลุมเครือในงาน	4.349	1	4.349	26.356	0.000*
8. Error	225.591	1367	0.233		
Total	21612.036	1375			

$R^2 = 0.606$ (Adjusted $R^2 = 0.604$)

จากการวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว และความคลุมเครือในงาน โดยมีผลร่วมกันของตัวแปร เมื่อตัวแปรหนึ่งคงที่ จะมีผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ดังนี้ 1) เมื่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคนมีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวน้อยและมีความคลุมเครือในงานมาก สตรีผู้นั้นจะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบ

หวั่นไหวน้อย มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวมาก และมีความคลุมเครือในงานน้อย 2) เมื่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคน มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยมีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวมาก 3) เมื่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคนมีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีความคลุมเครือในงานมาก จะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีความคลุมเครือในงานน้อย 4) ส่วนการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวกับความคลุมเครือในงานที่ส่งผลต่อภาวะวิกฤติชีวิตอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ตาราง 27 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว การสนับสนุนจากครอบครัว และการสนับสนุนจากผู้ร่วมงานและผู้บังคับบัญชาที่แตกต่างกัน

บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	การสนับสนุนจากครอบครัว	การสนับสนุนจากผู้ร่วมงานและผู้บังคับบัญชา	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
น้อย	มาก	มาก	296	2.707	0.590
น้อย	มาก	น้อย	99	3.009	0.690
น้อย	น้อย	มาก	39	2.835	0.701
น้อย	น้อย	น้อย	282	3.450	0.209
มาก	มาก	มาก	310	3.262	0.239
มาก	มาก	น้อย	64	3.240	0.331
มาก	น้อย	มาก	61	3.353	0.299
มาก	น้อย	น้อย	224	3.464	0.324

จากตาราง 27 พบว่า กลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยและมีการสนับสนุนจากผู้ร่วมงานและผู้บังคับบัญชาน้อย มีค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตสูงที่สุดเท่ากับ 3.464 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.324 รองลงมาเป็นกลุ่มสตรีที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อย และมีการสนับสนุนจากผู้ร่วมงานและผู้บังคับบัญชาน้อย และกลุ่มสตรีที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อย และมีการสนับสนุนจากครอบครัวมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.450 และ 3.353 ตามลำดับ และกลุ่มสตรีที่มีค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตต่ำสุด คือ กลุ่มสตรีที่มี

บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีการสนับสนุนจากครอบครัวมาก และมีการสนับสนุนจากผู้ร่วมงานและผู้บังคับบัญชามาก ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.707 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.590

และเมื่อนำข้อมูลพื้นฐานจากตาราง 21 มาวิเคราะห์ความแปรปรวนของภาวะวิกฤตชีวิต โดยพิจารณาจากตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว การสนับสนุนจากครอบครัว และการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา พบว่า คะแนนของภาวะวิกฤตจะแปรปรวนไปตามระดับตัวแปรปัจจัยทีละตัวอย่างเชื่อมั่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังแสดงรายละเอียดในตาราง 28

ตาราง 28 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (three way –ANOVA) ของภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและการสนับสนุนจากครอบครัวและการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาที่แตกต่างกัน

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Square	Df	Mean Square	F-test	Sig
1. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว	20.209	1	20.209	116.447	0.000
2. การสนับสนุนจากครอบครัว	9.481	1	9.481	54.629	0.000*
3. การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา	12.309	1	12.309	70.926	0.000*
4. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว* การสนับสนุนจากครอบครัว	0.968	1	0.968	5.579	0.018*
5. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว * การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา	8.865	1	8.865	51.080	0.000*
6. การสนับสนุนจากครอบครัว* การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา	2.415	1	2.415	13.915	0.000*
7. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว* การสนับสนุนจากครอบครัว* การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา	0.517	1	0.517	2.982	0.008*
8. Error	237.234	1367	0.174		
Total	14322.239	1375			

R^2 = 0.33 (Adjusted R^2 = 0.327)

จากการวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ระหว่าง บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว การสนับสนุนจากครอบครัว และการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา โดยมีผลร่วมกันของตัวแปรทั้งสามตัว เมื่อตัวแปรหนึ่งคงที่ จะมีผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ดังนี้ 1) เมื่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคน มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมากมีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยและมีการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาน้อย จะมีภาวะวิกฤติชีวิตมากกว่าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีการสนับสนุนจากครอบครัวมาก และมีการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชามาก 2) เมื่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคนมีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมากและมีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่าสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและมีการสนับสนุนจากครอบครัวมาก 3) สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก และมีการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานน้อยจะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่า สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและมีการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานมาก 4) สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยและมีการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาน้อย จะมีภาวะวิกฤตมากกว่าสตรีไทยสมรสที่มีการสนับสนุนจากครอบครัวมาก และมีการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา

ตาราง 29 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่มีระยะเวลาที่อยู่กับสามี สัมพันธภาพกับคู่สมรสและสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านที่อยู่ในระดับต่างกัน

ระยะเวลาที่อยู่กับสามี	สัมพันธภาพกับคู่สมรส	สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน	จำนวน (คน)	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
น้อย	น้อย	น้อย	160	4.580	0.344
น้อย	น้อย	มาก	203	3.844	0.377
น้อย	มาก	น้อย	159	4.201	0.510
น้อย	มาก	มาก	174	3.288	0.636
มาก	น้อย	น้อย	153	4.398	0.382
มาก	น้อย	มาก	115	3.799	0.351
มาก	มาก	น้อย	181	4.077	0.562
มาก	มาก	มาก	230	3.322	0.475

จากตาราง 29 พบว่ากลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามีน้อย มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสน้อยและสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อย จะมีค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิต

สูงที่สุด เท่ากับ 4.580 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.344 รองลงมาเป็นกลุ่มสตรีที่มีระยะเวลาอยู่กับสามีมาก สัมพันธภาพกับคู่สมรสน้อยและสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อยและกลุ่มสตรีที่มีระยะเวลาอาศัยอยู่กับสามีน้อย สัมพันธภาพกับคู่สมรสมาก และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อยด้วยค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.398 และ 4.201 ตามลำดับ และกลุ่มสตรีที่มีค่าเฉลี่ยของภาวะวิกฤตชีวิตต่ำสุด คือ กลุ่มสตรีที่มีระยะเวลาอยู่กับสามีน้อยมีสัมพันธภาพกับคู่สมรสมาก และสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านมากด้วยค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.288 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.636

เมื่อนำข้อมูลพื้นฐานตาราง 23 มาวิเคราะห์ความแปรปรวนของภาวะวิกฤตชีวิตโดยพิจารณาจากตัวแปร ระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามี สัมพันธภาพกับคู่สมรส และสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ที่ต่างกันพบว่าคะแนนของภาวะวิกฤตชีวิตจะแปรปรวนไปตามระดับตัวแปรปัจจัยทีละตัวอย่างเชื่อมั่นได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังแสดงรายละเอียดในตาราง 30

ตาราง 30 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three way – ANOVA) ของภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีระยะเวลาอยู่กับสามี สัมพันธภาพกับคู่สมรส และสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ที่แตกต่างกัน

แหล่งของความแปรปรวน	Sum of Square	df	Mean Square	F-test	Sig
1. ระยะเวลาอยู่กับสามี	2.078	1	2.078	9.428	0.002*
2. สัมพันธภาพกับคู่สมรส	62.274	1	62.274	282.619	0.000*
3. สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน	186.680	1	186.680	247.212	0.000*
4. ระยะเวลาอยู่กับสามี* สัมพันธภาพกับคู่สมรส	0.388	1	0.388	1.763	0.184
5. ระยะเวลาอยู่กับสามี * สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน	1.776	1	1.776	8.058	0.005*
6. สัมพันธภาพกับคู่สมรส* สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน	2.305	1	2.305	10.459	0.001*
7. ระยะเวลาอยู่กับสามี*สัมพันธภาพกับคู่สมรส * สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน	0.010	1	0.010	0.047	0.828
8. Error	301.214	1367	0.220		
Total	21612.036	1375			

$R^2 = 0.474$ (Adjusted $R^2 = 0.471$)

จากการวิเคราะห์ปฏิสัมพันธ์ระหว่างระยะเวลาที่อยู่กับสามี สัมพันธภาพระหว่างกับคู่สมรสและสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านโดยมีผลร่วมกันของตัวแปรเมื่อตัวแปรหนึ่งคงที่ จะมีผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ดังนี้ 1) เมื่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีระยะเวลาอยู่กับสามีน้อย มีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่าสตรีไทย

สมรสวัยกลางคนที่มีระยะเวลาอยู่กับสามีนาน และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านมาก 2) สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสน้อย และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตมากกว่า สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสมากและมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านมาก 3) ส่วนระยะเวลาที่อยู่กับสามีมีปฏิสัมพันธ์กับสัมพันธภาพกับคู่สมรสที่ส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิต อย่างไม่นัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 4) และการปฏิสัมพันธ์ร่วมระหว่างระยะเวลาที่อยู่กับสามี สัมพันธภาพกับคู่สมรสและสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ถ้าส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิต อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05

ตอนที่ 7 ผลการสนทนากลุ่มเพื่อเสนอแนวทางการเผชิญปัญหา และการป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน

เป็นขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลที่ได้จากการสนทนากลุ่มสตรีวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านที่มีประสบการณ์ผ่านภาวะวิกฤตของชีวิต และประสบความสำเร็จทั้งด้านครอบครัวและงาน รวมจำนวน 8 คน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นข้อมูลในการกำหนดแนวทางใน การเผชิญและการป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตชีวิต และเพื่อตรวจสอบความสอดคล้องกับรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรส กับความเห็นของกลุ่มสนทนา

ประเด็นข้อคำถามการสนทนากลุ่มประกอบด้วย

1. ภาวะวิกฤตชีวิตที่ผ่านมาเป็นเรื่องอะไรบ้างและทำอย่างไรบ้างในระยะแรก ระยะต่อ ๆ มา และท่านคิดว่าเหมาะสมหรือไม่อย่างไร
2. การจัดการที่ช่วยให้ท่านสามารถผ่านพ้นภาวะวิกฤตชีวิตไปได้อย่างสำเร็จ จนถึงปัจจุบัน
3. แนวทางในการป้องกันมิให้เกิดปัญหาภาวะวิกฤตชีวิตขึ้น
4. ข้อเสนอแนะสำหรับสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในการดำรงชีวิตครอบครัวและการทำงานในที่ทำงานเพื่อให้สามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข
5. ข้อเสนอแนะให้กับนักพัฒนาและผู้เกี่ยวข้องกับการดูแลสังคมไทย เพื่อให้สถาบันครอบครัวมั่นคง สังคมเป็นสุขโดยมี กลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนเป็นจุดเชื่อมต่อในการดูแลสร้างสรรค์ลูกหลานและเยาวชนไทยต่อไป
6. ท่านเห็นด้วยหรือไม่อย่างไรกับรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้

สรุปผลที่ได้จากการสนทนากลุ่ม พบว่า สภาพปัญหาวิกฤตที่เกิดขึ้น ส่วนใหญ่เป็นสาเหตุมาจากการได้รับสิ่งเร้าภายนอก เช่น สูญเสียบุคคลใกล้ชิด ปัญหาทางการเงิน ปัญหาจากบุคคลรอบข้าง ปัญหาส่วนตัว ส่วนปัญหาด้านครอบครัวของตนเองและด้านการทำงานในที่ทำงานเป็นส่วนหนึ่ง แต่การรับรู้ของสตรีส่วนใหญ่ของผู้สนทนากลุ่ม มักประเมินว่ามีสาเหตุมาจากบุคคลภายนอก เช่น สามี ญาติพี่น้อง เป็นต้น ดังแสดงสรุปประเด็นตามข้อคำถามไว้ในตาราง 31 ดังนี้

ตาราง 31 แสดงสรุปผลที่ได้จากความคิดเห็นของกลุ่มสนทนาเพื่อเป็นข้อมูลประกอบการจัดทำแนวทางการเผชิญและการป้องกันภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน

ประเด็นคำถาม	สรุปสาระจากการสนทนากลุ่ม
1.ภาวะวิกฤตที่เกิดขึ้น	**ผู้สนทนาคนที่ 1** พ่อเสียตั้งแต่เล็ก มีพี่น้องหลายคน ตนเองเป็นคนกลางไม่ได้เรียนหนังสือต้องช่วยแม่ทำขนมขาย ทำนา รับจ้างทั่วไป ต่อมาเมื่อโตจึงต้องดิ้นรนหาเงินเรียนหนังสือเองจากการศึกษาผู้ใหญ่จนจบ ป.ว.ส.
	ผู้สนทนาคนที่ 2 สามีเสียปี 2545 ในขณะที่ลูก 3 คน กำลังเรียนมหาวิทยาลัยและมัธยมศึกษา จึงต้องตกลงกับลูกคนที่ 2 ให้เรียนมหาวิทยาลัยเปิด ทำงานไปด้วยเรียนด้วย บ้านก็ต้องผ่อนเงินเดือนตนเองก็น้อย ต้องกู้เงินสหกรณ์ส่งลูกเรียน ต้องปรับเปลี่ยนชีวิตทันที จึงมักซึมเศร้าและร้องไห้เมื่ออยู่คนเดียว ดังที่ว่า “คนที่ขาดหัวหน้าครอบครัว คนที่ไปลอย ๆ อยู่กลางอากาศแบบที่ว่าคนตาย ก็คือ อย่างนี้หรือเปล่า คือ เหมือนเราลอย เดินไม่ติดไม่รู้ว่าในหัวเราเหมือนมีนุ่นอยู่ข้างใน ไม่มีสมองคิด พอมานั่งทำงานสมองก็เบลอๆ”
	ผู้สนทนาคนที่ 3 อาศัยอยู่กับครอบครัวสามี ไม่มีบุตร ซึ่งมักจะถูกต่อว่า ดุด่านจากน้องสาวสามีเสมอซึ่งมีอาการทางจิตอยู่บ้างส่วนแม่สามีก็ไม่ช่วย สามีก็ช่วยตักเตือนน้องสาวไม่ได้ และมีแนวโน้มที่บรรยากาศในครอบครัวจะเครียดมากขึ้นเรื่อย ๆ
	ผู้สนทนาคนที่ 4 สามีเสียกะทันหัน ทิ้งหนี้สินไว้ ตนเองมีอาชีพตัดเสื้อผ้า จึงต้องเลี้ยงลูกเองพยายามทำงานหนักให้ได้เงินใช้หนี้และเลี้ยงลูก
	ผู้สนทนาคนที่ 5 สามีไปมีเมียใหม่จึงต้องเลิกกับสามีขณะที่ตั้งท้อง ไม่มีที่อยู่ คลอดลูกไม่มีเงินต้องใช้ผ้าห่อลูกอยู่ 3 วัน ไม่มีเงินซื้อเสื้อผ้าให้ลูก อยู่บ้านแม่ของสามี แม่สามีก็พูดจาไม่ดี เครียดมาตลอด เคยคิดฆ่าตัวตาย น้อยใจในโชคชะตา แต่พอลูกโต สามีกลับมาคืนดี ก็ท้องอีก พอคลอดลูกคนเล็กก็มาทำงานโรงงานทอผ้า สามีก็ทิ้งอีก ไม่มีเงินซื้อนมให้ลูก ต้องเป็นหนี้ และทำงานรับจ้างพิเศษเลี้ยงลูกส่งลูกเรียนจนได้
	ผู้สนทนาคนที่ 6 สามีเสียในขณะที่กำลังขยายกิจการรับเหมาก่อสร้างมีลูกน้องเป็นร้อยคน ส่วนตนเองกำลังทำโรงเรียนอนุบาลมีครูและเจ้าหน้าที่กว่า 80 คน ซึ่งติดหนี้ธนาคารหลายสินล้าน ส่วนลูกชายเรียนอยู่ชั้นมัธยมศึกษา 2 คน จึงเครียดมาก อยากจะเลิกกิจการแต่สงสารลูกน้อง
	ผู้สนทนาคนที่ 7 ป่วยเป็นโรคมะเร็งลำไส้ และถูกเจ้านายชายหลอกจะข่มขืนแต่หนีลอด และข่มขู่ไปบอกสามีให้รู้และสามีไม่เข้าใจ กล่าวหาว่าเป็นผู้หญิงไม่ดี จึงเครียดมากอยากฆ่าตัวตาย
	ผู้สนทนาคนที่ 8 ทำธุรกิจล้ม พ่อก็พึ่งเสีย จึงต้องทำงานทุกอย่างเพื่อเลี้ยงลูก 2 คน และต้องหย่ากับสามี เพื่อไม่ให้มีภาระที่ต้องใช้หนี้ธุรกิจของสามี
2. การจัดการที่ทำให้ผ่านพ้นภาวะวิกฤตชีวิตไปได้อย่างสำเร็จ	**ผู้สนทนาคนที่ 1** มีความขยัน อดทน พึ่งพาตนเองให้ได้ก่อน จากคำพูด “เก็บผัก รับจ้างทำงาน สะสมเงินไว้เพื่อมาเรียนจึงค่อยเดินทางมาหาน้าในหัวเมือง ผักอยู่กับหน้า ทำงานด้วยเรียนไปด้วย” ผู้วิจัยพบว่า ปัญหาวิกฤตได้ผ่านพ้นไปได้ คิดว่าต้องสู้ สู้เพื่อการอยู่คอด สิ่งใดทำได้ทำอะไรที่จะทำให้เป็นเงินได้ไม่ผิดอะไรก็จะทำ ใครจ้างทำอะไรก็ทำหมด เพื่อให้ได้มีเงินไปเรียนหนังสือ และช่วยแม่ไม่ให้ลำบาก

ประเด็นคำถาม	สรุปสาระจากการสนทนากลุ่ม
	ผู้สนทนาคนที่ 2 เรียกสติกลับคืนมา พูดคุยกับสมาชิกในบ้านให้เข้าใจ ยอมรับปัญหาร่วมกัน และพร้อมที่จะเปลี่ยนแปลงตนเองทั้งหมด เพื่อให้สามารถเผชิญปัญหาวิกฤตนั้นไปให้ได้ และจัดทำรายการสิ่งที่ควรจะทำอะไรก่อนหลังเพื่อให้บรรลุเป้าหมาย จากคำพูด “เริ่มต้นคุยกับลูกว่าทำอย่างไรให้ทุกคนได้เรียนให้จบทุกคน ต้องกู้เงินสหกรณ์มาส่งลูก ประหยัด ตัดรายจ่ายเหลือเฉพาะที่จำเป็น เช่น ค่าเทอม ค่ากิน ค่าเช่าบ้าน หนังสือเรียนก็ต้องยืม ขอให้ทุกคนหางานทำเพิ่ม เวลาอยู่กับลูกก็ยิ้มไม่เครียดกับลูก พร้อมตกลงกับลูกว่า แม่มีภาระขออย่าให้ลูกสร้างภาระเพิ่ม โชคดีลูกได้อย่างใจสมกับที่เราเหนื่อย” ในประเด็นนี้ผู้วิจัยพบว่า ปัญหาค่อยคลี่คลายลง มีแนวโน้มที่จะผ่านพ้นได้
	ผู้สนทนคนที่ 3 แก้ปัญหาด้วยการหนีไม่เผชิญหน้ากับน้องสาวของสามี เพื่อลดความตึงเครียดในครอบครัว จากคำพูด “น้องสามีเค้าจะเครียดมากมองคนอื่นว่าเป็นคนผิดหมด ทำอะไรก็ผิด เช่น ทำน้ำหก เรายังไม่ทันได้เช็ด เค้าก็ว่าเราไม่ดี ส่วนตัวเค้าจะดีหมด จนทุกวันนี้ หนีด้วยการไปถึงบ้านทานข้าวเสร็จ เรากับสามีก็จะขึ้นห้อง พยายามไม่พูดกับใคร แล้วก็ไม่เจอหน้าใคร เป็นเช่นนี้มาปีครึ่ง ต่อไปคิดว่าถ้ามีเงินจะย้ายออกจากบ้านนี้แต่พี่สาวแฟนเค้าไม่อยากให้เราย้ายออกไป ในประเด็นนี้ผู้วิจัยพบว่า ปัญหาคงอยู่ยังไม่ถูกแก้ไข
	ผู้สนทนาคนที่ 4 ตั้งใจทำงานอย่างเดียวให้เหนื่อย และไม่ได้คิด จากคำพูด “ ปัญหาวิกฤตให้มันผ่านไปกับที่สามีตายไป พี่ก็ทำงานให้มากขึ้น เลี้ยงลูก 2 คน พูดให้ลูกเข้าใจ ทำงานหนักมากขึ้นลูกเห็นแล้วก็เห็นใจแม่ ทำงานอย่างเดียว แล้วก็ไม่ได้คิดอะไรมาก เพราะไม่ค่อยมีเวลาคิดอะไร” ในประเด็นนี้ผู้วิจัยพบว่า แก้ปัญหาด้วยการปรับอารมณ์และความคิด
	ผู้สนทนาคนที่ 5 อดทน ต่อสู้ มีลูกเป็นเครื่องเหนี่ยวรั้งจิตใจ และขอความช่วยเหลือจากญาติพร้อมกับยึดธรรมะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ ดังคำกล่าวที่ว่า “เคยคิดจะผูกคอตาย ก็เลยนึกถึงลูกต้องอดทนอยู่สู้กับโลกไป ออกจากบ้านสามีมาอยู่บ้านพี่ชาย พยายามแสวงหาบุญกุศลไปบวชชีโกนผมอยู่ 15 วัน เอาธรรมะเข้ามาสอนจิตใจให้เข้มแข็ง คิดว่า เลิกกับสามี สามีไปมีแฟนใหม่ เพราะว่า เราเคยทำกรรมกับเค้าไว้ในอดีตชาติ ชาตินี้จึงมาชดใช้กรรมก็เลยปลง แล้วลูกเป็นคนดี สงสารแม่ เห็นแม่ลำบากช่วยแม่ทำงานตั้งแต่เล็กจนโต ขณะนี้ลูก 2 คนจนจบปริญญาตรี แล้วด้วยความอดทน ยอมทนลำบาก ไม่มีข้าวก็งมหอยโข่งต้มกินกับข้าว ตอนนี้ลูกหางานทำช่วยแม่ได้ชีวิตดีขึ้น แต่ก็ยังต้องใช้หนี้สินอยู่ และช่วงนี้ก็ยังปฏิบัติธรรมอยู่ ให้ธรรมเข้าช่วยให้มีความสุขเกิดชาติหน้าจะได้ดีขึ้น” ในประเด็นนี้ผู้วิจัยพบว่า แก้ปัญหาด้วยการปรับอารมณ์และความคิด
	ผู้สนทนาคนที่ 6 จากเด็กท้องนามาเป็นเจ้าของโรงเรียนอนุบาลชื่อดัง ใช้ความพยายามแสวงหาเพราะชอบทำเป็นทั้งภาระโรงผู้จัดการ ครูใหญ่โรงเรียน อดทนจริงใจ ทำทุกอย่างโดยไม่เอาเปรียบใคร ช่วงวิกฤตสุดที่สามีเสีย มีภาระหนี้สินท่วมตัวแต่ด้วยได้กำลังใจจากมาเซอร์ที่โบสถ์คริสต์แห่งหนึ่ง ทำให้ได้คิดว่า อย่าคิดแต่ตัวเองให้คิด ถึงคนอื่น ๆ รอบให้ข้างให้มาก ๆ จากคำพูด “ เวลาเครียด ก็จะบอกกับลูกว่าไม่มีอะไร ทะกอย่างเรียบร้อย ลูกชาย 2 คน เรียน ร.ด. ก็ต้องให้ผลัดเปลี่ยนกันเรียนด้วยรองเท้าคู่เดียวจะประหยัดให้มาก จนวันนี้ก็คิดว่าวันที่มีกำลังใจที่สุด ก็คือวันที่เราขอทุกสิ่งทุกอย่างกับแม่พระ แล้วก็พระช่วยลูกติดอันดับหนึ่งวิศวะจุฬา

ประเด็นคำถาม	สรุปสาระจากการสนทนากลุ่ม
-ต่อ-	จนกระทั่งวันที่ภูมิใจก็หายเหนื่อยตรงที่โรงเรียนได้รางวัลพระราชทาน เพราะความจริงใจกับทุกคน ไม่คิดร้ายกับใคร ใครทำให้เราโกรธ เราก็จะไม่โกรธตอบ เพราะทำงานก็เหนื่อยอยู่แล้ว และจริง ๆ พอเราไม่คิดถึงตัวเอง เราคิดถึงคนรอบข้าง คิดถึงเด็ก คิดถึงครู คิดถึงลูก คิดถึงบุคคลที่เค้าพึ่งเรา เราก็หวนกลับมาต่อสู้เพื่อเค้าเหล่านั้น ก็จะทำให้เรื่องคนอื่นที่เข้ามา จึงไม่มีเวลาคิดเรื่องเศร้าของตัวเอง ไม่รู้คิดทำไม” ในประเด็นนี้ผู้วิจัยพบว่า แก้ปัญหาด้วยการปรับอารมณ์และความคิด
	ผู้สนทนาคนที่ 7 ต้องอดทน ไม่โกรธ ไม่แค้นตอบ หันพึ่งธรรมะ และมีเพื่อนร่วมงานหญิงที่รู้ใจคอยให้กำลังใจ จากคำพูด “ คนที่เรารักมากที่สุด คือ สามียังไม่เข้าใจเรา แต่ไม่เป็นไรช่วงนี้ก็ไม่รู้ว่าจะมีชีวิตอยู่ยืนนานแค่ไหน ก็ต้องอดทนไม่โต้ตอบใครทั้งสิ้น และเข้าหาธรรมะ สวดมนต์ภาวนาแต่เมตตาทุกวัน ทุกวันนี้ก็รู้สึกมีกำลังใจขึ้น มีเพื่อนที่รู้ใจคอยให้กำลังใจ เราก็เหมือนทำความดี ช่วยเหลือใครได้ก็ช่วย ทำให้สบายใจ พอนาน ๆ สามีก็เริ่มเข้าใจเรา ตอนนี้ก็อยู่กับสามีตอนผ่าตัดนอนอยู่โรงพยาบาล สามีกับลูกมาผลัดกันเฝ้ารู้สึกมีความสุขมาก ทุกวันนี้ก็ไปเข้าวัดปฏิบัติธรรมอยู่เสมอ” ในประเด็นนี้ผู้วิจัยพบว่า แก้ปัญหาด้วยการปรับอารมณ์และความคิด
	ผู้สนทนาคนที่ 8 ต้องอดทน ขยันมีความพยายาม ทำงานอะไรได้ก็ทำ รับจ้างแปลเอกสารญี่ปุ่นอังกฤษ เพราะจบด้านภาษา ขายสินค้าหลายชนิด เพื่อให้ได้เงินมาเพื่อดูแลลูก และนั่งสมาธิปฏิบัติธรรม และจากคำพูด “ เพื่อนบางคนก็กล่าวหาว่าเราบ้า เพราะมีเรื่องแปลก เวลานั่งสมาธิจะมีหลวงพ่อที่วัดที่เราไปปฏิบัติธรรมมาคอยกระซิบบอกว่า พรุ่งนี้ให้ทำอะไรบ้าง ให้ไปพบใครเจรจาธุรกิจจะสำเร็จแน่ และเมื่อทำตามทุกครั้งก็จะสำเร็จ ทุกวันนี้ธุรกิจดีขึ้น จึงยังคงนั่งสมาธิทำบุญมาก ๆ เพราะรู้สึกชีวิตดีขึ้นเรื่อย ๆ” ในประเด็นนี้ผู้วิจัยพบว่า แก้ปัญหาด้วยการปรับอารมณ์และความคิด
3. แนวทางในการป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาภาวะวิกฤตชีวิต	**ผู้สนทนาคนที่ 1** “ คิดว่าไม่ทำเรื่องเก่าขึ้นมาอีก เคยผ่านสถานการณ์ที่ยุ่งยากมาแล้ว ต่อไปจะทำอย่างไรก็ต้องคิดก่อนทำ เพราะในอดีตเราไม่มีประสบการณ์ชีวิต แต่ตอนนี้ เรามี เราจะทำอะไรเราต้องคิดก่อนที่จะทำทุกอย่างลงไป แล้วตัวเราก็จะไม่สร้างเรื่องอะไรคิดว่าป้องกันได้เท่านี้”
	ผู้สนทนาคนที่ 2 “เสียสละ มีเป้าหมายทำอะไรเพื่อคนอื่น เพื่อนลูก เพื่อคนรอบข้าง ทำให้มีกำลังใจในการทำงานมีกำลังในการเผชิญปัญหาต่าง ๆ จริงใจกับทุกคน ก็ได้ผลดีตอบกลับมา ลูกดี คนร่วมงานดีกับเราทุกคน
	ผู้สนทนาคนที่ 3 “ทำตัวให้ร่าเริง ไม่คิดหมกมุ่นไปเค้า หรือทำจิตใจเศร้าหมองไปกับเค้า ชวนกันไปช้อปปิ้ง”
	ผู้สนทนาคนที่ 4 “พี่เป็นคนไม่คิดมาก มีอะไรก็ทำ ทำงานตลอดไม่ต้องคิดอะไรรับจ้างเย็บผ้าทั้งวัน”
	ผู้สนทนาคนที่ 5 “ทำใจให้สบายวันหยุด ศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ ไปทำบุญที่วัดไปปฏิบัติธรรม ถือศีล 8 กับลูกและลูกเขาจะมีวิธีการทำให้แม่หายเครียด คือ แบบ เอาความรักของลูกมาให้แม่เยอะ ๆ ต้องผ่าตัดเนื้องอกสุขภาพไม่ดี แต่ลูกก็มาเฝ้า และพูดแบบติดตลกให้แม่หาย เงินเดือนที่ลูกได้มาก็ให้แม่หมด เป็นค่ายารักษาแม่ ช่วงนี้ชื่นใจกับลูกเป็นความสุขใจอย่างหนึ่ง”

ประเด็นคำถาม	สรุปสาระจากการสนทนากลุ่ม
-ต่อ-	**ผู้สนทนาคนที่6** เมื่อพูดถึงวิกฤตการเงินที่ผ่านมาก็ทรมานมากต้องเสียน้ำตาทุกปี ดังนั้นจึงพยายามไม่คิดและท่องเช้าท่องเย็นว่าชีวิตนี้จะไม่ขอเป็นหนี้ใครอีก จะไปเข้าโบสถ์ทุกเช้า ตื่นตี 4 แล้วนึ่งสอดครึ่งชั่วโมงทุกวัน ทำให้เราสบายในซึ่งทุกวันนี้ พึ่งสิ่งศักดิ์สิทธิ์มากที่สุด สวดมนต์ไหว้พระและช่วยให้มีความสุขกับคนอื่นแล้วความสุขก็จะกลับมาหาตัวเราเข้าใจอย่างนั้นนะคะ”
	ผู้สนทนาคนที่ 7 “หมั่นทำความดี ช่วยคนอื่น เข้าวัดปฏิบัติธรรมอยู่เสมอ มีธรรมะเป็นที่พึ่ง”
	ผู้สนทนาคนที่ 8 “นั่งสมาธิ สวดมนต์แผ่เมตตาให้กับทุกคน โดยเฉพาะให้เจ้ากรรมนายเวร”
4. ข้อเสนอแนะสำหรับสตรีไทยสมรสวัยกลางคน	**ผู้สนทนาคนที่ 1** “พ่อแม่ควรให้เวลากับลูกปัญหาในสังคมปัจจุบันเกิดจากพ่อแม่ให้แต่เงิน โดยไม่คำนึงถึงความต้องการของลูก เด็กมีปัญหา ท้องตั้งแต่ ม.1 ส่งผลให้เป็นปัญหาสังคม ซึ่งพ่อแม่เคยเป็นเด็กก็ต้องคิดเป็นไม่มีความเป็นกุลสตรี”
	ผู้สนทนาคนที่ 2 “อย่าเชื่อมั่นในทางที่ผิด แม่มีอะไรก็ควรตกลงกับลูก พูดคุยกันให้เข้าใจ”
	ผู้สนทนาคนที่ 3 “อย่าเชื่อมั่นในตนเองสูงเกินไป ใครเตือนอะไรก็ควรเชื่อฟังด้วยเก็บมาคิดทบทวน”
	ผู้สนทนาคนที่ 4 “ไม่ควรคิดมาก เรื่องดี ๆ ก็ผ่านไป ทำอยู่กับปัจจุบันในแต่ละวันให้ดี”
	ผู้สนทนาคนที่ 5 “ผู้หญิงถ้ามีสามีไม่ซื่อตรง ก็ควรตั้งใจอย่ารักเค้า รักตัวเองให้มาก เราเกิดคนเดียวเมื่อตายก็ตายคนเดียว ถึงไม่จากเขาวันนี้ เมื่อตายไปก็ต้องจากกัน เขาไม่สามารถเอาใครไปด้วยถ้าเราตายไปสามีมีแฟนใหม่ก็ปล่อยเค้า”
	ผู้สนทนาคนที่ 6“ชีวิตคนเราไม่ได้อะไรมาตลอดเวลา มันจะต้องมีการเสียสละให้คนอื่นด้วยและคอยดูแลลูกดูแลหลาน ก็สบายใจ แต่สุดท้าย แต่ละครอบครัวก็ต่างกัน”
	ผู้สนทนาคนที่ 7 “ ควรยึดหลักปฏิบัติธรรม หาเพื่อนกัลยาณมิตรที่ดีได้พูดคุยปรึกษากัน”
	ผู้สนทนาคนที่ 8 “ควรยึดหลักธรรม เข้าหาธรรมะด้วยการไปฟังเทศน์ อ่านหนังสือ ฟังธรรมปฏิบัติธรรมสม่ำเสมอ เมื่อมีเรื่องทุกข์ก็จะรู้วิธีจัดการหาความสุขได้จากภายในจิตใจเขาเอง”
5. ข้อเสนอแนะที่ให้กับสังคม	1. เด็กควรได้รับการฝึกให้เข้าถึงธรรมะให้มากขึ้นเพราะต่อไปจะเป็นพ่อแม่ 2. ควรมีโรงเรียนสำหรับก่อนแต่งงานและโรงเรียนพ่อแม่ 3. พ่อแม่และเด็กควรได้รับการศึกษาการคิด คิดอย่างมีสติรอบคอบ ค่อย ๆ ทำโดยไม่รีบร้อน 4. พ่อแม่ที่ทำร้ายลูกควรตั้งกฎระเบียบ 5. หน่วยงานพัฒนาสังคมควรมีกลไกและระบบรองรับการดูแลครอบครัว และฝึกทั้งพ่อแม่ลูกที่คาดว่าจะเป็นปัญหาให้กับสังคมอย่างครบวงจร 6. อาจจัดให้มีอาสาสมัครโดยเฉพาะผู้เกษียณแล้วแต่ยังมีคุณค่ามาทำงานเพื่อช่วยเหลือสังคมดูแลหญิงที่เดินทางผิดพลาดในชีวิต
6. รูปแบบความสัมพันธ์ของภาวะวิกฤตที่ได้จากการวิจัย	เห็นด้วยว่า จะมีความเกี่ยวโยงสัมพันธ์กัน กำหนดว่า ถ้าสตรีสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านถ้าเครียดและไม่สามารถแก้ไขหรือปรับตัวได้ ก็จะทำให้มีวิกฤตชีวิต ซึ่งอาจมีสาเหตุมาจากทั้งครอบครัวถ้าทุกคนในครอบครัวคนใดคนหนึ่งไม่มีความสุข ก็ส่งผลให้คนรอบข้างก็ไม่มีความสุข เมื่อมาทำงานเพื่อนร่วมงาน ก็ไม่ยอมรับ ทำงานไม่ได้ คนรอบข้างก็เดือดร้อน ทุกคนที่ร่วมงานหรืออยู่ใกล้ก็เครียดไม่มีความสุขเช่นกัน

จากตาราง 31 พบว่า สตรีสมรสวัยกลางคนที่เคยผ่านภาวะวิกฤตชีวิต และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุขในปัจจุบัน ที่ให้ข้อมูลการสนทนากลุ่ม ส่วนใหญ่เสนอแนวทางการเผชิญปัญหาไว้สามารถสรุปได้ว่า

1. ปรับความคิด เรียกสติให้คงอยู่ ทบทวนและยอมรับกับปัญหา
2. หาแนวทางการแก้ปัญหาทั้งด้วยตนเองและขอความช่วยเหลือจากบุคคลใกล้ชิด
3. พึ่งพิงหลักพุทธศาสนา ปฏิบัติธรรม ระงับอารมณ์ความโกรธ เกลียด ทั้งหมด ใช้ความอดทน ขยันทำงาน ต่อสู้ ไม่ยอมแพ้กับชีวิตและชะตากรรม
4. หากำลังใจจากลูกหลานและบุคคลที่นับถือ

ส่วนแนวทางการป้องกัน

1. ทำจิตใจให้ร่าเริงแจ่มใส
2. พยายามไม่คิดมาก หาอะไรทำ ทำงานที่มีประโยชน์ไปเรื่อย ๆ
3. ยึดหลักธรรมในการดำรงชีวิต
4. ตั้งเป้าหมายระยะสั้น และรู้จักยืดหยุ่นถ้าไม่สามารถทำถึงเป้าหมาย
5. หางานอดิเรกทำเวลาว่าง อาจไปเดินช้อปปิ้งบ้าง ออกกำลังกาย พักผ่อน
6. หมั่นทำความดี ช่วยเหลือผู้อื่น
7. นั่งสมาธิ สวดมนต์แผ่เมตตาให้กับทุกคน ทุกสิ่ง
8. อย่ามีความเชื่อมั่นในตนเองสูงเกินไป ถ้ามีใครเตือนก็ฟังทบทวนเหตุผลความเป็นจริง
9. สิ่งสำคัญอยู่กับครอบครัว รักครอบครัวให้มาก ทำอะไรก็นึกถึงลูก ถึงคนที่เราต้องช่วยเหลือเลี้ยงดู

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงอธิบายถึงความสัมพันธ์เชิงเหตุของ ภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนความแนวคิดรูปแบบลิสเรล (Lisrel model) วิเคราะห์การมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันของตัวแปรสาเหตุสาเหตุเฉพาะบางตัวที่มีต่อภาวะวิกฤตชีวิต ตามแนวคิดรูปแบบปฏิสัมพันธ์นิยม (Interaction model) เป็นกรอบในการประมวลเอกสาร และกำหนดตัวแปรเชิงเหตุที่เกี่ยวข้องกับภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรส และผลกระทบจากการเกิดภาวะวิกฤต โดยมีวัตถุประสงค์การวิจัยครั้ง

1. ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน
2. วิเคราะห์ดัชนีวัดภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน ตามการรับรู้ของตนเอง
3. สร้างและพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ ของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้านในกลุ่มภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชนและกลุ่มรวม
4. ศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในกลุ่มปัจจัยด้านบุคคล ด้านสังคมเมือง กับตัวแปรในกลุ่มปัจจัยด้านครอบครัวและด้านการทำงานจะส่งผลต่อภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสในกลุ่มรวม
5. ศึกษาผลกระทบของวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน และ ค้นหาแนวทางในการป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน

และมีสมมติฐานการวิจัย ดังนี้

1. ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน ปัจจัยด้านสังคมเมืองมีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชนและกลุ่มรวม
2. ความเครียด การเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์ และการปรับตัว เป็นดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านได้
3. รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิต ของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนตามสมมติฐานมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ที่ได้จากกลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ กลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ กลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน และกลุ่มรวม
4. สตรีไทยสมรสที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมากและมีภาระต่อครอบครัวมาก จะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและมีภาระต่อครอบครัวน้อย
5. สตรีไทยสมรสที่มีสมาชิกในครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก และมีการ

สนันสนุนจากครอบครัวน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีสมาชิกในครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและมีการสนันสนุนจากครอบครัวมาก

6. สตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยและมีการสนันสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีการสนับสนุนจากครอบครัวมากและมีการสนันสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชามาก

7. สตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวน้อยและมีความคลุมเครือในงานมาก จะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวมากและมีความคลุมเครือในงานน้อย

8. สตรีไทยสมรสที่มีระยะเวลาน้อยที่อาศัยอยู่กับสามี มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสน้อย และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อย จะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามีมาก มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสมาก และมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านมาก

สามารถสรุปขั้นตอนในการดำเนินการวิจัยแบ่งเป็น 3 ขั้นตอนใหญ่ ๆ คือ

ตอนที่ 1 สร้างและพัฒนาการรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคันที่ทำงานในภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน

1.1 ศึกษาแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับทฤษฎีภาวะวิกฤต จิตวิทยากลุ่มรู้คิดบุคลิกภาพ จิตวิทยาการปรับตัว ทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคมของอิริคสัน ทฤษฎีความเครียดและเผชิญปัญหา และแนวคิดความสัมพันธ์ในครอบครัว ค่านิยมการใช้ชีวิตในครอบครัว ความเครียดจากการทำงาน การเปลี่ยนแปลงทางสังคมเมืองความรุนแรง และพฤติกรรมก้าวร้าว

1.2 ศึกษาองค์ประกอบของปัจจัยแต่ละด้านและความหมายของตัวแปรที่ศึกษาทั้งหมดประกอบด้วยปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน ปัจจัยด้านสังคมเมือง ภาวะวิกฤตชีวิต และผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิตของบุคคล โดยการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญทางจิตวิทยาจำนวน 5 คนเพื่อพัฒนาความหมายตัวแปรและองค์ประกอบต่างๆของภาวะวิกฤตให้สมบูรณ์

1.3 จัดทำต้นแบบของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุและดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล (ดังภาพประกอบ 2)

ตอนที่2 ตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ ของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์

2.1 คัดเลือกกลุ่มประชากรเป็นสตรีไทยที่แต่งงานแล้วมีอายุระหว่าง 35-55 ปี มีบุตรอย่างน้อย 1 คนและทำงานนอกบ้านในหน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ และเอกชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล รวมจำนวนทั้งสิ้น 1,375 คน ปฏิบัติงานในหน่วยงานต่าง ๆ ดังนี้

หน่วยงานภาครัฐ ประกอบด้วย กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ และกระทรวงคมนาคม รวมทั้งสิ้น 367 คน

หน่วยงานรัฐวิสาหกิจ ประกอบด้วย การไฟฟ้านครหลวง การสื่อสารแห่งประเทศไทย การขนส่ง การประปานครหลวง แบะการเคหะแห่งชาติ รวม 534 คน

หน่วยงานเอกชน ประกอบด้วย ธนาคารพานิชย์ บริษัทในธุรกิจอสังหาริมทรัพย์ โรงพยาบาลเอกชนและสำนักพิมพ์ไทยรัฐ บ้านเมืองและ The Nation รวมทั้งสิ้น 474 คน

กลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย 2 กลุ่มใหญ่ คือ

กลุ่มแรก เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของรูป แบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านความสมมติฐานกับข้อมูลความคิดเห็นที่เก็บรวบรวมจากแบบสอบถาม รวม 1,375 ฉบับ ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมลิสเรลเวอร์ชั่น 8.72

กลุ่มสอง เป็นกลุ่มตัวอย่าง สำหรับการสนทนากลุ่มเพื่อค้นหาแนวทางในการเผชิญและแก้ปัญหาภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสที่ทำงานนอกบ้าน เพื่อจัดทำเป็นคู่มือต่อไป

2.2 การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง ตามแนวคิดไลน์ดีแมน มีเนนด้าและโกลด์และวิสล์ (Linderman, Merenda & Gold, 1980:163 & Weiss,1972 ;อ้างใน นงลักษณ์ วิรัชชัย, 2542:54) คือ อัตราส่วนระหว่างจำนวนตัวอย่างต่อจำนวนพารามิเตอร์ เท่ากับ 20 ต่อ 1 โดยประมาณ

2.3 กำหนดตัวแปรสำหรับการศึกษาวิจัย ประกอบด้วย

ตัวแปรแฝงภายนอก ซึ่งเป็นตัวแปรสาเหตุ ได้แก่

1. ปัจจัยด้านบุคคล วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัว คือ บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และประสบการณ์สูญเสียในชีวิต
2. ปัจจัยด้านสังคมเมือง วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัว คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน และสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย

ตัวแปรแฝงภายใน ซึ่งเป็นตัวแปรสาเหตุ 2 ตัว และตัวแปรผล 2 ตัว

1. ปัจจัยด้านครอบครัว วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 4 ตัว คือ ภาระต่อครอบครัว สัมพันธภาพกับคู่สมรส การสนับสนุนจากครอบครัว และความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว
2. ปัจจัยด้านการทำงาน วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 4 ตัว คือ ภาระงาน ความก้าวหน้าในงาน ความคลุมเครือในงาน และการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา
3. ภาวะวิกฤตชีวิต ซึ่งเป็นตัวแปรผล วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัว คือ ความเครียด การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ และการปรับตัว
4. ผลกระทบจาก ภาวะวิกฤต ซึ่งเป็นตัวแปรผล วัดจากตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัว คือ การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง ผลกระทบต่อการทำงาน และความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย มีจำนวน 3 ชุด ประกอบด้วย

ชุดที่1 แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง มีจำนวนข้อคำถาม 5 ประเด็นคือ เพื่อนำคำตอบมาใช้ประกอบการสร้างรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคันตามสมมติฐาน และใช้ประกอบการกำหนดนิยามปฏิบัติของตัวแปร และการสร้างข้อคำถามในแบบสอบถามการวิจัย

ชุดที่2 แบบสอบถามการวิจัย เพื่อใช้ตรวจสอบรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน (ดังภาคผนวก) มีจำนวนข้อคำถามรวม 244 ข้อเป็นมาตราประมาณคา 6 ระดับ คือ เป็นจริงมากที่สุด เป็นจริงมาก เป็นจริงค่อนข้างมาก เป็นจริงค่อนข้างน้อย เป็นจริงน้อย ไม่จริงเลย คือ ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลทั่วไป บุคลิกภาพและประสบการณ์สูญเสียในชีวิตมีจำนวน 33 ข้อ ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ และพฤติกรรมในครอบครัวมีจำนวน 52 ข้อ ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้และพฤติกรรมในการทำงานมีจำนวน 49 ข้อ ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ต่อชีวิตในสังคมเมืองมีจำนวน 19 ข้อ ตอนที่5 แบบสอบถามเกี่ยวกับการเรียนรู้ถึงภาวะวิกฤตชีวิตของตนเองมีจำนวน 42 ข้อ และตอนที่ 6 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ ถึงผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิต มีจำนวน 49 ข้อ และแบบสอบถามปลายเปิดที่เกี่ยวกับแนวทางในการเผชิญและจัดการกับภาวะวิกฤตชองตนเอง เพื่อใช้ประกอบการหาข้อสรุปในการจัดทำคู่มือเกี่ยวกับแนวทางการเผชิญ และการจัดการกับภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน

ชุดที่ 3 แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง เพื่อใช้ในการสนทนากลุ่ม โดยให้ข้อมูลจำนวน 8 คน เป็นสตรีไทยสมรสที่ประสบความสำเร็จทั้งด้านครอบครัวและการทำงาน แต่งงานกับสามีมานานเป็นเวลามากกว่า 10 ปี และเคยผ่านประสบการณ์วิกฤต เพื่อนำข้อมูลที่ได้จาก การสนทนากลุ่มมาประกอบการอภิปรายผล ที่ได้จากการวิจัยและนำมาประกอบการจัดทำคู่มือเกี่ยวกับ แนวทางการเผชิญและจัดการกับภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน

การสร้างและพัฒนาเครื่องมือในการวิจัย พัฒนามาจากแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องและผลการสัมภาษณ์และปรับปรุงมาจากแบบสอบถามที่ผู้พัฒนาขึ้น โดยมีการตรวจสอบความตรงโครงสร้าง เนื้อหา ภาษาที่ใช้ในเครื่องมือจากผู้เชี่ยวชาญจำนวน 7 คน พร้อมนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุตรอย่างน้อย 1 คน ที่ทำงานในหน่วยงานราชการ จำนวน 99 คน ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามอยู่ระหว่าง 0.7646-0.9531

ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีบุตรอย่างน้อย 1 คน ที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชน รวม 2,400 ฉบับ แต่ได้แบบสอบถามที่ตอบกลับมาที่มีความสมบูรณ์ครบทุกข้อรวมจำนวน 1,375 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 57.29 คณะผู้วิจัยได้ตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลก่อน ทำการกำหนดรหัสและลงรหัสก่อนวิเคราะห์ข้อมูลและทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าสถิติพื้นฐานด้วยโปรแกรม SPSS for windows version 11 ใช้ในการวิเคราะห์ เปรียบเทียบสามกลุ่มตัวอย่างที่เกี่ยวกับจำนวน ร้อยละของข้อมูล

เบื้องต้น ลักษณะการแจกจงของตัวแปรทั้งหมด การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรสังเกตได้ในตัวแปรแฝงทุกตัว วิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียรสันระหว่างตัวแปรสังเกตได้รายคู่ และวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน เพื่อตรวจสอบดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิต และดัชนีวัดผลกระทบจากภาวะวิกฤต และวิเคราะห์ความสอดคล้องของรูปแบบเพื่อตรวจสอบความตรงของรูปแบบตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ที่ได้จากความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างทั้งสามกลุ่มด้วยโปรแกรม Lisrel version 8.72 พร้อมศึกษาเส้นทางอิทธิพลระหว่างตัวแปรในรูปแบบของทั้งสามกลุ่ม โดยวิเคราะห์ค่าประมาณพารามิเตอร์ ค่ามาตรฐานของพารามิเตอร์ อิทธิพลทางตรง อิทธิพลทางอ้อม และอิทธิพลรวม ตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ด้วยค่าสถิติไค-สแควร์ (chi-square) ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI-Goodness of Fit Index) ดัชนีวัดระดับความกลมกลืนที่ปรับแก้ (AGFI – Adjust Goodness of Fit Index) ดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของเศษ (RMR – Root Mean Squared Residual) และดัชนีรากกำลังสองเฉลี่ยของค่าความแตกต่างโดยประมาณ (Root mean Square Error of Approximation)

สรุปผลการวิจัย

สามารถสรุปผลการวิจัยโดยแบ่งเป็นตอน ได้ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่าง

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรสังเกตุได้ที่วัดตัวแปรแฝง ภาวะวิกฤตชีวิต ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านสังคมเมือง ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านการทำงาน ระหว่างกลุ่มตัวอย่างสามกลุ่ม โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA)

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัวที่ใช้การพัฒนารูปแบบ ความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน และ ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน เพื่อยืนยันดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มตัวอย่างรวม และ ดัชนีวัดผลกระทบจากภาวะวิกฤต

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของรูปแบบ เพื่อตรวจสอบความตรงของรูปแบบตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ของกลุ่มตัวอย่างสามกลุ่ม และปัจจัยที่อิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน

ตอนที่ 6 ผลการวิเคราะห์ การปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตุได้บางตัวในกลุ่มปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง ที่ส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวังกลางคนในกลุ่มตัวอย่างรวม

ตอนที่ 7 แนวทางในการเผชิญและป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้นของกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มสตรีไทยสมรสที่ทำงานในภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน

1. ช่วงอายุของกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสามกลุ่ม อายุระหว่าง 35-55 ปีส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 50-55 ปี คิดเป็นร้อยละ 26.8 ซึ่งสตรีที่ทำงานในภาครัฐมีอายุเฉลี่ยมากที่สุด คือ 47.409 ปี รองลงมา สตรีที่ทำงานรัฐวิสาหกิจและเอกชนคือ 44.170 ปี และ 43.374 ปี ตามลำดับ

2. ช่วงอายุงาน ของกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสามกลุ่ม ช่วง 1-35 ปี ส่วนใหญ่มีอายุงานอยู่ระหว่าง 15-19 ปี คิดเป็นร้อยละ 28.2 ซึ่งสตรีที่ทำงานในรัฐวิสาหกิจมีอายุงานมากที่สุดเฉลี่ย คือ 17.324 ปี รองลงมาเป็นสตรีที่ทำงานภาครัฐและเอกชน คือ 15.749 ปี และ 13.207 ปีตามลำดับ

3. ระดับการศึกษา ของกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสามกลุ่ม ส่วนใหญ่จบการศึกษาในระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 80.9 รองลงมาเป็น ต่ำกว่าปริญญาตรี ปริญญาโท และปริญญาเอก คิดเป็นร้อยละ 17.1 ,7.6 และ 0.5 ตามลำดับ และสตรีที่จบการศึกษาระดับปริญญาตรีสูงสุดคือ สตรีทำงานเอกชน คิดเป็นร้อยละ 91.8

4. ตำแหน่งบริหาร ของกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสามกลุ่ม ส่วนใหญ่ มีตำแหน่งบริหารอยู่ในระดับต้น คิดเป็นร้อยละ 49.2 รองลงมาเป็นไม่มีตำแหน่ง มีตำแหน่งบริหารระดับสูงและมีตำแหน่งบริหารระดับกลาง คิดเป็นร้อยละ 28.1, 14.5 และ 8.2 ตามลำดับ และกลุ่มสตรีทำงานในภาครัฐส่วนใหญ่มีตำแหน่งบริหารระดับต้นและสูง สตรีทำงานในภาครัฐวิสาหกิจส่วนใหญ่ไม่มีตำแหน่งบริหาร และสตรีทำงานเอกชนส่วนใหญ่มีตำแหน่งบริหารอยู่ในระดับต้น

5. ระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามีของกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสามกลุ่ม ช่วง 1-37 ปี ส่วนใหญ่อยู่ด้วยกันมา 10-14 ปี คิดเป็นร้อยละ 34.3 ซึ่งสตรีทำงานในหน่วยงานรัฐวิสาหกิจ มีระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามีสูงสุดเฉลี่ย 16.155 ปี รองลงมาเป็นสตรีทำงานภาครัฐ และเอกชน คือ 13.376 และ 12.968 ปี ตามลำดับ

6. จำนวนสมาชิกในครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสามกลุ่มอยู่ในช่วง 3-14 คน ส่วนใหญ่มี 4-5 คน คิดเป็นร้อยละ 71.5 ซึ่งสตรีทำงานทั้งในหน่วยงานรัฐวิสาหกิจ เอกชน และภาครัฐมีจำนวนสมาชิก 4-5 คนในครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 76.2, 68.8 และ 68.1 ตามลำดับ

7. จำนวนบุตรของกลุ่มตัวอย่าง รวมทั้งสามกลุ่มอยู่ในช่วง 1-6 คน ส่วนใหญ่มี 2 คน คิดเป็นร้อยละ 56.8 ซึ่งสตรีทำงานทั้งในหน่วยงานเอกชน รัฐวิสาหกิจ และภาครัฐ ส่วนใหญ่มีบุตร 2 คน คิดเป็นร้อยละ 60.8 ,59.4 และ 48.6 ตามลำดับ

8. รายได้เฉพาะของตนเองของกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสามกลุ่ม อยู่ในช่วง 4,000-165,000 บาท / เดือน ซึ่งสตรีที่ทำงานในภาครัฐ มีรายได้ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงต่ำกว่าหรือเท่ากับ 15,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 28.1 ส่วนสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจส่วนใหญ่มีรายได้มากกว่า 25,001 ขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 57.1 และสตรีทำงานเอกชนส่วนใหญ่มีรายได้อยู่ในช่วง 15,001-20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 38.8 เมื่อพิจารณา

ค่าเฉลี่ยของรายได้ พบว่า สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจมีรายได้เฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 31,091.667 บาท/เดือน รองลงมาเป็นสตรีทำงานราชการและเอกชนตามลำดับ คือ 20,220.447 และ 20,033.650 บาท/เดือน ตามลำดับ

9. รายได้รวมทั้งครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างรวมทั้งสามกลุ่ม อยู่ในช่วง 10,000-400,000 บาท/เดือน ซึ่งสตรีทำงานในภาครัฐและเอกชนมีรายได้รวมทั้งครอบครัวส่วนใหญ่อยู่ในช่วง 35,000 -50,000 บาท/เดือน คิดเป็นร้อยละ 45.0 และ 59.9 ตามลำดับ ส่วนสตรีทำงานในรัฐวิสาหกิจมีรายได้รวมทั้งครอบครัวสูงสุดอยู่ในช่วงมากกว่า 65,001 บาท/เดือน ขึ้นไปคิดเป็นร้อยละ 44.4 เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของรายได้รวมพบว่าสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจมีรายได้เฉลี่ยรวมทั้งครอบครัวสูงสุดคิดเป็น 67,551.049บาท/เดือน รองลงมาเป็นสตรีทำงานเอกชนและราชการมีรายได้เฉลี่ยรวมกันทั้งครอบครัวเท่ากับ 40,980.591 และ 40,444.027 บาท/เดือน ตามลำดับ

10. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม ที่มีลักษณะทางชีวสังคมที่แตกต่างกัน พบว่า สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีอายุ ตำแหน่งบริหาร ระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามี จำนวนสมาชิกในครอบครัว จำนวนบุตรและรายได้รวมกันทั้งครอบครัวที่แตกต่างกันจะมีภาวะวิกฤตชีวิตที่แตกต่างกันด้วยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีประสบการณ์การทำงาน ระดับการศึกษา และรายได้ของตนเองที่แตกต่างกันจะมีภาวะวิกฤตชีวิตที่แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

เมื่อเปรียบเทียบด้วยค่าเฉลี่ยของคะแนน ภาวะวิกฤตชีวิตที่ประกอบด้านความเครียดพบว่า สตรีภาครัฐมีความเครียดมากสุดด้วยค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.403 รองลงมาเป็นสตรีทำงานเอกชนและรัฐวิสาหกิจเท่ากับ 3.342 และ 3.336 ตามลำดับ ส่วนการเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์ได้ไม่เหมาะสมมากที่สุด คือ สตรีที่ทำงานเอกชนด้วยค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.106 รองลงมาเป็นสตรีทำงานภาครัฐและรัฐวิสาหกิจ เท่ากับ 3.928 และ 3.821 ตามลำดับ ส่วนการปรับตัวไม่เหมาะสมมากที่สุด คือ สตรีทำงาน ภาครัฐ ด้วยค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.754 รองลงมาเป็นสตรีทำงานเอกชน และรัฐวิสาหกิจเท่ากับ 4.224 และ 3.836 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของตัวแปรสังเกตได้ที่วัดตัวแปรแฝงภาวะวิกฤตชีวิต ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านสังคมเมือง ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านการทำงาน ระหว่างกลุ่มตัวอย่างสามกลุ่มโดยใช้การวิเคราะห์ ความแปรปรวน แบบทางเดียว (One way ANOVA)

พบว่า ตัวแปรภาวะวิกฤตชีวิต ผลกระทบจากภาวะวิกฤต ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านสังคมเมือง ปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านการทำงาน ของทั้งสามกลุ่มตัวอย่าง พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 เป็นรายคู่ ทั้งคู่ระหว่างกลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ กับ กลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ กลุ่ม 1 สตรีทำงานภาครัฐ กับ กลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน และคู่ระหว่างกลุ่ม 2 สตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ กับกลุ่ม 3 สตรีทำงานเอกชน ดังนั้นทั้งสามกลุ่มตัวอย่างจึง

มีความเหมาะสมที่นำมาเปรียบเทียบและตรวจสอบความสอดคล้องของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนตามสมมติฐาน

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์ ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ 18 ตัว ที่ใช้ในการพัฒนารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน และผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคู่ตัวแปรสังเกตได้ของทั้งสามกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีความแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 คือ กลุ่มสตรีทำงานในกลุ่มรวมมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แตกต่างจากศูนย์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เท่ากับ 142 คู่ จากทั้งหมด 152 คู่ กลุ่มสตรีทำงานภาครัฐและรัฐวิสาหกิจ มีจำนวนเท่ากับ 137 คู่ จากทั้งหมด 152 คู่ เท่ากัน ส่วนสตรีทำงานเอกชน มีจำนวนเท่ากับ 134 คู่ จากทั้งหมด 152 คู่ เมื่อพิจารณาในกลุ่มรวมพบกว่าตัวแปรสังเกตได้ คือ การปรับตัว ความคลุมเครือในงาน และสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านนั้น มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับตัวแปรสังเกตได้ตัวอื่น ๆ ทุกตัว ด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ อยู่ระหว่าง 0.057-0.811 และ ตัวแปรสังเกตได้คู่ที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุด คือ ความเครียด กับสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านเท่ากับ 0.881 รองลงมาเป็นคู่ระหว่าง บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวกับประสบการณ์สูญเสียในชีวิต คู่ระหว่างบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวกับภาระงาน คู่ระหว่างความเครียดกับผลกระทบต่อการทำงาน โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ 0.802, 0.778 และ 0.770 ตามลำดับ

ส่วนผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณของตัวแปรชีวสังคม ตัวแปรสังเกตได้ทั้งหมดในการทำนายภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม พบว่า ตัวแปรชีวสังคมประกอบด้วย อายุ ประสบการณ์การทำงาน ระยะเวลาที่อยู่กับสามี และรายได้รวมทั้งครอบครัว มีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐานน้อยมากอยู่ระหว่าง 0.007-0.041 แสดงว่าตัวแปรชีวสังคม แทบจะไม่มีอิทธิพลในการทำนาย ภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวม แต่เมื่อพิจารณาตัวแปรปัจจัยทั้งหมดที่รวมตัวแปรชีวสังคมด้วยสามารถร่วมกันในการทำนายภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มรวมได้ร้อยละ 79.2 โดยตัวแปรที่น้ำหนักในการทำนายสูงสุด คือ สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน รองลงมา คือ ความคลุมเครือในงาน สัมพันธภาพกับคู่สมรส ภาระงาน ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว ภาระต่อครอบครัว ความก้าวหน้าในงาน บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา ตามลำดับ

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันเพื่อกำหนดดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มตัวอย่างรวม และผลกระทบจากภาวะวิกฤต

พบว่า ความเครียด การเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์ และการปรับตัวเป็นดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านมีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ 0.36 ,0.97 และ 0.99 ตามลำดับ และสามารถทำนายได้อยู่ในระดับสูงเท่ากับร้อยละ 13, 95 และ 99 ตามลำดับ ด้วยดัชนีวัดความสอดคล้อง ไค- สแควร์ = 3221.09, df = 616, P-value =0.00 , GFI = 0.90 , AGFI =0.86 , CFI =0.98, RMR = 0.14 และ RMSEA = 0.054 ส่วนองค์ประกอบด้าน การสูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง ผลกระทบต่อการทำงาน และความรุนแรงต่อตนเองและครอบครัว มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ 0.89, 0.86 และ 0.90 ตามลำดับ เป็นดัชนีวัดผลกระทบจากภาวะวิกฤตได้ด้วยร้อยละในการทำนายอยู่ในระดับสูงเท่ากับ 79, 75 และ 81 ตามลำดับ ด้วยดัชนีวัดความสอดคล้อง ไค- สแควร์ = 9875.53, df = 99.1, P-value =0.00, GFI = 0.77 , AGFI =0.72 , CFI =0.97, RMR = 0.15 และ RMSEA = 0.081 ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 2

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้องของรูปแบบเพื่อตรวจสอบความตรงของรูปแบบตามสมมติฐานกับข้อมูลเชิงประจักษ์ของกลุ่มตัวอย่างสามกลุ่ม และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน

1.1 ปัจจัยทั้ง 4 ด้าน คือ ด้านบุคคล ด้านครอบครัว ด้านการทำงาน และด้านสังคมเมือง พบว่า มีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อตัวแปรตาม 2 ตัวคือ ภาวะวิกฤตชีวิตตามการรับรู้ของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนและผลกระทบจากภาวะวิกฤต ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 1

1.2 ผลการวิเคราะห์ความสอดคล้อง ของรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิต พบว่ารูปแบบตามสมมติฐาน มีความสอดคล้องกับข้อมูลความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 3 กลุ่มและกลุ่มรวม โดยรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุนี้สามารถทำนายค่าความแปรปรวนของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชนและกลุ่มรวม ได้ร้อยละ 95, 84, 80 และ 89 ตามลำดับ และสามารถทำนายค่าความแปรปรวนของผลกระทบต่อภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ เอกชนและกลุ่มรวม ได้ร้อยละ 46, 92, 62 และ 69 ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 3

1.3 รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคน ที่ทำงานภาครัฐ มีความสอดคล้องกับรูปแบบสมมติฐานอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง พิจารณาจากดัชนีวัดความพอดีคือ ไค-สแควร์ = 954.91 , P-value = 0.00 , df = 103 , GFI = 0.78 , AGFI = 0.63 , CFI =0.88, RMR = 0.098 และ RMSEA = 0.150 ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 3

5.4 รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคน ที่ทำงานในหน่วยงานรัฐวิสาหกิจ มีความสอดคล้องกับรูปแบบสมมติฐานอยู่ในเกณฑ์ปานกลางโดยพิจารณาจากดัชนีวัดความพอดี คือ ไค-สแควร์ = 1029.92 , P-value =0.00 df = 106 , GFI = 0.82 , AGFI =0.71 , CFI =0.91, RMR = 0.13 และ RMSEA = 0.12 ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 3

5.5 รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานเอกชน มีความสอดคล้องกับรูปแบบสมมติฐานอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง โดยพิจารณาจากดัชนีวัดความพอดี คือ ไค- สแควร์ = 1165.92 , P-value =0.00 df = 103 , GFI = 0.79, AGFI =0.64 , CFI =0.87, RMR = 0.19 และ RMSEA = 0.14 ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 3

5.6 รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในกลุ่มรวม มีความสอดคล้องกับรูปแบบสมมติฐานอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง โดยพิจารณาจากดัชนีวัดความพอดี คือ ไค- สแควร์ = 1393.15 , P-value =0.00 df = 54 , GFI = 0.90 , AGFI =0.68 , CFI =0.95, RMR = 0.15 และ RMSEA = 0.13 ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 3

ตอนที่ 6 ผลการวิเคราะห์ การปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้บางตัวในกลุ่มชีวสังคม ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง ที่ส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิต ของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในกลุ่มตัวอย่างรวม โดยใช้การวิเคราะห์ ความแปรปรวนแบบสามทาง (Three way ANOVA)

เมื่อทำการศึกษาปฏิสัมพันธ์ร่วมกันระหว่างตัวแปรชีวสังคม ตัวแปรสังเกตได้ในแต่ละกลุ่มปัจจัยที่มีระดับแตกต่างกันจะมีผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตที่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติหรือไม่ โดยกำหนดคู่ตัวแปรร่วมกันในการทำนาย ภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนไว้โดยคณะวิจัยวัดตัวแปรภาวะวิกฤตชีวิตจากคะแนนรวมของทั้ง 3 องค์ประกอบเป็นมิติเดียว ดังสมมติฐานการวิจัยดังนี้

4.1 สตรีไทยสมรสที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมากและมีภาระต่อครอบครัวมากจะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีรายได้รวมทั้งครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและมีภาระต่อครอบครัวน้อยซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 4

4.2 สตรีไทยสมรสที่มีสมาชิกในครอบครัวน้อย มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมากและมีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยจะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีสมาชิกในครอบครัวมาก มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อยและมีการสนับสนุนจากครอบครัวมาก ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 5

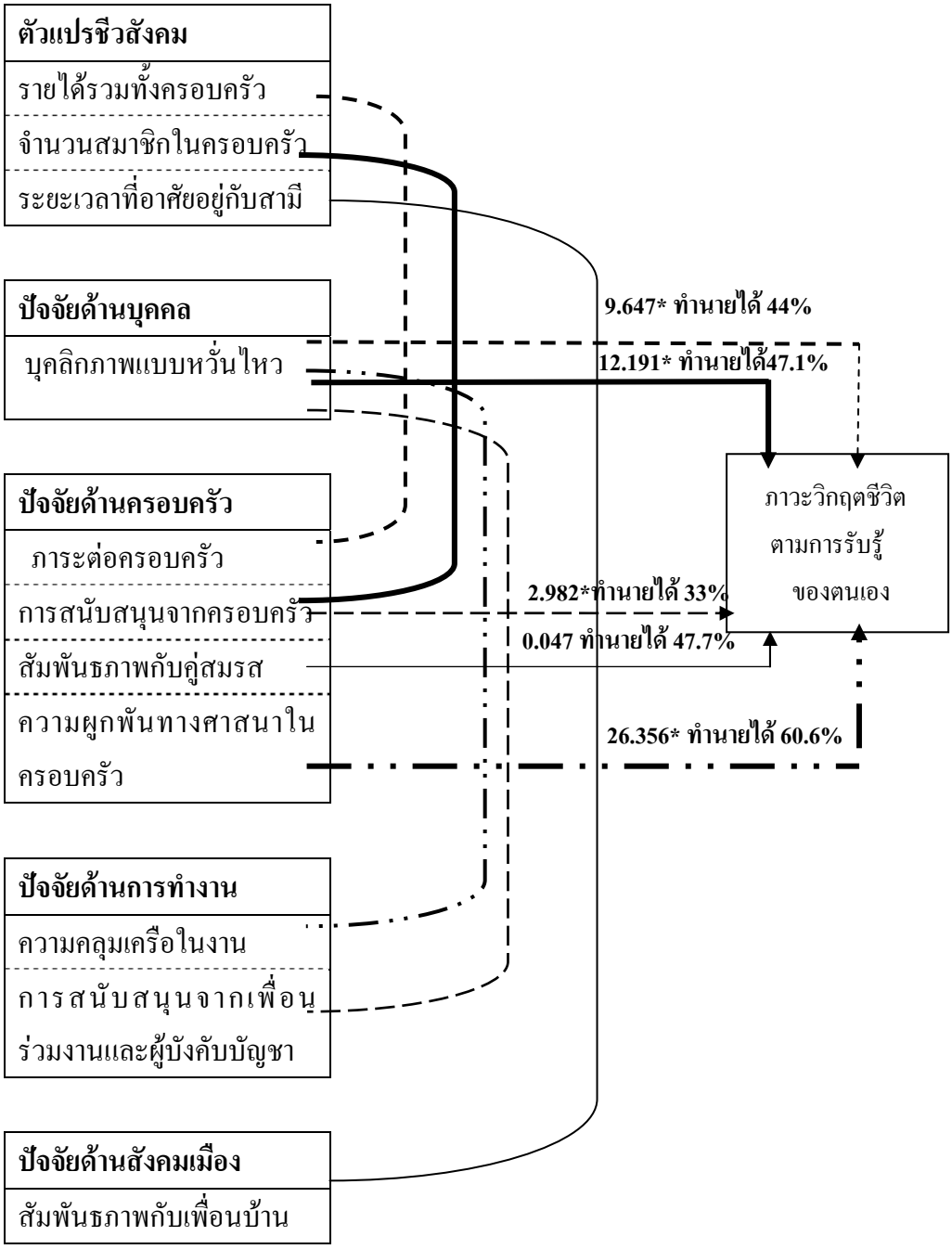
4.3 สตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีการสนับสนุนจากครอบครัวน้อยและมีการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาน้อยจะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีการสนับสนุนจากครอบครัวมากและมีการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชามาก ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 6

4.4 สตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวน้อยและมีความคลุมเครือในงานมากจะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวน้อย มีความผูกพันทางศาสนาในครอบครัวมากและมีความคลุมเครือในงานน้อย ซึ่งสอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 7

4.5 สตรีไทยสมรสที่มีระยะเวลาน้อยที่อาศัยอยู่กับสามี มีสัมพันธภาพน้อยกับคู่สมรสและมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อยจะมีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีระยะเวลามากที่

อาศัยอยู่กับสามี มีสัมพันธภาพกับคู่สมรสมากและมีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านมากซึ่งไม่สอดคล้องตามสมมติฐานข้อ 8 เนื่องจาก ระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามี และสัมพันธภาพกับคู่สมรสพบว่า ไม่มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันที่จะมีผลต่อภาวะวิกฤตชีวิต แสดงว่าสตรีไทยที่อาศัยอยู่กับสามีเป็นเวลานาน ไม่จำเป็นต้องมามีสัมพันธภาพที่ดีกับคู่สมรส

ซึ่งสามารถสรุปเป็นแผนภาพการปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้ดังภาพประกอบ



ภาพประกอบ 14 สรุปการปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้บางตัวที่มีปฏิสัมพันธ์ ในกลุ่มชีวสังคม ปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน และปัจจัยด้านสังคมเมือง ที่ส่งผลกระทบต่อภาวะวิกฤตชีวิตสตรีในกลุ่มรวม

ตอนที่ 7 แนวทางในการเผชิญและป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน

สรุปผลที่ได้จากการสนทนากลุ่ม พบว่า สภาพปัญหาวิกฤตที่เกิดขึ้น ส่วนใหญ่เป็นสาเหตุมาจากการได้รับสิ่งเร้าภายนอก เช่น สูญเสียบุคคลใกล้ชิด ปัญหาทางการเงิน ปัญหาจากบุคคลรอบข้าง ปัญหาส่วนตัว ปัญหาการทำธุรกิจไม่ประสบความสำเร็จ ส่วนปัญหาด้านครอบครัวของตนเองและด้านการทำงานในที่ทำงานเป็นส่วนหนึ่ง แต่การรับรู้ของสตรีส่วนใหญ่ของผู้สนทนากลุ่ม มักประเมินว่ามีสาเหตุมาจาก บุคคลภายนอก เช่น สามี ญาติพี่น้อง เป็นต้น และใช้การแก้ปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์และความคิด โดยอาศัยธรรมมะ เป็นเครื่องยึดเหนียว พร้อมปฏิบัติธรรม และได้รับกำลังใจจากลูกโดยมุ่งเป้าหมายที่ลูกให้เติบโตและได้รับการพัฒนาด้วยดี หาเพื่อนกัลยาณมิตรที่ดีได้พูดคุยปรึกษากัน ทำตัวให้ร่าเริง ไม่คิดหมกมุ่นเปลี่ยนบรรยากาศไปไหนมาไหนบ้าง บางคนก็ทำงานตลอดเพื่อไม่ต้องคิดเรื่องที่ทำให้เศร้าหมอง เป็นต้น

การอภิปรายผล

1. จากลักษณะความสัมพันธ์เชิงเหตุระหว่างปัจจัยด้านบุคคล ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านการทำงาน ปัจจัยด้านสังคมเมือง พบว่ามีอิทธิพลทางตรงและทางอ้อมต่อภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชน แต่เมื่อพิจารณารูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มสตรีทำงานในภาครัฐนั้น พบว่า มีปัจจัยด้านสังคมเมืองและด้านการทำงานเท่านั้นที่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะวิกฤตชีวิต ด้วยน้ำหนักอิทธิพลที่มาก เท่ากับ -0.25 และ 0.77 ตามลำดับ นั่นคือ การรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีทำงานภาครัฐจะเกิดขึ้นมากเนื่องมาจากสาเหตุโดยตรงคือ การที่มีสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้านน้อย และอยู่ในชุมชนที่อาศัยที่ไม่น่าอยู่ ประกอบกับการทำงานที่มีภาระงานมาก มีความก้าวหน้าในงานน้อย มีความคลุมเครือในงานมากและได้รับแรงสนับสนุนมากจากเพื่อนร่วมงาน และผู้บังคับบัญชาน้อย ส่วนรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ ของภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มสตรีทำงานในหน่วยงานรัฐวิสาหกิจและเอกชน พบว่า ปัจจัยด้านครอบครัวและปัจจัยด้านการทำงานที่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะวิกฤตชีวิตด้วยน้ำหนักอิทธิพลที่สูง เท่ากับ 0.37 และ 0.56 ตามลำดับในกลุ่มสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ และเท่ากับ 0.82 และ 0.32 ในกลุ่มสตรีทำงานเอกชน นั่นคือ สตรีไทยสมรสที่ทำงานรัฐวิสาหกิจและเอกชน เมื่อมีปัญหาด้านครอบครัวและด้านการทำงานจะมีผลโดยตรงให้สตรีรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตของตนเองในระดับมากด้วย และปัจจัยด้านครอบครัวส่งผลทางตรงต่อปัจจัยด้านการทำงานด้วยน้ำหนักอิทธิพลที่สูง เท่ากับ 0.91 ในกลุ่มสตรีทำงานรัฐวิสาหกิจ และเท่ากับ 0.34

ในกลุ่มสตรีทำงานเอกชน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของมูลเลสและคอนเกอร์ (พิณทิพย์ สีนุ้ย, 2545:73 ; อ้างอิงจาก Mussess & Conger, 1959:60) ได้ศึกษาพื้นฐานครอบครัว พบว่าหากครอบครัวมีความสุขส่งผลให้มีกำลังใจในการทำงานในหน้าที่การงานให้มีประสิทธิภาพ และมีกำลังที่จะต่อสู้กับชีวิตได้ดี นอกจากนี้ ถนิมกาญจน์ พิพัฒนโยธะพงศ์ (2544 : 102) ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตของพนักงานธนาคารที่สมรสแล้ว พบว่า ถ้าพนักงานมีความขัดแย้งระหว่างงานสูง จะทำให้เกิดความเครียดสูง อันเนื่องมาจากมีบทบาทมากเกินไปทั้งบทบาทคนทำงานและฐานะคู่สมรส ประกอบกับผลการวิจัยของ ทวีศรี กรีทอง (กฤติกา วงศ์นคร, 2546:91; อ้างอิงจาก ทวีศรี กรีทอง, 2529: 109) ที่สนับสนุนว่าพยาบาลที่สมรสแล้วมีคุณภาพชีวิตการทำงานสูงกว่าพยาบาลโสดเพราะได้รับแรงสนับสนุนทางสังคมจากคู่สมรส ที่ได้พูดคุยระบายช่วยตัดสินใจแก้ปัญหาต่าง ๆ จึงลดความเครียดไปได้ และฟลอเร็นซ์และอเล็กเซีย (วาทินี ผ่องอำไพ, 2546 : 60-62 อ้างอิงจาก Florence & Alexius,1994:266-273) ได้ศึกษาพบว่าผู้หญิงที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวสามารถเผชิญปัญหา และปรับตัวต่อความเครียดได้ดีกว่าผู้หญิงที่ไม่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว และหลายงานวิจัยที่สนับสนุนให้เห็นว่าปัจจัยด้านครอบครัวมีความเกี่ยวข้องกับการทำงานที่ส่งผลต่อความเครียด การเผชิญปัญหาและการปรับตัวต่อไป

2. นอกจากนี้เมื่อพิจารณาขนาดอิทธิพลในรูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุ ของภาวะวิกฤตชีวิต จะพบว่าปัจจัยด้านครอบครัวมีอิทธิพลรวมต่อภาวะวิกฤตชีวิตของกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชนอยู่ในระดับสูงกว่าปัจจัยด้านอื่น ๆ เท่ากับ 0.72, 0.88 และ 0.93 ตามลำดับ และปัจจัยด้านครอบครัวได้รับอิทธิพลทางตรงมาจาก ปัจจัยด้านบุคคล ซึ่งวัดจาก บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวและประสบการณ์สูญเสียในอดีต จะเห็นได้ว่า ตัวแปรทั้งสองเป็นคุณลักษณะทางจิตเดิมของบุคคล ดังนั้นถ้าสตรีไทยที่มีบุคลิกภาพแบบเป็นคนวิตกกังวลหวั่นไหวง่ายจะมีแนวโน้มเครียดได้ง่าย ความสามารถในการแก้ปัญหาต่ำ ดังงานวิจัยของสุดสบาย จุลกะทัพพะ (2534: 11) พบว่าปัจจัยที่สำคัญสุดในการเผชิญปัญหาหรือความเครียดในสถานการณ์เดียวกันแล้วทำให้มีการตอบสนองที่ไม่เท่ากัน บุคคลมี่มีบุคลิกภาพมั่นคงจะตอบสนองปัญหาได้ดีกว่าผู้มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว ส่วนประสบการณ์การสูญเสียในอดีตนั้น ฟูลเลอร์และแชลเลอร์ เอเยอร์ (กรัณพิชญ์ โครตประทุม, 2546 :25 อ้างอิงจาก Fuller&Schaller Ayers, 1990) ได้กล่าวว่าผู้มีประสบการณ์ขจัดปัญหาในอดีต จะส่งผลต่อความสำเร็จของการเผชิญปัญหาในปัจจุบันด้วย เพราะเกิดความมั่นใจ เห็นคุณค่าในตนเอง ส่วนปัจจัยด้านสังคมเมืองมีอิทธิพลทางตรงต่อปัจจัยด้านการทำงานทั้งในกลุ่มสตรีทำงานภาครัฐวิสาหกิจและเอกชน ซึ่งนักวิจัยหลายคนศึกษาสภาพแวดล้อมในที่ทำงานที่พักอาศัยที่คับแคบไม่ปลอดภัย มีเสียงดังรบกวน มีปัญหาสาธารณูปโภค ไม่มีที่พักผ่อน ไม่มีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนบ้านล้วนเป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดในการทำงานได้ (ธีรพร ศรประสิทธิ์, 2544: 128; วรินทร์ บุญเลี่ยม, 2543 ; ตรีชฎา พลอาสา, 2543; 53-56 และสุรศักดิ์ ศานุจารย์, 2536: 55)

3. จากการศึกษาการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก และมีภาระต่อครอบครัวมาก มีการสนับสนุนจากครอบครัวและสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาน้อย จะส่งผลให้มีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยสมรสที่มีลักษณะตรงข้ามตามสมมุติฐานข้อ 4 ถึง 6 พบว่า เป็นไปตามทฤษฎีบุคลิกภาพของไอย์เซ็นค์ (Eysenck, 1970:59-60) ได้กล่าวว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวในอารมณ์ (Neurotic personality) จะมีแนวโน้มที่จะมีภาวะเครียดได้ง่ายเมื่อมีปัญหาสะเทือนใจ มักจะล้มเหลวในการปรับตัวทางสังคม นับได้ว่าบุคลิกของบุคคลเป็นลักษณะทางจิตที่ได้รับการถ่ายทอดทางสังคมมาตั้งแต่เกิดจากครอบครัว สังคม ส่วนผลการศึกษาของวัชระ ไชยจันดี (2541:117) พบว่า ผู้มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมีความสัมพันธ์กับความเครียด และประพิศ จันทร์พฤกษา (2537:34) ได้สรุปผลการวิจัยไว้ว่า บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว มีความสัมพันธ์กับการมีส่วนร่วมในสังคมและเป็นตัวแปรในการทำนายความพอใจในชีวิต ประกอบกับบุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว เมื่อต้องประสบกับภาระที่ต้องรับผิดชอบกับครอบครัว ขาดการสนับสนุนให้กำลังใจจากครอบครัว และที่ทำงาน จึงขาดกำลังใจที่จะเผชิญปัญหา มีแนวโน้มที่บุคคลจะรับรู้ขนาดของปัญหาที่รุนแรงขึ้น ซึ่งมีงานวิจัยหลายเรื่องที่พบว่าบุคคลที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวดีจะมีผลให้บุคคลลดความเครียด เผชิญปัญหาและปรับตัวได้ดีกว่าบุคคลที่ไม่ได้รับ (ถนิมกาญจน์ พิพัฒนโยระพงศ์, 2544:102; ณัฏฐณิชย์ สวัสดีมงคล, 2547:60 ; ศศิมา กุสุมา ณ อยุธยาและอรทัย โสมนรินทร์, 2540:20)

4. บุคลิกภาพแบบหวั่นไหวมาก ในครอบครัวมีความผูกพันทางศาสนาน้อยและงานมีความคลุมเครือมากจะส่งผลให้มีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีที่มีลักษณะตรงข้าม ซึ่งผลงานวิจัยสอดคล้องกับสมมติฐานข้อ เนื่องมาจากเป็นที่โดยตามธรรมชาติของหลักธรรมทางพุทธศาสนาสอนให้ทุกคนเป็นคนดีหลุดพ้นจากความทุกข์ บางคนเมื่อมีทุกข์พบกับภาวะวิกฤตในชีวิตมักใช้แนวทางปฏิบัติทางพุทธเพื่อลดความเครียดลง และใช้การแก้ปัญหาแบบมุ่งแก้ไขที่อารมณ์ให้สงบลง ตามแนวคิดของลาซาลัสและโฟล์แมน (Lazarus & Folkman, 1984:141-225) กล่าวว่าการแก้ปัญหานี้มักจะใช้ในกลุ่มสตรีและใช้การแก้ปัญหามุ่งลดอารมณ์ความรู้สึกที่ไม่สบายใจ โดยไม่ไปเปลี่ยนแปลงสถานการณ์จริง ใช้กลไกทางจิตในการเปลี่ยนแปลงความหมายสถานการณ์ใหม่ ปฏิเสธความจริงเลือกให้ความสนใจ หลีกเลี่ยงไม่คิดถึงและใช้กลยุทธ์ทางพฤติกรรมระบายอารมณ์นั้นออกมาแทน เช่น การออกกำลังกาย ทำงานอดิเรก เป็นต้น และจากการสำรวจแนวทางการเผชิญและการจัดการกับภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน พบว่า กลุ่มสตรีส่วนใหญ่ใช้การเผชิญปัญหาโดยทางพฤติกรรมเช่น ออกกำลังกาย ไปพักผ่อนท่องเที่ยว ดูหนังฟังเพลง เป็นต้น และรองลงมาใช้แนวทางพุทธ โดยการปรับจิตให้สงบ ด้วยการนั่งสมาธิสวดมนต์ภาวนาไปวัดปฏิบัติธรรม อ่านหนังสือธรรมะ ไม่คิดเรื่องที่เป็นทุกข์ เป็นต้น

5. สตรีไทยสมรสที่มีระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามีน้อย มีสัมพันธภาพน้อยกับคู่สมรส มีสัมพันธภาพน้อยกับเพื่อนบ้าน จะส่งผลให้มีภาวะวิกฤตชีวิตสูงกว่าสตรีไทยที่มีลักษณะตรงข้าม ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานการวิจัย แต่เมื่อพิจารณารายคู่ พบว่าระยะเวลาที่อาศัยอยู่กับสามีไม่มี

ปฏิสัมพันธ์กับสัมพันธภาพกับคู่สมรส นั่นแสดงว่า สตรีที่อาศัยอยู่กับสามีนาน ไม่จำเป็นต้องมีสัมพันธภาพที่ดีกับคู่สมรสที่ส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิต ส่วนคู่ตัวแปรสัมพันธภาพกับคู่สมรสและสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน พบว่ามีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันในการส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 จากหลายผลวิจัยหลายคนพบว่า การมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี มีความเป็นมิตรกับบุคคลอื่น มีสัมพันธภาพที่ดีของสมาชิกในครอบครัว มีความขัดแย้งในครอบครัวต่ำ ก็จะทำให้ครอบครัวมีความสุข ถ้ามีสัมพันธภาพกับผู้ร่วมงานดีก็จะทำให้ทำงานอย่างมีความสุข มีกำลังใจในการต่อสู้กับชีวิตและหน้าที่การงาน (พิณทิพย์ สีนุ้ย, 2545:73 ; ถนิมกาญจน์ พิพัฒนโยธะพงศ์, 2544:102 และมรกต ศรีสุข, 2542:131) และหลายงานวิจัยพบว่า สัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนร่วมงานจะทำให้มีความเครียดในการทำงานต่ำ (นฤมล พระใหญ่, 2547:61-64 ;นวรัตน์ มั่นสวาทะไพบูลย์, 2547:69 และจิราภรณ์ แพรต่วน, 2543:123-124)

ข้อดีและข้อจำกัดของการวิจัย

ข้อดีของการวิจัย

1. เป็นการศึกษาโดยภาพรวมของพฤติกรรมของมนุษย์ตามธรรมชาติว่า การแสดงออกทางพฤติกรรมของบุคคลนั้นจะเกิดขึ้นนั้นได้ มิได้มาจากเพียงปัจจัยด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น เพราะมนุษย์ไม่ได้ถูกควบคุมให้อยู่คนเดียว หรืออยู่ในสภาพแวดล้อมเดียว เหมือนการทดลองทางวิทยาศาสตร์ในห้องปฏิบัติการที่มีการควบคุมตัวแปรไว้ทั้งหมด แต่มนุษย์เป็นสัตว์สังคมต้องเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงทั้งภายในร่างกายตนเองและสภาพแวดล้อมทางสังคม ดังนั้นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของบุคคล จึงมาจากทั้งปัจจัยทางจิตหรือปัจจัยภายในของบุคคลและปัจจัยทางสังคมหรือปัจจัยภายนอก ซึ่งการวิจัยครั้งนี้คณะวิจัยได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทางพฤติกรรมศาสตร์จำนวนหลายเล่ม หลายเรื่อง เพื่อให้ครอบคลุมตัวแปรที่เกี่ยวข้องให้มากที่สุดเพื่อมาอธิบายภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนให้ได้มากที่สุด

2. คณะวิจัยได้ทำการศึกษาหลายขั้นตอนโดยใช้วิธีการเก็บข้อมูลทั้งในเชิงคุณภาพและปริมาณ เป็นการตรวจสอบเพื่อให้ได้ตัวแปรและข้อมูลที่เป็นจริงตามธรรมชาติของกลุ่มตัวอย่างให้มากได้ที่สุด นอกจากศึกษาจากแนวคิดทฤษฎีเท่านั้น ยังใช้การสัมภาษณ์ผู้รู้ที่มีชื่อเสียงทางด้านจิตวิทยาก่อนมากำหนดกรอบแนวคิดการวิจัยและสมมติฐานการวิจัย และเก็บข้อมูลเชิงปริมาณเพื่อตรวจสอบสมมติฐาน สุดท้ายทำการสนทนากลุ่มเพื่อค้นหาแนวทางการเผชิญและป้องกันภาวะวิกฤตชีวิต เพื่อให้การวิจัยได้ข้อมูลตอบคำถามการวิจัยได้ครอบคลุมและชัดเจนมากที่สุด

3. เป็นการวิจัยที่ยังไม่มีใครศึกษาเฉพาะกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคน ซึ่งนับเป็นกลุ่มที่สำคัญในครอบครัวเพราะมีบทบาทสำคัญในครอบครัวในการอบรมเลี้ยงดูกล่อมเกลาบุตรให้เป็นคนดีมีอนาคตที่ดี และเป็นผู้สนับสนุนสามีให้ก้าวหน้า ช่วยสร้างครอบครัวให้อบอุ่น อีกทั้งบทบาทในการทำงานเพื่องานที่มั่นคง และสังคมที่ดีงาม ซึ่งผลการวิจัยนี้จึงเป็นสื่อสะท้อนให้สังคมหรือบุคคล หน่วยงานที่เกี่ยวข้องหันมาให้ความสำคัญกับกลุ่มนี้เพิ่มมากขึ้น

ข้อจำกัดของการวิจัย

เป็นการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เฉพาะในบางหน่วยงานเท่านั้น เนื่องจากในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีหน่วยงานทั้งภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชน จำนวนมากมายซึ่งไม่มีรายงานจำนวนและชื่อหน่วยงานทั้งหมดไว้ในสถิติ ดังนั้นคณะวิจัยต้องใช้การเจาะจงหน่วยงาน และการเจาะจงกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งอาจจะไม่เป็นตัวแทนที่ดีมากของกลุ่มประชากร ประกอบกับจำนวนสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในกรุงเทพมหานครและปริมณฑลซึ่งเป็นกลุ่มประชากรนั้นมีจำนวนมากเป็นล้านคน ดังนั้นจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาต้องมีจำนวนมากด้วยเช่นกันแต่เนื่องจากจำกัดเรื่องของเวลาการวิจัยและงบประมาณในการวิจัย ดังนั้น จึงต้องกำหนดจำนวนกลุ่มตัวอย่างตามอัตราส่วนของตัวแปรที่ศึกษาแทน การกำหนดจากกลุ่มประชากร

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

1. บทบาทสตรีไทยในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากเมื่อเทียบสมัยอดีต และเมื่อเทียบกับบทบาทของชายไทย โดยมีความรับผิดชอบที่เพิ่มขึ้นทั้งจากด้านครอบครัว การทำงานนอกบ้าน บทบาทในสังคม ที่นับวันทัดเทียมชายมากขึ้น ขณะที่สภาพร่างกายสรีระ จิตใจยังคงมีความเป็นหญิงแทบไม่เปลี่ยนแปลง ดังนั้นโอกาสที่สตรีจะเกิดภาวะวิกฤตในชีวิตได้สูงและผลการวิจัยพบว่าสภาพปัจจัยที่สตรีเผชิญอยู่ในปัจจุบันไม่ว่าด้านส่วนบุคคล ด้านครอบครัว ด้านการทำงาน ด้านสัมพันธภาพเพื่อนบ้านและด้านสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย ล้วนเป็นแรงกดดันให้สตรีไทยวัยสมรสวัยกลางคนเกิดภาวะวิกฤตได้สูงโดยเฉพาะสตรีทำงานในภาครัฐ ถึงร้อยละ 95 รองลงมาเป็นรัฐวิสาหกิจและเอกชน คิดเป็นร้อยละ 84 และ 80 ตามลำดับ ดังนั้นเพื่อป้องกันการเกิดภาวะวิกฤต ผู้วิจัยจึงเห็นว่า หน่วยงานด้านบุคคลในสถานที่ทำงานควรให้ความสนใจให้กำลังใจ ให้การสนับสนุน ให้ข้อมูลความชัดเจนในงาน จัดภาระงานให้เหมาะสมกับบริบทของสตรี และสมาชิกในครอบครัว ควรให้การสนับสนุนผู้เป็นแม่และภรรยา ช่วยกันแบ่งเบาภาระงานบ้านพร้อมให้กำลังใจในการเผชิญกับสภาพแวดล้อมในสังคมเมืองที่มีแต่การแข่งขันแก่งแย้ง มีหน่วยงานภาครัฐที่ให้คำปรึกษากับปัญหาต่าง ๆ ให้กับสตรีวัยกลางคนโดยเฉพาะ หรือมีเครือข่ายเพื่อนสตรีวัยเดียวกันพร้อมที่จะช่วยเหลือ สนทนาเพื่อลดความเครียด เสนอแนวทางในการเผชิญปัญหา และการปรับตัว

2. เมื่อเกิดภาวะวิกฤตจะส่งผลกระทบให้เกิดการใช้ความรุนแรงในการทำร้ายตนเอง และสมาชิกในครอบครัว สูญเสียความรู้สึกในคุณค่าของตนเอง และส่งผลต่อประสิทธิภาพการทำงานให้เสื่อมถอยลง ทั้งในกลุ่มสตรีทำงานในภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชน ด้วยน้ำหนักอิทธิพลที่สูง ดังนั้นเพื่อไม่ให้เกิดความรุนแรงดังกล่าว ควรมีการเฝ้าระวัง ด้วยการสำรวจประเมินสภาพภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนซึ่งเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ มากมายรอบด้าน โดยใช้ดัชนีวัดภาวะวิกฤตที่วัดจาก ระดับความเครียด การเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์และการ

ปรับตัว เพื่อให้สตรีรับรู้และยอมรับสภาพวิกฤตของตนเองก่อนและหาแนวทางในการลดภาวะวิกฤตเหล่านี้ให้พบกับความสุขใจ ความสุขในครอบครัว ในการทำงานและความสุขในการดำรงชีวิตในสังคม

ข้อเสนอแนะในการวิจัย

1. การทำวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาต่อยอด ด้วยการวิจัยเชิงทดลอง ในกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่มีภาวะวิกฤตชีวิต ให้เข้ารับโปรแกรมการเผชิญภาวะวิกฤตที่พัฒนาขึ้นเพื่อลดภาวะวิกฤตชีวิตที่กดดัน โดยยึดหลักแนวคิดทางตะวันออกซึ่งสอดคล้องกับวิถีชีวิตและบริบทของสตรีไทยที่จะยอมรับและตระหนักถึงความสำคัญ โดยเฉพาะวิถีทางแนวพุทธที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตและค่านิยมวัฒนธรรมของคนไทยโดยทั่วไปและสามารถนำมาปฏิบัติได้โดยช่วยฝึกทักษะในการแก้ปัญหาด้วยการมุ่งปรับอารมณ์และการปรับตัวได้เป็นอย่างดี และสอดคล้องกับสถานการณ์คุกคามที่รุนแรงจนทำให้สตรีรับรู้ได้ว่าเป็นภาวะวิกฤตชีวิต

2. จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า ปัจจัยที่ศึกษาทุกตัวสามารถร่วมกันทำนายภาวะวิกฤตชีวิตได้ที่ค่อนข้างสูง แต่ก็น่าศึกษาตัวแปรอื่น ๆ ที่อาจมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะวิกฤตชีวิตอีกด้วย เช่น ความรับผิดชอบภาระหน้าที่ในครอบครัว ภาระด้านการเงิน ความพึงพอใจในชีวิต ความเหนื่อยหน่าย ความอ่อนล้าทางอารมณ์ ความขัดแย้งในงานและครอบครัว ความกดดันจากความคาดหวังของครอบครัว ความคาดหวังในงานและการมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่อ่อนหล้า เป็นต้น

3. ในการวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาในมุมมองของปัญหาและมุมมองเชิงลบ ที่มีผลต่อสตรีไทยสมรสวัยกลางคน ดังนั้นในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไป อาจทำการศึกษาในลักษณะการค้นหาตัวชี้วัดหรือศึกษาในขอบเขตของความเข้มแข็งของสตรีไทยสมรสที่ส่งเสริมให้เกิดความสมบูรณ์ความเข้มแข็ง หรือความสุขของสมาชิกทุกคนในครอบครัว

เอกสารอ้างอิง

กชกร ภัททราวงศ์. (2542). *ลักษณะบุคลิกภาพที่สัมพันธ์กับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ศึกษาเฉพาะกลุ่มอาชีพวิศวกรและกลุ่มอาชีพนักบัญชีมหาวิทยาลัย*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ .ฉบับอัดสำเนา.

กนกพร บุปผชาติ. (2538). *ความหวาดกลัวอาชญากรรมของผู้หญิง*. วิทยานิพนธ์ สม.ม.(สังคมวิทยา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

กรมสุขภาพจิต. (2541). *คู่มือคลายเครียด*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.โรงพิมพ์บริษัท สยามเอ็มแอนบีพับลิชชิ่ง จำกัด .

กรมสุขภาพจิต. (2542). *ฝ่าวิกฤตชีวิตด้วยการปรึกษา*. กรุงเทพ: กระทรวงสาธารณะสุข.

กรัณย์พิชญ์ โคตรประทุม. (2546). *การปรับตัวของครอบครัว เมื่อมีสมาชิกได้รับบาดเจ็บที่ศีรษะอย่างรุนแรงตามทฤษฎีภาวะวิกฤตครอบครัวของฮิลล์*. วิทยานิพนธ์ พย.ม. ขอนแก่น: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น .ฉบับอัดสำเนา.

กฤตยา อาชวนิจกุลและคณะ. (2542). *รื้อสร้างองค์ความคิดผู้หญิงกับสุขภาพ*. นครปฐม : คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

กฤตยา อาชวนิจกุลและคณะ. (2544). *ความรุนแรงต่อผู้หญิงในชีวิตคู่*. สถาบันวิจัยประชากร. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.

กฤติกา วงศ์นคร. (2546). *คุณภาพชีวิตการทำงานกับความผูกพันต่อองค์การของพยาบาลประจำการ: กรณีศึกษาโรงพยาบาลพระพุทธบาท จังหวัดสระบุรี*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ก้องกิตต์ อุ่นเจริญ. (2547). *ความพึงพอใจและความเครียดในการทำงาน : กรณีศึกษาพนักงานฝ่ายผลิตของบริษัท ทอผ้าแห่งหนึ่งในจังหวัดสมุทรปราการ*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ).กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

กาญจนา ชิตประเสริฐ. (2547).ปัญหาในการปฏิบัติงาน บุคลิกภาพที่เข้มแข็ง การเห็นคุณค่าในตนเองและความเครียดพยาบาลจบใหม่ โรงพยาบาลศิริราช. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ).กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

การพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, กระทรวง. (2547, มกราคม-มีนาคม). *รายงานสถานการณ์ทางสังคม สถานการณ์ทางสังคม สถานการณ์ครอบครัวปี2547*. 1(2): 3-18.

กิจการสตรีและสถาบันครอบครัว, สำนักงาน. (2547). *นโยบายและยุทธศาสตร์การพัฒนาสถาบันครอบครัว พ.ศ. 2547-2556*. กรุงเทพฯ: กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.

กุสุมา พลแก้ว.(2544). *การปรับตัวทางสังคมและเศรษฐกิจของผู้หญิงในสังคมชนบท ภายหลังการหย่าร้าง*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (มานุษยวิทยา). นครปฐม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร. ฉบับอัดสำเนา.

ขนิษฐา อารยภิญโญ. (2542). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (การอุดมศึกษา).กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ, สำนักงาน. (2543). *นโยบายและแผนขจัดความรุนแรงต่อเด็กและสตรี*. กรุงเทพฯ : สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานสตรีแห่งชาติ.

คณะกรรมาธิการกิจการสตรี เยาวชน และผู้สูงอายุ. (2546). *รายงานปัญหาความรุนแรงต่อสตรีในครอบครัว*. กรุงเทพฯ : สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา.

คีรีมาส อเต็นต้า. (2542). *การรับรู้ความเครียดในการทำงานและความเครียดทั่วไปของพนักงานธนาคาร : ศึกษาเฉพาะกรณีพนักงานธนาคารไทยพาณิชย์ สำนักงานใหญ่*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

งามตา วนินทานนท์. (2545). *การวิเคราะห์ดัชนีเชิงเหตุและผลของคุณภาพชีวิตสมรสในครอบครัวไทย*.กรุงเทพฯ: รายงานการวิจัยฉบับที่ 82. สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. สำนักคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.

จักรพันธุ์ เจริญผล. (2546). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์เชิงสาเหตุกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงานการสื่อสารแห่งประเทศไทย สำนักงานใหญ่*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ฉบับอัดสำเนา.

จินดาพร แสงแก้ว. (2541). *การเปรียบเทียบผลของการใช้กลุ่มสัมพันธ์แบบมาราธอนเพื่อพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองของเด็กบ้านอุปถัมภ์มูลนิธิสร้างสรรค์เด็ก กรุงเทพมหานคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

จิระพร อุดมกิจ. (2539). *ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานของบุคลากรคอมพิวเตอร์ในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม.(จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

จิราภรณ์ แพรต่วน. (2543). *ความเครียดและความพึงพอใจในงานของบุคลากรพยาบาลในโรงพยาบาลสังกัดสำนักการแพทย์*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.(สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

จิราภรณ์ โฆสิตโชติ. (2543). *การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อความเครียดของข้าราชการตำรวจที่ปฏิบัติงานในเขตกรุงเทพมหานคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.(วัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

จีนัส ภักดิ์นรา. (2546). *ความสัมพันธ์ระหว่างคุณลักษณะทางบุคลิกภาพ เชาว์อารมณ์ และความสามารถในการเผชิญและฝ่าฟันอุปสรรค*. ปริญญานิพนธ์ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ฉบับอัดสำเนา.

จุฑารัตน์ สุคันธรัตน์. (2541). *การรับรู้บรรยากาศองค์การและความเครียดของบุคลากรในโรงพยาบาลตากสิน*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

จุไรวรรณ จักธุจินดา. (2537). *ผลของการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางเพื่อลดความเครียดของสตรีครรภ์แรกในระยะก่อนคลอดโรงพยาบาลกรุงเทพคริสเตียน กรุงเทพมหานคร*วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาแนะแนว) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

จุฬาลักษณ์ นวลจันทร์. (2544). *การปรับตัวของผู้รับการฝึกอบรมวิชาชีพศูนย์สงเคราะห์และฝึกอาชีพสตรีรัตนาภา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น*. รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา).มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ฉบับอัดสำเนา.

เจียมจิตต์ จุตบุตร (2539). *ความสัมพันธ์ระหว่างบรรยากาศองค์การ ความอดทน แรงจูงใจกับความสามารถในการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลจิตเวช*. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (การบริหารการพยาบาล). บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ฉบับอัดสำเนา.

ฉัตรกมล ออกกิจวัตร. (2546). การศึกษาปัญหา สาเหตุของปัญหา การเผชิญปัญหาเกี่ยวกับ *การปฏิบัติงาน และความต้องการของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลหัวเฉียว*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ชมนุช บุญสิทธิ์. (2541). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธ์ภาพกับเพื่อนของนักเรียนชั้นมัธยมตอนปลายโรงเรียนกุนนทีฤทธารามวิทยาคม กรุงเทพมหานคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ชมพูนุท พงษ์ศิริ. (2535). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการฝึกปฏิบัติงานบนหอผู้ป่วยของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลสภากาชาดไทย* . กรุงเทพมหานคร. ฉบับอัดสำเนา.

ชไมพร เจริญบุรี. (2546). *การสังเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองตั้งแต่ปี พ.ศ. 2533-2543*. วิทยานิพนธ์ . ศษ.ม. ขอนแก่น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ชัยวัฒน์ เพชรกูล. (2539). *การรับรู้บรรยากาศองค์การและความเครียดของบุคลากรในโรงพยาบาลตากสิน*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

ชัยวัฒน์ วงษ์อาษา. (2539). *ผลการฝึกอบรมที่มีต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5*. ปริญญานิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์).กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ชัยวัฒน์ สุมังคะละ. (2543).*การศึกษาความเครียดของผู้บริหารโรงเรียนอนุบาลสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา7*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (บริหารการศึกษา). กำแพงเพชร: บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันราชภัฏกำแพงเพชร. ฉบับอัดสำเนา.

ชีวัน ประทุมรัตน์. (2546). *การอบรมเลี้ยงดู และการเผชิญความเครียดของเด็กวัยรุ่นที่อยู่ในสถานพินิจและคุ้มครองเด็ก กับเด็กวัยรุ่นในครอบครัวปกติในเขตกรุงเทพมหานคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ชื่นฤทัย กาญจนะจิตราและคณะ. (2542). ความรุนแรงต่อผู้หญิง : ปัญหาที่ยังคงซ่อนเร้น. *ประชากรและการพัฒนา*. 19(6): 1-2.

ชุมพรศรี ฉัตรปิยานนท์. (2538). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยม*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (วัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ชูฑิตย์ ปานปรีชา. (2529). *จิตวิทยาทั่วไป*. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

ณัฏฐณิชย์ สวัสดีมงคล. (2547). *ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษาระดับก่อนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน ในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (บริหารการศึกษา). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ฉบับอัดสำเนา.

ณัฐกานต์ ภาณุมาศ. (2541). *ความเครียดของอาจารย์อุตสาหกรรมศึกษาในสถาบันราชภัฏ*.ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (อุตสาหกรรมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ณัฐวุฒิ สุนทราณู. (2545). *คุณภาพชีวิตของพนักงานธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) หลังนโยบายลดอัตรากำลัง :กรณีศึกษาเฉพาะสาขาในเขตจังหวัดสมุทรปราการ*. วิทยานิพนธ์ รป.ม. (การบริหารทั่วไป). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ฉบับอัดสำเนา.

ณัฐสุดา สุจินันท์กูล. (2541). *ปัจจัยด้านครอบครัวการทำงานและลักษณะส่วนบุคคลที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการพยาบาลของพยาบาลวิชาชีพ*.ปริญญานิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ดรุณรัตน์ ผลสวัสดิ์. (2544). *การปรับตัวและสุขภาพจิตของนักศึกษาโครงการจัดการศึกษาสำหรับบุคลากรประจำกร (กศ.บป.) สถาบันราชภัฏพระนคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ดวงเดือน พันธุมนาวินและคณะ.(2524). *ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวกับสุขภาพจิตและจริยธรรมของนักเรียนวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: รายงานการวิจัยฉบับที่ 23 สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

_____. (2540). *ความเชื่อและการปฏิบัติทางพุทธศาสนาของคนไทย : การปลูกฝังอบรมและคุณภาพชีวิต*. รางานการวิจัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ทุนอุดหนุนการวิจัยจากสำนักงานคณะกรรมการการวิจัยแห่งชาติ.

ดุษฎี โยเหลาและคณะ, (2538). *รายงานการวิจัยฉบับที่ 53 เรื่องความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างลักษณะทางพุทธศาสนา ลักษณะทางจิต และผลการปฏิบัติงานตามหน้าที่ของครูและพยาบาล*.กรุงเทพฯ:สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ดุษฎี อุดมอิทธิพงศ์ (2546) *ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อความวิตกกังวลของสตรีวัยทอง*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). ชลบุรี: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา. ฉบับอัดสำเนา.

ดุษณี ทัศนาจันธานี. (2539). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลหน่วยฉุกเฉินในโรงพยาบาลของรัฐ กรุงเทพมหานคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ตรีชฎา พลอาสา. (2544). *ความเครียดของครูแนะแนวโรงเรียนมัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาจังหวัดร้อยเอ็ด*. รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ฉบับอัดสำเนา.

ตรีเพชร ศิริวัฒนา. (2544) *ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว : ศึกษาเฉพาะกรณีผลกระทบด้านสุขภาพจิตในหญิงที่ถูกสามีทำร้ายร่างกาย*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาคลินิก). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

ถนิมกาญจน์ พิพัฒนโยธะพงศ์. (2544). *ปัจจัยทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับความพึงพอใจในชีวิตของพนักงานธนาคารที่สมรสแล้ว*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ทองใบ ทองเปาด์. (2545). *บ้านเรือนเคียงกัน*. กรุงเทพฯ : นิตยสารสกุลไทย.

ทิพย์วรรณ จุลีรัชนีกร. (2546). *ปัจจัยชีวสังคม อัตมโนทัศ และความฉลาดทางอารมณ์กับทัศนคติในการมีคู่ครอง*. ปริญญานิพนธ์. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ฉบับอัดสำเนา.

ทิพย์สุดา จันทร์แจ่มหล้า. (2544). *ปัจจัยด้านจิตสังคมของผู้ดูแลที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการให้การสนับสนุนทางสังคมแก่ผู้ติดเชื้อเอดส์*. ปริญญานิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ทิวา หอมสวาสดิ์. (2543). *ความเครียดของครูในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอกุมภวาปี จังหวัดอุดรธานี*. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ฉบับอัดสำเนา.

ธนู ชาติธนานท์และคณะ. (2542).*ภาวะเครียด กลไกจัดการกับความเครียดและความคิดอยากฆ่าตัวตายของคนไทยภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

ธัญธิตา พุ่มอิ่ม. (2546). *การสร้างพลังอำนาจในตนเองของสตรีที่ติดเชื้อเอดส์ : ศึกษาเฉพาะกรณีสตรีที่ได้รับความช่วยเหลือจากกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ*. *โครงการวิจัยส่วนบุคคล* ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ธารารัตน์ ชิ้นทอง. (2542). *การศึกษาปัญหา ความเครียดในการปฏิบัติงานและกลวิธีเผชิญความเครียดของพนักงานระดับหัวหน้า ธนาคารไทยธนาคาร จำกัด (มหาชน).* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ธิดา ผ่องอำไพ. (2547). *ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับการสนับสนุนทางสังคมของบุคลากรทางการพยาบาลโรงพยาบาลปทุมธานี.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ธีรพร ศรประสิทธิ์. (2544). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อความเครียดของพนักงานระดับปฏิบัติการในโรงงานอุตสาหกรรมผลิตถุงมือยางทางการแพทย์ : กรณีศึกษา บริษัท เมดไลน์ โปรดักส์ จำกัด.*วิทยานิพนธ์ วท.ม.(การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์).กรุงเทพฯ: โครงการบัณฑิตศึกษาการพัฒนาการทรัพยากรมนุษย์ สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2542). *โมเดลลิสเรล สถิติวิเคราะห์สำหรับการวิจัย.* กรุงเทพ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

นพมาศ อุ้งพระ (ธีรเวคิน). (2546). *ทฤษฎีบุคลิกภาพและการปรับตัว.* กรุงเทพฯ พิมพ์ครั้งที่ 3 สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

นฤมล ผ่องใส. (2544). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานความขัดแย้งระหว่างบทบาทงานและครอบครัว กับความพึงพอใจในชีวิตของอาจารย์ในสถาบันอุดมศึกษา เอกชน.* วิทยานิพนธ์ *ศศ.ม.* (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์กร). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

นฤมล พระใหญ่. (2547). *การศึกษาความเครียดและสาเหตุของความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำวันในโรงพยาบาลเอกชนแห่งนึ่งในกรุงเทพมหานคร.*ปริญญานิพนธ์กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ฉบับอัดสำเนา.

นวรัตน์ มั่นสวาทะไพบูลย์. (2547). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลศิริราช กรุงเทพมหานคร.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

นวลอนงค์ ศรีธัญรัตน์. (2534). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเหนื่อยหน่ายในการทำงานของพยาบาล. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (การพยาบาล) กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

นิติ ภิรมย์. (2544). *ปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดของข้าราชการพลเรือนอำเภอนิคมน้ำอูนจังหวัดสกลนคร.* รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระ กศ.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ฉบับอัดสำเนา.

นิยดา พงศ์พาชำนาญเวช. (2535). *ความวิตกกังวลในการศึกษาต่อและการเผชิญปัญหาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จังหวัดราชบุรี.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

นิลวรรณ วีรวัฒโนดม. (2540) *ความรุนแรงต่อสตรี : ศึกษาในกลุ่มผู้หญิง อายุ 15-44 ปี ที่มารับบริการ ณ แผนกผู้ป่วยนอก โรงพยาบาลชัยนาท จังหวัดชัยนาท.* วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สถาบันครอบครัว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

นุชรัตน์ สิริประภาวรรณ. (2542). *ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานของผู้พิพากษาในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

บุญเสริม หุตะแพทย์. (2542). *ลักษณะการให้บริการของหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับปัญหาความรุนแรงในครอบครัว*.รายงานการวิจัย.กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

บุศรินทร์ คล่องพยาบาล. (2542). *ความรุนแรงในครอบครัว : ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการถูกทำร้ายร่างกายของภรรยาในเขต อ.เมือง จ.สระแก้ว*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (อนามัยครอบครัว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

ประชุม บัวคลี่. (2544). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับพฤติกรรมเผชิญปัญหาความขัดแย้ง ระหว่างบุคคลของพยาบาล*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ฉบับอัดสำเนา.

ประเทืองทิพย์ ไกรวิวัฒน์. (2539). *การศึกษาสภาพการทำงานและความพึงพอใจในการทำงานของบุคลากรในมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (อุดมศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ฉบับอัดสำเนา.

ประพันธ์ แฟ้มคลองขอม. (2540). *ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับความพึงพอใจในการทำงานของพยาบาลสมเด็จเจ้าพระยาปิ่นเกล้า กรมแพทย์ทหารเรือ*.ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ประพาพรัตน์ บุรีรัตน์. (2535, กุมภาพันธ์ – มีนาคม). สิ่งที่ทุกคนควรรู้เกี่ยวกับ “ความเครียด” . *วารสารแนะแนว*. 26(139) : 68 – 73 .

ปราณี จ้อยรอด. (2542). *การศึกษาเปรียบเทียบผู้ป่วยจิตเภทและผู้ป่วยโรคจิตทางอารมณ์ : วิเคราะห์เชิงระบาดวิทยาสังคม*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

ปริชาติ ตันติวัฒน์. (2538). *การศึกษาปัจจัยส่วนบุคคลกับความพึงพอใจในการทำงานที่เกี่ยวข้องกับความตั้งใจที่จะลาออกจากงานของพยาบาลประจำการในกรุงเทพมหานคร สังกัดกรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข*. ปริญญานิพนธ์ วท.ม.(การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. (2532). *ความผูกพันต่อสถาบันของอาจารย์ในสาขาครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ด. (การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ปัทมา คุปตจิต. (2533). *ความสัมพันธ์ระหว่างภาพลักษณ์ สัมพันธ์ภาพในคู่สมรสกับพฤติกรรมการเผชิญภาวะเครียดในผู้ป่วยมะเร็งเต้านม ภายหลังได้รับการตัดเต้านม* .วิทยานิพนธ์ วท.ม. (สาขาวิชาพยาบาลศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.ฉบับอัดสำเนา.

ปัทมา ลีนุวัฒน์. (2544). *อิทธิพลของบุคลิกภาพและเชาว์อารมณ์ที่ส่งผลต่อความเครียดของบาทหลวงพื้นเมืองในอัครสังฆมณฑลกรุงเทพ*กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย. มหาวิทยาลัยศรีครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ปาริชาต เรืองวิเศษ. (2532). *แรงงานผู้หญิง : ผลกระทบของการจ้างงานต่อสถานภาพของผู้หญิงและครอบครัว ศึกษากรณีหมู่บ้านปงป่าเอื้อง อำเภอสันกำแพง จ.เชียงใหม่.* วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (มานุษยวิทยา). นครปฐม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร. ฉบับอัดสำเนา.

ปาลชาติ ชาวโพธิ์หลวง. (2543). ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียด และวิธีเผชิญความเครียดในการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ตำรวจจราจรชั้นประทวน กองบังคับการตำรวจจราจร. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ปิยะวรรณ เลิศพานิช. (2542). *การศึกษาความเครียด สาเหตุของความเครียด และวิธีเผชิญความเครียดทางการเรียนของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายใน รร.มัธยมศึกษาสังกัดกรมสามัญศึกษาส่วนกลาง กลุ่ม 4.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ผอบเธียร วงศ์ภักดี. (2537). *ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ฝึกอบรมในธนาคารพาณิชย์ไทย.* . ปริญญานิพนธ์ วท.ม. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ฝ่ายศูนย์พิทักษ์สิทธิสตรี มูลนิธิเพื่อนหญิง. (2546). *รายงานการวิจัยเรื่อง "ผลกระทบของสุราในฐานะปัจจัยร่วมการเกิดปัญหาความรุนแรงในครอบครัว."* มูลนิธิเพื่อนหญิง.

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน 2542. (2546). พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ : นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์.

พนิดา ผกานิรันทร์. (2544). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธภาพระหว่างบุคคลในการปฏิบัติงานพยาบาลของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลตากสินกรุงเทพมหานคร.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว).กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

พรดารา แซ่ฉั่ว. (2547). *การเปรียบเทียบวิธีเผชิญความเครียดของพยาบาลที่มีบุคลิกภาพและสัมพันธภาพในครอบครัวแตกต่างกัน.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

พรทิพย์ เกยุรานนท์. (2527). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพยาบาลในโรงพยาบาลทั่วไปของรัฐในเขตกรุงเทพมหานคร.* วิทยานิพนธ์วท.ม. (พยาบาลสาธารณสุข). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

พรเพ็ญ เพชรสุขศิริ. (2531). *การศึกษาสถานการณ์ความรุนแรงในครอบครัวจากข่าวหนังสือพิมพ์*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (ประชากรศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

พรรณวิภา บรรณเกียรติ. (2548, เมษายน -พฤษภาคม). *ช่วยได้อย่างไร.. เมื่อจิตใจตื่นตระหนก*. มศว ชุมชน. 2(4) : 3, 8.

พรศิริ ใจสม. (2536). *ความเครียดและกลวิธีเผชิญความเครียดของบิดามารดาที่บุตรเข้ารับราชการรักษาในหออภิบาลผู้ป่วยเวชกรรม*. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (อายุรศาสตร์ และศัลยศาสตร์) เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ฉบับอัดสำเนา.

พรศิริ โรจน์รัตนเกียรติ. (2535). *การศึกษาความตึงเครียดในบทบาทและกลวิธีเผชิญภาวะเครียดในสตรีที่มีหลายบทบาท*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

พระเทพเวที (ประยุทธ ปยุตโต). (2532). พุทธธรรม. กรุงเทพฯ : มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย.

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต).(2538). *การพัฒนาที่ยั่งยืน*.กรุงเทพฯ:สำนักพิมพ์มูลนิธิโกมลคีมทอง.

พลนุช พุ่มไสว. (2543). *การศึกษารูปแบบการอบรมเลี้ยงดูที่มีผลต่อความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น*. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (การแนะแนวและให้คำปรึกษา) ขอนแก่น: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

พวงเพ็ญ ชุณหปราณ และคณะ. (2543). *รายงานผลการวิจัยการปรับตัวของสตรีที่เลี้ยงดูบุตรตามลำพังในชุมชนเมือง*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ทุนวิจัยกองทุนรัชดาภิเษกสมโภช เดือนตุลาคม 2543 .

พสุ เดชะรินทร์. (2536, กรกฎาคม - กันยายน). การบริหารความเครียด (Stress Management) สาเหตุ ผลกระทบ และการควบคุม. *จุฬาลงกรณ์วารสาร*. 5(20) : 82 – 96 .

พัชรินทร์ คงราศี. (2546). *การศึกษาสาเหตุความเครียดและวิธีลดความเครียดในการปฏิบัติงานของครูประถมศึกษา สำนักงานเขตวัฒนา สังกัดกรุงเทพมหานคร*.ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (การประถมศึกษา).กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

พิณทิพย์ สีนุ้ย. (2545). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเหนื่อยหน่ายในการปฏิบัติงานของพยาบาลที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจิตเวชในกรุงเทพมหานคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

พิมผกา สุขกุล. (2543). *ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับปัจจัยด้านการทำงานและปัจจัยส่วนบุคคลของพยาบาลห้องผ่าตัดในโรงพยาบาลศูนย์ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ*.วิทยานิพนธ์ พย.ม. (การพยาบาลอายุรศาสตร์และศัลยศาสตร์) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

พิมพ์ใจ ไมตรีเปรม. (2543). *การศึกษาสัมพันธภาพในครอบครัวของพนักงานภาคธุรกิจ ในภาวะวิกฤติเศรษฐกิจในเขต กทม*. ปริญญานิพนธ์ (การจัดการโครงการสวัสดิการสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ. ฉบับอัดสำเนา.

พิมพวรรณ กิตติวงศ์ภักดี. (2547). *ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อด้านสุขภาพ การสนับสนุนทางสังคมกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้ป่วยโรคหลอดเลือดหัวใจที่มารับบริการในคลินิกโรคหัวใจ โรงพยาบาลนครปฐม.* ปริญญานิพนธ์ วท.ม. (สุขศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

พิศมรกต ศรีสุข. (2541). *ความสัมพันธ์ระหว่างหญิงชายกับความมั่นคงของเศรษฐกิจของผู้หญิงในครอบครัวไทย.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ด. (พัฒนศึกษาศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

เพ็ญพิศ ทิพย์รักษ์. (2541). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลในการศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาของรัฐระบบใหม่ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 รร.มัธยมศึกษาสังกัดกรม สามัญศึกษา จังหวัดนครปฐม.* ฉบับอัดสำเนา.

ภัทราภรณ์ สุกาญจนาภรณ์. (2546). *ความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ในการทำงาน ทัศนคติต่อวิชาชีพ ทัศนคติต่อผู้ป่วย ความผูกพันต่อองค์การ บรรยากาศในองค์การ กับการปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพและผู้ช่วยพยาบาลตึกผ่าตัดและตรวจโรคอุบัติเหตุ โรงพยาบาลศิริราช.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

มรกต ศรีสุข. (2541). *ความสัมพันธ์ระหว่างหญิงชายกับความมั่นคงของเศรษฐกิจของผู้หญิงในครอบครัวไทย.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ด. (พัฒนศึกษาศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

รพาพิมพ์ เมฆศรีอรุณ. (2536). *สาเหตุของความเครียดในการปฏิบัติงานของบรรณารักษ์ห้องสมุดมหาวิทยาลัยของรัฐ.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (บรรณารักษศาสตร์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

รังสรรค์ โฉมยา. (2543). *ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดในบทบาท วัฒนธรรมองค์การและจิตลักษณ์บางประการ ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมจริยธรรมในการพยาบาลของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาลของรัฐ : ศึกษาเฉพาะจังหวัดหนองคาย.* ปริญญานิพนธ์ วท.ด. (การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

รัชดา ไชยโยธา. (2543). *ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อในปัจจัยควบคุมภายในและภายนอก กับพฤติกรรมการเผชิญปัญหาของผู้ถูกคุมความประพฤติในกรุงเทพมหานคร.* วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาการปรึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

รัชดา เอี่ยมยิ่งพานิช. (2531). *การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์ ศึกษาเฉพาะกรณีโรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์ สังกัดสำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร.* วิทยานิพนธ์ สค.ม. (สังคมสงเคราะห์). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

รัตติพร พนพิเชษฐกุล. *(2544). ความเครียดและคุณภาพชีวิตในการทำงาน: กรณีศึกษาธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด มหาชน.* ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาอุตสาหการและองค์การ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.ฉบับอัดสำเนา.

รุ่งทิพย์ โพธิชุ่ม. (2544, กรกฎาคม-ธันวาคม). ต้นเหตุความเครียด ระดับความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดในนักศึกษาพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล. *วารสารจิตวิทยาคลินิก*. 32(2):16-27.

ลัดดาวัลย์ สุขุม. (2542). *ทัศนคติของแพทย์และพยาบาลที่ปฏิบัติงานในห้องฉุกเฉินของโรงพยาบาลรัฐในจังหวัดสงขลาต่อปัญหาความรุนแรงต่อผู้หญิง*. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์).กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

วณี เทศน์ธรรม. (2541). *ความเครียดของนักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี ศรีธัญญา*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

วรภรณ์ คล้ายประยงค์. (2546). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดและความคาดหวังของพนักงานบริษัท ท่าอากาศยานไทย จำกัด (มหาชน)หลังการปฏิรูปองค์การ พ.ศ. 2545.* วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (พัฒนาสังคม). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

วรรณภรณ์ เต็มประยูร. (2544). *ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพ แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และความเครียดกับผลการปฏิบัติงานของพนักงานระดับขั้นต้น ธนาคารพาณิชย์ไทย.* วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรม). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

วรรณะ บรรจง. (2537). *ลักษณะทางพุทธศาสนาและพฤติกรรมศาสตร์ของเยาวชนไทยจากชุมชนแผ่นดินธรรมแผ่นดินทองในภาคใต้.* ปริญญานิพนธ์ วท.ม.(การวิจัยพฤติกรรมศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

วราภรณ์ ตระกูลสฤษดิ์. (2545). *จิตวิทยาการปรับตัว.* กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.

วราภรณ์ รัตนาวิศิษฐ์กุล. (2545). *ความหวังและกลวิธีการเผชิญปัญหาของนักศึกษา*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.ฉบับอัดสำเนา.

วรินทร์ บุญเลี่ยม. (2543). *ความชุกของความเครียดจากการทำงานและปัจจัยทางจิตสังคมที่เกี่ยวข้องของคนงาน ส่วนการผลิตโรงงานอุตสาหกรรมแมกเนติกเทปและอัลคาไลน์แบตเตอรี่แห่งหนึ่ง*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (เวชศาสตร์ป้องกันและสังคม). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

วัชระ ไชยจันดี. (2541). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดในการสอนภาคปฏิบัติของอาจารย์นิเทศวิทยาลัยพยาบาล สังกัดพระบรมราชชนก กระทรวงสาธารณสุข.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

วัชราภรณ์ อุทโยภาศ และคณะ. (2547). ความพึงพอใจของผู้ให้บริการปรึกษา ปัญหาสุขภาพจิต โทรศัพท์ นอกเวลาราชการ. *สุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*. 12(3): 135-140.

วันดี ช่วยบุญ. (2542). *ประสิทธิผลของโปรแกรมสุขศึกษาต่อความเครียด และพฤติกรรมผ่อนคลายความเครียดในหญิงตั้งครรภ์แรก รพ.อินทร์บุรี จ.สิงห์บุรี*. ฉบับอัดสำเนา.

วันทนา เจริญรัตนโชติ. (2545). *การศึกษาความเครียดและวิธีลดความครียดในการปฏิบัติงานของครูประถมศึกษา กลุ่มรัตนโกสินทร์ สังกัดกรุงเทพมหานคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

วันทนีย์ วาสิกะสิน และสุนีย์ เหมะประสิทธิ์. (2539). *การศึกษาค่านิยมและทัศนคติของสังคมไทยต่อสตรีที่มีผลต่อปัญหาครอบครัวและสังคม*. กรุงเทพฯ: สถาบันไทยคนดีศึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

_____. (2541). *สังคมไทยคาดหวังอย่างไรกับผู้หญิง*.กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

วันทนีย์ วาสิกะสิน. (2543). *สังคมสงเคราะห์แนวสตรีนิยม ทฤษฎีและการปฏิบัติงาน*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

วันเพ็ญ พิศาลพงศ์. (2540). การถ่ายทอดทางสังคมกับพัฒนาการของมนุษย์. กรุงเทพฯ: สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

วาทินี ผ่องอำไพ. (2546). *การสนับสนุนทางสังคมของครอบครัว และการสนับสนุนทางสังคมของคลินิกกับการปรับตัวของสตรีวัยหมดประจำเดือน*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

วิทูรย์ สิมะโชคดี. (2538). *จิตวิทยาองค์กรอุตสาหกรรม : การบริหารทรัพยากรมนุษย์และการเพิ่มผลิตภาพ*. กรุงเทพฯ : บริษัทดวงกมลสมัย จำกัด.

วีระ ไชยศรีสุข. (2533). *สุขภาพจิต*. กรุงเทพฯ : ต้นอ้อ.

วุฒิณี กมลภัทรากูร. (2546). *กรอบความเป็นส่วนตัว ความขัดแย้ง และสัมพันธภาพระหว่างบิดามารดากับบุตรวัยรุ่น*.. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

ศศิมา กุสุมา ณ อยุธยา และอรทัย โสมนรินทร์. (2540). *การสนับสนุนจากครอบครัวกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดในผู้ป่วยโรคเอดส์*. รายงานการวิจัย. กรุงเทพฯ : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

ศิริพร อรุณสิงคะ. (2544).*ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลต่อความมั่นคงในการทำงานของพนักงานธนาคารนครหลวงไทยจำกัด (มหาชน) สังกัดสำนักงานใหญ่กรุงเทพมหานคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ศิริเพชร ศิริวัฒนา. (2538). *ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว ศึกษาเฉพาะกรณีผลกระทบทางด้าน*

สุขภาพจิต ในหญิงที่ถูกสามีทุบตีทำร้ายร่างกาย. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (จิตวิทยาคลินิก). นครปฐม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

ศิริรัตน์ อัจนามนัสสิริ. (2545). *ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพใน โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

ศุกร์ใจ เจริญสุข. (2537). *ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิหลัง พฤติกรรมเผชิญสถานการณ์ชีวิต และการสนับสนุนทางสังคมกับความเครียดในบทบาท ตามการรับรู้ของอาจารย์พยาบาลในวิทยาลัยพยาบาล กระทรวงสาธารณสุข.* วิทยานิพนธ์ พย.ม. (การพยาบาลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

ศุภชัย ยาวะประภาษ. (2533). ความเครียดของนักบริหาร : ปัญหาและทางออก. *วารสารสังคมศาสตร์.* 19(2) :65-76.

ศูนย์พิทักษ์สิทธิสตรี มูลนิธิเพื่อนหญิง. (2546). *รายงานการวิจัยเรื่อง ผลกระทบของสุราในฐานะปัจจัยร่วมการเกิดปัญหาความรุนแรงในครอบครัว.*สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. มูลนิธิเพื่อนหญิง.ฉบับอัดสำเนา.

สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2545). พฤติกรรมมนุษย์กับการพัฒนาตน. พิมพ์ครั้งที่2. กรุงเทพฯ : อักษราพิพัฒน์.

สมควร ทรัพย์บำรุง. (2534) *ปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในการปฏิบัติงานของพยาบาลโรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช.* วิทยานิพนธ์ วท.ม. กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

สมจิต หนุเจริญกุล. (2536). การดูแลตนเอง: ศาสตร์และศิลปะทางการพยาบาล. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

สันติชัย ฉ่ำจิตรชื่น. (2547). *Crisis Intervention.* สืบค้นวันที่ 11 กันยายน 2547. แหล่งที่มา : http://ww.mahidol.ac.th/mahidol/ra/rapc/crisis.html

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2546). *รายงานสถิติเชิงสังคม ปี 2546.* กรุงเทพฯ : กลุ่มมาตรฐานสถิติ สำนักนโยบายและวิชาการสถิติ.

สิทธิศักดิ์ อัครฮาด. (2542). *ความเครียดของข้าราชการตำรวจจราจร สถานีตำรวจภูธรอำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี.* รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระ กศ.ม. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา). มหาสารคาม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหาสารคาม. ฉบับอัดสำเนา.

สิปปกร สมสกุล. (2545). *ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพที่ปฏิบัติงานในหออภิบาลผู้ป่วยโรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดชกองทัพอากาศ.*ปริญญานิพนธ์. กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา).กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

สิระยา สัมมาวาจ. (2532). *ความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลประจำการในโรงพยาบาลรามาธิบดี.* วิทยานิพนธ์ พย.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

สิริพร เลียวกิตติกุล. (2545). *ปัจจัยในการทำงาน การเผชิญปัญหา และความเครียดของบุคลากรระดับปฏิบัติการ : ศึกษาเฉพาะกรณีสำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.* ปริญญานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์กร). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

สีนวล จำคำ. (2544). *ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพห้าองค์ประกอบกับวิธีเผชิญความเครียด.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

สุกัญญา คมสัน. (2540). *กลวิธีเผชิญภาวะเครียดและพฤติกรรมการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในวัยผู้ใหญ่ตอนต้น.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

สุกัญญา บุญตานนท์. (2533). *ความขัดแย้งทางบทบาทของผู้หญิงที่แต่งงานที่ทำงานนอกบ้านและแนวทางแก้ปัญหา.* วิทยานิพนธ์ วิทยานิพนธ์ สม.ม. (สังคมวิทยาและมานุษยวิทยา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

สุคนธ์ทิพย์ หนุนพล. (2544). *ความเครียดและการปรับตัวของนักศึกษาการศึกษานอกโรงเรียนสายสามัญ โรงเรียนผู้ใหญ่ อำเภอเมือง จังหวัดนนทบุรี.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

สุญารินทร์ สิทธิวงศ์. (2544). *ความเครียดในบทบาทหน้าที่ครู และการให้คุณค่าในงานของครูกลุ่มโรงเรียนนางแดด สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอหนองบัวแดง จังหวัดชัยภูมิ.* ปริญญานิพนธ์ ศศ.ม. (การแนะแนวและให้คำปรึกษา). ขอนแก่น : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น. ฉบับอัดสำเนา.

สุดสบาย จุลกะทัพพะ, “ภัยมืด ! จากความเครียด,” *สยามรัฐ*. ; 3 พฤศจิกายน 2534.

สุดารัตน์ หนูหอม. (2544). *อิทธิพลของเชาวน์อารมณ์ที่มีต่อความเครียดและพฤติกรรมเผชิญความเครียดของพยาบาล : ศึกษากรณีโรงพยาบาลศิริราช.* ปริญญานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์กร). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

สุนทรี ภิญโญมิตร. (2539). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด การสนับสนุนจากคู่สมรสกับการปรับตัวด้านจิตใจของมารดาหลังคลอดที่มีบุตรเจ็บป่วย.* ปริญญานิพนธ์ พย.ม. (การพยาบาล). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

สุนี ตรีทิเพนทร์. (2542). *การศึกษาความเครียด และวิธีเผชิญความเครียดของบุคคลที่มารับบริการจัดหางานของกรมการจัดหางาน.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

สุภัทรา เฮงวาณิชย์. (2541). *การรับรู้ภาวะวิกฤตทางเศรษฐกิจในช่วง พ.ศ. 2540-2541 และพฤติกรรมประหยัดของบิดามารดาและบุตรวัยรุ่น.* ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

สุภาณี เกษมสันต์. (2547). *ภาวะเครียดของแรงงานสตรีที่รับงานมาทำที่บ้านในเขตภาคเหนือ. พัฒนาแรงงานและสวัสดิการมหาบัณฑิต*. ปริญญานิพนธ์ คณะสังคมศาสตร์ กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

สุภารดี มั่นยืน. (2541). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล คุณลักษณะความเป็นหญิง-ชาย การได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจจากอาจารย์ กับภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลงของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข*. วิทยานิพนธ์ พย.ม. (การพยาบาลศึกษา). กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุรพล พยอมแย้ม.(2548). *จิตวิทยาสัมพันธภาพ*. กรุงเทพฯ: บางกอก-คอมเทคอินเตอร์เทรด จำกัด.

สุวนีย์ ตันติพัฒนานนท์. (2522). *การพยาบาลจิตเวช*. กรุงเทพฯ : อักษรสัมพันธ์.

สุวรรณี ลิ่มศิลา. (2547). *ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเผชิญความเครียด ของพยาบาลห้องผ่าตัด โรงพยาบาลรามาธิบดี*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

สุวัฒนา วิบูลย์เศรษฐ์. (2542, เมษายน). ความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวไทยในปัจจุบันและแนวโน้มในอนาคต. *จุฬาวิจัย*. 18(4) : 8.

โสภา ชปิลมันน์และคณะ. (2534). การศึกษารูปแบบของครอบครัวไทยที่พึงปรารถนาในสังคมเมืองในประเทศไทย. *วารสารการวิจัยทางการศึกษา*. 23(3) : 24-27.

หัทยา มัทยาท. (2541). *ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยการทำงาน และปัจจัยทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับความเหนื่อยหน่ายของพยาบาลวิชาชีพประจำการในโรงพยาบาลศูนย์ภาคตะวันออก*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาพัฒนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

อมรพันธ์ สิงหพล. (2544). *ความสัมพันธ์ระหว่างความมีอารมณ์ขัน กับความเครียดในการทำงานของพยาบาลวิชาชีพในสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี* . กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย ฉบับอัดสำเนา.

อรอุมา สงวนญาติ. (2544). *การศึกษาความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้างของแบบทดสอบวัดความภาคภูมิใจตนเองที่มีรูปแบบการตอบและวิธีวิเคราะห์ต่างกัน*.ปริญญานิพนธ์ กศ.ม.(การวัดผลการศึกษา).กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.ฉบับอัดสำเนา.

อรัญญา จรัสสุริยงค์. (2539). *ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับความเครียด*.วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (จิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ).กรุงเทพฯ:บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

อรัญญา จอดนอก. (2544). *ความเครียดและการปรับตัวของบุคลากรพยาบาลโรงพยาบาลกรุงเทพกรุงเทพมหานคร*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

อรุณ ปรีดีดิลก. (2524). รายงานการวิจัยที่มีผลต่อการไม่มาเรียนของนักศึกษาและบุคลากรประจำการ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์อักษรไทย.

อังศินันท์ อินทรกำแหง. (2549). *การพัฒนารูปแบบสมรรถนะด้านผู้นำทางวิชาการของอาจารย์ในมหาวิทยาลัยของรัฐ เอกชนและในกำกับของรัฐ*. กรุงเทพฯ :รายงานการวิจัยฉบับที่ 103 . สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีครินทรวิโรฒ.

อัจฉรา สกุนตนิยม. *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการทำร้ายคู่สมรส*. วิทยานิพนธ์ พย.ม.(การพยาบาลอนามัยชุมชน). นครปฐม: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ฉบับอัดสำเนา.

อำนวย แสงสว่าง. (2540). จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กรุงเทพฯ : อักษราพิพัฒน์.

อุบลวณา ขวัญบุญจันทร์. (2543). *ความเครียดและสุขภาพจิตของตำรวจสถานีตำรวจภูธร สังกัดตำรวจภูธรจังหวัดนครราชสีมา*. ปริญญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ฉบับอัดสำเนา.

อุบลวรรณ เอี่ยมโภคลาภ. (2543). *ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงานบริการสื่อสาร บริษัทแอดวานซ์เพจจิ้ง จำกัด*. วิทยานินพธ์. (รัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. ฉบับอัดสำเนา.

อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2544). *จิตบำบัดและการให้คำปรึกษาครอบครัว*. กรุงเทพฯ: ซันต้าการพิมพ์

_____. (2545). *จิตวิทยาชีวิตคู่และการบำบัดคู่สมรส* กรุงเทพฯ : ศูนย์วิจัยและพัฒนาครอบครัว

เอื้ออารี สาลิกา. (2543). *ความเครียดและการเผชิญความเครียดของผู้ดูแลผู้ป่วยโรคจิตเภท*.ปริญญานิพนธ์ พย.ม. (การพยาบาล) กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.ฉบับอัดสำเนา.

Aguilera, D.C.,& Messick, J.M. (1982). *Crisis intervention*. Siant Louis : CV.Mosby Co. :63-64.

Allport, G.W. (1968). An autobiography in Allport, G.W. (ed).*The person in psychology selected essays*. Boston: Beacon Press.

Allport, G.W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. New York : Holt.

Arvey, R.D., & others. (1989, March). Job satisfaction: environmental and genetic components. *Journal of Applied Psychology*. 72 (2) : 187-192 .

Baruch, G. K., & Barnett, R. (1996). Role quality, multiple role involvement, and psychological well-being in midlife women. *Journal of Personality and Social Psychology.* 51(3) : 578-585.

Big Bend.,Inc. (2003). Understanding crisis theory. *Crisis & Suicide***.** (online). Available : http://www.221bigbend.org/nhotlines/suicide/crisistheory.htm

Bird, Gloria W., & Melville, Keith. (1994). *Families and Intimate Relationships.* USA: McGraw-Hill,Inc.351-371.

Brandt, P.A., & Weinert, C. (1985). Pro: Psychometric update. Washington D.C. University of Washington , School of Nursing .

Brooks, R.B. (1992). Self esteem during the school years. *Pediatric Clinics of North America*.39(3) : 544-548.

Brown, W.B., & Moberg, D.J. (1980). *Organization theory and management : A macro approach.* New York : John Wiley & Sons .

Bruno, F.J. (1983). *Adjustment. and personal growth: Seven Pathway*. 2nd ed. New York: John Wiley&Son.

Caplan & Lindermann. (n.d.). *Crisis Intervention* . Available : www.suicidology.org

Caplan, G. (1964). *Principles of preventive psychiatry* . New York: Basic Books, Inc. Publishers.

Carver, C.S., Scheier, F.M., & Weintranb, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically bass approach. *Journal of Personality and Social Psychology*.(56):267-283.

Celeste, Brotheridge. M., Professure, & Raymond, T.Lee.(2005,August). Impact of work-family interference on general well-being: A replication and extension: *International Journal of Stress Management*. 12(3):203-221.

Cohen, F., & Lazarus, R.S.(1983). *Coping and adaptation in health and illness. In handbook of health, health care, and the health profession*. New York: Edith by D.Mechanic, The Free Press:608-635.

Coopersmith, S. (1984). *SEI:Self esteem iventcy.Palo Alto*, C.A.: Consulting Psychologists Press.Inc.

Cranwell, Ward. (1987). *Managing Stress*. Aldershot, Hants: Grawer.

Dewe, Phillip. (1991). Primary appraisal, secondary appraisal and coping : Their role in stressful work encounters. *Journal of Occupational Psychology.* 6(4) : 331-351.

Engle. (1962). *Psychological Developmental in Health and Disease*. Philadelphia : W.B. Saunders.

Eysenck, H. J. (1970). *The structure of human personality*. London.: 3rd ed., Methuen.

Eysenck, H. J. (1975).*The inequality of man*. San Diego: EdlTS Publishers.

Eysenck, H. J. (1991). Neuroticism, anxiety, and depression. *Psychological Inquiry*. 2(1) : 75-76.

Eysenck, H. J., & Eysenck, M.W.(1975).*Personality and individual difference*. New York: Plenum Press.

Figer, Homer.R. (1978). *Overcoming executive mid-life crisis*. New York: John Wiley & Sons.Inc.

Girnodo, D., & Every, G. (1979). *Controlling stress & tension a holistic*. New Jersey: Prentic Hall : Englewood Gliffs.

Hasida, Ben-Zur.(2005, May). Coping Distress and life events in a community sample. *International Journal of Stress Management*. 12(2): 188-196.

Heimple, Sara.A., Elliot, Andrew. J., & Wood, Joanne.V. (2006). Basic personality disposition, self-esteem, and personal goals: An approach-avoidance analysis. *Journal of Personality*.74(5):1293-1320.

Henry, Parl.D. (2005, August). Life stresses, explanatory style, hopelessness, and occupational class. *International Journal of Stress Management*. 12(3): 241-256.

Hill, R. (1949). *Families under stress*. Connecticut: Grernwood.

Johnson (1986). *10 Ways to help the family of a critically ill patient. Nursing 86*. 16(1) : 50-53.

Jone, M.C., & Johnston, D.W.(1997). Distress, stress and coping in first-year student nurse. *Journal of Advance Nursing*. (26):475-482.

Joreskog, K.G., & Sorbom, D.(1993). *LISREL8 : Structural equation modeling with the SIMPLIS™ Command language.* Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Julian, Teresa. W., & McKenry, Patrick. C. (1991). Mediators of relationship stress between middle-aged father and their adolescent children. *Journal of Genetic Psychology*. 152(3):381-385.

Koeske , G. F., Kirt, Stuart A., & Koeske , Randi. D. (1993). Coping with job stress : Which strategies work best ?. *Journal of Occupational and Organizational Psychology.* 6(6) : 319-331.

Lawrence, D. (1987). *Enhancing self-esteem in the classroom*. London: Paul Chapman.

Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York : McGraw-Hill.

Lazarus, R. S. and Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping.* New York: Springer Publishing Company.

Lee, James. (2005). Living patterns. *Heart & Soul*. The Light Company. :26-29.

Lee, R.T., & B.E. (1993). Ashforth a further examination of managerial bum out: Toward and integrated model. *Journal of Organization Behaviors*. 14 : 15.

Lilien, Gary. L. (1987,March-April). *MS/OR: Amid-life crisis.Interfaces*.17(2) :35-38.

Lindemann, E. (1944). Symptomatology and management of acute grief. *American Journal of Psychiatry* . 101(2). :141.

Lippert, Laurel.(1997). Women at Midlife: Implications for theories of women 's adult development. *Journal of Counseling & Development*.76(1):16-22.

Luthans, F. (1992). *Organizational behavior*. NJ:Mc Graw-Hil.

Martinson, I.M., & Jonosik, E.H.(1980). *Family crisis intervention. In family-focused care*. Edith by Mriller, J.K., & Jonosik, E.H . New York: McGraw-Hill.

Maslach, & S.E. Jackson. (1987). Burnout in organizational settings. *Applied Social Psychology Annuals*. U.S.A. : Sage Publications Inc.,

Maslow, A.M. (1970). *Motivational personality*. 2nd ed. New York: Harpen and Row.

Matthews, Lisa. S. , Conger, R.D., & K.A.S. Wickrama. (1996). Work- family conflict and marital quality mediating processes. *Social Psychology Quarterly*. 59 (1) : 62-79.

McCubbin,H.I., & Patterson, A.(1983). Stress and the family. *Coping with Normative Transition.* New York: Brunner Mazer.

Mortimer, Appley. H., & Richard, Trumbill. (1967). *Psychological Stress issues in research*. New York: Meredith Publishing Company.

Moos, R.H., & Schaefer, J.A. (1984). Th crisis of physical illness: An overview and conceptual approach, In Moos (Ed). *Coping with physical illness: new perspective*. New York: Plenum Medical Book. p3-25.

Moss, & Billings.(1982). Cost effectiveness model of caries risk assessment in children. *J Dent Res*.265 :212-230.

Muldary, T.W. (1983). Burnout and health professional. *Manifestation and Management*. New York: Appleton-Century-Crofts.

Oles, P. K. (1999, June). Towards a psychological model of midlife crisis. *Psychol Rep.* 3 (2): 1059-1069.

Oxford. (1994). *Advanced learners dictionary.* Bangkok : D.K. Book House Co.,Ltd.

Peterson, Michael., & Wilson, John. F. (2004, May) Work stress in America. *International Journal of Stress Management*. 11(2): 91-113.

Pines, A., & Aronson, E. (1998). *Burnout : from tedium to personal growth.* New York : Free Press.

Riding, R.J., & H.H., Wheeler. (1995). Occupational stress and cognitive style in nurse: 1. *British Journal of Nursing*. 4(2), 103-106.

Sabattalli, R.M., & Cecil-Pigo, E.E., (1985). Relational interdependence and commitment in marriage. *Journal of Marriage and the Family*.(47):931-937.

Sampson, L.B . (1993, June). Employment , family and perceptions of marital quality among husbands and wives. *Journal of Family Issues.* 14 (2): 189-212.

Sang, Dorothy. M. (1979). Reestablishing communication between parents and their young children following a disruptive life crisis. *Journal of Clinical Child Psychology*.:52-55.

Sasse. (1978). *Person to person.* Illinois: Bennep.

Selye, H. (1976). *The stress of life.* (Rev.ed). New York: McGraw Hill Book Co.

Shaefer, M.T. and Olson, D.H. (1981). Assessing intimacy: The PAIR inventory. *Journal of Marital and Family Therapy*. 7:47-60.

Shek, Daniel. T.L. (1995). Marital quality and psychological well-being of married adults in a Chinese context. *Journal of Genetic Psychology.* 156(1):45-56.

Shek, Daniel. T.L. (1996). Midlife crisis in Chinese men and women. *Journal of Psychology.* 130(1):109-119.

Vechio, R.P. (1991*). Organization behavior*. Chicago: The Dryden Press.

Voydanoff, P., & Donnelly, B. W. (1998). Parents risk and protective factors as predictors of parental well-being and behavior. *Journal of Marriage and the Family*. (60) 344-355.

Walz, Gray. R., & Jeanue, Blever C. (1993, January). Student self esteem : In vital element of school success . *Counseling and Personal Services*. 1 (3) :47.

Weiss, R.L., & Tolman, A.O. (1990). Marital interaction coding system-global (MICS-G): A global companion to the MICS. *Behavior assessment*.12:271-294.

Welby-Moretti, K. (n.d). *Abuse can Take Many Forms.* (online). Available : http://www.familydomesticviolence.org/abuse.html

Wiersma, Uco. J. (1990). Gender differences in job attribute preferences: Work-home role conflict and job level as mediating variables. *Journal of Occupational Psychology.* 6(3): 231-243.

William, L.J., & Hazer, J.T. (1986). Antecedents and consequence of job satisfaction and commitment in turnover model : A reanalysis using latent variable structure equation methods. *Journal of Applied Psychology*. 71 (2): 219-230.

ภาคผนวก

แบบสอบถามการวิจัย

กรอบการสัมภาษณ์

รายชื่อผู้ทรงวุฒิ ผู้ให้สัมภาษณ์

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือการวิจัย

กรอบการสัมภาษณ์การสนทนากลุ่ม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรม Lisrel 8.72

<u>คุณสมบัติของผู้ตอบแบบสอบถาม</u> ต้องเป็นสตรีไทยที่มีคุณลักษณะ<u>ครบถ้วน</u> ดังนี้

1. **มีสถานภาพคู่**
2. **มีบุตรอย่างน้อย 1 คน**
3. **มีอายุระหว่าง 35 – 55 ปี**

แบบสอบถามการวิจัย เรื่อง การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงเหตุและดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

เรียน ท่านผู้ตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อนำข้อมูลการรับรู้ถึงภาวะวิกฤตของท่านไปสร้างและพัฒนาตัวชี้วัดภาวะวิกฤตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล และผลการวิจัยนี้จะเป็นประโยชน์ในการสะท้อนปัญหาที่แท้จริง และการเฝ้าระวังปัญหาด้านสุขภาพจิต คุณภาพชีวิตของบุคคล ครอบครัวและสังคมพร้อมทั้งค้นหาแนวทางในการป้องกันและลดปัญหาด้านวิกฤตชีวิตที่อาจเกิดขึ้นได้ จึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านช่วยกรอกรายละเอียด และแสดงความคิดเห็นที่เป็นจริงกับตัวท่านให้มากที่สุด และคณะผู้วิจัยรับรองว่าจะนำเสนอเป็นภาพรวมโดยไม่มีการอ้างอิงถึงตัวบุคคลและไม่มีการเจาะจงเฉพาะหน่วยงานเป็นอันขาด

แบบสอบถาม ประกอบด้วย แบบสอบถามวัดระดับการรับรู้ ความรู้สึกต่อเหตุการณ์ และการแสดงออกทางพฤติกรรมของตนเอง ซึ่งแบ่งเป็น 6 ตอน รวมจำนวน 244 ข้อคำถาม ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป บุคลิกภาพ และประสบการณ์สูญเสียในชีวิต จำนวน 33 ข้อ
ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้และพฤติกรรมในครอบครัว จำนวน 52 ข้อ
ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้และพฤติกรรมในการทำงาน จำนวน 49 ข้อ
ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ต่อชีวิตในสังคมเมือง จำนวน 19 ข้อ
ตอนที่ 5 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ถึงภาวะวิกฤตชีวิตของตนเอง จำนวน 42 ข้อ
ตอนที่ 6 แบบสอบถามเกี่ยวกับการรับรู้ถึงผลกระทบจากภาวะวิกฤตชีวิต จำนวน 49 ข้อ

คณะผู้วิจัยใคร่ขอขอบคุณท่านเป็นอย่างยิ่งที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีมา ณ โอกาสนี้ด้วย

อ.ดร.อังศินันท์ อินทรกำแหง รศ. อัจฉรา สุขารมณ์ และรศ. ดร.อรพินทร์ ชูชม
อาจารย์ประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
โทรที่ทำงาน 02-6495000 ต่อ 7624 มือถือ 09-1653520

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป บุคลิกภาพ และประสบการณ์สูญเสียในชีวิต

ด้านข้อมูลทั่วไป

โปรดเติมข้อมูลให้ครบถ้วน และทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงของตัวท่าน

1. ขณะนี้ท่านทำงานในหน่วยงาน ❒ ราชการ ❒ รัฐวิสาหกิจ ❒ เอกชน
2. ขณะนี้ท่านมีอายุ .....……....ปี
3. ท่านทำงานในหน่วยงานนี้มานาน .....ปี
4. ระดับการศึกษา ❒ ต่ำกว่าปริญญาตรี ❒ ปริญญาตรี ❒ ปริญญาโท ❒ ปริญญาเอก

❒ อื่น ๆ โปรดระบุ.....…….....

5. ตำแหน่งบริหาร ❒ ไม่มีตำแหน่งบริหาร ❒ มีตำแหน่งเทียบเท่าผู้บริหารระดับต้น

❒มีตำแหน่งเทียบเท่าผู้บริหารระดับกลาง ❒ มีตำแหน่งเทียบเท่าผู้บริหารระดับสูง

6. ปัจจุบันท่านอยู่ด้วยกันกับสามีคนนี้มานานประมาณ…….....……ปี
7. ในบ้านที่ท่านอาศัยอยู่ปัจจุบันมีสมาชิกในครอบครัวรวมกันทั้งหมด……..คน
8. ท่านมีจำนวนบุตรทั้งหมด…….....……คน
9. เฉพาะท่านเองมีรายได้เดือนละประมาณ...……...……..……..……บาท
10. รายได้ของครอบครัวรวมกันทั้งหมดเดือนละประมาณ ……..……..……บาท

คำอธิบายการประเมินค่าของแบบสอบถามตอนที่ 1 ถึงตอนที่ 6

ข้อความในแบบสอบถามตั้งแต่ตอนที่1 ถึงตอนที่ 6 เป็นการสอบถามถึงระดับการรับรู้หรือความรู้สึก อาการและการแสดงออกทางพฤติกรรมตนเอง ซึ่งปรากฏขึ้นตรงกับความเป็นจริงในชีวิตท่านมากน้อยเพียงใด

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความเป็นจริงที่ปรากฏกับตัวท่านหรือเป็นสถานการณ์ที่ท่านกำลังประสบอยู่ในปัจจุบันเพียงข้อละ 1 เครื่องหมายโดยมีเกณฑ์การประเมินให้น้ำหนักคะแนน ดังนี้

จริงที่สุด หมายถึง ข้อความนั้นมีความเป็นจริงที่ปรากฏขึ้นกับท่านมากที่สุด

จริง หมายถึง ข้อความนั้นมีความเป็นจริงที่ปรากฏขึ้นกับท่านมากพอควร

ค่อนข้างจริง หมายถึง ข้อความนั้นมีความเป็นจริงที่ปรากฏขึ้นกับท่านอยู่บ้าง

ค่อนข้างไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นมีความเป็นจริงที่ปรากฏขึ้นกับท่านอยู่เล็กน้อย

ไม่จริง หมายถึง ข้อความนั้นแทบจะไม่เป็นจริงว่ามีปรากฏขึ้นกับท่าน

ไม่จริงเลย หมายถึง ข้อความนั้นไม่เคยปรากฏขึ้นกับท่านเลย

แบบสอบถาม ด้านบุคลิกภาพและประสบการณ์สูญเสียในชีวิตของตนเอง

ข้อความ	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ					
	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
<u>บุคลิกภาพแบบหวั่นไหว</u> 1. ฉันรู้สึกว่ามีแต่คนให้ร้ายต่อฉัน	+	.4942	.8441			
2. ฉันมักน้อยใจที่ไม่มีใครให้ความสำคัญกับฉัน	+	.5956	.8365			
3. ฉันมักวิตกกังวลใจกับเรื่องในครอบครัว	+	.3972	.8521			
4. ฉันจะพาลโกรธเอาง่ายๆ ถ้ามีใครมายั่วหยอกล้อกับฉันแม้เพียงเล็กน้อย	+	.6346	.8347			
5. ฉันรู้สึกว่าคนรอบข้างไม่หวังดีต่อฉัน	+	.6212	.8361			
6. ฉันจะเสียใจมาก หากถูกตำหนิจากผู้อื่น	+	.4972	.8438			
7.ฉันจะไม่สบายใจอยู่นานหากเพื่อนสนิทตอบปฏิเสธข้อเสนอฉัน	+	.6197	.8349			
8.ฉันหงุดหงิดง่ายถึงแม้จะมีอะไรเข้ามารบกวนฉันเพียงเล็กน้อย	+	.6047	.8357			
9.ฉันมักวิตกกังวลใจกับเรื่องในที่ทำงาน	+	.5784	.8376			
10.เวลาทำงานถ้าใครมาส่งเสียงดังข้าง ๆ ฉันจะทำต่อไปไม่ได้	+	.5250	.8417			
11.เวลาดีใจฉันรู้สึกดีใจมากและเวลาเสียใจก็รู้สึกเสียใจมากด้วย	+	.4053	.8510			
<u>ประสบการณ์ความสูญเสียในชีวิต</u> 12.ฉันเคยได้รับอุบัติเหตุที่รุนแรงจนรู้สึกหวาดกลัวเมื่อนึกถึง	+	.4628	.8438			
13.สมาชิกในครอบครัวเคยได้รับอุบัติเหตุรุนแรงจนฉันรู้สึกกลัวว่าจะเกิดขึ้นซ้ำ	+	.6107	.8318			
14.ฉันมีโรคภัยไข้เจ็บมาคุกคามให้กังวลใจเสมอ	+	.4400	.8439			
15.ฉันรู้สึกเศร้าเสียใจเมื่อคิดถึงเหตุการณ์สูญเสียบุคคลที่รัก	+	.5560	.8359			
16.สมาชิกในครอบครัวของฉันเคยเจ็บป่วยรุนแรงจนฉันกังวลใจ	+	.6114	.8315			
17.สมาชิกในครอบครัวเคยถูกทำร้ายร่างกายจนฉันต้องคอยติดตามห่วงใย	+	.5124	.8392			
18.ฉันรับทราบถึงเหตุการณ์ร้ายที่เกิดขึ้นกับคนใกล้ชิด	+	.6347	.8295			
19.ฉันถูกเลี้ยงดูมาแบบบังคับ เข้มงวดมากจนฉันเกิดความขัดแย้งในใจ	+	.4844	.8411			
20.ฉันจำใจต้องทำตามผู้อื่น จนรู้สึกขาดความเป็นตัวของตัวเอง	+	.4866	.8410			
21.ฉันมักถูกใส่ร้ายให้กระทบสะเทือนจิตใจเสมอ	+	.4757	.8426			
22.ฉันรับทราบข่าวสารความรุนแรงที่สะเทือนขวัญ	+	.4690	.8428			
24.ฉันเคยประสบกับความล้มเหลวจนรู้สึกหวาดกลัวต่อเหตุการณ์นั้น	+	.5139	.8391			

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการรับรู้และการแสดงออกทา งพฤติกรรมที่สอดคล้องกับชีวิตครอบครัวของตนเอง

ข้อความ	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ					
	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
<u>ภาระต่อครอบครัว</u> 1.ฉันสังเกตว่าเวลานี้ฉันรับภาระงานในบ้านที่มีอยู่มากเกินกำลัง	+	.6140	.8146			
2.ฉันมีปัญหาในครอบครัว ที่ทำให้ฉันกังวลใจ	+	.5683	.8200			
3.ฉันหมดหงิดที่ต้องคอยดูแลสมาชิกในครอบครัวทั้ง ๆ ที่เหนื่อยจากงานนอกบ้านมาแล้ว	+	.4924	.8263			
4.ฉันมีภาระหนี้สินมากจนเป็นเหตุให้อารมณ์เสียอยู่บ่อย ๆ	+	.4107	.8329			
5.รายได้ของครอบครัวในแต่ละงวดไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่าย	+	.4652	.8299			
6.ฉันมีญาติที่เจ็บป่วยต้องคอยดูแลอย่างใกล้ชิด	+	.4770	.8280			
7.ฉันต้องรับภาระค่าใช้จ่ายในบ้านเป็นหลักของครอบครัว	+	.6052	.8158			
8.ฉันต้องคอยตามแก้ปัญหาให้กับคนในครอบครัว	+	.7092	.8033			
9.ฉันต้องคอยดูแลทุกคนในบ้านจนไม่มีเวลาเป็นของตัวเอง	+	.7237	.8047			
<u>สัมพันธภาพกับคู่สมรส</u> 10.ฉันกับสามีสามารถเข้ากันได้ดี	+	.6560	.9415			
11.เมื่ออยู่ห่างไกลกัน สามีจะแสดงความเป็นห่วงฉัน	+	.6677	.9413			
12.ฉันได้รับการเอาใจใส่ทุกข์สุขจากสามีเป็นอย่างดี	+	.7266	.9401			
13.ในวันหยุด ฉันไม่อยากจะอยู่บ้านกับสามี	-	.6876	.9408			
14.ฉันไม่ค่อยได้พบหน้าและพูดคุยกับสามีมากนัก	-	.6618	.9415			
15.ฉันรู้สึกสิ้นหวังที่จะปรับความสัมพันธ์กับสามีให้ดีขึ้น	-	.7926	.9386			
16.ฉันกับสามีมักหาเวลาว่างทำกิจกรรมร่วมกัน	+	.6294	.9426			
17.ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายสามีจนไม่อยากจะอยู่ใกล้สามี	-	.7294	.9403			
18.สามีเป็นต้นเหตุให้ฉันทุกข์ร้อน เสียใจ	-	.6939	.9408			
19.สามีเป็นเพื่อนคู่คิดที่ดีของฉันทุกเรื่อง	+	.7403	.9396			
20.ฉันมักมีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกับสามีอยู่เนื่อง ๆ	-	.7153	.9401			
21.ฉันมีความสุขเมื่อได้อยู่กับสามี	+	.8136	.9378			
22.ฉันรู้สึกห่างเหินจากสามี	-	.6992	.9407			
	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ					

ข้อความ	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
23.ถ้ามีวิกฤติการณ์ใดเกิดขึ้นกับฉัน สามีจะอยู่เคียงข้างฉันเสมอ	+	.6814	.9410			
24.สามีไม่เคยเข้าใจถึงภาระหน้าที่การงานของฉัน	-	.7663	.9388			
<u>การสนับสนุนจากครอบครัว</u> 25.สามีจะแสดงความยินดีกับความสำเร็จในงานอาชีพของฉันอย่างจริงใจ	+	.7838	.9493			
26.สามีเต็มใจให้เวลากับฉันเสมอ หากฉันขอคำแนะนำปรึกษา	+	.8574	.9473			
27.การได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับสามี มีประโยชน์ต่อฉันมาก	+	.8444	.9477			
28.สามีแสดงความเห็นอกเห็นใจเมื่อฉันมีปัญหาที่ ไม่สบายใจ	+	.8451	.9478			
29.สามีช่วยเหลือรับภาระงานบ้านแทนฉันได้เป็นอย่างดี เมื่อฉันมีภาระด้านงานอาชีพมาก	+	.7354	.9501			
30.สามีสนับสนุนให้ฉันได้ศึกษาอบรมเพิ่มเติมตามที่ฉันต้องการ	+	.6787	.9513			
31.ฉันคิดว่าสามีมีความภาคภูมิใจในตัวฉัน	+	.7112	.9506			
32.สามีสนับสนุนการทำงานอาชีพของฉันอย่างเต็มที่	+	.6691	.9514			
33.สามีไม่สนใจรับรู้เรื่องงานอาชีพของฉัน	-	.7168	.9504			
34.สามีเต็มใจที่จะทำงานให้ฉันหากฉันร้องขอ	+	.6980	.9508			
35.สามีไม่สนใจ ความก้าวหน้าในหน้าที่การงานของฉัน	-	.7224	.9503			
36.สามีมักเอาใจใส่ดูแลฉันเป็นอย่างดีเวลาฉันเจ็บป่วย	+	.8208	.9481			
37.ทุกครั้งที่ฉันมีปัญหาสามีจะให้กำลังใจแก่ฉันในการเผชิญปัญหา	+	.8378	.9478			
38.สามีเคยให้สิ่งของที่มีค่าสำหรับฉันเพื่อเป็นกำลังใจให้ฉัน	+	.6535	.9524			
39.สามีมีส่วนช่วยในการตัดสินใจการงานในบ้านได้ดี	+	.5917	.9534			
<u>ความผูกพันทางศาสนาในครอบครัว</u> 40.เมื่อฉันและสมาชิกครอบครัวได้ฟังเรื่องราวเกี่ยวกับผู้มีคุณธรรมสูง ทำให้เกิดความศรัทธาและชวนกันปฏิบัติตามท่าน	+	.5050	.9008			
41.ฉันชักชวนสมาชิกครอบครัวให้ปฏิบัติตามคำสอนทางศาสนามากขึ้น	+	.6142	.8963			
42.ฉันสังเกตว่าครอบครัวของฉันมีความสุขมากขึ้น จากที่เราไปร่วมกิจกรรมงานบุญต่าง ๆ	+	.5121	.8998			
43.ฉันมักนำตัวอย่างคำสอนทางศาสนามาพูดคุยให้สมาชิกครอบครัวฟัง	+	.5796	.8975			
44.ฉันมักอ่านหนังสือเกี่ยวกับธรรมะให้สมาชิกครอบครัวฟัง	+	.5337	.8992			
	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ					

ข้อความ	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
45.ฉันพยายามนำหลักคำสอนทางศาสนามาใช้ประกอบการดำเนินชีวิตประจำวัน	+	.6167	.8962			
46.ฉันนำหลักคำสอนทางศาสนามาใช้ประกอบในการครองเรือน	+	.5467	.8987			
47.ผู้ใหญ่ในครอบครัวฉัน เป็นตัวอย่างที่ดีให้ฉันยึดถือปฏิบัติธรรมอย่างมั่นคง	+	.6390	.8956			
48.ฉันกับครอบครัวมักไปร่วมกิจกรรมทำบุญทำกุศลทุกครั้งที่มีโอกาส	+	.5010	.9003			
49.ฉันกับสมาชิกครอบครัวชอบสนทนาเรื่องทางศาสนาร่วมกัน	+	.7104	.8923			
50.คนในครอบครัวฉันมักนำหลักศาสนามาช่วยในการแก้ปัญหาในชีวิตประจำวัน	+	.6424	.8953			
51.ฉันรู้สึกว่าการปฏิบัติตามหลักศาสนาช่วยให้ฉันกับคนในครอบครัวมีความรักความผูกพันกันมากขึ้น	+	.7339	.8921			
52.การพักผ่อนที่ดีของครอบครัวฉันก็คือการไปทำบุญให้ทาน	+	.6748	.8938			

ตอนที่ 3 แบบสอบถามการรับรู้พฤติกรรมในการทำงานที่สอดคล้องกับชีวิตในการทำงานของตนเอง

ข้อความ	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ					
	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
<u>ภาระงาน</u> 1.ฉันมีภาระงานที่ต้องรับผิดชอบมากจนล้นมือ	+	.5587	.8201			
2.ฉันได้รับงานมาทำมากอยู่คนเดียวเมื่อเทียบกับเพื่อนร่วมงาน	+	.6130	.8170			
3.ฉันมีงานมากจนฉันต้องนำงานกลับมาทำที่บ้านบ่อยครั้ง	+	.5408	.8212			
4.งานในหน้าที่ที่ฉันทำอยู่นี้ทั้งยากและหนัก	+	.5782	.8190			
5.ฉันต้องทำงานอย่างรีบเร่ง แข่งกับเวลาเพื่อให้ทันกำหนด	+	.2824	.8376			
6.ฉันทำงานที่ต้องใช้ความละเอียดมาก ผิดพลาดไม่ได้แม้แต่น้อย	+	.4201	.8291			
7.งานที่ฉันทำ แม้จะใช้ความพยายามอย่างมากก็ยากที่จะทำสำเร็จ	+	.3984	.8302			
8.งานที่ฉันทำอยู่เป็นงานที่ซับซ้อนทำให้รู้สึกเครียด	+	.6081	.8177			
	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ					

ข้อความ	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
9.งานที่ฉันทำ อยู่ภายใต้การกำกับอย่างเข้มงวดจากหัวหน้างาน	+	.3746	.8330			
10.บ่อยครั้งที่ฉันจะต้องมาทำงานในวันหยุดหรือทำงานจนมืดค่ำ	+	.4131	.8292			
11.นอกจากงานประจำที่หนักแล้วฉันยังต้องทำงานพิเศษเพิ่มอีก	+	.3560	.8330			
12. ฉันรู้สึกอึดอัดกับกฎระเบียบในการทำงานที่มากเกินไป	+	.4237	.8286			
13.ภาระงานที่ทำอยู่เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ฉันมีปัญหาด้านสุขภาพ	+	.5020	.8238			
14.ฉันมักได้รับมอบหมายงานที่ต้องทำให้เสร็จอย่างเร่งด่วน	+	.5736	.8191			
<u>ความก้าวหน้าในงาน</u> 15.ฉันมีมั่นคงที่ได้ทำงานในหน่วยงานของฉัน	+	.3842	.8719			
16.ฉันได้รับการเลื่อนขั้นเงินเดือนที่สอดคล้องกับผลงาน	+	.5421	.8651			
17.หน่วยงานของฉันจัดสื่ออุปกรณ์อำนวยความสะดวกที่เอื้อต่อการพัฒนาตนเองไว้อย่างเพียงพอ	+	.6481	.8571			
18.ฉันมีโอกาสแสดงความสามารถในการปฏิบัติงานได้อย่างเต็มที่	+	.6730	.8558			
19.หน่วยงานของฉันมีเส้นทางความก้าวหน้าที่พร้อมจะให้ฉันขึ้นสู่ตำแหน่งที่สูงกว่าเดิม	+	.5995	.8603			
20.ผู้บังคับบัญชาไว้วางใจฉันให้ทำงานที่สำคัญ ๆ	+	.6616	.8564			
21.หน่วยงานของฉันให้ความสำคัญกับงานที่ฉันรับผิดชอบอยู่ในขณะนี้	+	.5125	.8657			
22.ฉันคิดว่าฉันมีอนาคตที่ดีแน่นอนถ้ายังคงทำงานในหน่วยงานนี้	+	.5164	.8653			
23.หน่วยงานเปิดโอกาสให้ฉันมีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาการปฏิบัติงาน	+	.5885	.8618			
24.หน่วยงานเปิดโอกาสให้ฉันสร้างสรรค์งานใหม่ ๆ ได้	+	.7575	.8501			
25.หน่วยงานเปิดโอกาสให้ฉันนำวิทยาการความรู้ใหม่ ๆ มาพัฒนางานได้อย่างเต็มที่	+	.5272	.8647			
<u>ความคลุมเครือในงาน</u> 26.ฉันไม่ทราบนโยบายที่แน่ชัดของหน่วยงาน	+	.5465	.8839			
27.การมอบหมายงานแต่ละครั้งในหน่วยงานของฉัน ไม่มีการกำหนดวัตถุประสงค์ที่ชัดเจนให้ฉันทราบ	+	5388	.8838			
28.ฉันไม่แน่ใจว่าตนเองมีบทบาทหน้าที่อะไรบ้างในหน่วยงานนี้	+	.6238	.8794			

	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ

ข้อความ	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
29.งานที่ฉันทำอยู่ไม่ตรงกับความสนใจของฉัน	+	.4975	.8888			
30.กลุ่มผู้บริหารมีความคิดเห็นไม่ตรงกัน ทำให้ฉันสับสนในการปฏิบัติงาน	+	.7177	.8734			
31.นโยบายของหน่วยงานฉัน มักเปลี่ยนแปลงบ่อยจนฉันสับสน	+	.7359	.8728			
32.ฉันไม่ค่อยเข้าใจระบบงานที่ฉันทำอยู่	+	.6297	.8791			
33.ฉันมักสับสนกับงานที่ได้รับมอบหมายจากผู้บังคับบัญชา	+	.6948	.8756			
34.คนในที่ทำงานของฉันมักมีความคิดเห็นขัดแย้งกันเสมอ	+	.6180	.8796			
35.โครงสร้างขององค์กรฉันในแต่ละหน่วยงาน แต่ละฝ่าย มีการทำงานที่ซ้ำซ้อนกันอยู่มาก	+	.5580	.8833			
36.ความคิดเห็นของฉันมักไม่สอดคล้องกับผู้บังคับบัญชา	+	.5925	.8811			
<u>การสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงาน</u> 37.ผู้บังคับบัญชาเห็นคุณค่าการทำงานของฉันที่ทุ่มเทความพยายาม	+	.6310	.8936			
38.ผู้บังคับบัญชารับฟังปัญหาของฉัน ด้วยความเต็มใจ	+	.5940	.8950			
39.ผู้บังคับบัญชาแสดงความพร้อมที่จะช่วยเหลือ	+	.5555	.8965			
40.ฉันสามารถขอคำปรึกษาจากเพื่อนร่วมงานได้ เมื่อต้องการ	+	.6836	.8921			
41.ฉันกับเพื่อนร่วมงานสามารถพูดคุยแลกเปลี่ยนความเห็นกันได้ดี	+	.5415	.8969			
42.เพื่อนร่วมงานพร้อมจะช่วยเหลือฉันถ้าฉันทำผิดพลาด	+	.5519	.8966			
43.ผู้บังคับบัญชาสนับสนุนด้านวัสดุอุปกรณ์การทำงานที่ฉันขอ	+	.7224	.8899			
44.เมื่อฉันเจ็บป่วย ฉันมักได้รับความเป็นห่วงจากเพื่อนร่วมงาน	+	.6105	.8950			
45.เพื่อนร่วมงานยินดีแบ่งปันวัสดุอุปกรณ์การทำงานให้แก่ฉัน	+	.5113	.8982			
46.ผู้บังคับบัญชาให้เวลากับฉันเมื่อฉันขอคำปรึกษา	+	.6206	.8941			
47.เมื่อฉันมีปัญหา เพื่อนร่วมงานรับฟังและให้กำลังใจ	+	.5942	.8950			
48.ผู้บังคับบัญชาส่งเสริมการเลื่อนขั้นเลื่อนตำแหน่งของฉัน	+	.5341	.8976			
49.ถ้าฉันประสบความสำเร็จเพื่อนร่วมงานแสดงความยินดีกับฉันอย่างจริงใจ	+	.5891	.8952			

ตอนที่ 4 แบบสอบถามการรับรู้การดำเนินชีวิตของตนเองที่สอดคล้องกับชีวิตในสังคมเมือง

ข้อความ	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ					
	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
<u>สภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย</u>						
1.ฉันอึดอัดกับสภาพแวดล้อมที่มีมลพิษมากในบริเวณที่พักอาศัย	+	.6973	.8840			
2.ฉันรู้สึกขาดความปลอดภัยในชีวิต ทรัพย์สิน (เช่น ลักขโมย โจรกรรม ถูกทำร้าย พื้นที่เปลี่ยวเป็นต้น)	+	.5528	.8922			
3.ฉันอึดอัดกับบริเวณบ้านพักอาศัยของฉันที่มีคนอาศัยอยู่หนาแน่น	+	.6460	.8870			
4.ฉันเบื่อหน่ายกับสภาพชุมชนของฉันที่มีเสียงดังรบกวนมาก	+	.5326	.8932			
5.ในชุมชนของฉันมีโอกาสเสี่ยงต่อการติดเชื้อโรคได้ง่าย	+	.7728	.8806			
6.บริเวณบ้านพักอาศัยของฉันมีกลิ่นเหม็นรบกวน	+	.6556	.8866			
7.บริเวณบ้านพักอาศัยของฉันมีแมลงรบกวนอยู่มาก	+	.5483	.8925			
8.ถ้าเป็นไปได้ฉันอยากจะย้ายบ้านไปจากชุมชนที่ฉันอยู่ปัจจุบัน	+	.6152	.8889			
9.ฉันต้องอดทนกับสภาพแวดล้อมบ้านพักที่อาศัยอยู่	+	.8331	.8773			
10.ในชุมชนระแวกบ้านฉันเคยถูกลักขโมยทรัพย์สินอยู่บ่อย ๆ	+	.4234	.8974			
<u>สัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน</u>						
11.ฉันกับเพื่อนบ้านมักร่วมชุมนุมกันในยามว่าง	-	.5468	.9066			
12.ฉันกับเพื่อนบ้านช่วยเหลือซึ่งกันและกันในยามคับขัน	-	.6998	.8984			
13.ฉันกับเพื่อนบ้านมักแลกเปลี่ยนวัตถุสิ่งของในยามที่ต้องการ	-	.7418	.8958			
14.ฉันสามารถไว้วางใจเพื่อนบ้านได้	-	.6690	.9002			
15.คนในชุมชนของฉันมีความสามัคคีกันดี	-	.5988	.9031			
16.คนในชุมชนที่ฉันอาศัยอยู่ปฏิบัติต่อกันเสมือนเครือญาติ	-	.7190	.8977			
17.เวลาฉันจะไปไหน ฉันสามารถฝากบ้านไว้กับเพื่อนบ้านได้	-	.7167	.8974			
18.ฉันกับเพื่อนบ้านสามารถเดินเข้าออกในบ้านซึ่งกันและกันได้	-	.6702	.9001			
19.ฉันกับเพื่อนบ้านมักมีของฝากให้ซึ่งกันและกันเสมอ	-	.7871	.8935			

ตอนที่ 5 แบบสอบถามการรับรู้ภาวะวิกฤตในชีวิตของตนเอง **<u>ในช่วง 2 เดือนที่ผ่านมา</u>**

ข้อความ	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ					
	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
<u>ความเครียด</u> 1.ฉันมีปัญหาชีวิตที่หนักใจต้องขบคิดอยู่เสมอ	+	.6072	.9264			
2.ฉันรู้สึกอ่อนหล้าที่ไม่สามารถแก้ปัญหาใด ๆ ได้	+	.5767	.9273			
3.ฉันรู้สึกปวดศีรษะขึ้นมาทันทีเมื่อเผชิญกับปัญหา	+	.6419	.9255			
4.ฉันมีอาการปวดเกร็งกล้ามเนื้อบริเวณท้ายทอย หลัง หรือไหล่ เมื่อคิดถึงปัญหาชีวิตที่เผชิญอยู่	+	.6073	.9266			
5.เวลาจะออกจากบ้านฉันมักรู้สึกกลัวว่าจะเกิดอุบัติเหตุตลอด	+	.6014	.9264			
6.ฉันมักหงุดหงิดเป็นทุกข์เป็นร้อนแม้เรื่องเล็กน้อยที่เกิดขึ้นกับฉัน	+	.6103	.9261			
7.เมื่อตื่นนอน ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายท้อแท้ ไม่อยากลุกจากเตียง	+	.6164	.9261			
8.บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกว่านอนหลับไม่สนิท	+	.6725	.9246			
9. บ่อยครั้งที่ฉันอยากปลีกตัวอยู่คนเดียวเงียบ ๆ	+	.6781	.9245			
10. ฉันรู้สึกเบื่อรำคาญทุกคนที่อยู่รอบข้างฉัน	+	.6187	.9264			
11.ฉันมีเรื่องที่ต้องทำให้คิดมาก จนขาดสมาธิในการทำงาน	+	.6000	.9265			
12.ฉันรู้สึกตกใจง่าย จนหัวใจเต้นแรง เหงื่อออก ตัวเย็น	+	.6996	.9242			
13.บ่อยครั้งที่ฉันรู้สึกกระวนกระวายโดยไม่ทราบสาเหตุ	+	.7251	.9237			
14.ฉันมักนอนฝันร้ายจนทำให้ตื่นขึ้นมากลางดึกบ่อย ๆ	+	.6504	.9253			
15.ฉันรู้สึกอ้างว้างโดดเดี่ยวเหมือนไม่มีใครอยู่เคียงข้าง	+	.6604	.9252			
16.ฉันรู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ แม้อยู่ท่ามกลางผู้คนหมู่มาก	+	.7511	.9229			
17.ฉันจะตกใจขวัญผวาอยู่นาน เมื่อมีเสียงดังขึ้นใกล้ฉัน	+	.6289	.9257			
<u>การเผชิญปัญหามุ่งปรับอารมณ์</u> 18.ฉันพยายามตั้งสติในการแก้ปัญหาต่าง ๆ	+	.5497	.7341			
19.เมื่อเผชิญปัญหา ฉันควบคุมอารมณ์ตนเองให้สงบและสุขุมได้	+	.3113	.7572			
20.เมื่อเกิดปัญหาฉันจะค้นหาสาเหตุว่าสิ่งใดที่ทำให้เกิดปัญหาก่อนที่จะหาทางแก้ไขปัญหานั้น	+	.4310	.7462			
21.เมื่อมีเรื่องทำให้ไม่สบายใจ ฉันจะพยายามทำใจให้สงบลงก่อน	+	.5932	.7323			
22.ฉันพยายามวิเคราะห์ปัญหาและทำความเข้าใจปัญหาให้ดีขึ้นก่อนหาวิธีแก้ไข	+	.5289	.7409			
ข้อความ	**ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ**					
	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย

23.ฉันไม่เคยรอคอยความหวังว่าอาจจะมีปาฏิหาริย์เกิดขึ้นโดยไม่ต้องพยายามแก้ไขเอง	+	.2958	.7650			
24.ฉันมักบอกกับตนเองว่าปัญหาที่เกิดกับฉันจะผ่านพ้นไปได้ เพื่อให้กำลังใจกับตนเอง	+	.4663	.7415			
25.ฉันจะหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับบุคคลที่ก้าวร้าว มีอคติต่อฉัน	+	.3190	.7584			
26.ฉันจะระบายความรู้สึกกับคนที่ไว้ใจได้เมื่อมีปัญหา	+	.4102	.7475			
27.ฉันไม่เคยที่จะระบายความรู้สึกให้ดีขึ้นด้วยการดื่มสุรา สูบบุหรี่ หรือพึ่งยาเสพติดเลย	+	.4477	.7446			
<u>การปรับตัว</u> 28.ฉันยอมรับและเข้าใจในความแตกต่างของแต่ละบุคคลได้	+	.5635	.8610			
29.ฉันสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปได้ง่าย	+	.3628	.8695			
30.ฉันยอมรับกับความล้มเหลวของตนเองได้เสมอ	+	.4624	.8657			
31.เวลามีเรื่องกลุ้มใจ ฉันผ่อนคลายได้ดีด้วยวิธีการต่าง ๆ (เช่น อ่านหนังสือ การฟังเพลง ทำงานอดิเรก เป็นต้น)	+	.5038	.8637			
32.เมื่อมีปัญหาทำให้เครียด ฉันสามารถเปลี่ยนให้เป็นเรื่องผ่อนคลายได้	+	.4928	.8644			
33.ฉันสามารถทำจิตใจให้ร่าเริงยอมรับกับปัญหานั้นได้	+	.4612	.8657			
34.การที่ฉันต้องพบกับปัญหาบ่อย ๆ ถือว่าเป็นโอกาสดีที่ได้ฝึกความแข็งแกร่ง ให้กับตนเอง	+	.4922	.8659			
35.ฉันสามารถจัดตารางเวลางานและครอบครัวอย่างสมดุลได้	+	.5274	.8625			
36.ฉันพยายามเปลี่ยนแปลงตนเองไปในทางที่ดีขึ้น	+	.6247	.8592			
37.ฉันเตรียมพร้อมเสมอกับการเผชิญปัญหาใหม่ ๆ ที่อาจเกิดขึ้น	+	.6537	.8564			
38.ฉันเตรียมพร้อมตัวเองเสมอกับปัญหาที่อาจเกิดขึ้นอีก	+	.5847	.8608			
39.ฉันสามารถค้นพบสิ่งดี ๆ จากปัญหาที่เกิดขึ้นเสมอ	+	.4797	.8648			
40.ฉันสามารถเปลี่ยนแปลงบางอย่างกับตนเองให้ดีขึ้นได้เพื่อให้เข้ากับสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป	+	.6236	.8579			
41.ฉันจะระมัดระวังในการทำงานที่ฉันเคยผิดพลาดมาแล้ว เพื่อไม่ให้ผิดพลาดซ้ำอีก	+	.4960	.8641			
42.ฉันมองว่าการเปลี่ยนแปลงไม่ว่าจะดีหรือร้ายที่เกิดขึ้นกับฉันนับเป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์โลก	+	.5208	.8630			

ตอนที่ 6 แบบสอบถามการรับรู้ถึงผลกระทบจากภาวะวิกฤตในชีวิตของตนเอง

ข้อความ	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ					
	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
<u>การสูญเสียความรู้สึกคุณค่าในตนเอง</u>						
1.ฉันรู้สึกว่าตนเองมักทำอะไรผิดพลาดเสมอ	+	.4575	.9304			
2.ฉันเบื่อหน่ายตนเอง ที่ไม่สามารถแก้ปัญหาต่างๆให้ผ่านไปได้	+	.6721	.9262			
3.ในบางครั้งฉันรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า	+	.6518	.9237			
4.ฉันพึงพอใจกับชีวิตที่เป็นอยู่อย่างมาก	-	.6411	.9276			
5.ฉันมั่นใจในตนเอง พร้อมที่จะทำในสิ่งที่ตั้งเป้าหมายไว้	-	.5001	.9295			
6.ฉันรู้สึกว่าตนเองมีชีวิตอยู่ไปวัน ๆ โดยไม่มีอนาคตที่ดีขึ้น	+	.7487	.9245			
7.ฉันรู้สึกว่า ไม่มีใครไว้วางใจในตัวฉัน	+	.6562	.9267			
8.ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในชีวิตคนหนึ่ง	-	.5835	.9282			
9.ฉันรู้สึกว่าฉันไม่เคยสมหวังในสิ่งที่ปรารถนา	+	.6402	.9270			
10.ฉันรู้สึกมีความสุขเมื่ออยู่ที่ใดก็ตาม	-	.5050	.9295			
11.ฉันรู้สึกท้อแท้หมดอาลัยในชีวิต	+	.7723	.9244			
12.ฉันรู้สึกผิดหวังที่ตนเองทำอะไรไม่ค่อยสำเร็จ	+	.7339	.9249			
13.ฉันรู้สึกว่าไม่เคยทำอะไรให้คนอื่นพอใจได้เลย	+	.6379	.9270			
14.ฉันรู้สึกว่าฉันมีแต่เรื่องวุ่นวายเข้ามาในชีวิตฉัน	+	.6104	.9275			
15.ฉันมักยอมแพ้ต่อสิ่งต่าง ๆ โดยง่าย	+	.7117	.9258			
16.บ่อยครั้งที่ฉันอยากเป็นคนอื่นที่ไม่ใช่ตัวฉัน	+	.6469	.9268			
17.ฉันรู้สึกว่าตนเองไม่มีอะไรดีสักอย่าง	+	.6718	.9263			
<u>ผลกระทบต่อการทำงาน</u>						
18.ฉันรู้สึกว่าฉันมักขาดสมาธิในการทำงาน	+	.5455	.8368			
19.ฉันรู้สึกว่าช่วงนี้ฉันทำงานผิดพลาดอยู่บ่อย ๆ	+	.5769	.8357			
20.ฉันขาดงานบ่อยในระยะนี้ เพราะต้องคอยตามแก้ปัญหาชีวิตต่างๆ	+	.3939	.8451			
21.ในงานที่ทำอยู่ทำให้ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายอยากลาออกจากงาน	+	.6087	.8325			
22.ในระยะนี้ มีเรื่องให้กังวลใจจึงทำให้ฉันทำงานได้ช้าลง	+	.7043	.8262			

	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ

ข้อความ	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
23.ถ้าฉันต้องทำงานที่ใช้การคิดมาก ๆ ฉันจะรู้สึกเวียนศีรษะ	+	.4646	.8423			
24.ฉันรู้สึกเหนื่อยใจ ในระยะนี้จึงทำให้ประสิทธิภาพการทำงานของฉันลดลง	+	.6685	.8281			
25.ฉันรู้สึกเหนื่อยหน่ายจึงทำให้ฉันไม่ค่อยกระฉับกระเฉงในการทำงาน	+	.6126	.8323			
26.ฉันไม่อยากจะคิดสร้างงานใหม่ ๆ ให้เป็นภาระกับตัวเอง	+	.3392	.8482			
27.ฉันมีเรื่องส่วนตัวที่ต้องรับภาระมาก จนบางครั้งต้องใช้เวลางานไปทำธุระส่วนตัวนั้น	+	.4248	.8437			
28.ฉันกับคนในที่ทำงานมักขัดแย้งกัน จึงทำให้การทำงานไม่คล่องตัวเท่าที่ควร	+	.4312	.8433			
29.ฉันจะทิ้งงานทันที ถ้าฉันได้รับความกดดันในการทำงาน	+	.3442	.8476			
<u>ความรุนแรงต่อตนเอง ครอบครัว</u> 30.ฉันรู้สึกว่าบางครั้ง ฉันใช้คำพูดที่รุนแรงหยาบคายกับคนในครอบครัว	+	.5471	.9077			
31.ฉันโกรธใครแล้วไม่สามารถทำอะไรเขาได้ฉันจะทำลายข้าวของแทน	+	.4984	.9082			
32.ถ้าฉันไม่พอใจใครฉันจะแสดงอารมณ์ใส่เขาทันที	+	.5564	.9075			
33.ฉันมักประชดคนที่ฉันรัก ด้วยการทำร้ายตัวเอง	+	.6603	.9047			
34.ฉันมักอารมณ์เสียเมื่ออยู่บ้าน	+	.4170	.9099			
35.ฉันเคยคิดอยากฆ่าตัวตาย	+	.5840	.9061			
36.เวลาลงโทษคนในครอบครัว ฉันมักแสดงความก้าวร้าวใส่เขา	+	.6874	.9033			
37.ฉันมักลงโทษคนอื่นด้วยการขว้างปาสิ่งของใส่เขา	+	.6865	.9052			
38.เมื่อลูกหรือคนในครอบครัวทำให้ฉันโมโห ฉันจะทุบตีเขา	+	.6030	.9060			
39.ฉันเคยข่มขู่คนในครอบครัวเพื่อให้ทำตามใจที่ฉันต้องการ	+	.6681	.9048			
40.เมื่อถูกคนใกล้ชิดขัดใจ ฉันมักขู่ที่จะทำร้ายตนเอง	+	.6802	.9049			
41.ฉันมักหาทางทำให้คนในครอบครัวอับอายเพื่อระบายความโกรธแค้น	+	.5492	.9077			
42.ฉันมักตะคอกใส่คนใกล้ชิดอยู่บ่อย ๆ เมื่อฉันรู้สึกโกรธ	+	.6898	.9041			
43.เมื่อเครียดมากฉันเคยพึ่งสารที่เป็นโทษ เช่น สุรา บุหรี่ ยาเสพติดฯลฯ	+	.4898	.9085			
44.ฉันมักพูดเสียงดัง ตะโกนใส่คนในครอบครัวให้เขายอมแพ้ฉัน	+	.6129	.9054			
	ระดับความเป็นจริงที่ปรากฏ					

ข้อความ	จริงที่สุด ลบ-บวก	จริง r	ค่อนข้างจริง ∝	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง	ไม่จริงเลย
45.ฉันมักตำหนิติเตียนคนในครอบครัวด้วยถ้อยคำที่รุนแรง	+	.5488	.9072			
46.ฉันแสดงท่าดูถูกคน ที่ชอบทำตัวอ่อนแอ	+	.4627	.9091			
47.ถ้าฉันทำอะไรผิดพลาด ฉันมักลงโทษตัวเอง	+	.3895	.9128			
48.ฉันเคยทำร้ายจิตใจคนในครอบครัว ให้ต้องเสียใจอยู่หลายครั้ง	+	.5704	.9065			
49.ฉันเคยพยายามฆ่าตัวตาย	+	.5374	.9073			

ข้อคิดเห็นเพิ่มเติม

เมื่อท่านมีอาการเครียดหรือมีภาวะวิกฤตเกิดขึ้นในชีวิต ท่านจะมีแนวทางในการเผชิญและจัดการกับภาวะเช่นนี้ให้ผ่านพ้นไปได้อย่างไร (โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างได้มากกว่า 1 ข้อ และโปรดระบุวิธีที่ใช้พอสังเขป)

❒ ออกกำลังกาย โดยวิธี ……..……..……...

❒ ผักผ่อน โดยวิธี ……..…….....

❒ ปรับจิตให้สงบโดยวิธี ……..……..…….....

❒ ปรับอารมณ์โดยวิธี.....

❒ พึ่งยา โดยวิธี ……..……..…….....

❒ พึ่งผู้อื่น โดยวิธี …….....

❒ หลีกเลี่ยงการเผชิญความเครียด โดยวิธี …….....

❒ ปรับบทบาทหน้าที่ โดยวิธี ……..……..……..…….....

❒ เปลี่ยนแปลงตนเอง โดยวิธี ……..…….....

❒ ปรับสภาพแวดล้อมหรือบุคคลอื่นโดยวิธี ...…….....

❒ อื่น ๆ โปรดระบุ.....……..…….....

.....……..…….....

.....……..…….....

.....……..…….....

ขอขอบคุณในความร่วมมือเป็นอย่างดี

สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

กรอบการสัมภาษณ์

ความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยาเกี่ยวกับ ความหมาย ปัจจัยและองค์ประกอบของภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคน (อายุ 30-55 ปี) ที่ทำงานนอกบ้าน

1. ท่านเข้าใจว่า "ภาวะวิกฤตชีวิตตามการรับรู้ของสตรีไทยสมรสในช่วงวัยกลางคน" นั้นหมายความว่าอย่างไร
2. ท่านคิดว่า สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านโดยทั่วไป จะทราบได้อย่างไรว่าตนเองอยู่ในช่วงภาวะวิกฤตชีวิต หรือสามารถวัดได้จากพฤติกรรมหรืออาการอย่างไรที่ถือว่าเป็นภาวะวิกฤตชีวิต
3. ท่านคิดว่าสตรีไทยสมรสในวัยกลางคน โดยทั่วไปที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชน มักจะมีปัญหาที่ต้องเผชิญปัญหาในด้านใดบ้าง
4. ท่านคิดว่าภาวะวิกฤตชีวิตที่เกิดขึ้นในกลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนนั้นจะมาจากปัจจัยอะไรได้บ้าง
5. ท่านคิดว่าจากปัจจัยและองค์ประกอบของภาวะวิกฤตตามรูปแบบความสัมพันธ์ ที่ระบุไว้ในโครงการที่แนบมานี้ท่านเห็นด้วยหรือไม่ โปรดให้ข้อคิดเห็นเพิ่มเติมและท่านคิดว่าน้ำหนักของปัจจัยและองค์ประกอบใดที่มีผลต่อการรับรู้ภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนในระดับมากที่สุด

รายชื่อผู้ทรงคุณวุฒิ ผู้ให้สัมภาษณ์

1. แม่ชีศันสนีย์ เสถียรสุต เสถียรธรรมสถาน
2. ศ. ดร.จรรจา สุวรรณทัต ที่ปรึกษาประจำสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
3. ศ. นพ. กวี สุวรรณกิจ แผนกจิตเวช โรงพยาบาลบำรุงราษฎ์
4. ผศ.สุรินทร์ รณเกียรติ นายกสมาคมนักจิตวิทยาแห่งประเทศไทย
5. พ.อ.นพ.เอนกวิทย์ เต็มบุญเกียรติ ภาควิชาจิตเวชและประสาทวิทยา วิทยาลัยแพทย์พระมงกุฎเกล้า

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ แบบสอบถามการวิจัย

1. รศ.พญ.วันเพ็ญ ธุรกิตต์วัณณการ หัวหน้าภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ดร.นิยะดา จิตต์จรัส หัวหน้าภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. ผศ.ดร.วิลาสลักษณ์ ชัววัลลี ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์
4. รศ. งามตา วนินทานนท์ รองผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ ฝ่ายวิจัย
5. ดร. พรรณี บุญประกอบ รองผู้อำนวยการสถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ ฝ่ายบริหาร

กรอบการสัมภาษณ์การสนทนากลุ่ม

เพื่อประกอบการวิจัยเรื่อง การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงเหตุและดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิต สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล

คำชี้แจง

กลุ่มผู้ร่วมสนทนา ประกอบด้วย สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน เคยผ่านประสบการณ์ภาวะวิกฤตชีวิต และสามารถเผชิญภาวะวิกฤตนั้นได้อย่างเหมาะสม จำนวน 8 คน

ภาวะวิกฤตชีวิต หมายถึง การรายงานของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านว่ามีการรับรู้ต่อสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตว่าเป็นสิ่งที่อันตรายคุกคามต่อตนเองอาจเป็นการคุกคามทางด้านร่างกายจิตใจ อารมณ์ของบุคคล หรือต่อภาพพจน์หรือเป้าหมายในชีวิต ทำให้บุคคลนั้นเกิดการเปลี่ยนแปลงในชีวิตและเมื่อใช้วิธีการแก้ปัญหาในลักษณะเดิมๆที่เป็นแบบจัดการที่ปัญหาไม่ได้ผลเพียงพอ ทำให้เกิดภาวะตึงเครียด จึงใช้การเผชิญปัญหาแบบมุ่งปรับอารมณ์แทนแต่ทำได้ไม่เหมาะสม และไม่สามารถปรับตัวได้ จึงเป็นเหตุให้ชีวิตของบุคคลนั้นเสียสมดุลไม่สามารถดำรงชีวิตที่เป็นปกติอย่างมีความสุขได้

วัตถุประสงค์ของการสนทนากลุ่มครั้งนี้ เพื่อ

1. เป็นข้อมูลในการกำหนดแนวทางในการเผชิญปัญหาและการป้องกันการเกิดภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน
2. ตรวจสอบผลการวิจัยโดยใช้เป็นข้อมูลประกอบการอภิปรายถึงปัจจัยสาเหตุต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน ที่ได้ผลจากข้อมูลความคิดเห็นของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานในหน่วยงานภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและหน่วยงานเอกชน ในกรุงเทพมหานครและปริมณฑล รวมจำนวน 1,375 คน ดังผลการวิจัยเป็น รูปแบบความสัมพันธ์เชิงเหตุของปัจจัยที่ส่งผลต่อภาวะวิกฤตชีวิตของสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน (ตามเอกสารสรุปแนบท้าย)

ประเด็นการสนทนากลุ่ม

ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยด้านบุคคล (ศึกษาจาก การมีบุคลิกภาพแบบหวั่นไหว และมีประสบการณ์การสูญเสียในชีวิต) ปัจจัยด้านครอบครัว (ศึกษาจาก ปริมาณภาระต่อครอบครัว สัมพันธภาพกับคู่สมรส ความผูกพันทางศาสนาของสมาชิกในครอบครัวและการรับรู้การสนับสนุนทางสังคมจากครอบครัว) ปัจจัยด้านการทำงาน (ศึกษาจาก การมีภาระงาน มีความก้าวหน้าในงาน มีความคลุมเครือในงานและการรับรู้การสนับสนุนจากจากเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชา) ปัจจัยด้านสภาพแวดล้อมในชุมชนที่อาศัย และปัจจัยด้านสัมพันธภาพกับเพื่อนบ้าน ปัจจัยทั้ง 5 ด้านนี้ถือเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ส่งผลให้สตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านรับรู้ว่าตนเองมีภาวะวิกฤตชีวิต

ข้อคำถามการสนทนากลุ่ม

ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรในประเด็นเหล่านี้

1. เมื่อท่านรับรู้ว่าตนเองว่าอยู่ในภาวะวิกฤตชีวิตในเรื่องอะไรบ้าง ท่านทำอย่างไรบ้างในระยะแรก ระยะต่อ ๆ มา และท่านคิดว่าเหมาะสมหรือไม่อย่างไร
2. ท่านจัดการอย่างไรถึงได้ผ่านพ้นภาวะวิกฤตชีวิตของตนเองได้อย่างสำเร็จ จนถึงปัจจุบันนี้
3. ท่านมีแนวทางในการป้องกันมิให้เกิดปัญหาภาวะวิกฤตชีวิตขึ้นกับตัวท่านอย่างไร
4. ท่านมีข้อเสนอแนะอย่างไรบ้างสำหรับสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านในการดำรงชีวิตในครอบครัวและการทำงานในที่ทำงาน และสามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างสมดุลอย่างมีความสุข
5. ท่านมีข้อเสนอแนะให้กับนักพัฒนาและผู้เกี่ยวข้องกับการดูแลสังคมไทย ในปัจจุบันอย่างไรบ้าง เพื่อให้สถาบันครอบครัวมั่นคง สังคมเป็นสุขโดยมี กลุ่มสตรีไทยสมรสวัยกลางคนเป็นจุดเชื่อมต่อในการดูแลสร้างสรรค์ลูกหลานและเยาวชนไทยต่อไป
6. ท่านเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยอย่างไรกับแผนภาพ ความสัมพันธ์ที่ได้จากการวิจัย

ผลงานวิจัยนำเสนอ

- ที่ประชุม ศรีนครินทรวิโรฒวิชาการ 7-9 พ.ย.2549

- ที่ประชุม ในโอกาสครบรอบ 51 ปี สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ 25 ส.ค.2549

- **ลงบทความวิจัย วารสารพฤติกรรมศาสตร์ ปีที่12 ฉบับที่ 1 ก.ย. 2549**
- **Manuscript บทความภาษาอังกฤษเพื่อเตรียมลงวารสารต่างประเทศ**