

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส

พันจ่าเอกหญิง ชัชดา หลงพิมาย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน

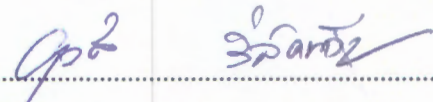
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา


สิงหาคม 2560

ลิขสิทธิ์นี้เป็นของมหาวิทยาลัยบูรพา

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ได้พิจารณา
วิทยานิพนธ์ของ พันจำเอกหญิง ชัชดา หลงพิมาย ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการ
การศึกษาตามหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ของ
มหาวิทยาลัยบูรพาได้

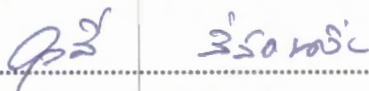
คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

.....อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุวดี ลีถักนาวิระ)

.....อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชนัญชิตาคุชฎี ทุลศิริ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


.....ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร.วิณา เทียงธรรม)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุวดี ลีถักนาวิระ)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชนัญชิตาคุชฎี ทุลศิริ)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดวงใจ วัฒนสินธุ์)

คณะพยาบาลศาสตรบัณฑิตให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน ของมหาวิทยาลัยบูรพา

.....คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์
(รองศาสตราจารย์ ดร.นุจรี ไชยมงคล)

วันที่ 25 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2560

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงเป็นอย่างดีได้ด้วยความกรุณาและการช่วยเหลือจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุวดี ลีลัคณาวิระ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชัญฉิคาคุณฤทิ์ ทูลศิริ อาจารย์ที่ปรึกษาร่วม และรองศาสตราจารย์ ดร.วิณา เทียงธรรม ผู้ทรงคุณวุฒิจากมหาวิทยาลัยมหิดลที่ได้ให้ความกรุณาให้ความรู้ ข้อคิดเห็น และคำปรึกษา แนะนำที่เป็นประโยชน์และตรวจสอบแก้ไขในส่วนที่บกพร่องต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ในการทำวิทยานิพนธ์ด้วยความห่วงใยและความเอาใจใส่เป็นอย่างดี อีกทั้งยังสนับสนุนให้กำลังใจแก่ผู้วิจัยตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งเป็นอย่างยิ่ง และขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดวงใจ วัฒนสินธุ์ กรรมการซึ่งเป็นผู้แทนจากบัณฑิตศึกษาที่ได้กรุณาให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ให้ถูกต้องและสมบูรณ์ยิ่งขึ้น ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่านที่กรุณาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย และให้คำแนะนำแนวทางในการพัฒนาเครื่องมือที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยอย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณท่านผู้บังคับบัญชาทุกท่านทั้งโรงพยาบาลอาภากรเกียรติวงศ์ ฐานทัพเรือสัตหีบ ผู้บังคับการหน่วยเฉพาะกิจ นาวิกโยธินภาคใต้ ค่ายจุฬาภรณ์ จังหวัดนราธิวาส และข้าราชการที่สนามบินอุตะเกาที่อำนวยความสะดวกในการเดินทางเก็บข้อมูล อีกทั้งผู้ร่วมงานที่ให้การช่วยเหลือในการทำวิจัยครั้งนี้มาโดยตลอด ทำให้งานวิจัยสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ท้ายที่สุดขอกราบขอบพระคุณบิดา มารดา คณาจารย์ และเพื่อนนิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน มหาวิทยาลัยบูรพาทุกท่านที่เป็นกำลังใจ และให้การสนับสนุนในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ จนสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ขอขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้ด้วย

พันจ่าเอกหญิง ชัชดา หลงพิมาย

53920602: สาขาวิชา: การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน; พย.ม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)

คำสำคัญ: ความเครียด/ การเผชิญความเครียด/ สิ่งแวดล้อมการทำงาน/ ทหารเรือ

ชัชดา หลงพิมาย: ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส

(INFLUENCING FACTORS OF STRESS AMONG NAVIES IN NARATHIWAT PROVINCE)

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์: ยุวดี ลีลัคณาวิระ, วท.ค., ชนัญชิตาคุษฎี ทูลศิริ, ปร.ค.,

จำนวน 89 หน้า. ปี พ.ศ. 2560.

จากสถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้เป็นเวลายาวนานมากกว่า 10 ปี ก่อให้เกิดเหตุการณ์ความรุนแรงและความสูญเสียแก่ประชาชนและผู้ปฏิบัติหน้าที่รักษาความสงบเรียบร้อยของประเทศ ซึ่งทหารเรือเป็นผู้ปฏิบัติงานที่เสี่ยงอันตรายในพื้นที่นี้ การวิจัยครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส หน่วยเฉพาะกิจนาวิกโยธินภาคใต้ ค่ายจุฬาภรณ์ ในช่วงเดือนเมษายน ถึงเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2560 จำนวน 300 นาย กลุ่มตัวอย่างได้มาด้วยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ให้ตอบด้วยตนเอง ประกอบด้วย ข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความเครียด เหตุการณ์ก่อกวนในชีวิตช่วงเวลา 1 ปีที่ผ่านมา สัมพันธภาพในครอบครัว พฤติกรรมการเผชิญความเครียด และสิ่งแวดล้อมในการทำงาน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา และสถิติสมการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอายุเฉลี่ย 29.25 ปี ($SD = 10.37$) ชั้นยศเป็นระดับชั้นประทวน ร้อยละ 63.70 สถานภาพสมรส โสด ร้อยละ 67.00 ระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ร้อยละ 85.30 สังกัดพรคนาวิกโยธิน ร้อยละ 90.00 รายได้เฉลี่ยรวมต่อเดือน 19,304.76 บาท ($SD = 6.70$) และระยะเวลาในการออกปฏิบัติราชการที่นราธิวาสตั้งแต่วันที่มาจนถึงวันที่เก็บข้อมูลมีค่ามัธยฐานเท่ากับ 1 ปี ($IQR = 1$ ปี) ระดับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 67.34 ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดแต่ไม่สามารถทำนายระดับความเครียด ได้แก่ ชั้นยศ (นายทหารชั้นประทวนหรือสัญญาบัตร) ($r = -.11, p < .05$) สถานภาพสมรส (สมรส หม้าย หย่า) ($r = -.18, p < .05$) ระดับการศึกษา (ปริญญาตรีหรือสูงกว่า) ($r = -.12, p < .05$) รายได้ ($r = -.10, p < .05$) การเผชิญปัญหาด้วยการจัดการกับปัญหา ($r = .21, p < .05$) สัมพันธภาพในครอบครัว ($r = -.27, p < .05$) และ เหตุการณ์ก่อกวนในชีวิต ($r = .23, p < .01$) ปัจจัยทำนายความเครียดของกลุ่มตัวอย่าง คือ พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบการจัดการกับอารมณ์ ($\beta = 1.64, p < .01$) ความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ($\beta = -0.09, p < .01$) และอายุ ($\beta = -0.04, p = .01$) โดยปัจจัยเหล่านี้อธิบายความเครียดได้ร้อยละ 79.60 ($R^2 = .796, p < .01$)

จากผลการวิจัยมีข้อเสนอแนะว่า บุคลากรด้านสุขภาพที่มีหน้าที่ดูแลทหารปฏิบัติราชการในพื้นที่เสี่ยง ควรประเมินความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของทหาร ส่งเสริมให้ทหารมีวิธีการเผชิญความเครียดที่เหมาะสม และควรแนะนำให้ทหารปรับปรุงสิ่งแวดล้อมในการทำงานให้สะดวกสบายและรู้สึกปลอดภัย

53920602: MAJOR IN COMMUNITY NURSE PRACTITIONER, M. N. S. (COMMUNITY NURSE PRACTITIONER)

KEYWORDS: STRESS/ COPING/ WORKING ENVIRONMENT/ NAVIES

CHATCHADA LONGPHIMAI: INFLUENCING FACTORS OF STRESS AMONG NAVIES IN NARATHIWAT PROVINCE. ADVISORY COMMITTEE: YUWADEE LEELUKKANAVEERA, Ph.D., CHANANDCHIDADUSSADEE TOONSIRI, Ph.D., 89 P. 2017.

Situation of unrest in three southern border provinces for more than 10 years causes violence and loss to people and practitioners maintaining peace of the country. Navies are parts of practitioners who have their lives risky to dangerous in this area. Purpose of this study was to examine factors affecting stress among navies working in Narathiwat province. Participants were 300 marines of Chulaborn camp, special operation unit in southern part of the country. Data has been collected during April to May, 2017. Participants were selected by multistage random sampling. Research instruments were self-report questionnaires including personal information, stress assessment, pressure on life in the past one year, family relationship, coping behavior, and working environment. Data were analyzed by descriptive statistics and stepwise multiple regression.

The results of the study revealed that: the average sample age was 29.25 years old ($SD = 10.37$). The average rank was non-commissioned, 63.70% were married, and 85.30% had a bachelor's degree, 90.00%. Average monthly income was 19,304.76 baht. ($SD = 6.70$), and the duration of service at Narathiwat province from the date until the data collection date is a median of 1 year ($IQR = 1$ year). Factors related to stress but not predicted stress levels were rank (ranks-commissioned or commissioned) ($r = -.11, p < .05$) marital status (divorced widow) ($r = -.18, p < .05$) Education ($R = -.12, p < .05$). Income ($r = -.10, p < .05$). Coping with problem management ($r = .21, p < .05$) Family relationship ($r = -.27, p < .05$) and stress events in life ($r = .23, p < .01$). Predictors of participants' stress were emotional coping behavior ($B = 1.64, p < .01$), appropriateness of working environment ($B = -0.09, p < .01$), and age ($B = -0.043, p = .01$). These factors explained 79.60% of the variance in participants' stress ($R^2 = .796, p < .01$).

Findings suggest that health care personnel responsible to care for military working in dangerous areas would assess soldiers' stress and coping behavior. Then would encourage them to use effective coping behavior. Moreover, would advise them to improve their working environment to be comfortable contributable to their safety feeling in a workplace.

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
สารบัญ	ฉ
สารบัญตาราง	ซ
สารบัญภาพ	ฅ
บทที่	
1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
คำถามการวิจัย.....	4
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
สมมติฐานการวิจัย.....	5
กรอบแนวคิดในการวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	6
ข้อจำกัดของการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	7
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	9
แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด.....	9
ความรู้เกี่ยวกับทหารเรือ	23
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียด.....	28
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	34
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	34
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	38
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	41
วิธีการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	42
การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง	42
การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย	43

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิจัย.....	44
ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล.....	44
ส่วนที่ 2 ระดับของความเครียดและปัจจัยที่ศึกษา.....	47
ส่วนที่ 3 ปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือ ในจังหวัดนครราชสีมา.....	56
5 สรุปและอภิปรายผล.....	62
สรุปผลการวิจัย.....	62
อภิปรายผลการวิจัย.....	63
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้.....	70
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	70
บรรณานุกรม.....	72
ภาคผนวก.....	78
ภาคผนวก ก.....	79
ภาคผนวก ข.....	81
ภาคผนวก ค.....	86
ประวัติย่อของผู้วิจัย.....	90

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล.....	45
2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความเครียด.....	47
3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความเครียด.....	48
4 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการเกิดเหตุการณ์กีดกันในชีวิต ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา.....	49
5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับสัมพันธภาพ ในครอบครัวของทหารเรือในเขตจังหวัดนราธิวาส.....	50
6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการเผชิญ ความเครียด.....	53
7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่างที่จำแนกตามการรับรู้ ด้านความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงานของทหารเรือในเขตจังหวัดนราธิวาส...	55
8 ระดับการวัดของตัวแปรต้นและการให้รหัสตัวแปรหุ่น.....	56
9 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษา.....	59
10 การวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียด ของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส.....	61

สารบัญภาพ

ตารางที่	หน้า
1 กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
2 ขั้นตอนการสุ่มตัวอย่าง.....	37

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เมื่อเกิดภาวะสงครามหรือความขัดแย้งขึ้นที่โดยอ้อมเกิดความสูญเสียต่อชีวิต และทรัพย์สินของประชาชน รวมถึงผลกระทบต่อทางด้านสภาวะร่างกาย และจิตใจของผู้ที่ผ่านวิกฤติสงครามขึ้นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ (วีระ เชื่องศิริกุล, 2554) Brooks and Fulton (2010) ศึกษาย้อนหลังในยุคสงครามเกาหลี พบว่า ทหารผ่านศึกมีปัญหาภาวะสุขภาพจิตมากกว่าผู้ที่ทำหน้าที่อื่น ๆ ในสงคราม Choi et al. (2013) พบว่า สุขภาพร่างกายภายนอกแม้จะดูสมบูรณ์แต่ทหารที่ผ่านศึกสงครามมา พบว่า มีความวิตกกังวล มีความเครียด และมีปัญหาสุขภาพจิตตามมา จากการศึกษาของ Brooks, Laditka, and Laditka (2008) พบว่า ทหารที่ต้องทำงานที่เคร่งเครียดและแข่งขันตลอดเวลา ได้รับผลกระทบระยะยาวเกี่ยวกับภาวะสุขภาพจิต โดยเฉพาะทหารที่เคยผ่านการสงครามมาแล้ว

สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ของประเทศไทย อันประกอบไปด้วย จังหวัดนราธิวาส จังหวัดปัตตานี และจังหวัดยะลา ตั้งอยู่ตอนใต้สุดของประเทศ จากความแตกต่างกลายเป็นเงื่อนไขความไม่สงบในรูปแบบต่าง ๆ มาโดยตลอด รัฐบาลทุกยุคสมัย มุ่งเน้นให้ความสนใจอย่างใกล้ชิดมาโดยตลอด โดยมีนโยบายความมั่นคงแห่งชาติเน้นการสร้างสันติภาพ ความรักสามัคคี ความสงบ และความอยู่ดีมีสุขของประชาชนจนถึงปัจจุบันนโยบายดังกล่าวถูกดำเนินต่อเนื่องเรื่อยมาเช่นเดียวกับสถานการณ์ก่อความไม่สงบในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ยังมีเหตุการณ์ความขัดแย้งที่ก่อความรุนแรงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ไม่มีท่าว่าจะสงบลงโดยเร็ว และภัยคุกคามส่วนใหญ่เป็นภัยที่ไม่สามารถคาดการณ์ได้ที่สำคัญ คือ ภัยจากแนวคิดรุนแรงและการก่อการร้ายที่อาจก่อให้เกิดปัญหาการก่อความไม่สงบในจังหวัดภาคใต้รุนแรงขึ้นได้ (สุรชาติ บำรุงสุข, 2553)

เงื่อนไขทางประวัติศาสตร์ทางชาติพันธุ์ กลไกทางสังคมที่เหลื่อมล้ำกัน อุดมการณ์จิตวิญญาณ ศาสนา และผลประโยชน์ทางการเมือง ซึ่งทำให้เกิดเหตุการณ์ต่าง ๆ เช่น การลักลอบวางเพลิงโรงเรียน ทำลายสถานที่ราชการ วางระเบิดรถไฟ ร้านค้า ตลาดและแหล่งชุมชน รวมไปถึงเหตุการณ์ลอบทำร้ายทหาร ตำรวจ ข้าราชการครู เด็กและพลเรือน มีการกระทำอย่างเป็นขบวนการและเป็นระบบ (สุริชัย หวันแก้ว, 2550) รายงานของศูนย์เฝ้าระวังสถานการณ์ภาคใต้พบว่า มีเหตุการณ์ความไม่สงบเกิดขึ้นในช่วงปี พ.ศ. 2547 จนถึงปี พ.ศ. 2558 รวม 15,360 เหตุการณ์ เป็นผลทำให้มีผู้บาดเจ็บ และเสียชีวิตรวมทั้งสิ้น 18,442 คน โดยแยกออกเป็นผู้เสียชีวิต 6,532 ราย และบาดเจ็บ 11,910 ราย (สุภาภรณ์ พันธ์สนาธิ และคณะทำงานฐานข้อมูลเหตุการณ์ชายแดนใต้

(DSID), 2557) จากข้อมูลของศูนย์เฝ้าระวังสถานการณ์ภาคใต้ ซึ่งให้เห็นถึงการปรับเปลี่ยนยุทธวิธีการก่อเหตุโจมตีจากการมุ่งไปที่เป้าหมายอ่อน (Soft targets) มาเป็นเป้าหมายเข้มแข็ง (Hard targets) ซึ่งประกอบไปด้วยเป้าหมายที่เป็นทหาร ตำรวจ ทหารพราน และอาสาสมัครรักษาดินแดน โดยสลับกับการโจมตีเป้าหมายอ่อนที่เป็นชุมชนเมือง การโจมตีต่อเป้าหมายเข้มแข็งสูงถึงร้อยละ 50-60 (ศรีสมภพ จิตรภักดิ์ศรี และรอมฎอน ปันจอร์, 2556)

ผู้ปฏิบัติหน้าที่รักษาความสงบเรียบร้อยของประเทศจะต้องเผชิญสิ่งกดดันต่าง ๆ จากสิ่งแวดล้อมตลอดเวลา ก่อให้เกิดความไม่สบายใจ วิตกกังวลจากการใช้ชีวิตอยู่อย่างไม่ปลอดภัย ความเครียดที่ถูกระดมไว้นาน ๆ และต่อเนื่อง โดยไม่ได้รับการแก้ไขสาเหตุจะนำไปสู่ภาวะเครียดในระดับสูง ซึ่งเมื่อไม่สามารถเผชิญความเครียดในรูปแบบที่เหมาะสมจะส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพ โดยในบางคนที่เกิดความล้มเหลวในการปรับตัวจะทำให้เกิดความเจ็บป่วย และสูญเสียศักยภาพ ในการทำหน้าที่ของตนเอง (สมจิต หนูเจริญกุล, 2555) และอาจทำให้นักคิดตัดสินใจกระทำการในสิ่งที่ไม่ได้คาดหวังได้ ดังเช่นเหตุการณ์เมื่อวันที่ 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2557 หน่วยเฉพาะกิจปัตตานี พบพลทหารเครียดกว่าปีนเอ็ม 16 ยิงถล่มผู้บังคับบัญชาเสียชีวิต 4 ศพ จากนั้นยังตัวตายตาม ซึ่งคาดว่าเกิดจากภาวะสุขภาพจิตที่เบี่ยงเบนเนื่องมาจากความเครียด (ไทยรัฐออนไลน์, 2557)

นอกจากนี้ความเครียดที่ต่อเนื่องจะรบกวนความสมดุลในร่างกายนำไปสู่ความเจ็บป่วยทางกาย เช่น มีอาการปวดท้อง ความดันโลหิตสูง เจ็บที่หน้าอก พบปัญหาการนอนหลับ การหย่อนสมรรถภาพทางเพศ ปัญหาทางอารมณ์ รวมถึงภาวะซึมเศร้า นอกจากนี้ความเครียดยังมีการเชื่อมโยงถึง 6 สาเหตุสำคัญการตาย ได้แก่ โรคหัวใจ มะเร็ง โรคปอด อุบัติเหตุ โรคตับแข็ง และแม้กระทั่งการฆ่าตัวตาย และความเครียดยังมีส่วนทำให้เกิดพฤติกรรมดื่มแอลกอฮอล์ สูบบุหรี่ ใช้สารเสพติด การพนัน ปัญหาทางเพศ และปัญหาการติดอินเทอร์เน็ต Joseph (2012) พบว่าการทำงานที่เครียดหรือความเครียดจากการทำงานหนักเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดภาวะความดันโลหิตสูง และสอดคล้องกับการศึกษาของ Talma and Ariela (2012) ศึกษาพบว่า การตอบสนองต่อความเครียดนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงระดับฮอร์โมนหลายตัวในร่างกาย เช่น ทำให้เกิดโรคไทรอยด์เป็นพิษ ความผิดปกติของต่อมหมวกไต ความสามารถในการผลิตเอสโตรเจนลดลง รวมทั้งโรคอ้วน ไขมันสะสมและความเครียดที่มากกว่าปกติเป็นปัจจัยเสี่ยงหนึ่งในการเกิดโรคเบาหวาน

ฐานทัพเรือสัตหีบ สังกัดกองทัพเรือภาคที่ 1 ของกองทัพเรือไทย มีภารกิจที่สำคัญอย่างหนึ่งคือ จัดกำลังรบไปปฏิบัติงานที่จังหวัดนราธิวาส เป็นประจำทุกปี ปีละประมาณ 3,000 นาย ในระหว่างการปฏิบัติงาน กรมแพทย์ทหารเรือได้ดำเนินการดูแลสุขภาพจิตทหารเรือ สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยนำทีมสุขภาพจิตทหารเรือ อันประกอบไปด้วย จิตแพทย์ นักจิตวิทยาคลินิก

นักสังคมสงเคราะห์ พยาบาลจิตเวช จากโรงพยาบาลทหารเรือกรุงเทพ และโรงพยาบาล
 อากาศรเกียรติวงศ์ ฐานทัพเรือสัตหีบ ลงปฏิบัติการดูแลสุขภาพจิตให้แก่กำลังพล บรรยาย
 ให้ความรู้เรื่องเกี่ยวกับสุขภาพจิตทหาร ผลกระทบที่เกิดขึ้นในการปฏิบัติการกิจของทหาร ได้แก่
 การอ่อนล้าจากการรบ (Battle fatigue) พฤติกรรมนอกแนว (Misconduct stress behavior)
 ความผิดปกติทางจิตใจภายหลังอันตราย (Post traumatic stress disorder [PTSD]) รวมทั้งให้ทราบถึง
 แนวทางการปรับตัวเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่มีความกดดันทางจิตใจ ตลอดจนกิจกรรม
 ผ่อนคลายความตึงเครียดของทหาร หากพบกำลังพลมีแนวโน้มจะเกิดปัญหาสุขภาพจิตจะต้อง
 ประสานหมวดพยาบาลค่ายจุฬาภรณ์ ให้ทีมแพทย์และพยาบาลติดตามผลอย่างต่อเนื่อง และให้
 การรักษาอย่างมีประสิทธิภาพต่อไป เพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตใจให้แก่กำลังพลทหารเรือ
 ให้สามารถปฏิบัติการกิจเพื่อชาติได้อย่างมีประสิทธิภาพ (พรทิพย์ อินทวิเชียร, 2558) แม้กระนั้น
 สถิติผู้ป่วยนอกของกองสุขภาพจิต โรงพยาบาลอากาศรเกียรติวงศ์ ฐานทัพเรือสัตหีบ พบว่า มีผู้ป่วย
 จำนวนสูงขึ้นเป็นลำดับจาก 4,756 คน ในปี พ.ศ. 2556 เป็น 9,047 คน และ 9,677 คน ในปี
 พ.ศ. 2557 และ พ.ศ. 2558 ตามลำดับ อัตรากำลังพลที่ป่วยทางจิตเวชยังคงมีอยู่อย่างต่อเนื่อง ถ้าไม่ได้
 รับการแก้ไขจะทำให้เกิดการสูญเสียงบประมาณเป็นค่าใช้จ่ายในการดูแลข้าราชการทหารที่ป่วย
 นอกจากนี้กองทัพเรือยังต้องสูญเสียกำลังพลที่มีประสิทธิภาพในการทำหน้าที่รักษาความมั่นคงของ
 ชาติอีกด้วย ดังนั้นจึงพอสรุปได้ว่าความเครียดก่อให้เกิดผลกระทบอย่างมากทั้งทางด้านร่างกาย
 และจิตใจของบุคคล แต่ก็ยังไม่มีการศึกษาระดับความเครียดของทหารเรือจากฐานทัพสัตหีบที่ลงไป
 ปฏิบัติงานในจังหวัดนราธิวาสว่าเป็นอย่างไร

Lazarus and Folkman (1984) เชื่อว่า ความเครียดเป็นผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล
 กับสิ่งแวดล้อม ซึ่งบุคคลประเมินว่าต้องใช้แหล่งประโยชน์อย่างเต็มที่หรือต้องใช้มากกว่าที่ตนเอง
 มีอยู่ และส่งผลกระทบต่อความผาสุก โดยที่สาเหตุของความเครียดเกิดได้ทั้งจากปัจจัยภายในตัว
 บุคคลและปัจจัยภายนอกตัวบุคคลหรือสิ่งแวดล้อม ซึ่งได้แก่ สิ่งแวดล้อมที่เป็นกายภาพ สิ่งแวดล้อม
 ทางด้านสังคม มนุษย์สัมพันธ์ และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในกระบวนการดำเนินชีวิต
 ซึ่งจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา
 ที่ศึกษาในกลุ่มทหารและตำรวจที่ปฏิบัติงานในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ พบงานวิจัย
 เพียง 4 เรื่อง (กฤษดา ประกอบ, 2551; เคนชัย จันทราชา, 2557; พงณา เปลี่ยนเกิด, 2552; ไหมไทย
 ไชยพันธุ์, 2555) พบปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด ได้แก่ อายุ การศึกษา รายได้ พื้นที่
 ปฏิบัติงานและความรับผิดชอบ ความคิดอัตโนมัติด้านลบ การสนับสนุนจากหัวหน้าและเพื่อน
 ร่วมงาน ความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตและกลวิธีการเผชิญความเครียดในรูปแบบต่าง ๆ
 แต่ยังไม่มีการศึกษาถึงอิทธิพลของปัจจัย เหตุการณ์กดดันในชีวิตในช่วง 1 ปีที่ผ่านมาสิ่งแวดล้อม

การทำงาน และสัมพันธภาพในครอบครัวของกลุ่มประชากรกลุ่มนี้ว่ามีผลต่อความเครียดอย่างไร
 ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือ
 จากฐานทัพสัตหีบที่ออกปฏิบัติราชการสามจังหวัดนราธิวาส ซึ่งต้องทำงานในภาวะกดดัน
 และเสี่ยงต่อชีวิต โดยนำปัจจัยที่พบจากการทบทวนวรรณกรรมว่า มีความสัมพันธ์กับความเครียด
 รวมทั้งเพิ่มปัจจัยอื่นตามแนวคิดทฤษฎีของ Lazarus and Folkman (1984) โดยในการศึกษารั้งนี้
 ปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ อายุ ชั้นยศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา พรรค รายได้ พฤติกรรม
 การเผชิญความเครียด และปัจจัยจากภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ ระยะเวลาในการออกราชการ
 สัมพันธภาพในครอบครัว เหตุการณ์กดดันในชีวิต และสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ผลการศึกษา
 จะเป็นข้อมูลที่สำคัญที่ทำให้ทราบระดับความเครียดและปัจจัยที่ผลต่อความเครียดของทหารเรือ
 จากฐานทัพสัตหีบที่ออกปฏิบัติราชการในพื้นที่จังหวัดนราธิวาส ซึ่งจะได้นำมาเป็นแนวทาง
 ในการป้องกันและแก้ไขอย่างถูกวิธี เพราะระดับความเครียดที่พอเหมาะเป็นภาวะที่มีประโยชน์
 ที่จะผลักดันให้บรรลุภารกิจด้วยดี ปฏิบัติงานได้อย่างเต็มกำลังความสามารถ และส่งผลให้
 เกิดการปฏิบัติงานในพื้นที่จังหวัดนราธิวาสได้อย่างมีประสิทธิภาพต่อไป

คำถามการวิจัย

1. ความเครียดของทหารเรือจากฐานทัพเรือสัตหีบที่ปฏิบัติงานในพื้นที่
 จังหวัดนราธิวาสเป็นอย่างไร
2. ปัจจัยใดที่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือจากฐานทัพเรือสัตหีบที่ปฏิบัติงาน
 ในพื้นที่จังหวัดนราธิวาส

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดของทหารเรือจากฐานทัพเรือสัตหีบที่ปฏิบัติงานในพื้นที่
 จังหวัดนราธิวาส
2. เพื่อศึกษาอำนาจการทำนายของปัจจัยภายในตัวบุคคล ได้แก่ อายุ ชั้นยศ สถานภาพ
 สมรส ระดับการศึกษา พรรค รายได้ ระยะเวลาที่ออกราชการในพื้นที่จังหวัดนราธิวาส พฤติกรรม
 การเผชิญความเครียด ปัจจัยจากภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ สัมพันธภาพในครอบครัว เหตุการณ์กดดัน
 ในชีวิต และสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือจากฐานทัพเรือสัตหีบ
 ที่ปฏิบัติงานในพื้นที่จังหวัดนราธิวาส

สมมติฐานการวิจัย

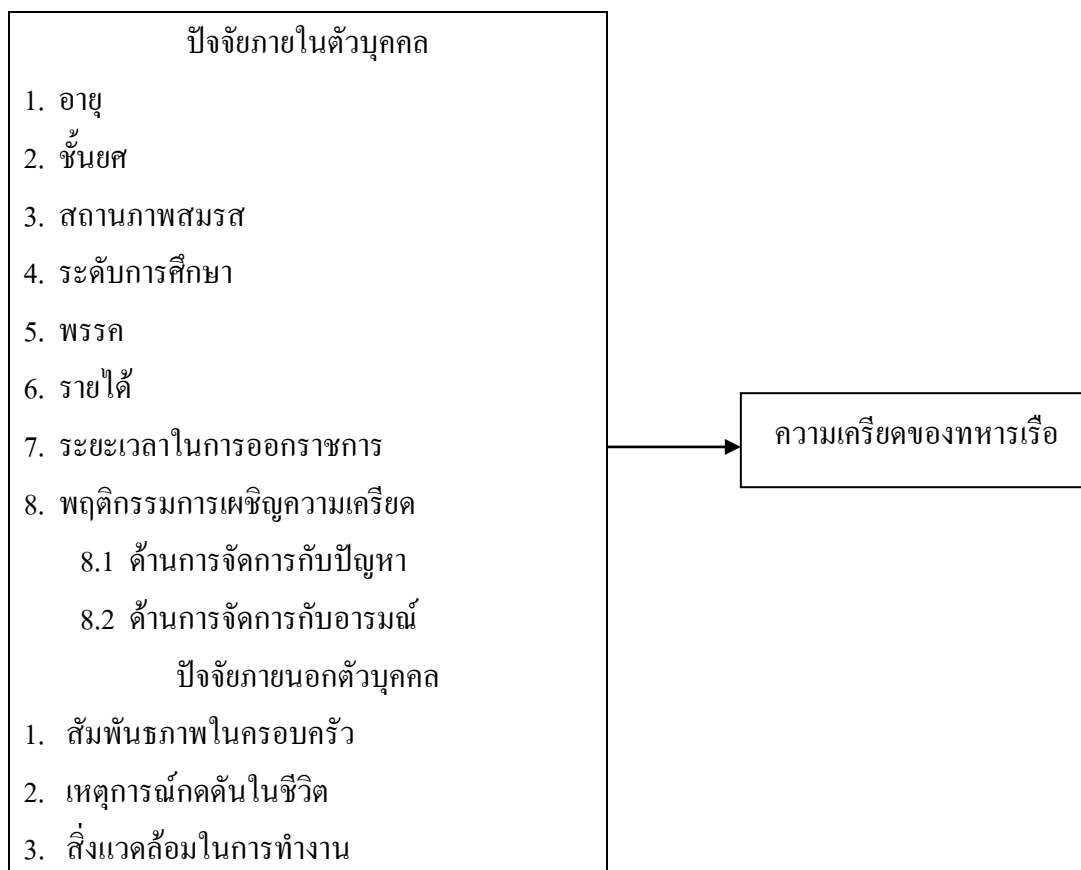
ปัจจัยภายในบุคคล ได้แก่ อายุ ชั้นยศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา พรรค รายได้ ระยะเวลาที่ออกราชการ พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ปัจจัยภายนอกตัวบุคคล ได้แก่ สัมพันธภาพ ในครอบครัว เหตุการณ์กดดันในชีวิต และสิ่งแวดล้อมในการทำงาน มีอิทธิพลต่อความเครียดของ ทหารเรือที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้ทฤษฎีความเครียดของ Lazarus and Folkman (1984) เป็นแนวทาง ในการศึกษาซึ่งเป็นแนวคิดเชิงจิตวิทยาที่เชื่อว่า ความเครียดเป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล กับสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลซึ่งกันและกัน โดยบุคคลได้ประเมินสถานการณ์ที่เผชิญนั้นว่ามีผลต่อ สวัสดิภาพของตนเองและต้องใช้เวลาประ โยชน์ในการปรับตัวอย่างเต็มที่หรือเกินกำลัง สถานการณ์ ที่เกิดขึ้นจะส่งผลให้บุคคลเกิดความเครียดหรือไม่ขึ้นอยู่กับการประเมินความสมดุลระหว่าง ความต้องการกับแหล่งประ โยชน์ที่มีอยู่ของบุคคลนั้น เมื่อบุคคลประเมินว่าสิ่งเรานั้นมีผลกระทบ คุกคามหรือเป็นอันตรายก็จะเกิดการตอบสนองทางด้านร่างกายและจิตใจ อาจก่อให้เกิดอาการ ทางร่างกาย ความวิตกกังวล ความไม่สบายใจและนอนไม่หลับ ความบกพร่องในบทบาทหน้าที่ ทางสังคมโดยปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดนั้น มีทั้งปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกตัวบุคคล โดยความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาสที่เกิดขึ้นแตกต่างกันในแต่ละ บุคคลขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ จากการทบทวนวรรณกรรมผู้วิจัยได้คัดสรรคปัจจัยที่นำมาศึกษา ได้แก่ อายุ ชั้นยศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา พรรค รายได้ ระยะเวลาที่ออกราชการ สัมพันธภาพในครอบครัว เหตุการณ์กดดันในชีวิต พฤติกรรมการเผชิญความเครียด และสิ่งแวดล้อม ในการทำงานที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส จากกรอบแนวคิดนี้สามารถแสดงความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยนำมาศึกษาดังนี้

ตัวแปรต้น

ตัวแปรตาม



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาสที่ค่ายจุฬาภรณ์ ขณะออกปฏิบัติราชการในระหว่างเดือนเมษายน ถึงเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2560

ข้อจำกัดของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยไม่สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลได้ด้วยตนเองทั้งหมด เนื่องจากบางส่วนกลุ่มตัวอย่างต้องออกปฏิบัติงานในพื้นที่เสี่ยงที่ผู้วิจัยไม่สามารถติดตามไปได้ จึงจำเป็นต้องใช้แบบสอบถามแบบให้กลุ่มตัวอย่างตอบด้วยตนเอง โดยขอความร่วมมือจากผู้บังคับบัญชา

ของกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้แจกและเก็บรวบรวมแบบสอบถาม ซึ่งอาจมีผลต่อความถูกต้องสมบูรณ์ของแบบสอบถาม

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความเครียด หมายถึง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ เมื่อต้องปรับตัวหรือจัดการกับสถานการณ์สิ่งแวดล้อมที่คุกคามหรือขัดขวางการปฏิบัติทางกายและทางจิตใจ ทำให้เสียภาวะสมดุล และเป็นอันตรายต่อความเป็นอยู่ของตนเอง อาจก่อให้เกิดอาการทางร่างกาย ความวิตกกังวล ความไม่สบายใจและนอนไม่หลับ ความบกพร่องในบทบาทหน้าที่ทางสังคม และความรู้สึกซึมเศร้า ท้อแท้ หดห้วง ว่าง โดยแบบประเมินความเครียดของ พจนานา เปลี่ยนเกิด (2552)

อายุ หมายถึง อายุนับเป็นปีเต็มของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส นับตั้งแต่เกิดจนถึงวันที่ตอบแบบสอบถาม

ชั้นยศ หมายถึง ฐานะทางทหารซึ่งได้แก่ นายทหารชั้นสัญญาบัตร คือ ยศตั้งแต่ เรือตรี เรือโท เรือเอก นาวาตรี นาวาโท นาวาเอก พลเรือตรี พลเรือโท และพลเรือเอกและนายทหารชั้นประทวน คือ ยศตั้งแต่ จ่าตรี จ่าโท จ่าเอก พันจ่าตรี พันจ่าโท และพันจ่าเอก และพลทหารที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส ในการศึกษาแบ่งชั้นยศเป็น 3 ระดับ คือ นายทหารชั้นสัญญาบัตร นายทหารชั้นประทวน และพลทหาร

การศึกษา หมายถึง ระดับการศึกษาสูงสุดที่ทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส จบการศึกษาในการศึกษาครั้งนี้แบ่งการศึกษาเป็น 2 ระดับ คือ ต่ำกว่าปริญญาตรี และปริญญาตรีหรือสูงกว่า

พรรค หมายถึง ลักษณะหน้าที่การทำงาน โดยแบ่งตามพรรคที่มีในทหารเรือ แบ่งเป็น 4 พรรค ได้แก่ พรรคนาวิน พรรคกลิน พรรคนาวิกโยชิน และพรรคพิเศษ การศึกษาครั้งนี้ศึกษาพรรคที่ต้องออกปฏิบัติงานในพื้นที่เสี่ยง 2 พรรค คือ พรรคนาวิกโยชินและพรรคพิเศษ โดยพรรคนาวิกโยชินมีหน้าที่ในการลาดตระเวน คุ้มครองครุ ดูแลความปลอดภัย และรักษาความสงบเรียบร้อยของประชาชน และพรรคพิเศษมีหน้าที่ในการออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ ดูแลเรื่องสุขภาพของประชาชน ดูแลเรื่องสิทธิและค่าตอบแทนของกำลังพล

รายได้ หมายถึง จำนวนเงินเฉลี่ยที่ได้รับต่อเดือน ประกอบด้วย เงินเดือน ค่าเลี้ยงดูบุตร และเบี้ยเลี้ยง ของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส

ระยะเวลาในการออกราชการ หมายถึง ระยะเวลาที่นับจำนวนเป็นเดือนเต็ม โดยนับตั้งแต่รับคำสั่งให้ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาสจนถึงวันที่ผู้วิจัยทำการศึกษา

พฤติกรรมการเผชิญความเครียด หมายถึง การกระทำของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการ ในจังหวัดนราธิวาสที่แสดงออกเพื่อที่จะบรรเทา ควบคุม ป้องกัน และขจัดเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิด ความเครียดด้านจิตใจแบ่งออกเป็น 2 ด้าน ได้แก่

1. การจัดการกับปัญหา (Confrontative coping behavior) หมายถึง การกระทำที่ทหารเรือ ที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาสพิจารณาถึงสาเหตุของปัญหาด้วยเหตุผล มีการหาข้อมูล เพิ่มเติม พิจารณาทางเลือกหลาย ๆ แบบที่จะแก้ปัญหาหรือควบคุมเหตุการณ์ พยายามทำความเข้าใจ ตามความเป็นจริง และการหาข้อมูลเกี่ยวกับเหตุการณ์หรือปัญหาเพิ่มเติมเพื่อจะได้จัดการแก้ไข ปัญหาให้ดีขึ้น และตั้งเป้าหมายที่ชัดเจนในการแก้ปัญหา

2. ด้านการจัดการกับอารมณ์ (Emotive coping behavior) หมายถึง การกระทำที่ทหารเรือ ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส เพื่อระบายความเครียดหรือเปลี่ยนแปลงความรู้สึกเครียด ด้วยการแสดงออกหรือระบายอารมณ์ โดยสาเหตุของปัญหาไม่ได้เปลี่ยนแปลงหรือแก้ไขให้หมดไป วัตถุประสงค์โดยแบบสอบถามพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของ กนกพร สุคำวัง (2540)

สัมพันธภาพในครอบครัว หมายถึง การรับรู้หรือความรู้สึกของทหารเรือที่ออกปฏิบัติ ราชการในจังหวัดนราธิวาสเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว การช่วยเหลือ ซึ่งกันและกัน การแสดงออกถึงความรู้สึกของตนเองกับสมาชิกในครอบครัว วัตถุประสงค์โดยแบบสอบถาม สัมพันธภาพในครอบครัวของ นวรัตน์ ด้วงชะอุม (2544)

เหตุการณ์กดดันในชีวิต หมายถึง เหตุการณ์สำคัญบางอย่างที่เกิดขึ้นในชีวิตช่วงเวลา 1 ปี ที่ผ่านมาที่อาจมีส่วนทำให้เกิดความวิตกกังวลของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส วัตถุประสงค์โดยแบบสอบถามเหตุการณ์กดดันในชีวิตของ ทานตะวัน อวิรุทธ์วรกุล และมาโนช หล่อตระกูล (2554)

สิ่งแวดล้อมในการทำงาน หมายถึง การรับรู้ของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการ ในจังหวัดนราธิวาสเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ที่อยู่ล้อมรอบตัว ในด้านความเหมาะสมทางกายภาพ ความปลอดภัย และความพร้อมของอุปกรณ์ เครื่องมือ เครื่องใช้ในการทำงาน วัตถุประสงค์โดยแบบสอบถาม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากตำราและการทบทวนวรรณกรรม

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติในจังหวัดนราธิวาส มีหัวข้อที่ศึกษาตามลำดับดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด
2. ความรู้เกี่ยวกับทหารเรือ
3. ปัจจัยที่มีความอิทธิพลต่อความเครียด

แนวคิดเกี่ยวกับความเครียด

ความหมายของความเครียด

ความหมายของความเครียด มีผู้ให้ความหมายของความเครียดไว้ในลักษณะที่แตกต่างกัน ดังนี้

Selye (1976) ให้ความหมายของความเครียดว่า ความเครียดต้องไม่ใช่นามธรรม แต่ต้องสามารถวัดได้จริงเป็นรูปธรรม จึงได้ให้คำจำกัดความของความเครียดว่า ความเครียดเป็นสภาวะที่ถูกแสดงออกโดยอาการเฉพาะอย่างซึ่งประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงที่ถูกชักนำโดยไม่เฉพาะเจาะจงภายในระบบชีวภาพ (Selye, 1976 อ้างถึงใน สุริย์ กาญจนวงศ์ และจริยาวัตร คมพยัคฆ์, 2545) ความเครียดเป็นการตอบสนองทางร่างกายไม่ว่าเหตุการณ์หรือสิ่งที่ทำให้เครียด (Stressor) จะเป็นอะไรก็ตามถ้าภาวะตอบสนองทางร่างกายเนื่องจากเงื่อนไขที่ไม่พึงประสงค์เป็นอันตรายเรียกว่า Distress แต่ถ้าเป็นการตอบสนองทางร่างกายเนื่องจากเงื่อนไขที่พึงพอใจเรียกว่า Eustress ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยภายในและภายนอกของบุคคล

Lazarus and Folkman (1984) ให้ความหมายของความเครียดว่าเป็นผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งบุคคลประเมินว่าต้องใช้แหล่งประโยชน์อย่างเต็มที่หรือต้องใช้มากกว่าที่ตนเองมีอยู่ และส่งผลกระทบต่อความผาสุกของตนเอง

Taylor (1986) ให้ความหมายของความเครียดในลักษณะของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมเช่นเดียวกัน กล่าวคือ ความเครียด คือ กระบวนการในการประเมินเหตุการณ์ว่ามีอันตรายคุกคามหรือทำลาย ประเมินศักยภาพในการตอบสนองและตอบสนองต่อเหตุการณ์เหล่านั้น การตอบสนองอาจรวมถึงการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม

Lukmann and Sorensen (1987) ความเครียดเป็นประสบการณ์พื้นฐานของมนุษย์ที่เกิดได้กับทุกคน และสามารถจะหลีกเลี่ยงได้ ความเครียดแม้จะเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับ

การที่เจริญเติบโต และพัฒนาการของมนุษย์ แต่ความเครียดที่มากเกินไป ก็มีผลกระทบต่อสุขภาพทั้งร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรมของบุคคลทำให้เกิดความเจ็บป่วยได้

Sarafino (1982) ให้ความหมายของความเครียด คือ เงื่อนไขที่เป็นผลลัพธ์เมื่อการโต้ตอบระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมทำให้บุคคลรับรู้ความแตกต่างระหว่างความต้องการของสถานการณ์กับทรัพยากรของบุคคลทั้งทางชีวภาพ จิตวิทยา และระบบสังคม ไม่ว่าความแตกต่างนั้นจะเป็นจริงหรือไม่ก็ตาม

กรมสุขภาพจิต (2542) ได้ให้ความหมายความเครียดไว้ว่า ความเครียดเป็นภาวะของจิตใจเราเองที่ตื่นตัวเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับสถานการณ์หรือความกดดันอย่างหนึ่งอันไม่พึงประสงค์ ซึ่งเราคาดคิดว่าความกดดันนั้น ๆ หนักหนาหรือเกินกว่ากำลังความสามารถในยามปกติของเราที่จะแก้ไข หรือขจัดปัดเป่าให้หมดสิ้นหรือบรรเทาเบาบางลงได้

ศรีจันทร์ พรจิราศิลป์ (2554) ได้ให้ความหมายความเครียดไว้ว่า ความเครียดเป็นภาวะของอารมณ์หรือความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับปัญหาต่าง ๆ และทำให้รู้สึกถูกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัว วิตกกังวล ตลอดจนถูกบีบคั้น เมื่อบุคคลรับรู้หรือประเมินว่าปัญหาเหล่านั้นเป็นสิ่งที่คุกคามจิตใจหรืออาจจะก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกายจะส่งผลให้สภาวะสมดุลของร่างกายและจิตใจเสียไป

สุดสบาย จุลกัทัพพะ (2556) ได้ให้ความหมายความเครียดไว้ว่า ความเครียด คือ การหดตัวของกล้ามเนื้อ ส่วนใดส่วนหนึ่งหรือหลายส่วนของร่างกายซึ่งทุกคนต้องมีอยู่เสมอในการดำรงชีวิต เช่น การทรงตัว การเคลื่อนไหวทั่ว ๆ ไป ทุกครั้งที่เราคิดหรือมีอารมณ์บางอย่างเกิดขึ้นจะต้องมีการหดตัว การเคลื่อนไหวของกล้ามเนื้อแห่งใดแห่งหนึ่งในร่างกายเกิดขึ้นควบคู่เสมอ ความเครียดเกิดจากสิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดการปรับตัว และถ้าไม่สามารถปรับตัวได้ จะทำให้เกิดความเครียด

ปานิก เวียงชัย (2558) ได้ให้ความหมายความเครียดไว้ว่า คือ การตอบสนองทางสรีรวิทยา (Physiological) และทางจิตวิทยา (Psychological) ต่อการเปลี่ยนแปลงที่มีความสำคัญหรือสิ่งที่ไม่คาดคิดในการดำรงชีวิตซึ่งเกิดได้จากปัจจัยภายนอก และปัจจัยภายในร่างกาย

จากความหมายของความเครียดดังกล่าวข้างต้น สรุปว่า ความเครียด หมายถึง ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อต้องปรับตัวหรือจัดการกับสถานการณ์สิ่งแวดล้อมที่คุกคามหรือขัดขวางการปฏิบัติทางกายและทางจิตใจ ทำให้เสียภาวะสมดุล และเป็นอันตรายต่อความเป็นอยู่ของตนเอง อาจก่อให้เกิดอาการทางร่างกาย ทางจิตใจ และความบกพร่องในบทบาทหน้าที่ทางสังคม

แนวคิดและทฤษฎีของความเครียด

Lazarus and Folkman (1984) ได้รวบรวมแนวคิดทฤษฎี และจัดหมวดหมู่ของความเครียดไว้ 3 กลุ่มทฤษฎีดังนี้

1. ทฤษฎีที่ประเมินความเครียดจากสิ่งเร้า (Stimulus-oriented theories) กลุ่มทฤษฎีนี้จะประเมินความเครียดซึ่งมีผลกระทบหรือมีอิทธิพลต่อบุคคลนั้น ๆ จากลักษณะสิ่งเร้าที่ก่อให้เกิดความเครียดทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล โดยสิ่งเร้านี้เป็นสิ่งเร้าที่อยู่เหนือการควบคุม เช่น การที่ต้องเผชิญกับการตายของบุคคลอันเป็นที่รัก ความเจ็บป่วย การหย่าร้าง การคลอดบุตร เป็นต้น สิ่งเร้าอาจเป็นสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันที่ส่งผลต่อเนื่อง เป็นได้หลายลักษณะ เช่น อาจเป็นสิ่งเร้ากระตุ้นในช่วงระยะเวลาอันสั้น สิ่งเร้าที่กระตุ้นต่อเนื่องแต่เพียงระยะเวลาหนึ่ง และสิ่งเร้าที่กระตุ้นต่อเนื่องเป็นระยะเวลานาน

2. ทฤษฎีที่ประเมินความเครียดจากการตอบสนอง (Response-oriented theories) กลุ่มทฤษฎีนี้อธิบายระดับของความเครียดจากปฏิกิริยาที่บุคคลตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่เป็นอันตรายหรือคุกคามตนเอง ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และการมีปฏิกิริยาต่าง ๆ เหล่านี้เป็นสิ่งที่ร่างกายพยายามปรับตัวต่อสถานการณ์ที่เข้ามากระทบ ซึ่งมีทั้งการเตรียมมาต่อสู้กับสิ่งเร้าหรือหลีกเลี่ยงจากสิ่งเร้านั้นก็ได้

3. ทฤษฎีที่ประเมินความเครียดจากการมีปฏิสัมพันธ์ (Interaction or transaction theories) กลุ่มทฤษฎีนี้อธิบายความเครียดว่าเป็นผลจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งเร้า โดยบุคคลจะประเมินค่าสิ่งเร้าที่เข้ามากระทบตนเองว่ามีความรุนแรงเกินกว่าศักยภาพ และแหล่งประโยชน์ที่มีอยู่ของตนเอง ไม่สามารถจัดการรับมือกับสิ่งเร้าที่มีอยู่นั้นได้เพียงพอ และประเมินว่าสิ่งเร้าดังกล่าวจะเข้ามาคุกคามทำให้เกิดความสูญเสียประโยชน์ที่มีอยู่ของตนเองไม่สามารถจัดการรับมือกับสิ่งเร้าที่มีอยู่นั้นได้เพียงพอหรือประเมินว่าสิ่งเร้าดังกล่าวจะเข้ามาคุกคามทำให้เกิดความสูญเสียหรือทำอันตรายต่อตนเอง ทฤษฎีนี้จะเน้นที่การใช้ปัญญา (Cognitive) ในการประเมินค่าสิ่งเร้าที่เข้ามากระทบบุคคลอาจอยู่ในสถานการณ์เดียวกัน แต่มีระดับความเครียดและการตอบสนองต่อความเครียดต่างกัน ขึ้นอยู่กับการใช้ปัญญาประเมินค่าสิ่งเร้าที่มากกระทบต่อบุคคลนั้น

Lazarus and Folkman (1984) เชื่อว่า ความเครียดเป็นผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งบุคคลประเมินว่าต้องใช้แหล่งประโยชน์อย่างเต็มที่หรือต้องใช้มากกว่าที่ตนเองมีอยู่ และส่งผลกระทบต่อความผาสุก อันเป็นแนวคิดที่มีความสำคัญกับกระบวนการประเมินค่าทางปัญญา (Cognitive process of appraisal) ในการประเมินสถานการณ์หรือสิ่งแวดล้อม ซึ่งมี 2 ลักษณะ คือ

1. การประเมินแบบปฐมภูมิ (Primary appraisal) เป็นการประเมินค่าสถานการณ์ว่า จะมีผลกระทบต่อตนเองอย่างไร แบ่งการประเมินเป็น 3 ลักษณะ คือ

1.1 ไม่เกี่ยวข้องกับตนเอง (Irrelevant) คือ การประเมินค่าว่าสถานการณ์ที่เกิดขึ้นนั้น ตนเองไม่มีความเกี่ยวข้องหรือมีส่วนได้ส่วนเสียกับสถานการณ์นั้นเลย

1.2 ให้ผลในทางบวกหรือเกิดผลดี (Benign positive) เป็นการประเมินค่าสถานการณ์ ที่บุคคลเผชิญไปแล้วว่า ทำให้ตนเองมีความสุข สนุกสนาน สมหวัง หรือก่อให้เกิดประโยชน์ ต่อตนเอง บุคคลจึงไม่ต้องใช้ความพยายามในการปรับตัวหรือจัดการกับสถานการณ์นั้น

1.3 เกิดความเครียด (Stressful) ซึ่งแบ่งได้เป็น 3 ลักษณะเรียงตามลำดับจากระดับ ความเครียดมากไปหาความเครียดน้อย ดังนี้

1.3.1 เป็นอันตราย/ สูญเสีย (Harm/ loss) เป็นการประเมินค่าว่าสถานการณ์ ที่บุคคลเผชิญไปแล้วว่าทำให้ตนเองได้รับบาดเจ็บ เจ็บป่วยทางกาย หรืออาจสูญเสียทางจิตใจ เช่น สูญเสียคุณค่าในตนเอง สูญเสียคนรัก หรือสูญเสียบุคคลที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ บุคคลเกิด ความวิตกกังวล กลัว ท้อแท้ หมดหนทาง จึงต้องใช้ความพยายามในการปรับตัวให้เข้ากับ สถานการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นอย่างมาก

1.3.2 คุกคาม (Threat) เป็นการประเมินค่าสถานการณ์ที่ยังไม่เกิดขึ้นกับตนเอง โดยคาดคิดว่าสถานการณ์นั้นอาจจะก่อให้เกิดอันตรายหรือเกิดความสูญเสียขึ้นกับตนเองในอนาคต ทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวล กลัว จึงยังต้องใช้ความพยายามที่จะต้องปรับตัวให้เข้ากับ สถานการณ์

1.3.3 ท้าทาย (Challenge) เป็นการประเมินค่าสถานการณ์ที่ยังไม่เกิดขึ้นกับตนเอง โดยคาดคิดว่าแม้สถานการณ์นั้นจะก่อให้เกิดอันตรายต่อตนเอง แต่มีทางที่จะควบคุม นอกจากนี้ ยังอาจประเมินค่าว่าสามารถนำเอาแหล่งประโยชน์ต่าง ๆ ที่มีอยู่มาใช้ได้ ทำให้มีขวัญกำลังใจดีขึ้น และมองโลกในแง่ดี

2. การประเมินแบบทุติยภูมิ (Secondary appraisal) เป็นการประเมินความสามารถของ แหล่งประโยชน์ที่ตนเองมีอยู่ว่ามีมากน้อยเพียงใด และประเมินทางเลือกในการที่จะรับมือกับ สถานการณ์ที่จะเกิดขึ้น การประเมินทุติยภูมินี้ไม่จำเป็นต้องตามหลังการประเมินแบบปฐมภูมิ แต่อาจเกิดขึ้นพร้อม ๆ กันได้

การประเมินซ้ำ (Reappraisal) บุคคลจะประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้นซ้ำอีกครั้ง เพื่อพิจารณาอันตรายหรือผลที่จะเกิดขึ้นว่ายังมีอยู่หรือลดลงหรือได้ถูกจำกัดไปแล้ว เป็นการประเมิน โดยใช้ข้อมูลใหม่ หรือข้อมูลเพิ่มเติมจากสิ่งแวดล้อมติดตามประเมินผล

วิธีการเผชิญความเครียดที่ใช้ไปแล้ว การประเมินซ้ำนี้หากเป็นไปได้ในทางสร้างสรรค์ สามารถช่วยลดความเครียดได้

ในการประเมินตัดสินว่าเหตุการณ์นั้นเป็นความเครียดหรือแบ่งแยกลักษณะและระดับความรุนแรง ความเครียดในแต่ละบุคคลนั้นขึ้นอยู่กับความไวต่อเหตุการณ์ และการแปลความหมายของเหตุการณ์แตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับปัจจัยใหญ่ ๆ 2 ประการ คือ (Lazarus & Folkman, 1984)

1. ปัจจัยทางด้านตัวบุคคล (Person factors) ได้แก่ ข้อผูกพัน (Commitment) เป็นการให้ความสำคัญและความหมายของสถานการณ์ที่เกิดขึ้นว่ามีผลต่อบุคคลมากน้อยเพียงใด ถ้ามีมาก บุคคลจะประเมินว่า คุณค่า สูญเสียหรือเป็นอันตราย

2. ปัจจัยด้านสถานการณ์ (Situation factors) ได้แก่

2.1 ความแปลกใหม่ (Novelty) ในสถานการณ์ที่แปลกใหม่ บุคคลไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน ไม่เคยรับรู้ถึงอันตราย และไม่มีประสบการณ์ในการควบคุมสถานการณ์นั้น ๆ บุคคลจะมีการประเมินผล เป็นลักษณะความเครียดที่รุนแรงกว่าสถานการณ์ที่บุคคลสามารถเชื่อมโยงกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดอันตราย หรือเป็นสถานการณ์ที่ตนเองสามารถควบคุมได้ในอดีต

2.2 ความสามารถในการทำนาย (Predictability) สถานการณ์ที่บุคคลสามารถทำนายถึงผลที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้ บุคคลจะมีการประเมินเป็นลักษณะความเครียดที่รุนแรงน้อยกว่าสถานการณ์ที่ไม่สามารถทำนายได้

2.3 ความไม่แน่นอนของสถานการณ์ (Event uncertainty) สถานการณ์ที่คลุมเครือเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา ทำให้บุคคลไม่สามารถคาดเดาได้ถูกต้องว่า ตนจะสามารถควบคุมสถานการณ์ได้หรือไม่ และไม่สามารถหาวิธีการที่เหมาะสมในการจัดการสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดนั้นได้ บุคคลจะประเมินว่าเป็นภาวะเครียด

2.4 ปัจจัยด้านเวลา (Temporal factors) ได้แก่

2.4.1 ช่วงเวลาก่อนเกิดเหตุ (Imminence) ช่วงเวลาก่อนเกิดเหตุที่สั้นจะทำให้บุคคลเกิดความยุ่งยากในการประเมินค่า ทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่ามากกว่าสถานการณ์ที่มีช่วงเวลาก่อนเกิดเหตุมากกว่า

2.4.2 ช่วงเวลาที่สถานการณ์มีผลต่อบุคคล (Duration) หากบุคคลจะต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดเป็นเวลานาน จะทำให้ความเครียดเพิ่มขึ้นและส่งผลให้เกิดความเจ็บป่วยทางด้านร่างกายและจิตใจตามมา

2.4.3 การไม่ทราบว่าจะเกิดขึ้นเมื่อใด (Temporal uncertainty) ซึ่งประกอบด้วยความคลุมเครือ (Ambiguity) คือ การไม่ทราบว่าจะเกิดขึ้นแล้ว จะเกิดอะไรขึ้น

กับคนทำให้เกิดความเครียดในลักษณะคุกคามหรืออันตราย

จะเห็นได้ว่า ทฤษฎีความเครียด มีแนวคิดมาจากหลายแนวทางในการประเมินว่า สิ่งเหล่านั้นส่งผลต่อความเครียดของบุคคล เช่น บุคคลพิจารณาจากสิ่งที่มากระตุ้น จากการตอบสนองและจากการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งนั้น ดังนั้นในการพิจารณาว่าสิ่งเหล่านั้นเป็นความเครียดสำหรับบุคคลหนึ่งนั้น ต้องอาศัยองค์ประกอบหลายทาง เช่น ทางด้าน ปัญหา ประสบการณ์ในการผ่านมาของปัญหา ระยะเวลาในการเกิดเหตุการณ์ สิ่งเหล่านี้จัดเป็น ความสัมพันธ์ของบุคคลในหลายด้าน ซึ่งมีอิทธิพลในการตัดสินใจ และพิจารณาว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนั้น ทำให้เกิดความเครียดขึ้น ผู้วิจัยได้เลือกศึกษาทฤษฎีความเครียดจากการมีปฏิสัมพันธ์ของบุคคลกับ สิ่งแวดล้อม เนื่องจากแนวโน้มของการตัดสินใจความเครียดที่เกิดขึ้นนั้น ต้องอาศัยประสบการณ์ การมีปฏิสัมพันธ์จากหลายด้านทั้งด้านภายในบุคคลของตนเอง และการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เพื่อเป็นการสนับสนุนในการตัดสินใจในกระบวนการผ่านความเครียดที่เกิดขึ้นของแต่ละบุคคล ซึ่งปัจจัยที่ต้องนำมาศึกษานั้นจะได้นำข้อมูลไปพัฒนาการดูแล และป้องกัน ไม่ให้เกิดความเครียด ต่อไป

สาเหตุของความเครียด

Lazarus and Folkman (1984) อธิบายว่าความเครียดเกิดขึ้นได้จากสาเหตุหลาย ๆ อย่าง จึงอาจจำแนกสาเหตุของภาวะเครียดอย่างกว้าง ๆ ออกเป็น 2 สาเหตุ คือ สาเหตุจากภายนอกตัว บุคคล และสาเหตุจากภายในตัวบุคคลดังนี้

1. สาเหตุจากภายนอกตัวบุคคลที่เป็นต้นเหตุให้เกิดภาวะเครียด มีหลายประเภท ได้แก่ สิ่งแวดล้อมที่เป็นกายภาพ สิ่งแวดล้อมทางด้านสังคม มนุษย์สัมพันธ์ และเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น ในกระบวนการดำเนินชีวิต

1.1 สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ได้แก่ สิ่งของและวัตถุต่าง ๆ รอบตัวที่สัมผัสได้ด้วย ประสาทสัมผัสทั้ง 5 เป็นต้นว่า สภาพความร้อนหนาวของอากาศ อากาศที่หนาวเกินไปหรือ ร้อนเกินไปทำให้ร่างกายไม่สุขสบาย แสงสว่างที่จ้าเกินไป หรือมืดเกินไป ทำให้ต้องหรี่ตาหรือเพ่ง สายตาเป็นระยะเวลานาน ๆ ทำให้เกิดความเครียด อากาศที่ไม่บริสุทธิ์มีกลิ่นมีควันพิษ ทำให้ปอด ได้รับความเสียหายไม่เต็มที่ เสียงที่ดังมากทำให้ประสาทหูได้รับความกระทบกระเทือน จะสังเกตได้ว่า ถ้าบุคคลใดต้องอยู่ในภาวะเหล่านี้จะรู้สึกไม่สบาย ปวดศีรษะ และมีอารมณ์เสียได้ง่ายนั้น เป็นเพราะว่าบุคคลนั้นกำลังอยู่ในภาวะเครียด ซึ่งเป็นภาวะเครียดที่เกิดจากสิ่งแวดล้อมรอบตัว ทางกายภาพ ที่จำเป็นต้องเผชิญอยู่ทุกวัน นอกจากนี้การขาดแคลนปัจจัยที่จำเป็นในการดำรงชีวิต เช่น อาหาร น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรค ก็เป็นสาเหตุให้เกิดภาวะเครียดได้เช่นกัน เพราะสภาวะต่าง ๆ เหล่านี้ จะเป็นอุปสรรคต่อการปรับตัวของมนุษย์ จึงจำเป็นที่จะต้องหาทาง

ลดความเครียดจากสาเหตุเหล่านี้เสีย

1.2 สังคมและสัมพันธภาพกับคนอื่น ๆ สังคม และการมีสัมพันธภาพกับบุคคลแวดล้อมอาจช่วยลดความเครียดหรือทำให้เกิดความเครียดได้ ในขณะเดียวกันความไม่ปรองดองกันของบุคคลในครอบครัว การทะเลาะเบาะแว้ง และการโต้เถียงกัน เป็นสาเหตุของความเครียดในครอบครัว การอิจฉากันเป็นต้นเหตุของการมีจิตใจไม่สงบ ทำให้เกิดความเครียดทางจิตใจ สภาพความเป็นอยู่ที่แออัดทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ อันเป็นต้นเหตุของความเครียด เช่น การทะเลาะวิวาท การใช้คำพูดเสียดสีกัน การแก่งแย่งชิงดีกัน เหล่านี้ล้วนเป็นความเครียดที่เกิดจากสังคม และสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นทั้งสิ้น อย่างไรก็ตามหากมีการขาดเพื่อนต้องอยู่คนเดียวอย่างโดดเดี่ยวก็ทำให้เกิดภาวะเครียดซึ่งถือว่ามีสาเหตุจากสังคมได้เช่นกัน

1.3 สภาพการณ์และเหตุการณ์อื่น ๆ ในชีวิต ดังเช่นเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความชื่นชมยินดี เป็นต้นว่า การแต่งงาน การมีบุตร การขึ้นบ้านใหม่ การสร้างครอบครัวใหม่ การเลื่อนตำแหน่งหน้าที่การงาน การเข้าทำงานใหม่ ก็เป็นเหตุการณ์ที่เป็นสาเหตุของภาวะเครียดได้เช่นกัน เหตุการณ์ต่าง ๆ เหล่านี้ทำให้บุคคลต้องมีการปรับตัวและการปรับตัวนั้นหากไม่มีประสิทธิภาพจะทำให้เกิดภาวะเครียดอย่างรุนแรงได้ นอกจากสภาพการณ์ในชีวิตที่ก่อให้เกิดความชื่นชมยินดีจะเป็นสาเหตุให้เกิดความเครียดแล้ว สถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความทุกข์ใจตามมาก็เป็นสาเหตุสำคัญที่ก่อให้เกิดความเครียดได้เช่นกัน อันได้แก่ การเปลี่ยนที่อยู่ใหม่ การเปลี่ยนที่เรียน การเปลี่ยนนิสัย การหลับนอน เช่น จากการที่นอนกลางคืนต้องมานอนกลางวันต้องเปลี่ยนกิจกรรมทางสังคม การบาดหมางกับคนในครอบครัวหรือกับเพื่อนสนิท เหล่านี้ก่อให้เกิดความเครียดได้ทั้งสิ้น

2. สาเหตุจากภายในตัวบุคคล มีความเครียดส่วนหนึ่งเกิดขึ้นเนื่องจากตัวบุคคล เป็นสาเหตุปัจจัยหลาย ๆ อย่างในตัวบุคคล ซึ่งเป็นเหตุของความเครียด ปัจจัยเหล่านี้ได้แก่

2.1 โครงสร้างของร่างกายและสภาวะทางสรีรวิทยา โครงสร้างของร่างกายเป็นส่วนที่ได้รับการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษ บางคนรับเอาแต่ส่วนที่ดีของพ่อแม่มาทำให้มีโครงสร้างร่างกายที่สมบูรณ์และมีสุขภาพดี บางคนรับเอาส่วนด้อยของพ่อแม่ทำให้ร่างกายเติบโตไม่สมบูรณ์เกิดโรคต่าง ๆ ได้ง่าย ความสามารถที่ซ่อนแฝงอยู่น้อย ทำให้การแก้ปัญหาทำได้ไม่ดีนัก ทนทานต่อสภาวะความเครียดได้ไม่ดี เป็นสาเหตุทำให้เกิดความเครียดได้ง่าย

2.2 ระดับพัฒนาการ ร่างกายที่มีพัฒนาการไม่ปกติ เนื่องจากได้รับอาหารไม่พอ ทำให้เติบโตช้า เตี้ยแคระ เกิดโรคได้ง่าย เช่นเดียวกับจิตใจที่พัฒนาการไม่ดี มีแนวโน้มที่จะทำให้เกิดความเครียดได้ง่าย ทั้งนี้เนื่องจากความไม่สมดุลกันระหว่างความคาดหวังของบุคคลแวดล้อมกับความสามารถของบุคคลในการตอบสนองความคาดหวังนั้น ๆ ระดับพัฒนาการของจิตใจอารมณ์มีผลต่อการรับรู้และแปลเหตุการณ์ ระดับพัฒนาการที่ไม่ดีทำให้มีการรับรู้เหตุการณ์แบบเด็ก ๆ

ซึ่งยังผลให้ปัญหาไม่ได้รับการแก้ไข ก่อให้เกิดความเครียดติดตามมาได้อีก

2.3 การรับรู้และการแปลผลเหตุการณ์ เหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดอารมณ์กลัว โกรธ เกลียด กังวล หรือตื่นเต้น ถือเป็นเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดทำให้ร่างกายถูกกระตุ้น และมีการตอบสนองทางด้านสรีรวิทยา การที่เราจะมีอารมณ์ใดเกิดขึ้นได้นั้นขึ้นอยู่กับ การรับรู้ และการแปลผลเหตุการณ์ของบุคคล การรับรู้จึงเป็นตัวการสำคัญที่จะทำให้บุคคลตอบสนอง ต่อเหตุการณ์ไปในทางที่ดีหรือในทางเลวร้าย เหตุการณ์อย่างหนึ่งทำให้คนสองคนรับรู้ได้ ไม่เหมือนกัน และมีการตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่แตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะบุคคลสองคน มีความต้องการขั้นพื้นฐานที่แตกต่างกัน มีประสบการณ์ชีวิตไม่เหมือนกัน มีความคาดหวัง และมีทัศนคติการมองโลกที่ไม่เหมือนกัน การรับรู้ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ชีวิตเดิม โครงสร้าง บุคลิกภาพที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการรับรู้ของบุคคลนั้น ๆ

2.4 ปัจจัยอื่น ๆ ในตัวของบุคคล นอกจากที่กล่าวมาแล้วนี้ ยังมีปัจจัยอื่นที่เป็นสาเหตุ ของความเครียดได้อีก ปัจจัยเหล่านี้ ได้แก่

2.4.1 สิ่งคุกคามต่อภาพพจน์ของบุคคลเป็นต้นว่า การผ่าตัดที่ทำให้บุคคล ต้องสูญเสียอวัยวะ การผ่าตัดเต้านม การผ่าตัดมดลูก ซึ่งทำให้สูญเสียเอกลักษณ์ความเป็นหญิง การตัดแขนขา ซึ่งทำให้ร่างกายต้องมีความพิการ ความเจ็บป่วยที่ทำให้มีความพิการหลงเหลืออยู่ เช่น อัมพาต เหล่านี้เป็นสิ่งคุกคามร่างกายบุคคลที่ทำให้เกิดความเครียดได้

2.4.2 ความเจ็บปวดเป็นประสบการณ์ส่วนบุคคลที่ไม่อาจจะบอกได้ว่า ปวด เจ็บ อย่างไร ปวดมากน้อยเพียงใด ความเจ็บปวดทำให้เราไม่สุขสบายเกิดความเครียดทางจิตใจได้

2.4.3 การเคลื่อนไหวไม่ได้ เมื่อบุคคลต้องถูกจำกัดการเคลื่อนไหว เนื่องจากโรคที่เป็นหรือเนื่องจากไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ ทำให้เกิดความเครียดได้

2.4.4 การสูญเสียและการเปลี่ยนแปลง การสูญเสียบุคคลที่รัก ญาติสนิท มิตรสหาย สูญเสียคู่ชีวิต ทำให้บุคคลเกิดความเครียดได้ นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงของสถานภาพทางสังคม ก็เป็นสาเหตุที่ทำให้เกิดความเครียดได้

กรมสุขภาพจิต (2542) และสุคสบาย จุลกัทัพพะ (2556) แบ่งสาเหตุที่มีผลทำให้เกิด ความเครียดได้ 3 ทาง คือ

1. สาเหตุทางด้านร่างกาย ได้แก่ โรค ภัย ไข้ เจ็บ ทั้งหลาย ทั้งรุนแรง และไม่รุนแรง ทำให้เกิดความเครียดได้ การพักผ่อนไม่เพียงพอ เป็นต้น

2. สาเหตุทางจิตใจ ได้แก่ ความไม่สมหวังต่าง ๆ ความขัดแย้งภายในจิตใจ ความคับข้องใจ ผู้ที่มีความรับผิดชอบสูง เวลาเมื่อมีเรื่องต่าง ๆ เข้ามากระตุ้นก็จะทำให้เกิดความเครียดได้ง่าย หรือเป็นผู้ที่มีความวิตกกังวลง่าย ขาดทักษะในการปรับตัว เป็นต้น

3. สาเหตุทางสังคม หมายถึง ความเปลี่ยนแปลงทั้งหลาย ในเรื่องครอบครัว การงาน ที่อยู่ กฎหมายและอื่น ๆ ที่สร้างความกดดันต่อจิตใจหรือมีสิ่งกระตุ้นให้เกิดความบกร่องในเรื่องของการปรับตัว ขาดผู้ที่คอยให้ความช่วยเหลือ ถ้ามีผู้ให้ความช่วยเหลือก็จะทำให้ความเครียดน้อยลงไป

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยให้ความสนใจที่จะศึกษาตัวแปรที่เป็นทั้งปัจจัยภายในบุคคล และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม เพื่อที่จะครอบคลุมกระบวนการตัดสินใจของบุคคล ในการแก้ปัญหา ในการเกิดความเครียดของบุคคล เพื่อนำมาพัฒนาการดูแลและป้องกันการเกิดความเครียดต่อไป โดยนำแนวคิดทฤษฎีความเครียดของ (Lazarus & Folkman, 1984) มาเป็นกรอบแนวคิด ในการกำหนดปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารที่ออกราชการในจังหวัดนราธิวาส

กลไกของความเครียด

จากแนวคิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลกับสิ่งแวดล้อมของ Lazarus and Folkman (1984) เมื่อบุคคลรับรู้ถึงความเครียด บุคคลจะตอบโต้เหตุการณ์ที่เข้ามาคุกคามโดยมีปฏิกิริยาโต้ตอบ ทั้งทางพฤติกรรมและอารมณ์ ทำให้มีปฏิกิริยาตอบสนองเกิดขึ้นซึ่งบุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อความเครียดทางด้านร่างกายและจิตใจ ดังนี้ (Bear and Myer, 1994 อ้างถึงใน นันทณี ปาระมี, 2544)

1. เมื่อบุคคลได้รับสิ่งกระตุ้นจากปัจจัยก่อความเครียดจะรู้สึกว่าคุณและสิ่งแวดล้อม ถูกคุกคามเป็นอันตรายจะเริ่มมีการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย ปฏิกิริยาจะเกิดขึ้นเป็นอันดับแรก คือ สมองส่วนคอร์เท็กซ์ (Cortex) แล้วส่งคลื่นประสาทมากระตุ้นต่อมพิทูอิตารีส่วนหน้า (Pituitary gland) ประสาทซิมพาเทติก (Sympathetic nervous system) และต่อมหมวกไตตามลำดับ มีผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของระบบอวัยวะต่าง ๆ ดังนี้ คือ

1.1 สมอง มีการขยายหลอดเลือดมีผลทำให้เพิ่มอัตราการเผาผลาญของร่างกาย จะมีอาการตื่นตัวกระสับส่าย

1.2 ตา รูม่านตาขยาย ส่งผลให้การมองเห็นลดลง

1.3 หัวใจ เพิ่มอัตราการเต้นของหัวใจ ปริมาณเลือดที่ออกจากหัวใจภายใน 1 นาที เพิ่มขึ้น

1.4 ระบบหลอดเลือดส่วนปลาย มีการหดเกร็งของหลอดเลือดดำ ผิวหนังซีดเย็น ปัสสาวะออกน้อยลง อุณหภูมิร่างกายลดลง

1.5 ปอด หลอดลมขยายหายใจเร็วและลึก มีปริมาณออกซิเจนเพิ่มขึ้นระบบทางเดินอาหาร ลดการเคลื่อนไหว และการหลั่งน้ำย่อย ลดการไหลเวียนของหลอดเลือด ทำให้เกิดอาการระคายเคืองของระบบทางเดินอาหาร อาจมีอาการท้องผูก ท้องเสีย

1.6 ตับอ่อน ตดการสร้างสารอินซูลิน ทำให้ระดับน้ำตาลในกระแสเลือดเพิ่มมากขึ้น

1.7 เยื่อไขมัน กรดไขมัน ถูกขับออกเพิ่มมากขึ้น

1.8 ระบบกล้ามเนื้อและกระดูก กล้ามเนื้อตึงตัวเพิ่มการสลายตัวของไกลโคเจน

ในกล้ามเนื้อ

1.9 ผิวหนังและต่อมเหงื่อ ผิวหนังเย็นซึบชื้น มีเหงื่อออกมาก

2. การเปลี่ยนแปลงด้านจิตใจ

2.1 กระบวนการทางความคิดถูกรบกวน เช่น สับสน กลัว ตัดสินใจไม่ได้ คิดวกวน

ในเรื่องเดิม ความคิดชะงักงัน

2.2 สูญเสียระดับความรู้สติ ความจำและสมาธิ

2.3 มีการเปลี่ยนแปลงด้านการรับรู้ การรับรู้ของประสาทสัมผัสผิดปกติ มีการรับรู้

บิดเบือน

2.4 มีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ไปในทางไม่เหมาะสม เช่น โกรธ ร้องไห้ หัวเราะ

โดยไม่มีเหตุผล อารมณ์หงุดหงิด

2.5 ขาดสมาธิ การรวมความสนใจไม่ดีไม่มีความสนใจที่จะพูดคุย จะเบนความสนใจ

ไปยังสิ่งแวดล้อม เช่น ไวต่อเสียงรบกวนเป็นผลทำให้ความสนใจเสียไป

2.6 มีความผิดปกติในการใช้ภาษา เช่น พูดซ้ำ ๆ กัน มีการเปลี่ยนแปลงแบบแผน

การพูด และการออกเสียงเปลี่ยนไป

2.7 มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม หรือบุคลิกภาพ เช่น มีพฤติกรรมถดถอย แยกตัว

เฉื่อยชา ไม่ให้ความร่วมมือ

2.8 ใช้กลไกป้องกันตนเองโดยไม่รู้ตัว เช่น ให้เหตุผลตนเอง ปฏิเสธ การโทษคนอื่น

2.9 มีการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับความนึกคิดต่อตนเอง รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า ต่ำด้อยต้อง

อยู่ภายใต้การควบคุมของผู้อื่น อาจมีความรู้สึกไม่ปลอดภัย

ระดับของความเครียด

การเกิดความเครียดจะรุนแรงมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับกระบวนการประเมินของบุคคลว่าจะพิจารณาเหตุการณ์ที่เข้ามากระทบตนเองมีลักษณะอย่างไร และทำให้เกิดความเครียดหรือไม่ ซึ่ง Frain and Valiga (1979) ได้แบ่งความเครียดออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

ระดับที่ 1 ความเครียดที่เกิดในชีวิตประจำวัน (Day to day stress) ความเครียดในระดับนี้ไม่คุกคามการดำเนินชีวิต บุคคลจะมีการปรับตัวโดยอัตโนมัติ ซึ่งเป็นการปรับตัวด้วยความเคยชิน และใช้พลังงานปรับตัวยุทธน้อยที่สุด เช่น การใช้ชีวิตแบบรีบเร่ง การจราจรที่สับสน เป็นต้น ในระดับนี้บุคคลจะรู้สึกถึงความสามารถในการปรับตัวตอบสนองต่อความเครียดได้เป็นอย่างดีและจะหมดไป

ในระยะเวลาอันสั้น

ระดับที่ 2 ความเครียดระดับเล็กน้อย (Mild stress) เป็นความเครียดที่เกิดในชีวิตประจำวันเนื่องจากมีปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด เช่น การสัมภาษณ์เพื่อเข้าทำงาน การพบกับเหตุการณ์สำคัญในสังคม เป็นต้น ความเครียดในระดับนี้จะส่งผลให้บุคคลมีความตื่นตัวและร่างกายเกิดปฏิกิริยาต่อต้านขึ้น ความเครียดในระดับนี้มีน้อย และจะหมดไปภายใน 1 ชั่วโมง

ระดับที่ 3 ความเครียดระดับปานกลาง (Moderate stress) ความเครียดในระดับนี้เกิดจากบุคคลได้รับปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดเป็นระยะเวลานานแล้วไม่สามารถปรับตัวได้ในระยะเวลาอันรวดเร็ว เช่น การเข้าทำงานใหม่ การเปลี่ยนงาน การได้รับผ่าตัด เป็นต้น ปัจจัยเหล่านี้ทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณเองถูกคุกคาม เนื่องจากอยู่ระหว่างความสำเร็จและความล้มเหลว ซึ่งถือว่าเป็นภาวะวิกฤติอย่างหนึ่งของชีวิต บุคคลอาจไม่สามารถควบคุมปัจจัยต่าง ๆ ได้ และมีการแสดงออกทางอารมณ์เพื่อลดระดับความเครียดที่เกิดขึ้น อาจเกิดขึ้นเป็นชั่วโมง หลาย ๆ ชั่วโมง หรือเป็นวัน

ระดับที่ 4 ความเครียดในระดับสูง (Severe stress) เป็นความเครียดที่จัดอยู่ในภาวะวิกฤติเกิดจากปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดกระตุ้นให้เกิดความเครียดอย่างต่อเนื่อง ก็จะมีผลทำให้บุคคลเกิดความเครียดมากขึ้น ความเครียดในระดับนี้จะส่งผลให้บุคคลเกิดความล้มเหลวในการปรับตัวและแสดงออกในลักษณะต่าง ๆ เช่น สมาธิในการทำงานลดลง ขาดงาน ไม่สนใจดูแลครอบครัว เป็นต้น ความเครียดระดับนี้จะเกิดขึ้นเป็นสัปดาห์ เป็นเดือน หรือเป็นปี ถ้าไม่สามารถจัดการแก้ไขได้ และอาจนำไปสู่อาการของโรคจิต หรือทำให้เกิดความเจ็บป่วยที่รุนแรงได้

ปัจจัยที่มีผลต่อระดับความเครียด (กรมสุขภาพจิต, 2542)

ระดับของความเครียดจะมากขึ้นขึ้นอยู่กับปัจจัยสำคัญคือ

1. ความรุนแรงของความกดดันหรือสถานการณ์ที่เกิดขึ้น เช่น ความสูญเสียที่ร้ายแรง
2. บุคลิกภาพของแต่ละบุคคล เช่น ผู้ที่รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเอง มั่นใจในตนเอง กล้าได้ กล้าเสีย รู้จักมองการไกล ยืดหยุ่นได้ มีอารมณ์ขัน มีความเครียดไม่มาก
3. ประสบการณ์ในการเผชิญปัญหา และความสามารถในการแก้ปัญหา
4. การประเมินความสำคัญของปัญหา ถึงแม้จะเป็นเรื่องที่รุนแรง แต่คิดว่ามีความสำคัญต่อตนเองไม่มากนักหรือมีเจตคติในลักษณะที่มองเห็นปัญหาเป็นสิ่งที่ท้าทายความสามารถของตนเอง ระดับของความเครียดก็จะไม่สูง
5. ความช่วยเหลือจากภายนอก หากรู้สึกลำบากถึงแม้จะมีภัย ก็จะได้รับความช่วยเหลือ ความเครียดถึงจะมีแต่ก็ไม่มากนัก

ผลกระทบจากความเครียด (กรมสุขภาพจิต, 2542)

1. ความเครียดในระดับต่ำ ๆ จะเพิ่มความสามารถในการทำงานได้สูงยิ่งขึ้น และสร้างความสุขให้กับมนุษย์มากจากความสำเร็จที่ได้รับ
2. ความเครียดระดับปานกลาง อาจมีผลกระทบกระเทือนต่อพฤติกรรม และอาจนำไปสู่การกระทำในลักษณะที่ซ้ำ ๆ ได้แก่ กินมากกว่าปกติ นอนไม่หลับ และคิดเห่ล้าคิดยา เป็นต้น
3. ความเครียดในระดับรุนแรง อาจทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงถึงบาดเจ็บหรือซึมเศร้าถึงกับวิกลจริต ไม่รับรู้ความเป็นจริง ไม่สามารถควบคุมตนเองได้
4. ความเครียดในระยะยาวอาจทำให้เกิดโรคทางกายได้หลายโรค เช่น โรคกระเพาะ โรคหัวใจ และโรคอื่น ๆ ได้อีกมากมาย รวมทั้งแก่เร็ว และอายุสั้นลงด้วย

ความเครียดในทหาร (ภิศักส์ ก้อนเมฆ, 2551)

สาเหตุของความเครียดในสถานการณ์รบของทหารเกิดจากความต้องการของฝ่ายตรงข้ามที่ต้องการฆ่าหรือทำลายความเชื่อมั่นของฝ่ายทหาร ผู้นำทางทหารที่มีความสามารถจะพยายามควบคุมความเครียดของทหารให้อยู่ในปริมาณที่เหมาะสม โดยจะต้องเตรียมทหารให้พร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เพื่อให้อัดทนกับสิ่งเหล่านั้น

ภัยคุกคามที่เกิดจากความเครียด อาจทำให้ทหารเกิดการเจ็บป่วย ได้ดังนี้

1. ความอ่อนล้าจากการรบ (Battle fatigue [BF]) ซึ่งมักจะเป็นผู้ป่วยรักษาในหน่วยแพทย์มากกว่า 1 วัน
2. พฤติกรรมผิดปกติจากความเครียด (Misconduct stress behavior) เป็นทหารที่ทำผิดทางวินัยและจะต้องได้รับโทษทางวินัย
3. อาการเครียดและเจ็บป่วยหลังจากเหตุการณ์ที่มีผลกระทบต่อจิตใจอย่างรุนแรง (Posttraumatic Stress Disorder [PTSD]) จะเป็นภาวะที่ทำให้ทหารเกิดการป่วยตามมาซึ่งจะใช้เวลาหลายเดือนถึงหลายปีหลังการรบจึงจะเกิดอาการขึ้น ซึ่งความเครียดเป็นสาเหตุของโรคนี้

ตัวกระตุ้นความเครียดทางจิตใจและร่างกาย

1. ตัวกระตุ้นความเครียดทางจิตใจ มักจะเป็นข้อมูลข่าวสารที่ถูกส่งไปยังสมอง ซึ่งอาจจะมีผลโดยอ้อมทางร่างกาย ข้อมูลข่าวสารเหล่านี้จะถูกทำให้ การรับรู้ กระบวนการคิดหรือภาวะทางอารมณ์ถูกกระตุ้นขึ้นมาอย่างมาก เช่น ข้อมูลข่าวสารที่มากหรือน้อยจนเกินไป ความเร่งด่วน การรอคอย การไม่รู้อนาคต การตัดสินใจไม่ได้ หรือความเบื่อหน่าย ความกลัวและความวิตกกังวล
2. ตัวกระตุ้นความเครียดทางร่างกาย จะมีผลโดยตรงและเป็นอันตรายต่อร่างกายได้ ตัวกระตุ้นอาจมาจากสิ่งแวดล้อมภายนอกหรือมาจากความต้องการภายในร่างกาย เช่น ความร้อน ความมืด ภูมิประเทศที่ยากลำบาก การอดนอน การอ่อนล้าของกล้ามเนื้อ และความเจ็บป่วยหรือ

การบาดเจ็บ

ความเครียดทางบวก (Positive stress)

ความเครียดทางบวกจะเป็นความเครียดระดับหนึ่งซึ่งจำเป็นต้องมีเพื่อให้เราเพิ่มความสามารถในการต่อสู้กับความเครียด โดยไม่รู้สึกรุนแรงมากเกินไปและพบว่า ความเครียดบางระดับมีประโยชน์และบางครั้งจำเป็นสำหรับสุขภาพ การมีความเครียดน้อยเกินไป จะทำให้เกิดความอ่อนแอทั้งร่างกายและจิตใจ การมีการตอบสนองต่อความเครียดระดับหนึ่งจะเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงาน ทหารที่ได้รับการฝึกให้จัดการกับความเครียด จะสามารถปฏิบัติภารกิจได้ดีขึ้น

พฤติกรรมต่อความเครียดทางบวก (Positive combat stress behavior)

พฤติกรรมต่อความเครียดทางบวกจะทำให้มีความตื่นตัวสูง มีความเข้มแข็ง มีความอดทน และสามารถรับกับความยากลำบากได้ พฤติกรรมที่ตอบสนองต่อความเครียดทั้งด้านสู้รบและการหนี สามารถทำให้เกิดพฤติกรรมทางบวกได้ ถ้าทหารสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม ตัวอย่างพฤติกรรมทางบวก

1. มีความเชื่อมั่นในเพื่อน มีความจงรักภักดีในหมู่คณะ มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน ซึ่งเรียกว่าความผูกพันในแนวราบ ซึ่งจะเกิดในกลุ่มเพื่อนหน่วยทหารขนาดเล็ก
 2. มีความเชื่อมั่น มีความจงรักภักดี มีความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับผู้บังคับบัญชา ซึ่งเรียกว่าความผูกพันในแนวตั้ง
 3. มีความภูมิใจ และมีเอกลักษณ์ร่วมกัน และมีเอกลักษณ์ร่วมกันในหมู่ทหารซึ่งเกิดจากประวัติการรบและภารกิจในหน่วยทหารที่เคยร่วมกระทำกันมา ซึ่งเรียกว่าความเป็นหมู่คณะ
- พฤติกรรมทางบวกที่เกิดขึ้นนี้ทำให้เกิดความผูกพันในกลุ่มทหารซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้ทหารสามารถอยู่ร่วมกัน เพื่อปฏิบัติภารกิจที่เสี่ยงอันตรายถึงชีวิตได้ ซึ่งทำให้ทหารสามารถทำสิ่งกล้าหาญที่เหลือเชื่อโดยไม่คำนึงถึงชีวิตตนเอง พฤติกรรมทางบวกนี้สามารถทำให้เกิดขึ้นได้ด้วยการฝึกฝนอย่างถูกต้อง มีนโยบายกำลังพลที่ดี มีผู้นำที่มีความสามารถ ซึ่งผลลัพธ์ของการฝึกคือการเกิดพฤติกรรมทางบวกของทหารที่จะนำชื่อเสียงและความภาคภูมิใจมาสู่หน่วย

การประเมินความเครียด

นักวิจัยทางจิตวิทยาใช้วิธีการต่าง ๆ ในการวัดความเครียด ในจำนวนวิธีการวัดทั้งหมดนั้น วิธีที่ถูกนำมาใช้อย่างมากมี 3 วิธีต่อไปนี้ (อังคินันท์ อินทรกำแหง, 2551)

1. การวัดการเร้าทางสรีระ (Physiological arousal) แนวคิดในการวัดลักษณะนี้เชื่อว่าการหลั่งฮอร์โมนบางชนิด เช่น แคทีโคลามีนส์ (Catecholamines) เป็นการเปลี่ยนแปลงของร่างกายในสภาวะความเครียด ดังนั้นการวัดระดับฮอร์โมนหรือความดันโลหิต จึงเป็นวิธีการที่สะท้อน

ให้เห็นความเครียดได้ วิธีการหนึ่งที่ใช้ในการวัดลักษณะนี้ คือ การใช้เครื่องมือวัดความดันโลหิต อัตราการเต้นของหัวใจหรือการตอบสนองทางผิวหนัง (Galvanic Skin Response [GSR]) การวัดอาจวัดแยก หรือวัดพร้อม ๆ กันก็ได้ โดยใช้แสดงด้วยโพลีกราฟ

2. การวัดเหตุการณ์ในชีวิต (Life events) โดยเชื่อว่าเหตุการณ์บางอย่างที่เกิดขึ้นในชีวิตของคนมีส่วนทำให้เกิดความเครียดแบบเรื้อรัง (Chronic stress) เหตุการณ์ดังกล่าวอาจเรียกว่า เหตุการณ์ในชีวิตที่ทำให้เกิดความเครียด (Stressful life events) ซึ่ง Holm and Rahe (1967) ได้สร้างแบบวัดเหตุการณ์ในชีวิตที่ทำให้เครียดเรียกว่า Social Readjustment Rating Scale (SRRS) โดยนำเอาเหตุการณ์ในชีวิตในช่วงที่ผ่านมาไม่เกิน 24 เดือน และให้ค่าคะแนนในแต่ละเหตุการณ์ ถ้าคะแนนมาก หมายถึงเหตุการณ์นั้นทำให้บุคคลเครียดมาก

3. การวัดอาการที่เกิดขึ้นจากความเครียด (Stress symptoms) มีแบบวัดหลายชุดที่ถูกสร้างขึ้นมาโดยอาศัยแนวคิดเรื่องอาการต่าง ๆ ที่มีผลจากความเครียด อาจเป็นอาการทางกายที่มีผลจากจิตใจ (Psychosomatic symptoms) การบกพร่องหน้าที่ทางสังคม (Social dysfunction) ภาวะซึมเศร้า (Depression) ความกังวลใจ และการนอนไม่หลับ (Anxiety and insomnia) ตัวอย่างแบบวัดนี้ได้แก่

3.1 แบบสำรวจความคิดเห็นทางสุขภาพ (The Health Opinion Survey [HOS]) เป็นการทดสอบทางจิตวิทยาของผู้ใหญ่จะระบุอาการทางประสาทและอาการอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับ ความแปรปรวนทางจิตประสาทซึ่งประกอบด้วย 20 ข้อคำถาม

3.2 แบบวัดสุขภาพจิต (The Mental Health Inventory [MHI]) เป็นการสำรวจความคิดเห็นทางสุขภาพ (Health optimal survey) มีทั้งหมด 38 ข้อคำถาม ประกอบด้วย ข้อคำถาม จากแบบวัดความสุขของคูพาย (Dupuy's general well-being schedule) การถามสุขภาพทั่ว ๆ ไป 20 ข้อ จากแบบวัดอื่น ๆ ที่วัดความวิตกกังวล ความซึมเศร้า อารมณ์ยี่นดี และการเสียการควบคุม พฤติกรรม และอารมณ์ แบบวัดนี้ให้ผู้ถูกวัดเป็นผู้ตอบเองโดยให้รายงานสุขภาพจิตของตัวเอง ในเดือนที่ผ่านมา

3.3 แบบวัดสุขภาพทั่วไป (The General Health Questionnaires [GHQ]) พัฒนาโดย Goldberg (1972 cited in McDowell & Newell, 1996) ซึ่งได้พัฒนาตามแนวคิดทฤษฎีของ Lazarus and Folkman (1984) ได้รับการออกแบบมาสำหรับคัดกรองปัญหาสำคัญ 2 ประการ คือ การไม่สามารถดำเนินชีวิตในด้านต่าง ๆ ได้อย่างปกติสุขตามที่ควรจะเป็น และมีปัญหาทำให้เกิด ความทุกข์ใจ โดยเน้นถึงปัญหาที่ผิดไปจากสภาวะปกติของบุคคลนั้น ๆ มากกว่าลักษณะประจำของ บุคคลนั้น ข้อคำถามจะครอบคลุมปัญหาใหญ่ ๆ 4 ด้าน คือ ความรู้สึกไม่เป็นสุข (Unhappiness) ความวิตกกังวล (Anxiety) ความบกพร่องเชิงสังคม (Social impairment) และความผิดปกติระบบ ประสาท (Hypochondriasis) แบบวัด GHQ ฉบับเต็มประกอบด้วยคำถาม 60 ข้อ (GHQ-60)

และมีฉบับย่ออื่น ๆ อีก ซึ่งมีข้อคำถาม 30, 20 และ 12 (GHQ-30, GHQ-20, GHQ-12) นอกจากนี้ ยังมี GHQ-28 ประกอบด้วย องค์ประกอบความเครียดครอบคลุม 4 ประการคือ 1) อาการผิดปกติทางกาย 2) ความวิตกกังวล 3) ความบกพร่องทางสังคม และ 4) ความซึมเศร้า

จากแบบวัดและประเมินความเครียดที่ศึกษาข้างต้นนั้นเป็นแบบวัดที่มีความเหมาะสมกับผู้ที่มีความเครียดในสถานการณ์ทั่วไป ในการวิจัยครั้งนี้จึงใช้แบบประเมินความเครียดของ (พจนานา เปลี่ยนเกิด, 2552) เป็นผู้สร้างขึ้นและได้ดำเนินการตามขั้นตอนการสร้างแบบวัดที่มีคุณภาพ จากแนวความคิดข้อมูลเกี่ยวกับความเครียดของ Lazarus and Folkman (1984) และสถานการณ์สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นข้อคำถามที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของทหาร และทดลองใช้กับทหารบกที่ปฏิบัติงานในจังหวัดนราธิวาส ซึ่งมีความใกล้เคียงกับความเครียดของทหารเรือ พรรคนาวิก โยธิน ที่ปฏิบัติงานในพื้นที่จังหวัดนราธิวาส

ความรู้เกี่ยวกับทหารเรือ

การนิยามความหมายของทหารเรือ

กองทัพเรือไทยหรือราชนาวี (คำย่อ: ทร. ชื่อภาษาอังกฤษ: Royal Thai Navy คำย่อภาษาอังกฤษ: RTN) เป็นหน่วยงานที่รับผิดชอบต่อการปฏิบัติการทางทหารในทะเล ลำน้ำ และพื้นที่บริเวณชายฝั่งของประเทศไทย กองทัพเรือมีจำนวนกำลังพลประจำการเป็นลำดับ 2 (รองจากกองทัพบก) ซึ่งมีเรือปฏิบัติการด้วยเรือรบกว่า 340 ลำ อากาศยานกว่า 90 เครื่อง และกำลังรบทางบกอีก 2 กองพล กองทัพเรือมีพื้นที่ปฏิบัติการหลัก ทั้งในอ่าวไทยและทะเลอันดามัน ตามแนวเขตแดนระหว่างประเทศในทะเลความยาวกว่า 1,680 ไมล์ และตามแนวชายฝั่งความยาวกว่า 1,500 ไมล์ หน่วยต่าง ๆ ครอบคลุมจังหวัดที่มีชายแดนติดกับริมฝั่งแม่น้ำโขง ตั้งแต่จังหวัดเชียงราย เลย นครพนม มุกดาหาร จนถึงจังหวัดอุบลราชธานี โดยมีกองบัญชาการของหน่วยรักษาความสงบเรียบร้อยตามลำน้ำโขงตั้งอยู่ที่จังหวัดนครพนม โดยมีสถานีเรือย่อยแต่ละจังหวัดดังที่กล่าวมา และจังหวัดที่อยู่ติดกับชายฝั่งทะเลโดยแบ่งความรับผิดชอบเป็นทัพเรือภาค 1 ทำหน้าที่ดูแลพื้นที่บริเวณอ่าวไทยตอนบน พื้นที่จังหวัดชลบุรี จังหวัดระยอง จังหวัดจันทบุรี และจังหวัดตราดไปถึงจังหวัดชุมพร ทัพเรือภาค 2 ทำหน้าที่ดูแลพื้นที่ทะเลในอ่าวไทยตอนล่าง ตั้งแต่จังหวัดชุมพร จังหวัดสุราษฎร์ธานี จังหวัดนครศรีธรรมราช จังหวัดสงขลา จังหวัดปัตตานี และจังหวัดนราธิวาส ฝั่งอันดามันรับผิดชอบโดยทัพเรือภาค 3 ทำหน้าที่ดูแลพื้นที่ชายฝั่งทะเลอันดามัน รวมพื้นที่ทั้งสิ้น 6 จังหวัดดังนี้ คือ ระนอง พังงา ภูเก็ต ตรัง กระบี่ และ จังหวัดสตูล

กำลังพลทหารเรือ

ประกอบด้วย ทหารประจำการ หมายความว่า ทหารซึ่งรับราชการ ตามที่กระทรวงกลาโหมกำหนดหรือหมายถึง ข้าราชการทหารตามพระราชบัญญัติระเบียบ ข้าราชการทหาร พ.ศ. 2521 มีดังต่อไปนี้

1. นายทหารสัญญาบัตรประจำการ หมายถึง นายทหารสัญญาบัตรซึ่งมีตำแหน่งราชการ ประจำในกระทรวงกลาโหม โดยสำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนนายเรือ มีหน้าที่ผลิตนายทหาร ชั้นสัญญาบัตรบรรจุเป็นข้าราชการทหาร สามารถปฏิบัติงานตามพรรคและเหล่าที่เลือกได้ทันที จากนั้นจะได้รับพระราชทานกระบี่และพระบรมราชโองการโปรดเกล้า ฯ พระราชทานยศทหาร เป็นเรือตรี นายทหารพรรคनावินถือเป็นกำลังพลหลักที่จะได้ปฏิบัติงานในหน่วยต่าง ๆ ของ กองเรือยุทธการ โดยเฉพาะการประจำในเรือรบของกองเรือต่าง ๆ แต่ทั้งนี้ นายทหารจะต้องผ่าน หลักสูตรการฝึกสั้น ๆ ที่กองการฝึกกองเรือยุทธการ (กฝร.) ก่อนปฏิบัติงานจริง ๆ นอกจากนี้ ยังเป็นกำลังพลในหน่วยบัญชาการต่อสู้อากาศยานและรักษาฝั่งด้วย สำหรับนายทหารพรรคกลิน ก็จะคล้ายกันเพียงแต่มีจำนวนน้อยกว่า ส่วนนายทหารพรรคनावิกโยชินก็จะเป็นกำลังพลหลัก สำหรับหน่วยบัญชาการनावิกโยชินหรือนายทหารสัญญาบัตรสายแพทย์และพยาบาล ซึ่งสำเร็จ การศึกษาจากวิทยาลัยแพทยศาสตร์พระมงกุฎเกล้า (สมทบ) วิทยาลัยพยาบาลกองทัพเรือ ผลิตนายทหารสัญญาบัตรเหล่าแพทย์หรือนุคคลพลเรือนซึ่งมีคุณวุฒิปริญญาตรีหรือเทียบเท่าขึ้นไป สมัครสอบคัดเลือกและได้รับการบรรจุเป็นนายทหารสัญญาบัตร

2. นายทหารประทวนประจำการ หมายถึง นายทหารประทวนซึ่งมีตำแหน่งราชการ ในกระทรวงกลาโหม โดยสำเร็จการศึกษาจากโรงเรียนชุมพลทหารเรือ ซึ่งมีหน้าที่ผลิตนายทหาร ชั้นประทวน โรงเรียนสายวิชาชีพเฉพาะทาง เช่น โรงเรียนพยาบาลทหารเรือ ผลิตนายทหาร ประทวนสายพยาบาล โรงเรียนनावิกโยชิน โรงเรียนพลาธิการ โรงเรียนไฟฟ้าและสื่อสาร โรงเรียนขนส่ง และโรงเรียนดุริยางค์ทหารเรือหรือนุคคลพลเรือนซึ่งมีคุณวุฒิต่ำกว่าปริญญาตรี หรือเทียบเท่าสมัครสอบคัดเลือกและได้รับการบรรจุเป็นนายทหารประทวนแบ่งเป็นพรรคनावิน พรรคกลิน พรรคनावิกโยชินและพรรคพิเศษ

3. ทหารกองประจำการ หมายความว่า ผู้ซึ่งขึ้นทะเบียนกองประจำการและได้เข้ารับ ราชการในกองประจำการจนกว่าจะได้ปลด (มาตรา 4 (3) แห่งพระราชบัญญัติรับราชการทหาร พ.ศ. 2497)

หน้าที่ ภารกิจ และบทบาทของทหารเรือ

กองทัพเรือมีหน้าที่เตรียมกำลังกองทัพเรือ การป้องกันราชอาณาจักร และดำเนินการ เกี่ยวกับการใช้กำลังกองทัพเรือตามอำนาจหน้าที่ของกระทรวงกลาโหม ตามพระราชบัญญัติ

จัดระเบียบราชการกระทรวงกลาโหม พ.ศ. 2551 ตลอดจนหน้าที่อื่น ๆ ที่ได้รับมอบหมายจากรัฐบาล จากหน้าที่ดังกล่าวทำให้กองทัพเรือมีภารกิจ คือ

1. การปกป้องเขตทุนสถาบันพระมหากษัตริย์
2. การรักษาสิทธิ และอธิปไตยของชาติทางทะเล
3. การคุ้มครอง และรักษาผลประโยชน์ของชาติทางทะเล
4. การดำรงการคมนาคมทางทะเลให้ได้อย่างต่อเนื่อง
5. การช่วยเหลือ และสนับสนุนการป้องกันอธิปไตยทางบก
6. การสนับสนุนการรักษาความมั่นคง และความสงบเรียบร้อยภายในประเทศ
7. การสนับสนุนการพัฒนาประเทศ และช่วยเหลือประชาชน

บทบาทของกองทัพเรือในปัจจุบัน

1. การปฏิบัติการทางทหาร (Military role) คือ การปฏิบัติการทางเรือเพื่อป้องกันประเทศในรูปแบบต่าง ๆ ตามสถานการณ์ที่กระทบต่ออำนาจอธิปไตย และเอกราชของประเทศ ซึ่งจำเป็นต้องใช้กำลังทางเรือที่เข้มแข็ง ปฏิบัติการด้วยความเฉียบพลัน รุนแรง และเด็ดขาด
2. การรักษากฎหมายและช่วยเหลือ (Constabulary role) คือ การรักษาผลประโยชน์ของชาติทางทะเล การรักษาความสงบเรียบร้อยภายในประเทศ การรักษากฎหมายตามที่รัฐบาลมอบอำนาจให้ทหารเรือเป็นเจ้าหน้าที่รวม 28 ฉบับ รวมถึงการให้ความช่วยเหลือประชาชน และการพัฒนาประเทศ
3. การสนับสนุนกิจการระหว่างประเทศ (Diplomatic role) คือ การสนับสนุนการดำเนินนโยบาย และความสัมพันธ์ระหว่างประเทศของรัฐบาล และใช้หรือแสดงกำลังเพื่อสนับสนุนการเจรจาต่อรอง เมื่อมีการขัดกันผลประโยชน์ของชาติหรือเหตุการณ์วิกฤติที่กระทบต่อผลประโยชน์ของชาติโดยตรง

กองทัพเรือกับการรักษาผลประโยชน์ของชาติทางทะเล

โดยสภาพทางภูมิศาสตร์ ประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งเช่นเดียวกับหลาย ๆ ประเทศ ที่มีอาณาเขตติดต่อกับทะเลและมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับทะเลที่มีเขตติดต่อนั้น ประเทศไทยมีทะเลขนานอยู่ทั้งสองด้าน โดยชายฝั่งทะเลด้านทิศตะวันออกติดต่อกับอ่าวไทย และชายฝั่งทะเลด้านทิศตะวันตกติดต่อกับทะเลอันดามัน ซึ่งเมื่อรวมความยาวของชายฝั่งทะเลออกไปในทะเลจนสุดเขตเศรษฐกิจจำเพาะ ตลอดความยาวของชายฝั่งทะเลด้านอ่าวไทย และทะเลอันดามัน รวมทั้งสิ้นมากกว่า 316,000 ตารางกิโลเมตร ตั้งแต่ภาคเหนือในจังหวัดเชียงราย เลาะเรื่อยมาตามฝั่งริมแม่น้ำโขงในจังหวัดนครพนม และจังหวัดหนองคาย มาชายฝั่งทะเลจังหวัดจันทบุรี จังหวัดตราด และจังหวัดชลบุรี และลงไปชายฝั่งทะเลอ่าวไทยตอนเหนือ จังหวัดชุมพร

ดูแลโดยกองทัพเรือภาค 1 และดูแลตามแนวชายฝั่งทะเลตอนล่างดูแลโดยกองทัพเรือภาค 2 อ้อมไปจนถึงฝั่งทะเลอันดามัน ดูแลกองทัพเรือภาค 3 ดูแลทั้งด้านความสงบเรียบร้อยตามแนวชายฝั่งแม่น้ำและทะเล และดูแลความสงบเรียบร้อยของบ้านเมือง และให้ความร่วมมือ และสนับสนุนนโยบายของรัฐบาลเพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของประชาชนบริเวณใกล้เคียง

การแบ่งพรรคของทหารเรือ (ประเภทของทหารเรือ) แบ่งออกเป็น 4 พรรค คือ

1. พรรคนาวิน หน้าทีโดยตรง คือ ควบคุมเกี่ยวกับการเดินเรือและใช้อาวุธในเรือตลอดจนตรวจค้นหา ติดต่อ ทั้งฝ่ายตน และข้าศึก มีการแยกหน้าที่ออกจากกันเป็นสัดส่วนตามวิชาชีพหรือตามเหล่าพรรคนาวิน มี 10 เหล่า คือ
 - 1.1 เหล่าทหารการปืน มีหน้าที่เกี่ยวกับการอาวุธภายในเรือ
 - 1.2 เหล่าทหารอาวุธใต้น้ำ มีหน้าที่เกี่ยวกับการวางทุ่น และการกวาดทุ่นระเบิด
 - 1.3 เหล่าทหารสามัญ มีหน้าที่เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ภายในเรือและอื่น ๆ
 - 1.4 เหล่าทหารสัญญาณ มีหน้าที่เกี่ยวกับการสื่อสาร และการส่งสัญญาณมี 5 พนักงาน ได้แก่ พนักงานวิทยุ พนักงานเรดาร์ พนักงานโซนาร์ พนักงานทัศนสัญญาณ และพนักงานแตรเดี่ยว
 - 1.5 เหล่าทหารอุทกศาสตร์ มีหน้าที่เกี่ยวกับการสำรวจสมุทรศาสตร์ และการสร้างแผนที่ทางทะเล
 - 1.6 เหล่าทหารขนส่ง มีหน้าที่อำนวยความสะดวกเกี่ยวกับยานพาหนะ ทั้งทางบกและทางเรือ แบ่งออกเป็น 2 พวก คือ พนักงานเรือเล็กและพนักงานรถชนิดต่าง ๆ
 - 1.7 เหล่าทหารสรรพาวุธ มีหน้าที่เกี่ยวกับอาวุธต่าง ๆ ใช้ในกองทัพเรือ
 - 1.8 เหล่าทหารอตุณิยมวิทยา มีหน้าที่เกี่ยวกับการพยากรณ์อากาศ
 - 1.9 เหล่าทหารสารวัตร มีหน้าที่เกี่ยวกับการบังคับให้เป็นไปตามกฎหมายและธรรมเนียมของทหาร อารักขาบุคคลสำคัญ
 - 1.10 เหล่าทหารการข่าว มีหน้าที่เกี่ยวกับในเรื่องการข่าวโดยทั่วไป การรักษาความปลอดภัย การทูตทหารในต่างประเทศ
2. พรรคกลิน หน้าทีโดยตรง คือ ควบคุมเครื่องจักรกลเกี่ยวกับการขับเคลื่อน และคำสั่งงานภายในเรือหรือบนบก รวมทั้งการแก้ไขซ่อมแซมมี 2 เหล่า คือ
 - 2.1 เหล่าทหารเครื่องกล มีหน้าที่เกี่ยวกับเครื่องยนต์ต่าง ๆ
 - 2.2 เหล่าทหารไฟฟ้า มีหน้าที่เกี่ยวกับกิจการไฟฟ้าภายในเรือ
3. พรรคนาวิกโยธิน แต่เดิมมาทหารนาวิกโยธินไทย ใช้ชื่อเรียกว่า “ทหารมะริน” มีความหมายตรงกับภาษาอังกฤษว่า Marines ทหารมะรินตามความหมายของต่างประเทศ หมายถึงเหล่าทหารเรือที่ปฏิบัติหน้าที่ในการรบอย่างทหารบก แต่ภารกิจทางน้ำยังคงอยู่หรือเรียกว่า

ความสามารถในการปฏิบัติการยุทธวิธีสะเทินน้ำสะเทินบก ทั้งรุกและรับ สนับสนุน อำนาจ
 ความสะดวกในการรบ ตลอดจนรักษาความปลอดภัยให้แก่สถานที่ราชการฝ่ายทหารเรือบนบกด้วย
 โดยแบ่งเป็น 4 เหล่า คือ

- 3.1 เหล่าทหารราบ มีหน้าที่เกี่ยวกับการรบสะเทินน้ำสะเทินบกโดยตรง
- 3.2 เหล่าทหารปืนใหญ่ มีหน้าที่เกี่ยวกับการต่อสู้อากาศยาน และปืนรักษาฝั่ง
- 3.3 เหล่าทหารช่าง มีหน้าที่เกี่ยวกับการสร้างซ่อมยุทธโศปกรณ์ต่าง ๆ
- 3.4 เหล่าทหารสื่อสาร มีหน้าที่ในการสื่อสารสนาม

4. พรรคพิเศษ หน้าที่โดยตรง คือ เป็นฝ่ายธุรการและผู้ช่วยรบในแขนงต่าง ๆ

มี 8 เหล่า คือ

- 4.1 เหล่าทหารสารบรรณ มีหน้าที่เกี่ยวกับงานธุรการ โดยทั่วไป
- 4.2 เหล่าทหารพลธิการ มีหน้าที่กับงานส่งกำลังบำรุง โดยทั่วไป
- 4.3 เหล่าทหารการเงิน มีหน้าที่เกี่ยวกับการเงิน โดยทั่วไป
- 4.4 เหล่าทหารพระธรรมนูญ มีหน้าที่เกี่ยวกับการตัดสินความต่าง ๆ
- 4.5 เหล่าทหารช่างยุทธโยธา มีหน้าที่เกี่ยวกับงานช่างฝีมือทั่วไป แบ่งออกเป็น 4 พวก
 ได้แก่ ช่างทั่วไป ช่างเขียน ช่างอิเล็กทรอนิกส์ และช่างไฟฟ้าสื่อสาร
- 4.6 เหล่าทหารวิทยาศาสตร์ มีหน้าที่เกี่ยวกับงานค้นคว้า โดยทั่วไป
- 4.7 เหล่าทหารดุริยางค์ มีหน้าที่เกี่ยวกับงานบำรุงขวัญ และให้ความสุขแก่ทหาร

โดยทั่วไป

- 4.8 เหล่าทหารแพทย์ มีหน้าที่เกี่ยวกับการป้องกัน และบำบัดโรคภัยต่าง ๆ

ในงานวิจัยครั้งนี้ศึกษาเฉพาะทหารเรือที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส เฉพาะพรรค
 นาวิกโยธิน และพรรคพิเศษ ส่วนพรรคกลินและพรรคนาวินเป็นพรรคที่ปฏิบัติงานบนเรือ
 และอากาศยานเป็นส่วนใหญ่เป็นหน่วยสนับสนุนและมีจำนวนไม่มากนัก จึงไม่ได้นำมาศึกษา
 ในครั้งนี้

ทหารเรือที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส

จากสถานการณ์ความไม่สงบในภาคใต้ของประเทศไทยหรือมักเรียกว่า ไฟใต้
 เป็นเหตุการณ์รุนแรงที่เกิดขึ้นในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ได้แก่ จังหวัดปัตตานี ยะลา นราธิวาส
 ซึ่งเกิดมาจากปัญหาความขัดแย้งในจังหวัดชายแดนภาคใต้ โดยมีเหตุการณ์ลอบทำร้าย วางเพลิง
 วางระเบิด และจลาจลเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ถึงแม้ว่าจะมีความเคลื่อนไหวในลักษณะต้องการ
 แบ่งแยกดินแดนบริเวณปัตตานีมาเป็นเวลาหลายทศวรรษ แต่ความไม่สงบดังกล่าวเริ่มบานปลายขึ้น
 หลัง พ.ศ. 2547 เหตุการณ์ทวีความรุนแรงมากขึ้น และลดความรุนแรงลงเป็นระยะ ๆ แต่ไม่สามารถ

คาดเดาเหตุการณ์ได้ว่าจะเกิดเหตุการณ์ความรุนแรงขึ้นในช่วงเวลาใด เหตุการณ์เป็นอย่างไรเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน เป็นเวลานานมากกว่า 12 ปี ทหารเรือที่ปฏิบัติราชการสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ มีหน้าที่ดูแลความสงบเรียบร้อยในจังหวัดนราธิวาส 3 อำเภอ ได้แก่ อำเภอตากใบ โดยหน่วยปฏิบัติการเฉพาะกิจ 31 อำเภอเย็งอ โดยชุดโดยหน่วยปฏิบัติการเฉพาะกิจ 32 และอำเภอเมือง โดยหน่วยปฏิบัติการเฉพาะกิจ 33 และค่ายจุฬารักษ์ หน่วยเฉพาะกิจทหารเรือภาคใต้ โดยมีกำลังพลกว่า 3,000 นาย จากพื้นที่สี่หีบ ระยอง และจันทบุรี ตราด และสงขลา จัดกำลังพลหมุนเวียนลงไปปฏิบัติการหลักของกองทัพเรือ ในการช่วยเหลือและสนับสนุนการป้องกันอธิปไตยทางบก การสนับสนุนการรักษาความมั่นคง และความสงบเรียบร้อยภายในประเทศ เช่น ดูแลความสงบเรียบร้อยของประชาชน คุ่มครองครู นักเรียน ดูแลเรื่องสุขภาพของประชาชน

ทหารเรือที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส ส่วนใหญ่เป็นทหารเรือ พรรคนาวิกโยธิน พรรคนาวิน และพรรคพิเศษที่สนับสนุนการรบ พรรคนาวิกโยธิน เป็นทหารเรือที่ปฏิบัติภารกิจการรบเช่นเดียวกับทหารบกเกี่ยวกับการรบแบบสะเทินน้ำสะเทินบก ทั้งรุกและรับสนับสนุนอำนาจความสะดวกในการรบ ตลอดจนรักษาความปลอดภัยให้แก่สถานที่ราชการ ฝ่ายทหารเรือบนบก พรรคนาวินจะทำหน้าที่ในการใช้สรรพาวุธต่าง ๆ ในกองทัพเรือ เช่น ทหารเก็บวัตถุทุ่นระเบิด พรรคพิเศษจะทำหน้าที่เป็นฝ่ายสนับสนุนการช่วยรบ เช่น เหล่าแพทย์พยาบาลดูแลเรื่องเกี่ยวกับการป้องกัน และบำบัดโรคต่าง ๆ ของกำลังพล เหล่าพลาธิการการส่งกำลังบำรุง ดูแลเรื่องเสบียงอาหาร เครื่องยังชีพต่าง ๆ และเหล่าทหารดุริยางค์ มีหน้าที่เกี่ยวกับงานบำรุงขวัญ และให้ความสุขแก่ทหารโดยทั่วไป

ในการศึกษารั้วนี้ จึงศึกษาเฉพาะข้าราชการ และพลทหารพรรคนาวิกโยธิน และพรรคพิเศษ ที่ต้องออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส เพราะพรรคอื่น ๆ ที่กล่าวมาข้างต้นนั้นเป็นหน่วยสนับสนุนที่อยู่ในพื้นที่จังหวัดนราธิวาสในระยะเวลาสั้น ๆ เท่านั้น

ปัจจัยที่มีอิทธิพลกับความเครียด

จากการทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา พบว่า ปัจจัยที่คาดว่าจะเป็นอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส

1. ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ ชั้นยศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา พรรค รายได้ และพฤติกรรมการเผชิญความเครียด

อายุ

อายุเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเพิ่มความเครียดหรือลดความเครียดของบุคคล เพราะบุคคลในแต่ละวัยจะมีประสบการณ์ และเทคนิคการใช้แหล่งประโยชน์ที่จะเผชิญความเครียด

แตกต่างกันไป (Lazarus & Folkman, 1984) บุคคลที่อายุมากขึ้นมีประสบการณ์ต่าง ๆ มากมาย จึงสะสมประสบการณ์ที่ผ่านมาเป็นแหล่งประโยชน์ที่อยู่ในตัวบุคคล ซึ่งมีผลโดยตรงต่อการประเมินค่าสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด จากการศึกษาของ ฌูฟงส์ ฌูริปรีชา (2549) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของกำลังพลในสังกัดกรมราชองครักษ์ พบว่า อายุของกำลังพล มีความสัมพันธ์กับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สอดคล้องกับการศึกษาของ กฤษดา บุญประกอบ (2551) ศึกษาเรื่องความเครียดในการปฏิบัติงานของทหารสังกัด มณฑลทหารบกที่ 42 ในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ พบว่า อายุมีความสัมพันธ์กับความเครียด เรื่องความมั่นใจในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $< .05$ และสอดคล้องกับการศึกษาของ วชิระ เพ็ชรราม และกลางเดือน โภชนา (2559) ศึกษาเรื่องความเครียดของพนักงานและปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของพนักงาน กรณีศึกษาฐานผลิตแก๊สธรรมชาตินอกชายฝั่งอ่าวไทย พบว่า พนักงานที่มีช่วงอายุต่างกันจะมีระดับความเครียดที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ $p < .001$

ชั้นยศ

เนื่องจากระบบทหารมีชั้นยศเป็นตัวกำหนดฐานะทางทหารทำให้มีการแบ่งแยกความเป็นอยู่ ความสัมพันธ์เป็นแบบผู้บังคับบัญชา และผู้ใต้บังคับบัญชา ระบบการบังคับบัญชา ทำให้บุคคลขาดอิสระในการปฏิบัติงาน อาจมีความรู้สึกคับข้องใจ และมีความยุ่งยาก ในการติดต่อสื่อสารกับผู้บังคับบัญชา กลัวผู้บังคับบัญชาไม่รับฟังความคิดเห็น ไม่มีโอกาส ในการเลือกปฏิบัติงาน เพราะผู้บังคับบัญชาเป็นผู้วางนโยบาย และรูปแบบการทำงาน (Pasquali, Amalda, & Debasio, 1989 อ้างถึงใน นันทินี ปาระมี, 2544) นอกจากนี้ชั้นยศที่แตกต่างกันมีผลต่อ ลักษณะงาน และความเลื่อง อาจส่งผลต่อความเครียดได้ จากการศึกษาในช่วง 10 ปี ที่ผ่านมาไม่พบ งานวิจัยที่ศึกษาตัวแปร ชั้นยศที่มีอิทธิพลต่อความเครียด พบเพียงงานวิจัยที่ใกล้เคียง และมีการศึกษา ที่ผ่านมาเกิน 10 ปี จากการศึกษาของ วิถี ภูสิทธิ์ (2547) เรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียด ในการทำงานของเจ้าหน้าที่ตำรวจชั้นประทวนสังกัด สถานีตำรวจนครบาลในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ชั้นยศมีความสัมพันธ์กับความเครียดที่แสดงอาการด้านพฤติกรรมของเจ้าหน้าที่ตำรวจ ชั้นประทวน ($r = 0.103, p < 0.01$)

สถานภาพสมรส

บุคคลที่มีภาระความรับผิดชอบในครอบครัวที่มากขึ้นย่อมส่งผลกระทบต่อความเป็นอยู่ ที่แตกต่างกันจากบุคคลที่มีภาระความรับผิดชอบที่น้อยกว่า อย่างไรก็ตามการปรับสมดุล ในแต่ละบุคคลที่ต่างกัน ย่อมส่งผลกระทบต่อความเครียดที่ต่างกัน จากการศึกษาในช่วง 10 ปี ที่ผ่านมาไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับสถานภาพสมรสที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหาร พบเพียงงานวิจัยของ วิถี ภูสิทธิ์ (2547) เรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการทำงานของ

เจ้าหน้าที่ตำรวจชั้นประทวนสังกัด สถานีตำรวจนครบาลในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า สถานภาพสมรสมีความสัมพันธ์กับความเครียดที่แสดงอาการด้านพฤติกรรมของเจ้าหน้าที่ตำรวจชั้นประทวน ($r = 0.103, p < 0.01$) ดังนั้นสถานภาพสมรสจึงเป็นตัวแปรหนึ่งที่น่าสนใจว่ามีอิทธิพลกับความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการ ในจังหวัดนราธิวาสหรือไม่อย่างไร

ระดับการศึกษา

ระดับการศึกษาของบุคคลมีผลต่อการรับรู้ข้อมูล การแปลผลข้อมูล การวิเคราะห์ปัญหา และหาทางเลือกในการแก้ปัญหา โดยใช้การเรียนรู้จากประสบการณ์ ผู้ที่มีระดับการศึกษาที่สูงกว่า จะมีความเข้าใจ รู้จักลำดับความสำคัญของปัญหา แสวงหาแหล่งประโยชน์ และทรัพยากร ในการเผชิญความเครียดได้ดีกว่าผู้มีการศึกษาน้อย (Maddi and Kobasa 1984 อ้างถึงใน นวรัตน์ คิ้วชะอุ่ม, 2544) จากการศึกษาในช่วง 10 ปีที่ผ่านมาไม่พบงานวิจัยที่ศึกษา ดังนั้นระดับการศึกษา จึงเป็นตัวแปรหนึ่งที่น่าสนใจว่ามีอิทธิพลกับความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการ ในจังหวัดนราธิวาสหรือไม่อย่างไร

พรรค

พรรคเป็นการจำแนกพวกและประเภทของทหารเรือ ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของทหาร ในการกำหนดหน้าที่ เพื่อความเป็นระเบียบและคงเอกลักษณ์ในทางทหารเรือ บทบาทหน้าที่ จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของพรรค เหล่า ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของทหาร กับความเครียดยังไม่พบว่า มีผู้ทำการศึกษา ดังนั้น พรรคเหล่าจึงเป็นตัวแปรหนึ่งที่น่าสนใจว่ามีอิทธิพลกับความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาสหรือไม่อย่างไร

รายได้

รายได้ คือ ผลตอบแทนที่ได้รับจากการดำเนินงาน จากการศึกษาของ เบ็ญจศักดิ์ เวศม์วิบูลย์ (2549) เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อความเครียด ของข้าราชการ กองบังคับการ กรมอุทการเรือ พบว่ารายได้รายได้ของข้าราชการ กองบังคับการ กรมอุทการเรือ มีความสัมพันธ์กับระดับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $< .05$ และสอดคล้องกับการศึกษาของ วชิระ เพ็ชรธรรม และกลางเดือน โภชนา (2559) ศึกษาเรื่องความเครียดของพนักงานและปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของพนักงาน กรณีศึกษาฐานผลิตแก๊สธรรมชาตินอกชายฝั่งอ่าวไทย พบว่า รายได้ต่อเดือนสูงจะมีค่าระดับความเครียดแตกต่างกับพนักงานงานที่มีรายได้ต่อเดือนน้อยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p = 0.005$)

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของรายได้อับกับความเครียด พบว่า มีทั้งความสัมพันธ์ทางบวก และไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด จึงเป็นตัวแปรหนึ่งที่น่าสนใจ ศึกษา ว่ามีอิทธิพลกับความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส

หรือไม่อย่างไร

ระยะเวลาในการออกราชการ

ระยะเวลามีผลต่อการปฏิบัติกิจกรรมเพราะความสามารถในการทำงานพัฒนาการเรียนรู้ ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต และต้องใช้เวลาในการพัฒนาความสามารถของแต่ละบุคคล (Orem, 1995, p. 109) บุคคลจะใช้เวลาในการพัฒนาความชำนาญในการเผชิญปัญหาและการปรับตัว (Ray, Lindop, & Gibsons, 1982, p. 882) ระยะเวลาที่ผ่านพ้นไปบุคคลจะใช้เวลาการเรียนรู้ในอดีต รวมทั้งพฤติกรรมที่เคยประสบความสำเร็จมาแล้ว แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันได้อย่างมีเหตุผล (Jalowiec, Murphy, & Power, 1984)

จากการศึกษาของ เจษฎา คุงามมาก (2555) เรื่องความเครียดในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐ พิจารณาตามอายุงานพบว่า อาจารย์ที่อายุงาน 5-10 ปี มีความเครียดในการทำงานสูงกว่าอาจารย์กลุ่มอายุอื่น ๆ การศึกษาของ ระพีพร สิทธิานุกูล (2551) ศึกษาเรื่องความเครียดของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ พบว่า ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานที่แตกต่างกัน มีความสัมพันธ์ทางลบระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พฤติกรรมในการเผชิญความเครียด

แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมในการเผชิญความเครียดเป็นพฤติกรรมที่บุคคลใช้ในการตอบสนองต่ออารมณ์ที่เป็นผลมาจากความเครียดที่เกิดขึ้น ถ้าบุคคลสามารถเผชิญความเครียดได้อย่างเหมาะสมหรือปรับตัวได้ดี จะสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข แต่หากบุคคลเผชิญความเครียดได้ไม่เหมาะสมหรือไม่สามารถปรับตัวได้ ซึ่งพฤติกรรมในการเผชิญความเครียดเป็นตัวกลางที่มีผลต่ออารมณ์ทั้งทางบวกและทางลบ ซึ่งจะส่งผลให้บุคคลเกิดความผิดปกติทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคมได้ (Lazarus & Folkman, 1984)

จากการศึกษาวรรณกรรมที่ผ่านมายังไม่พบผู้วิจัยนำมาศึกษาในรูปแบบของสาเหตุของความเครียด มีเพียงงานวิจัยที่ใกล้เคียงคืองานวิจัยของ ไหมไทย ไชยพันธุ์ (2555) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกสออดคล้องกลมกลืนในชีวิตกับความเครียดในการปฏิบัติงานของทหารในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ โดยมีกลวิธีการเผชิญปัญหาเป็นตัวแปรส่งผ่าน พบว่า กลวิธีการเผชิญปัญหาแบบหลีกเลี่ยงปัญหาที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียดในการปฏิบัติงาน

2. ปัจจัยภายนอกบุคคล ได้แก่ สัมพันธภาพในครอบครัว เหตุการณ์กดดันในชีวิต และสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

สัมพันธภาพในครอบครัว

สัมพันธภาพในครอบครัวเป็นแหล่งสนับสนุนที่สำคัญเพราะครอบครัวเป็นหน่วยที่ทำให้การอบรมเลี้ยงดูมาตั้งแต่เด็ก ซึ่งส่งผลต่อบุคลิกภาพการแสดงออกของแต่ละบุคคล ครอบครัวที่มี

ความผูกพันใกล้ชิด และให้คำปรึกษาหารือได้จะเป็นแหล่งสนับสนุนทางจิตใจที่สำคัญ ทำให้บุคคลสามารถเผชิญความเครียดได้ดี แต่ถ้าสัมพันธ์ภาพในครอบครัวล้มเหลว ขาดการประทับประคองด้านจิตใจกัน จะทำให้บุคคลหมดกำลังใจและไม่มั่นใจในการต่อสู้กับปัญหาได้ (Burke & Flaherty, 1993 อ้างถึงใน นันทณี ปาระมี, 2544)

จากการศึกษาของ ฌ็องฟงส์ ฌูริปรีชา (2549) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของกำลังพลในสังกัดกรมราชองครักษ์ พบว่า ภาวะในการดูแลครอบครัว และสัมพันธ์ภาพภายในครอบครัวแตกต่างกันมีความเครียดในการทำงานแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่การศึกษาของ ทศนา ทวีคุณ, พัชรินทร์ นินทจันทร์ และโสภณ แสงอ่อน (2555) ศึกษาปัจจัยทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต พบว่า สัมพันธ์ภาพกับบุคคลในครอบครัวหรือบุคคลใกล้ชิดมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียด

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของสัมพันธ์ภาพในครอบครัวกับความเครียด พบว่า มีผู้ทำการศึกษาพบทั้งความสัมพันธ์ทางบวกและทางลบกับความเครียด ดังนั้นสัมพันธ์ภาพในครอบครัวจึงเป็นตัวแปรหนึ่งที่น่านำมาศึกษาว่ามีอิทธิพลกับความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนครราชสีมาหรือไม่อย่างไร

เหตุการณ์กดดันในชีวิต

เปลี่ยนแปลงในชีวิต และภาวะกดดัน (Life changes and strains) เป็นเหตุก่อความเครียดที่สำคัญ โดยเฉพาะเมื่อการเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นไปทางลบหรือเป็นการบังคับให้คนต้องปรับตัวเอง เช่น การอยู่ร้าง มีสมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วย การว่างงาน มีปัญหาในที่ทำงาน การย้ายที่อยู่ไปเมืองอื่น เป็นเหตุการณ์ตัวอย่างบางเรื่องที่ทำให้คนต้องปรับตัวเองต่อเหตุการณ์นั้น (วินัย เพชรช่วย, 2554)

จากการค้นคว้างานวิจัยเหตุการณ์กดดันในชีวิตมีอิทธิพลทำให้เกิดความเครียดนั้นยังไม่มีผู้ทำการศึกษาแต่พบงานวิจัยที่ใกล้เคียงกัน คือ การศึกษาของ ทานตะวัน อวิรุทธ์วรกุล และมาโนช หล่อตระกูล (2554) เรื่องเหตุการณ์กดดันในชีวิตก่อนการเกิดโรคซึมเศร้าและโรคแพนิค พบว่า จำนวนเหตุการณ์กดดันในชีวิตก่อนการเกิดโรคซึมเศร้าพบเฉลี่ย 1.9 เหตุการณ์ ($SD = 1.7$, mode = 1) โรคแพนิคพบเฉลี่ย 1.4 เหตุการณ์ ($SD = 1.3$, mode = 1) ซึ่งไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แต่พบปัจจัยเหตุการณ์กดดันที่มีความสำคัญทางสถิติ คือ ความอับจนหนทางหรือสับสนในชีวิต ไม่สามารถบอกใครได้ (adjusted OR = 5.13, 95% CI = 1.99-13.18, $p = 0.001$)

ความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมที่ไม่แน่นอน มีอิทธิพลต่อ โครงสร้างองค์กร ความสับสน
ความไม่มั่นคงในงาน ความไม่แน่นอนทางการเมือง ลัทธิการก่อการร้าย ส่วนมีอิทธิพลต่อ
ความเครียดของพนักงานในองค์กร (สมชาย หิรัญกิตติ, 2542)

จากการศึกษาของ มาลีวัล เลิศสาครศิริ (2557) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัย
ส่วนบุคคลและปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับความเครียด และการจัดการความเครียดขณะฝึกปฏิบัติงาน
ห้องคลอดของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยเซนต์หลุยส์ พบว่า ปัจจัยสิ่งแวดล้อมมีความสัมพันธ์
ทางบวกระดับปานกลางกับการจัดการความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = .46$)
แต่ด้านสัมพันธ์ภาพกับอาจารย์ สถานที่ฝึกปฏิบัติงาน/ สภาพแวดล้อมมีความสัมพันธ์ ทางลบระดับ
ต่ำกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($r = -.26$ และ $-.24$ ตามลำดับ) สอดคล้องกับ
การศึกษาของของ ณิชฐาสิริ ยิ่งรู้ (2555) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
และประสิทธิภาพการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์: กรณีศึกษาโรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช
พบว่า มีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในการทำงานโดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย
3.84 ($SD = 0.161$) และจำแนกรายด้านค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย ได้แก่ ด้านจิตใจ ด้านกายภาพ
ในการทำงาน และด้านเวลาในการทำงาน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาเชิงพยากรณ์ (Predictive research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส มีวิธีการดำเนินการวิจัยดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ ทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้ คือ ทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส ในช่วงเดือนเมษายน พ.ศ. 2560 ถึงเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2560 โดยมีคุณสมบัติดังนี้

1. สามารถอ่านออก ฟัง และเขียนภาษาไทยได้
2. ยินดีเข้าร่วมในการศึกษาครั้งนี้

ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง

ในการวิจัยครั้งนี้ขนาดกลุ่มตัวอย่างได้จากการคำนวณ โดยใช้สูตรการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างการประมาณค่าเฉลี่ยของประชากร (Lemeshow, Hosmer, Klar, & Lwanga, 1992, pp. 36-37) ซึ่งมีสูตรการคำนวณ ดังนี้

$$n = \frac{Z_{1-\alpha/2}^2 \sigma^2}{\epsilon^2 \mu^2}$$

n = ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้

Z = ค่ามาตรฐานได้โค้งปกติที่ระดับความเชื่อมั่นที่ร้อยละ 95 ($Z_{\alpha/2}$ หรือ $Z_{0.025} = 1.96$)

σ^2 = ความแปรปรวน ความเครียดของทหารที่ปฏิบัติงาน ในอำเภอศรีสาคร จังหวัดนราธิวาส ได้จากการศึกษาของ พงณา เปลี่ยนเกิด (2552) = 8.08^2

ϵ = ค่าความคลาดเคลื่อนของความเครียดจากค่าเฉลี่ยในประชากร กำหนดให้ = .02

μ = ค่าเฉลี่ยของความเครียด ในการศึกษาครั้งนี้ได้ จากการศึกษารอง พงณา เปลี่ยนเกิด (2552) = 50.178

$$\begin{aligned} \text{แทนค่าในสูตรดังนี้} \quad n &= \frac{(1.96 \times 1.96) \times (8.08)^2}{(0.02 \times 0.02) \times 50.18^2} \\ n &= 249 \end{aligned}$$

จากการคำนวณได้กลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 249 คน และเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 20 เพื่อป้องกันการสูญหายของข้อมูลหรือกลุ่มตัวอย่างตอบคำถามไม่สมบูรณ์ (Stanley, Wynne, McGowan, & Bloom, 1990) ได้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 300 คน

การได้มาซึ่งกลุ่มตัวอย่าง

เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างสามารถเป็นตัวแทนประชากรที่แท้จริงใช้วิธีการสุ่มเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multistage sampling) มีขั้นตอนตามลำดับดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 แบ่งทหารเรือที่ออกปฏิบัติการสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ แบ่งเป็น 3 หน่วยเฉพาะกิจ ได้แก่ หน่วยเฉพาะกิจนาวิกโยธินภาคใต้/ ทหารเรือ (ค่ายจุฬาภรณ์) หน่วยเฉพาะกิจนราธิวาส 32 และหน่วยเฉพาะกิจนราธิวาส 33 แต่ละหน่วยประกอบด้วย จำนวนข้าราชการและพลทหารดังนี้

กลุ่มที่ 1 หน่วยเฉพาะกิจนาวิกโยธินภาคใต้/ ทหารเรือ ค่ายจุฬาภรณ์ ที่มีจำนวนประชากร 955 นาย จำนวนประชากรนายทหารชั้นสัญญาบัตรและประทวน จำนวน 698 นาย และพลทหาร จำนวน 257 นาย

กลุ่มที่ 2 หน่วยเฉพาะกิจนาวิกโยธินนราธิวาส 32 ที่มีจำนวนประชากร 720 นาย จำนวนประชากรนายทหารชั้นสัญญาบัตรและประทวน 526 นาย และพลทหาร 194 นาย

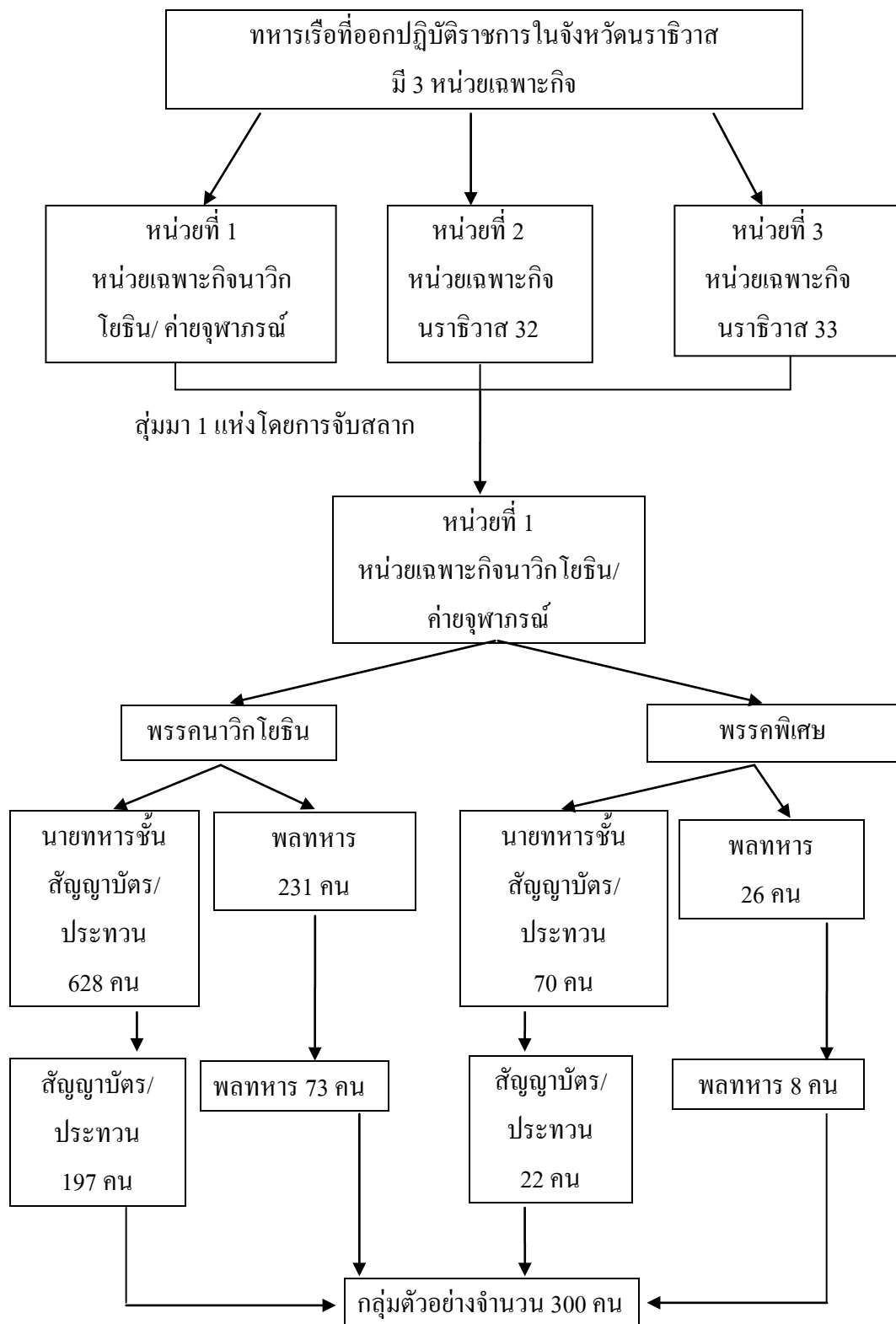
กลุ่มที่ 3 หน่วยเฉพาะกิจนราธิวาส 33 ที่มีจำนวนประชากร 710 นาย จำนวนประชากรนายทหารชั้นสัญญาบัตรและประทวน 518 นาย และพลทหาร 192 นาย

ขั้นตอนที่ 2 เนื่องจากทั้ง 3 หน่วยเฉพาะกิจ มีลักษณะของการปฏิบัติงาน และความเสี่ยงที่ใกล้เคียงกัน จึงสุ่มแบบกลุ่ม (Cluster sampling) โดยใช้วิธีการจับฉลาก โดยเขียนหมายเลข 1 หน่วยเฉพาะกิจนาวิกโยธิน/ ค่ายจุฬาภรณ์ หมายเลข 2 หน่วยเฉพาะกิจนราธิวาส 32 และหมายเลข 3 หน่วยเฉพาะกิจนราธิวาส 33 ลงในกระดาษใส่ลงในภาชนะ แล้วทำการจับฉลากขึ้นมา 1 ใบ ได้หน่วยที่ 1 คือ หน่วยเฉพาะกิจนาวิกโยธินภาคใต้ / ทหารเรือ ค่ายจุฬาภรณ์

ขั้นตอนที่ 3 แบ่งทหารในหน่วยเฉพาะกิจนาวิกโยธินภาคใต้/ ทหารเรือ ค่ายจุฬาภรณ์ เป็น 2 พรรค คือ พรรคนาวิกโยธินและพรรคพิเศษ ซึ่งพรรคนาวิกโยธินมีจำนวนนายทหารชั้นสัญญาบัตรและประทวน จำนวน 628 นาย และพลทหาร จำนวน 231 นาย และพรรคพิเศษ มีจำนวนนายทหารชั้นสัญญาบัตรและประทวน จำนวน 70 นาย และพลทหาร จำนวน 26 นาย ตามลำดับ

ขั้นตอนที่ 4 สุ่มกลุ่มตัวอย่างจากแต่ละพรรคตามสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้ผลการสุ่มพรรคนาวิกโยธินได้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนายทหารชั้นสัญญาบัตรและประทวนจำนวน 197 นาย เป็นพลทหาร จำนวน 73 นาย และจากพรรคพิเศษเป็นนายทหารชั้นสัญญาบัตรและประทวน จำนวน 22 นาย และเป็นพลทหาร จำนวน 8 นาย

ขั้นตอนที่ 5 สุ่มรายชื่อตัวอย่างจากทหารที่เป็นข้าราชการและพลทหารจากแต่ละพรรคให้ได้จำนวนตามที่คำนวณไว้ด้วยวิธีการสุ่มอย่างเป็นระบบ (Systematic sampling) โดยการจัดทำบัญชีรายชื่อทหารออกเป็น 4 กลุ่ม คือ 1) ทหารที่เป็นข้าราชการพรรคนาวิกโยธิน ซึ่งมีทั้งหมด 628 คน 2) ทหารที่เป็นพลทหารพรรคนาวิกโยธิน ซึ่งมีทั้งหมด 231 คน 3) ทหารที่เป็นข้าราชการพรรคพิเศษ ซึ่งมีทั้งหมด 70 และ 4) ทหารที่เป็นพลทหารพรรคพิเศษ ซึ่งมีทั้งหมด 26 คน จากนั้นคำนวณช่วงของการสุ่ม (Sampling interval) ด้วยการนำจำนวนทหารที่มีทั้งหมดในแต่ละกลุ่มหารด้วยจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้ ช่วงของการสุ่มเท่ากับ 3 ทุกกลุ่ม แล้วหาค่าเริ่มต้นของแต่ละกลุ่ม (Random start) ด้วยการจับสลากหมายเลข 1 ถึง 3 ได้ หมายเลข 2 ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างคนแรกคือ คนที่มีรายชื่ออยู่ลำดับที่ 2 ของแต่ละกลุ่มจากนั้นนับเว้นช่วงไปสามคนตามช่วงของการสุ่มที่คำนวณได้ เป็นลำดับที่ 5, 8, 11 เรื่อยไปจนครบตามจำนวนที่ต้องการของแต่ละกลุ่ม รายละเอียดขั้นตอนการสุ่มตัวอย่างดังกล่าวที่ 2



เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลของทหารเรือที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นประกอบด้วย อายุ ชั้นยศ พรรค (เหล่า) ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ระยะเวลาในการออกราชการในจังหวัด นราธิวาส

ส่วนที่ 2 แบบประเมินความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการสามจังหวัด ชายแดนภาคใต้ ซึ่งผู้วิจัยนำมาจากแบบประเมินความเครียดของ พงณา เปลี่ยนเกิด (2552) ซึ่งสร้างมาจากแนวความคิดเกี่ยวกับความเครียดของ Lazarus and Folkman (1984) และสถานการณ์สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่เกิดขึ้นได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน และผ่านการนำไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นทหารที่ปฏิบัติงาน ในอำเภอศรีสาคร จังหวัดนราธิวาส เพื่อหาค่าเชื่อมั่นโดยวิธีของ Cronbach ได้ค่าสัมประสิทธิ์ อัลฟาเท่ากับ .86 ประกอบด้วยข้อคำถาม จำนวน 20 ข้อที่มีลักษณะเป็นมาตราประมาณค่า 4 ระดับ ตั้งแต่ “ไม่จริงเลย” ถึง “จริงที่สุด” โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ไม่จริงเลย เท่ากับ 0 คะแนน

ไม่จริง เท่ากับ 1 คะแนน

จริง เท่ากับ 2 คะแนน

จริงที่สุด เท่ากับ 3 คะแนน

การแปลผลเพื่อพรรณนาระดับความเครียดใช้ค่าเฉลี่ยของค่าคะแนนคำตอบเป็นเกณฑ์ได้ดังต่อไปนี้

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.26-3.00 หมายถึง มีความเครียดอยู่ในระดับสูง

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.51-2.25 หมายถึง มีความเครียดอยู่ในระดับค่อนข้างสูง

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 0.76-1.50 หมายถึง มีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 0.00-0.75 หมายถึง มีความเครียดอยู่ในระดับต่ำ

ส่วนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเหตุการณ์ก่อกวนในชีวิตช่วงเวลา 1 ปีที่ผ่านมา นำมาจากการศึกษาของ ทานตะวัน อวิรุทธ์วรกุล และมาโนช หล่อตระกูล (2554) ซึ่งแปลจาก Life event Questionnaire ของ Brugha, Bebbington, Tennanp, and Hurry (1985) ซึ่งมีทั้งหมด 12 ข้อ เป็นแบบให้เลือกรับว่าเคยหรือไม่เคยมีเกณฑ์การให้คะแนน คือ เคยให้ 1 คะแนน ไม่เคยให้ 0 คะแนน รวมคะแนนทั้งหมด 12 คะแนน

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามสัมพันธภาพในครอบครัวที่ออกปฏิบัติราชการสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ เป็นเครื่องมือที่ดัดแปลงมาจากเครื่องมือที่เรียกว่า Family environment scale ของ Moos (1986) แปลโดย สุริย์มาศ นาคะผดุงรัตน์ (2545) แบ่งเป็น 3 มิติ 10 ด้าน รวมข้อคำถาม 90 ข้อ ต่อมา นวรัตน์ คิ้วชะอุ่ม (2544) ได้ดัดแปลงมาตรวจจากใหม่และไม่ใหม่เป็นมาตรฐานค่า 5 ระดับ และเลือกมาศึกษาเฉพาะมิติความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกประกอบด้วยองค์ประกอบ 3 ด้าน ด้านละ 9 ข้อ รวมเป็นข้อคำถามทั้งหมด 27 ข้อ ดังนี้

1. ด้านการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ได้แก่ ข้อ 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25
2. ด้านการแสดงความรู้สึก ได้แก่ ข้อ 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26
3. ด้านความปรองดอง ได้แก่ ข้อ 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27

มีข้อคำถามด้านลบ ได้แก่ ข้อ 2, 3, 6, 9, 13, 15, 18, 19, 23, 24 นอกนั้นเป็นด้านบวก โดยมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ข้อคำถามด้านบวก		ข้อคำถามด้านลบ	
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 4 คะแนน	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 0 คะแนน
เห็นด้วย	ให้ 3 คะแนน	เห็นด้วย	ให้ 1 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้ 2 คะแนน	ไม่แน่ใจ	ให้ 2 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ให้ 1 คะแนน	ไม่เห็นด้วย	ให้ 3 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 0 คะแนน	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 4 คะแนน

เกณฑ์การประเมิน เพื่อการพรรณนาข้อมูล แบ่งระดับการแปลความหมายของคะแนนที่ได้จากค่าเฉลี่ย ดังนี้

คะแนนเฉลี่ย 3.50-4.00 หมายถึง สัมพันธภาพในครอบครัวมากที่สุด

คะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 หมายถึง สัมพันธภาพในครอบครัวมาก

คะแนนเฉลี่ย 1.50-2.49 หมายถึง สัมพันธภาพในครอบครัวปานกลาง

คะแนนเฉลี่ย 0.50-1.49 หมายถึง สัมพันธภาพในครอบครัวน้อย

คะแนนเฉลี่ย 0.00-0.49 หมายถึง สัมพันธภาพในครอบครัวน้อยมาก

การศึกษานี้ใช้แบบสอบถามและเกณฑ์เช่นเดียวกับการศึกษาของ นวรัตน์ คิ้วชะอุ่ม (2544) ซึ่งได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน และผ่านการนำไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกรรยาทหารเรือในขณะที่สามมีออกปฏิบัติราชการทางทะเล จำนวน 30 ราย หาค่าเชื่อมั่นโดยวิธีของ Cronbach ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาเท่ากับ .87

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนครราชสีมา เป็นสอบถามที่ผู้วิจัยนำมาจากแบบประเมินการเผชิญความเครียดของ Jalowiec, Murphy, and Power (1988) ซึ่งแปลโดย กนกพร สุคำวัง (2540) ซึ่งแบบสอบถามนี้ได้มีผู้นำไปใช้แล้ว คือ นันทณี ปาระมี (2544) และนวรรตน์ ค้วงชะอุ่ม (2544) นำไปทดลองกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการทางทะเลและภรรยาทหารเรือในขณะที่มีออกปฏิบัติราชการทางทะเล จำนวน 30 ราย หาค่าเชื่อมั่นโดยวิธีของ Cronbach ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาเท่ากับ .90 และ .85 ตามลำดับ โดยในการศึกษานี้นำมาเฉพาะข้อที่เป็นการเผชิญความเครียดด้านการเผชิญกับปัญหา และด้านการจัดการกับอารมณ์รวม 22 ข้อ เป็นมาตราส่วนประเมินค่า 5 ระดับ คือ

1. ด้านการเผชิญกับปัญหา 13 ข้อ ได้แก่ ข้อ 2, 3, 6, 9, 10, 11, 14, 17, 18, 19, 20, 21, 22
2. ด้านการจัดการกับอารมณ์ 9 ข้อ ได้แก่ ข้อ 1, 4, 5, 7, 8, 12, 13, 15, 16

เกณฑ์การให้คะแนน

ไม่ได้ใช้	ให้ 0 คะแนน
ใช้นาน ๆ ครั้ง	ให้ 1 คะแนน
ใช้เป็นบางครั้ง	ให้ 2 คะแนน
ใช้บ่อย ๆ	ให้ 3 คะแนน
ใช้เกือบทุกครั้ง	ให้ 4 คะแนน

เกณฑ์การประเมิน แบ่งแบบอิงเกณฑ์ เพื่อการพรรณนาข้อมูลแบ่งระดับการแปลความหมายของคะแนนที่ได้จากค่าเฉลี่ย ดังนี้

- คะแนนเฉลี่ย 3.50-4.00 หมายถึง ใช้การเผชิญความเครียดอยู่ในระดับสูงมาก
- คะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 หมายถึง ใช้การเผชิญความเครียดอยู่ในระดับมาก
- คะแนนเฉลี่ย 1.50-2.49 หมายถึง ใช้การเผชิญความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง
- คะแนนเฉลี่ย 0.50-1.49 หมายถึง ใช้การเผชิญความเครียดอยู่ในระดับน้อย
- คะแนนเฉลี่ย 0.00-0.49 หมายถึง ใช้การเผชิญความเครียดอยู่ในระดับน้อยมาก

ส่วนที่ 6 แบบสอบถามการรับรู้ด้านสิ่งแวดล้อมในการทำงานเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนตำราและเอกสารงานวิจัยที่ผ่านมา และผ่านการพิจารณาความตรงตามเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน เป็นอาจารย์สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติ 1 ท่าน แพทย์ทหารสาขาอายุรเวท 1 ท่าน แพทย์ทหารสาขาจิตวิทยา 1 ท่าน มีลักษณะเป็นมาตรประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 12 ข้อ

เกณฑ์การให้คะแนน

ข้อคำถามด้านบวก		ข้อคำถามด้านลบ	
เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 4 คะแนน	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 0 คะแนน
เห็นด้วย	ให้ 3 คะแนน	เห็นด้วย	ให้ 1 คะแนน
ไม่แน่ใจ	ให้ 2 คะแนน	ไม่แน่ใจ	ให้ 2 คะแนน
ไม่เห็นด้วย	ให้ 1 คะแนน	ไม่เห็นด้วย	ให้ 3 คะแนน
ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 0 คะแนน	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ให้ 4 คะแนน

เกณฑ์การประเมิน เพื่อการพรรณนาข้อมูล แบ่งระดับการแปลความหมายของคะแนนเฉลี่ยที่ได้ ดังนี้

- คะแนนเฉลี่ย 3.50-4.00 หมายถึง สิ่งแวดล้อมการทำงานอยู่ในสภาพเหมาะสมดีที่สุด
- คะแนนเฉลี่ย 2.50-3.49 หมายถึง สิ่งแวดล้อมการทำงานอยู่ในสภาพเหมาะสมดี
- คะแนนเฉลี่ย 1.50-2.49 หมายถึง สิ่งแวดล้อมการทำงานอยู่ในสภาพเหมาะสมปานกลาง
- คะแนนเฉลี่ย 0.50-1.49 หมายถึง สิ่งแวดล้อมการทำงานอยู่ในสภาพเหมาะสมน้อย
- คะแนนเฉลี่ย 0.00-0.49 หมายถึง สิ่งแวดล้อมการทำงานอยู่ในสภาพเหมาะสมน้อยมาก

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้จากการศึกษาดำรงและงานวิจัยที่ผ่านมา และนำมาประยุกต์ใช้ให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง โดยมีขั้นตอนการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือดังนี้

1. การตรวจสอบความตรงตามเนื้อหา (Content validity) ผู้วิจัยขออนุญาตใช้แบบประเมินความเครียดของ พจนา เปลี่ยนเกิด (2552) แบบสอบถามเหตุการณ์กดดันในชีวิตของ ทานตะวัน อวิรุทธ์วรกุล และมาโนช หล่อตระกูล (2554) แบบสอบถามสัมพันธภาพในครอบครัวของ นวรัตน์ ดั่งวงษ์ (2544) และแบบสอบถามพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของ Jalowiec, Murphy, and Power (1984) ซึ่งแปลโดย กนกพร สุคำวัง (2540) ซึ่งเครื่องมือเหล่านี้ผ่านการใช้และการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว จึงไม่ได้หาความตรงตามเนื้อหา ส่วนแบบสอบถามด้านความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงานเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัย โดยผ่านผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ประกอบด้วยเป็นอาจารย์สาขาการพยาบาลเวชปฏิบัติ 1 ท่าน แพทย์ทหารสาขาอาชีวอนามัย 1 ท่าน แพทย์ทหารสาขาจิตวิทยา 1 ท่าน หลังจากนั้นนำมาคำนวณหาค่าดัชนีความตรงตามเนื้อหา (Content validity index [CVI]) พบว่า มีค่าคำนวณได้เท่ากับ .91

2. การตรวจสอบความเชื่อมั่นของเครื่องมือ (Reliability) ผู้วิจัยนำแบบประเมินความเครียด แบบสอบถามเหตุการณ์กดดันในชีวิต แบบสอบถามสัมพันธภาพในครอบครัว แบบสอบถามพฤติกรรมการเผชิญความเครียด ซึ่งแบ่งเป็นการเผชิญความเครียดออกเป็นด้านการจัดการกับปัญหาและแบบสอบถามพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการจัดการกับอารมณ์ และแบบสอบถามความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ไปทดลองใช้ (Try out) กับข้าราชการทหารเรือ พรรคนาวิกโยธิน ที่เคยผ่านการออกราชการสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ และกลับมาปฏิบัติงานในพื้นที่ที่สัทธิบแล้ว ซึ่งมีคุณสมบัติคล้ายคลึงกับประชากรที่ศึกษามากที่สุด และไม่ได้เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 30 คน หลังจากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ด้วยสูตรสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาครอนบาคเท่ากับ .71, .70, .94, .88, .65 และ .88 ตามลำดับ

วิธีการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยเป็นผู้เก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ด้วยตนเอง โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ทำหนังสือจากคณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้บัญชาการหน่วยเฉพาะกิจกองทัพเรือ/ ภาคใต้ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยและขอความอนุเคราะห์ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างตามรายชื่อที่สุ่มได้ พร้อมนัดหมายวันเวลาให้ผู้วิจัยเข้าพบ
2. ผู้วิจัยเข้าพบผู้บัญชาการหน่วยเฉพาะกิจกองทัพเรือ/ ภาคใต้ และผู้เกี่ยวข้อง เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย แจงรายละเอียดในการเก็บรวบรวมข้อมูลและขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล
3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่างแต่ละคนที่สุ่มได้ใส่ซองที่ปิดมิดชิด มอบให้หัวหน้าหน่วยเฉพาะกิจนาวิกโยธิน และหัวหน้าหน่วยแพทย์ เพื่อแจกแบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในพรรคนาวิกโยธิน และพรรคพิเศษตามลำดับ และขอความร่วมมือให้ดำเนินการเก็บรวบรวมแบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างเพื่อส่งคืนผู้วิจัยภายใน 7 วัน
4. ผู้วิจัยตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามทั้งหมดและรวบรวมข้อมูลที่ได้จากกลุ่มตัวอย่าง ทำการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

1. โครงร่างการวิจัยได้ผ่านความเห็นชอบจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา เลขที่ 11-02-2560 ลงวันที่ 13 มีนาคม พ.ศ. 2560 และจัดทำเอกสารพิทักษ์สิทธิแสดงความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย เก็บข้อมูลวิจัยทุกครั้ง
2. ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัยและประโยชน์ที่จะได้รับแก่ผู้บัญชาการหน่วยเฉพาะกิจกองทัพอากาศ/ภาคใต้ หัวหน้าหน่วยเฉพาะกิจนาวิกโยธิน และหัวหน้าหน่วยแพทย์ เพื่อขอความเห็นชอบในการเก็บข้อมูลจากผู้บังคับบัญชา และชี้แจงรายละเอียดกับกลุ่มตัวอย่าง ตามเอกสารเอกสารชี้แจงผู้ร่วมโครงการวิจัย (Participant Information Sheet) กลุ่มตัวอย่างมีสิทธิ์ที่จะตอบแบบสอบถามด้วยความสมัครใจ โดยไม่เกิดผลกระทบใด ๆ หากไม่ยินดีที่จะตอบคำถาม
3. การตอบแบบสอบถามกลุ่มตัวอย่างไม่ต้องใส่ชื่อและนามสกุลจริง แต่ใช้รหัสแทน และถูกเก็บไว้ในซองกระดาษอย่างมิดชิด
4. ข้อมูลทุกอย่างที่ได้จากการศึกษาจะถูกเก็บเป็นความลับ โดยผู้วิจัยจะนำเสนอข้อมูลในลักษณะภาพรวม และนำมาใช้ประโยชน์ทางการศึกษาเท่านั้น

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้ในการวิจัย

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป และกำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีขั้นตอนการวิเคราะห์ดังนี้

1. พรรณนาลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ อายุ ชั้นยศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา พรรค รายได้ ระยะเวลาที่ออกราชการ สัมพันธภาพกับบุคคลในครอบครัว เหตุการณ์กดดันในชีวิต เพื่อหาค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) ค่ามัธยฐาน (Median) ค่าพิสัยควอไทล์ (Inter quartile range) ตามระดับการวัดของข้อมูล
2. สถิติเชิงอนุมาน เพื่อหาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส วิเคราะห์โดยใช้สถิติถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise multiple regression) คำนวณหาอำนาจการทำนายของตัวแปรต่าง ๆ ได้แก่ อายุ ชั้นยศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา พรรค รายได้ ระยะเวลาที่ออกราชการ สัมพันธภาพกับบุคคลในครอบครัว และเหตุการณ์กดดันในชีวิต รูปแบบการเผชิญความเครียดโดยแบ่งออกเป็น การเผชิญความเครียดด้านการจัดการกับปัญหาและพฤติกรรมเผชิญความเครียดด้านการจัดการกับอารมณ์ และความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพยากรณ์ (Predictive research) เพื่อหาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล โดยแบ่งเป็น 3 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 ระดับของความเครียดและปัจจัยที่ศึกษา

ส่วนที่ 3 ปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายความเครียดของทหารเรือที่ในจังหวัดนครราชสีมา

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

วิเคราะห์ข้อมูลและนำเสนอปัจจัยที่ศึกษาตามลำดับดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคลและปัจจัยที่ศึกษากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ย 29.25 ปี ($SD = 10.37$) ช่วงอายุ 20-30 ปี มีจำนวนมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 69.70 ส่วนใหญ่มีชั้นยศเป็นระดับชั้นประทวน (ร้อยละ 63.70) สถานภาพสมรสโสด (ร้อยละ 67.00) ระดับการศึกษาส่วนใหญ่ต่ำกว่าปริญญาตรี (ร้อยละ 85.30) เกือบทั้งหมดสังกัดพรคนาวิกโยธิน (ร้อยละ 90.00) ซึ่งส่วนใหญ่เป็นเหล่าทหารราบ (ร้อยละ 68.89) รายได้เฉลี่ยรวมต่อเดือน 19,304.76 บาท ($SD = 6.70$) และระยะเวลาในการออกปฏิบัติราชการที่จังหวัดนครราชสีมาในครั้งนี้ตั้งแต่วันที่มาจนถึงวันที่เก็บข้อมูลมีค่ามัธยฐานเท่ากับ 1 ปี (IQR = 1 ปี) และระยะเวลาที่เหลือที่ต้องปฏิบัติราชการที่จังหวัดนครราชสีมาในครั้งนี้ มีค่ามัธยฐานเท่ากับ 0.5 ปี (IQR = 1 ปี) ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามข้อมูลส่วนบุคคล ($n = 300$)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
อายุ (ปี)		
20-30 ปี	209	69.7
31-40 ปี	43	14.3
41-50 ปี	27	9.00
ตั้งแต่ 51 ขึ้นไป	21	7.00
(Min = 20 ปี, Max = 59 ปี, $M = 29.25$ ปี, $SD = 10.37$ ปี)		
ชั้นยศ		
นายทหารชั้นสัญญาบัตร	27	9.00
นายทหารชั้นประทวน	191	63.7
พลทหาร/ ทหารพราน	82	27.3
สถานภาพสมรส		
โสด	201	67.0
สมรส	81	27.0
หม้าย (คู่สมรสเสียชีวิต)	9	3.00
หย่า/ แยกทางกัน	9	3.00
ระดับการศึกษา		
ต่ำกว่าปริญญาตรี	256	85.30
ปริญญาตรี	44	14.70
สังกัดพรรค		
พรรคนาวิกโยธิน		
เหล่าทหารราบ	186	68.89
เหล่าทหารปืนใหญ่	51	18.89
เหล่าทหารสื่อสาร	24	8.89
เหล่าทหารช่าง	9	3.33

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
พรรคพิเศษ	30	10.00
เหล่าทหารแพทย์	18	60.00
เหล่าทหารการเงิน	10	33.33
เหล่าทหารสารบรรณ	2	6.67
รายได้ต่อเดือน		
10,001-15,000 บาท	100	33.30
15,001-20,000 บาท	116	38.70
20,001-25,000 บาท	41	13.70
ตั้งแต่ 25,001บาทขึ้นไป	43	14.30
(Min = 10,000, Max = 44,360, $M = 19,304.76$, $SD = 6.70$)		
การเคยออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนครราชสีมา		
เคย	171	57.00
ไม่เคย	129	43.00
ระยะเวลาตั้งแต่มาปฏิบัติราชการที่นครราชสีมา		
น้อยกว่า 6 เดือน	49	16.30
6 เดือน-1 ปี	107	35.70
1 ปี-2 ปี	73	24.30
ตั้งแต่ 2 ปีขึ้นไป	71	23.70
(Min น้อยกว่า 1 เดือน, Max = 39 ปี, $Median = 1$ ปี, $IQR = 1$ ปี)		
ระยะเวลาที่เหลือในการปฏิบัติราชการที่จังหวัดนครราชสีมา		
น้อยกว่า 6 เดือน	23	7.70
6 เดือน-1 ปี	192	64.00
1 ปี-2 ปี	30	10.00
ตั้งแต่ 2 ปีขึ้นไป	55	18.30
(Min น้อยกว่า 1 เดือน, Max = 31 ปี, $Median = 0.5$ ปี $IQR = 1$ ปี)		

ส่วนที่ 2 ระดับของความเครียดและปัจจัยที่ศึกษา

1. ระดับความเครียด

ทหารเรือที่ปฏิบัติงานในจังหวัดนครราชสีมาส่วนใหญ่มีระดับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 67.34) มีความเครียดในระดับค่อนข้างสูง ร้อยละ 24.33 ค่าเฉลี่ยในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 1.31, SD = 0.76$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดอยู่ในระดับสูง คือ ขณะนั่งรถออกไปจากหน่วยต้องตื่นตัวและคอยสังเกตสิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวเสมอ และ ณ เวลานี้ต้องการความสงบสุขสันติภาพ ($M = 2.47, SD = 0.64; M = 2.47, SD = 0.76$ ตามลำดับ) รองลงมาอยู่ในระดับค่อนข้างสูงมี 3 ข้อ ได้แก่ รู้สึกหดหู่ใจกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ในพื้นที่ 3 จังหวัดทางภาคใต้ ($M = 1.68, SD = 0.85$) บางครั้งรู้สึกอยากกลับบ้านก่อนสิ้นสุดก่อนระยะเวลาที่กำหนดไว้ ($M = 1.61, SD = 0.95$) และเมื่อมีผู้โทรศัพท์มาแจ้งเกี่ยวกับโอกาสที่จะเกิดเหตุร้ายขึ้น รู้สึกว่าขณะนี้ชีวิตไม่ปลอดภัย ($M = 1.56, SD = 0.63$) ดังรายละเอียดในตารางที่ 2 และตารางที่ 3

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับความเครียด ($n = 300$)

ระดับความเครียด	จำนวน	ร้อยละ
ความเครียดอยู่ในระดับค่อนข้างสูง	73	24.33
ความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง	202	67.34
ความเครียดอยู่ในระดับต่ำ	25	8.33

ตารางที่ 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามความเครียด ($n = 300$)

ระดับความเครียด	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับ ความเครียด
ณ เวลานี้ต้องการความสงบสุขและสันติภาพ	2.47	0.76	สูง
ขณะนั่งรถออกไปจากหน่วย ท่านต้องตื่นตัวและคอยสังเกต สิ่งแวดล้อมรอบ ๆ ตัวเสมอ	2.47	0.64	สูง
บางครั้งรู้สึกอยากกลับบ้านก่อนสิ้นสุดก่อนระยะเวลาที่กำหนดไว้	1.61	0.95	ค่อนข้างสูง
รู้สึกหดหู่ใจกับเหตุการณ์ต่าง ๆ ในพื้นที่ 3 จังหวัดทางภาคใต้	1.68	0.85	ค่อนข้างสูง
เมื่อมีผู้โทรศัพท์มาแจ้งเกี่ยวกับ โอกาสที่จะเกิดเหตุร้ายขึ้นรู้สึกว่ ขณะนี้ชีวิตไม่ปลอดภัย	1.56	0.63	ค่อนข้างสูง
รู้สึกอยากแก้แค้น ให้ผู้บริสุทธิ์ และเจ้าหน้าที่ของรัฐที่เสียชีวิต ในสถานการณ์ภาคใต้	1.47	0.99	ปานกลาง
รู้สึกกลัวจนต้องสวมหมวกกันน็อกให้ชีวิตรอดปลอดภัย	0.96	0.87	ปานกลาง
ไม่กล้าออกไปเที่ยวนอกพื้นที่ เพราะกลัวถูกทำร้าย	1.02	0.84	ปานกลาง
ไม่ไว้วางใจชาวบ้านในพื้นที่ซึ่งท่านปฏิบัติการกิจอยู่	1.39	0.80	ปานกลาง
คิดว่าทำงานได้ไม่ดีกับที่คาดหวังไว้	1.14	0.80	ปานกลาง
นอนไม่หลับ เพราะกังวลว่าจะมีคนเข้ามาลอบทำร้าย	0.78	0.79	ปานกลาง
กลัวว่าจะทำงานผิดพลาดในภารกิจที่รับผิดชอบ	1.48	0.77	ปานกลาง
บางครั้งขณะที่ทำงานในพื้นที่หรือนอกพื้นที่ท่านรู้สึกปวดหัว ปวดตึงท้ายทอย	1.16	0.77	ปานกลาง
มีความหวาดกลัวและระแวงภัย ภายหลังได้รับข่าวเกี่ยวกับ สถานการณ์ในภาคใต้	1.21	0.76	ปานกลาง
รู้สึกไม่ยินดีหรือพอใจกับสิ่งที่ทำอยู่	0.90	0.73	ปานกลาง
หวาดผวาเมื่อได้ยินเสียงระเบิด เสียงปืนลั่น	1.17	0.72	ปานกลาง
รู้สึกว่าเหตุการณ์ในภาคใต้รุนแรงขึ้นเรื่อย ๆ	1.42	0.71	ปานกลาง
รู้สึกไม่มีความสุขเลยขณะทำงานในภารกิจนี้	0.91	0.68	ปานกลาง
รู้สึกกระวนกระวายเกือบตลอดเวลาขณะทำงานนอกพื้นที่	0.85	0.59	ปานกลาง
ก่อนนอนอยากทานยานอนหลับ เพื่อให้หลับสบาย	0.58	0.74	ต่ำ
ความเครียดรวม	1.31	0.76	ปานกลาง

2. เหตุการณ์ก่ดดันในชีวิต

ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมาทหารเรือที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส ร้อยละ 82.30 ได้ประสบกับเหตุการณ์ที่ก่ดดันในชีวิตอย่างน้อย 1 เหตุการณ์โดยประสบเหตุการณ์เฉลี่ยคนละ 2.94 เหตุการณ์ ($SD = 2.44$) เหตุการณ์ที่ประสบมากที่สุด คือ คนที่สนิทกับครอบครัวหรือญาติ เสียชีวิต (ร้อยละ 51.30) รองลงมา คือ เคยเลิกคบกับคนที่สนิทกันมานานและสิ่งของมีค่าของคุณเคยสูญหายหรือถูกขโมย (ร้อยละ 50.70, และ 41.30 ตามลำดับ) และเหตุการณ์ก่ดดันในชีวิตที่พบน้อยที่สุด คือ เคยถูกปลดหรือถูกไล่ออกจากงานคิดเป็นร้อยละ 7.00 รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4 จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการเกิดเหตุการณ์ก่ดดันในชีวิตในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา ($n = 300$)

เหตุการณ์ก่ดดันในชีวิต	จำนวน	ร้อยละ
คนที่สนิทกับครอบครัว หรือญาติ (เช่น ลูก ป้า น้าอา ลูกพี่ลูกน้อง ปู่ย่า ตายาย) เสียชีวิต	154	51.30
เคยเลิกคบกับคนที่สนิทกันมานาน (เช่น แฟน เพื่อนสนิท)	152	50.70
สิ่งของมีค่าของคุณเคยสูญหายหรือถูกขโมย	124	41.30
เคยถูกปลด หรือถูกไล่ออกจากงาน	90	30.00
เคยมีปัญหารุนแรงกับเพื่อนสนิท เพื่อนบ้าน หรือญาติ	66	22.00
เคยตกงานหรือยังหางานทำไม่ได้มานานกว่า 1 เดือน	59	19.70
เคยมีปัญหาต้องขึ้นโรงพัก หรือขึ้นศาล	57	19.00
พ่อ แม่ ลูกหรือคู่ครองเสียชีวิต	51	17.00
ญาติใกล้ชิดเจ็บป่วยรุนแรงบาดเจ็บหรือถูกทำร้ายร่างกาย	40	13.30
แยกทางกับคู่ครองเนื่องจากปัญหาในชีวิตสมรส	38	12.70
เคยเจ็บป่วยรุนแรง บาดเจ็บหรือถูกทำร้ายร่างกาย	30	10.00
เคยถูกปลด หรือถูกไล่ออกจากงาน	21	7.00

เฉลี่ย 2.94 เหตุการณ์ ($SD = 2.44$) ต่ำสุด 0 เหตุการณ์ สูงสุด 10 เหตุการณ์

3. สัมพันธภาพในครอบครัว

สัมพันธภาพในครอบครัวของทหารเรือที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาสภาพรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.68 ($SD = 0.34$) อยู่ในระดับมาก โดยสัมพันธภาพในครอบครัวด้านการช่วยเหลือซึ่งกันและกันโดยรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.68 ($SD = 0.34$) อยู่ในระดับมาก ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดและอยู่ในระดับมาก ได้แก่ สมาชิกในครอบครัวมีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกันค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.34 ($SD = 0.65$) รองลงมา คือ สมาชิกในครอบครัวมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.31 ($SD = 0.71$) สัมพันธภาพในครอบครัวด้านการแสดงความรู้สึกโดยรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.45 ($SD = 0.34$) อยู่ในระดับปานกลาง ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดอยู่ในระดับมาก ได้แก่ สมาชิกในครอบครัวสามารถระบายความรู้สึกซึ่งกันและกัน ได้มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.03 ($SD = 0.79$) รองลงมา คือ สมาชิกในครอบครัวมีการปรึกษาหารือเกี่ยวกับปัญหาส่วนตัวซึ่งกันและกันมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.02 ($SD = 0.80$) สัมพันธภาพในครอบครัวด้านความปรองดองโดยรวมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.61 ($SD = 0.55$) อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า สมาชิกในครอบครัวมักไม่พยายามชิงดีชิงเด่นกันมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.23 ($SD = 1.01$) อยู่ในระดับมาก รองลงมา คือ สมาชิกในครอบครัวไม่มีการทะเลาะตบตีกัน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.07 ($SD = 1.13$) อยู่ในระดับมากรายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับสัมพันธภาพในครอบครัวของทหารเรือในเขตจังหวัดนราธิวาส ($n = 300$)

สัมพันธภาพในครอบครัว	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับ
			สัมพันธภาพในครอบครัว
ด้านการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน	2.68	0.34	มาก
สมาชิกในครอบครัวมีการช่วยเหลือเกื้อกูลซึ่งกันและกัน	3.34	0.65	มาก
การกระทำสิ่งต่าง ๆ เท่าที่ทำอยู่ที่บ้าน สมาชิกในครอบครัวจะทำความดีด้วยความตั้งใจ และทุ่มเทอยู่เสมอ	3.24	0.65	มาก
สมาชิกในครอบครัวมีความเข้าใจซึ่งกันและกัน	3.31	0.71	มาก
สมาชิกในครอบครัวมีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน	3.30	0.63	มาก
สมาชิกในครอบครัวช่วยเหลือกันอย่างจริงจังเสมอ	3.14	0.73	มาก

ตารางที่ 5 (ต่อ)

สัมพันธภาพในครอบครัว	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับ สัมพันธภาพ ในครอบครัว
สมาชิกในครอบครัวต่างมีเวลาเอาใจใส่ซึ่งกันและกันมาก	2.88	0.79	มาก
สมาชิกในครอบครัวมักใช้เวลาว่างส่วนใหญ่อยู่ที่บ้าน	2.55	1.15	มาก
สมาชิกในครอบครัวมักอาสาทำอะไรเมื่อมีสิ่งที่จะต้องทำในบ้าน*	1.51	1.02	ปานกลาง
สมาชิกในครอบครัวมีการร่วมแรงร่วมใจกันมาก	1.31	1.11	น้อย
ด้านการแสดงความรู้สึก	2.45	0.34	ปานกลาง
สมาชิกในครอบครัวสามารถระบายความรู้สึกซึ่งกันและกันได้	3.03	0.79	มาก
สมาชิกในครอบครัวมีการปรึกษาหารือเกี่ยวกับ ปัญหาส่วนตัว ซึ่งกันและกัน	3.02	0.80	มาก
สมาชิกในครอบครัวมักมีการแสดงความคิดเห็นกันอยู่เสมอ	2.96	0.70	มาก
สมาชิกในครอบครัวสามารถพูดได้ทุกสิ่งทุกอย่าง	2.81	1.05	มาก
สมาชิกในครอบครัว คิดจะทำอะไรก็ลงมือทำทันที	2.47	0.92	ปานกลาง
สมาชิกในครอบครัวไม่สบายใจ เมื่อมีบางคนบ่นขึ้นมา	2.30	0.93	ปานกลาง
สมาชิกในครอบครัวมีการพูดคุยเรื่องเงิน การแบ่งค่าใช้จ่าย รับผิดชอบภายในบ้าน	2.16	1.06	ปานกลาง
สมาชิกในครอบครัวมักจะเก็บความรู้สึกของตนเอง	2.06	0.90	ปานกลาง
สมาชิกในครอบครัวมักจะระมัดระวังในเรื่องที่จะพูดคุยต่อกัน	1.28	0.92	น้อย
ด้านความปรองดอง	2.61	0.55	มาก
สมาชิกในครอบครัวมักไม่พยายามชิงดีชิงเด่นกัน	3.23	1.01	มาก
สมาชิกในครอบครัวไม่มีการทะเลาะตบตีกันบางครั้ง	3.07	1.13	มาก
เมื่อมีการขัดแย้งกันในครอบครัว สมาชิกแต่ละคนจะพยายาม อย่างยิ่ง ที่จะให้เรื่องราวต่าง ๆ ผ่านไปอย่างสันติ	3.03	0.90	มาก
สมาชิกในครอบครัวบางคนเมื่อเกิดความโกรธ บางครั้ง มีการขว้างปา และทำลายสิ่งของ	2.71	1.31	มาก

ตารางที่ 5 (ต่อ)

สัมพันธภาพในครอบครัว	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับ
			สัมพันธภาพ ในครอบครัว
สมาชิกในครอบครัวไม่มีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกันบ่อย	2.69	1.21	มาก
สมาชิกในครอบครัวมักจะวิพากษ์วิจารณ์ซึ่งกันและกันเสมอ	2.59	0.98	มาก
สมาชิกในครอบครัวไม่มีการขึ้นเสียงเพื่อเอาชนะผู้อื่น	2.38	1.12	ปานกลาง
สมาชิกในครอบครัวไม่ค่อยมีใครอารมณ์เสีย	2.14	0.93	ปานกลาง
สมาชิกในครอบครัวมักไม่แสดงความโกรธออกมาให้เห็น	1.70	1.02	ปานกลาง
ภาพรวมสัมพันธภาพในครอบครัวทุกด้าน	2.68	0.34	มาก

หมายเหตุ * ข้อคำถามที่ปรับเป็นเชิงบวกในการวิเคราะห์

4. พฤติกรรมการเผชิญความเครียด

พฤติกรรมการเผชิญความเครียดของทหารเรือที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนราธิวาส ภาพรวมพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการจัดการกับปัญหามีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.55 ($SD = 0.62$) อยู่ในระดับมากเมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 ลำดับแรก คือ ใช้วิธีพยายามควบคุมสถานการณ์บางอย่างไว้ให้ได้ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.85 ($SD = 0.83$) รองลงมา คือ ใช้วิธีพยายามค้นหาเป้าหมาย และทำความเข้าใจปัญหาที่เกิดขึ้นค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.83 ($SD = 0.99$) และตั้งเป้าหมาย ให้เจาะจง ชัดเจน เพื่อช่วยเป็นแนวทางในการแก้ปัญหาที่มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.80 ($SD = 0.94$) และมีพฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการจัดการกับอารมณ์โดยรวมอยู่ในระดับน้อย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.28 ($SD = 0.62$) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส ใช้วิธีเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับสิ่งเลวร้ายที่สุดที่คาดว่าจะเกิดขึ้นมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.43 ($SD = 1.08$) อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาใช้วิธีการครุ่นคิด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.07 ($SD = 1.13$) อยู่ในระดับปานกลาง รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมการเผชิญ

ความเครียด ($n = 300$)

พฤติกรรมการเผชิญความเครียด	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับการใช้ พฤติกรรมการเผชิญ ความเครียด
ด้านการจัดการกับปัญหา			
พยายามควบคุมสถานการณ์บางอย่างไว้ให้ได้	2.85	0.83	มาก
พยายามค้นหาเป้าหมาย และทำความเข้าใจปัญหา ที่เกิดขึ้น	2.83	0.99	มาก
ตั้งเป้าหมายให้เจาะจง ชัดเจน เพื่อช่วยเป็นแนวทาง ในการแก้ปัญหา	2.80	0.94	มาก
หากำลังใจ ความช่วยเหลือ จากครอบครัวและเพื่อน	2.71	1.02	มาก
พยายามแก้ปัญหาโดยแยกปัญหาออกเป็นส่วน ๆ เพื่อจะช่วยให้สามารถแก้ปัญหาได้ดีขึ้น	2.65	1.10	มาก
ได้ลองแก้ปัญหาหลาย ๆ วิธีเพื่อคว้าวิธีไหนดีที่สุด	2.58	1.05	มาก
พยายามมอง และทำความเข้าใจปัญหาตามความจริง	2.58	0.93	มาก
หาข้อมูลเกี่ยวกับเหตุการณ์หรือปัญหาเพิ่มเติม เพื่อจะได้จัดการแก้ไขดีขึ้น	2.55	0.96	มาก
นำเอาประสบการณ์เดิมมาแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น	2.54	1.11	มาก
พยายามอย่างยิ่งที่จะแก้ไขเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์ หรือปัญหาที่เกิดขึ้นให้ได้	2.51	1.15	มาก
ออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมที่ออกแรงเพื่อขจัด ความเครียด	2.35	0.98	ปานกลาง
คิดหาแนวทางหลาย ๆ แบบที่จะควบคุมปัญหา หรือเหตุการณ์	2.33	1.14	ปานกลาง
พูดคุยปัญหาที่เกิดขึ้นกับผู้ที่เคยประสบปัญหา ที่มีความคล้ายคลึงกัน	1.86	0.99	ปานกลาง
การเผชิญความเครียดด้านจัดการกับปัญหาโดยรวม	2.55	0.62	มาก

ตารางที่ 6 (ต่อ)

พฤติกรรมการเผชิญความเครียด	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับการใช้ พฤติกรรมการเผชิญ ความเครียด
ด้านจัดการกับอารมณ์			
เตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับสิ่งเลวร้ายที่สุดที่คาดว่าจะเกิดขึ้น	2.43	1.08	ปานกลาง
ครุ่นคิด	2.07	1.13	ปานกลาง
รับประทานอาหารหรือสูบบุหรี่หรือเคี้ยวหมากฝรั่ง ดื่มเบียร์หรือสุรา	1.89	1.25	ปานกลาง
แก้ปัญหาด้วยตนเอง แยกตัว พยายามอยู่ตามลำพัง	1.65	1.27	ปานกลาง
รู้สึกหงุดหงิดกระวนกระวายใจ	1.61	1.13	ปานกลาง
คิดเพื่อฝันในสิ่งต่าง ๆ	1.35	1.11	น้อย
โกรธ คำว่า สบถ สาบาน	1.20	1.07	น้อย
ตำหนิผู้อื่นว่าทำให้ปัญหาเกิดขึ้นกับท่าน	1.07	0.95	น้อย
ระบายอารมณ์กับผู้อื่นหรือกับสิ่งของ	0.93	1.20	น้อย
ด้านจัดการกับอารมณ์โดยรวม	1.28	0.40	น้อย

5. ความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติงาน

ความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติงานของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส ภาพรวม อยู่ในระดับปานกลางค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.14 ($SD = 0.46$) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ข้อที่มีความเหมาะสมอยู่ในระดับดีมีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ในหน่วยงานมีระบบรักษาความปลอดภัยเพียงพอ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.83 ($SD = 0.78$) รองลงมา คือ มีสื่อเกราะกันกระสุนเพียงพอสำหรับใช้ปฏิบัติงาน ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.76 ($SD = 0.92$) สภาพสิ่งแวดล้อมที่มีความเหมาะสมน้อยที่สุด คือ งานที่ปฏิบัติเป็นงานที่ไม่เสี่ยงอันตรายมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.42 ($SD = 1.14$) รองลงมา คือ งานที่ปฏิบัติอยู่ท่ามกลางอากาศที่ไม่ร้อนเกินไปมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.63 ($SD = 1.11$) รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของกลุ่มตัวอย่างที่จำแนกตามการรับรู้
ด้านความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงานของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา
($n = 300$)

สิ่งแวดล้อม	<i>M</i>	<i>SD</i>	ระดับ
			ความเหมาะสม สิ่งแวดล้อม
ในหน่วยงานมีระบบรักษาความปลอดภัยเพียงพอ	2.83	.78	ดี
สื่อเกราะกันกระสุน มีเพียงพอสำหรับใช้ปฏิบัติงาน ในราชสีมา	2.76	.92	ดี
อุปกรณ์ในการช่วยชีวิตเบื้องต้นมีความเพียงพอ ในการปฏิบัติงาน	2.46	.98	ปานกลาง
การปฏิบัติงานในพื้นที่รับผิดชอบมีความปลอดภัย	2.41	.92	ปานกลาง
รถยนต์ที่งานทั่วไปเหมาะกับสถานการณ์พื้นที่ จังหวัดนครราชสีมา	2.36	.83	ปานกลาง
กล้องตรวจการณ์ในเวลากลางคืนมีความเพียงพอ ในการปฏิบัติงาน	2.09	1.01	ปานกลาง
พื้นที่ปฏิบัติงาน ไม่มีความยากลำบากในการเดินทาง*	2.02	1.18	ปานกลาง
พื้นที่ที่ปฏิบัติงาน ไม่ขาดแคลนปัจจัยที่จำเป็นในการดำรงชีพ ได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ยารักษาโรค*	2.02	1.17	ปานกลาง
เครื่องตรวจจับวัตถุระเบิดมีความเพียงพอในจังหวัด นครราชสีมา	1.92	.95	ปานกลาง
ในพื้นที่ปฏิบัติงานมีสถานการณ์ความรุนแรงของ การก่อความไม่สงบ	1.78	1.04	ปานกลาง
งานที่ปฏิบัติ อยู่ท่ามกลางอากาศที่ไม่ร้อนเกินไป*	1.63	1.11	ปานกลาง
งานที่ปฏิบัติเป็นงานที่ไม่เสี่ยงอันตราย*	1.42	1.14	น้อย
ภาพรวมความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงาน	2.14	.46	ปานกลาง

หมายเหตุ * หมายถึงข้อความที่ได้รับการปรับเป็นเชิงบวก

ส่วนที่ 3 ปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัด นราธิวาส

การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise multiple regression) เพื่อหาปัจจัยที่สามารถทำนายอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาสของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งได้แก่ อายุ ชั้นยศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา พรรค รายได้เฉลี่ยต่อเดือนระยะเวลาในการออกราชการ พฤติกรรมการเผชิญความเครียด สัมพันธภาพในครอบครัวเหตุการณ์ก่อกวนในชีวิต และสิ่งแวดล้อมในการทำงานผู้วิจัยได้ทดลองข้อตกลงเบื้องต้นของการใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่า เป็นไปตามข้อตกลงของการใช้สถิติ (Assumption) ดังนี้

1. ตัวแปรตามเป็น Interval/ Ratio scale ในที่นี้ คือ คะแนนความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส มีระดับการวัดเป็น Interval scales
2. ตัวแปรต้นเป็น Interval/ Ratio scale หรือเป็นตัวแปรหุ่น Dummy variable ตัวแปรต้นมีทั้งหมด 11 ตัว แต่ละตัวมีระดับการวัดดังแสดงในตารางที่ 8

ตารางที่ 8 ระดับการวัดของตัวแปรต้นและการให้รหัสตัวแปรหุ่น

ตัวแปร	ระดับการวัด	ตัวแปรหุ่น
1. อายุ	Ratio scales	
2. ชั้นยศ	Nominal scales	0 = พลทหาร 1 = นายทหารชั้นประทวนหรือ นายทหารชั้นสัญญาบัตร
3. สถานภาพสมรส	Nominal scales	0 = โสด 1 = สมรส, หม้าย, หย่า
4. ระดับการศึกษา	Ordinal scales	0 = ต่ำกว่าปริญญาตรี 1 = สูงกว่าปริญญาตรี
5. พรรค/ เหล่า	Nominal scales	0 = พิเศษ 1 = นาวิกโยธิน
6. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน	Ratio scales	
7. ระยะเวลาการทำงาน	Ratio scales	

ตารางที่ 8 (ต่อ)

ตัวแปร	ระดับการวัด	ตัวแปรหุ่น
8. พฤติกรรมการเผชิญ ความเครียดแบบจัดการกับปัญหา	Interval scales	
9. พฤติกรรมการเผชิญความเครียด แบบจัดการกับอารมณ์	Interval scales	
10. สัมพันธภาพในครอบครัว	Interval scales	
11. เหตุการณ์กดดันในชีวิต	Ratio scales	
12. สิ่งแวดล้อมในการทำงาน	Interval scales	

3. ตัวแปรต้นและตัวแปรตามมีความสัมพันธ์กันเชิงเส้นตรง จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สันหรือค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พอยท์ไบเซรียล (Point biserial correlation coefficient) พบว่า ตัวแปรที่มีความสัมพันธ์เชิงเส้นตรงกับความเครียด ได้แก่ อายุ ($r = -.10, p = .04$) รายได้ ($r = -.10, p = .04$) สถานภาพสมรส ($r = -.18, p < .01$) ระดับการศึกษา ($r = -.12, p = .02$) ชั้นยศ ($r = -.11, p = .02$) พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบเผชิญกับปัญหา ($r = .21, p < .01$) พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบจัดการกับอารมณ์ ($r = .89, p < .01$) สัมพันธภาพในครอบครัว ($r = -.23, p < .01$) เหตุการณ์กดดันในชีวิต ($r = .23, p < .01$) และสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ($r = -.22, p < .01$) รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 10

4. ค่าความคลาดเคลื่อนต้องมีการแจกแจงแบบปกติ มีค่าเฉลี่ย = 0 ($SD = .99$) เป็นอิสระต่อกัน (ไม่มี Autocorrelation) ทดสอบจาก Plot normal ของค่า Residual พบว่า Residual มีการกระจายแบบปกติ

5. ตัวแปรอิสระ X_1 และ X_2 ต้องอิสระกัน ไม่มี Multicollinearity โดยวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's correlation coefficient) พบว่า ไม่มีตัวแปรต้นคู่ใดที่มีความสัมพันธ์กันเองในระดับสูง (ค่า $r < .85$) รายละเอียดดังแสดงในตารางที่ 10 และไม่มี Tolerance ของตัวแปรใด $< .02$

6. ไม่มี Multiple outlier พิจารณาจากการกระจายของค่า Residual ทุกค่า อยู่ในช่วง ± 3

7. ค่าแปรปรวนของความคลาดเคลื่อน ต้องคงที่ในทุกค่าของ X (Homoscedasticity) พิจารณาจากกราฟที่ Plot ระหว่างค่ามาตรฐานของความคลาดเคลื่อน (ZRES) และค่ามาตรฐานของ

คำทำนาย (ZPRED) พบว่า การกระจายของจุดบนกราฟไม่มีลักษณะที่แสดงถึงการมีความสัมพันธ์กันรูปแบบใดรูปแบบหนึ่ง จุดอยู่ห่างจากเส้น 0 ในลักษณะสมมาตรด้านบนและด้านล่าง

ตารางที่ 9 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่ศึกษา ($n = 300$)

ตัวแปร	Y	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅	X ₆	X ₇	X ₈	X ₉	X ₁₀	X ₁₁	X ₁₂
Y	1.000												
X ₁	-.100*	1.000											
X ₂	-.110*	.388	1.000										
X ₃	-.176*	.610	.271	1.000									
X ₄	-.123*	.265	.149*	.250	1.000								
X ₅	.024	-.077	-.173**	-.129*	-.317	1.000							
X ₆	-.103*	.809	.502	.570	.163*	-.074	1.000						
X ₇	-.043	.393	.205	.101*	-.014	-.031	.237	1.000					
X ₈	.207**	-.231	-.028	.008	-.048	.021	-.195	-.090	1.000				
X ₉	.888*	-.045	-.114*	-.146	-.117*	.042	-.070	-.025	.162*	1.000			
X ₁₀	-.226**	.131*	.049	.252	.118*	-.148*	.097	-.032	.295	-.202	1.000		
X ₁₁	.229**	-.099	-.021	-.018	-.071	.130*	-.119*	.051	.145	.203	-.229	1.000	
X ₁₂	-.220**	-.707	-.099*	-.041	.074	-.033	-.042	.145	-.157*	-.173**	.006	-.123*	1.000

*มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $\leq .05$ **มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $\leq .01$

โดยที่ X_1 คือ อายุ

X_3 คือ สถานภาพสมรส

X_5 คือ พรรค

X_7 คือ ระยะเวลาการทำงาน

X_9 พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบการจัดการกับอารมณ์

X_{11} คือ เหตุการณ์กดดันในชีวิต

X_2 คือ ชั้นยศ

X_4 คือ ระดับการศึกษา

X_6 คือ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน

X_8 คือ พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบการจัดการกับปัญหา

X_{10} คือ สัมพันธภาพในครอบครัว

X_{12} คือ ความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงาน

การวิเคราะห์อำนาจการทำนายระหว่างปัจจัยที่ศึกษาต่อความเครียด พบว่า เมื่อควบคุมอิทธิพลของปัจจัยอื่น ๆ แล้วปัจจัยที่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส ได้มี 3 ปัจจัย คือ พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบการจัดการกับอารมณ์ ($B = 1.641, p < .01$) ความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ($B = -0.090, p < .01$) และอายุ ($B = -0.043, p = .01$) โดยสามารถร่วมทำนายระดับความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาสได้ร้อยละ 79.6 ($R^2 = .796, p < .01$) ดังแสดงในตารางที่ 10

ตารางที่ 10 การวิเคราะห์สมการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนของปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาสของกลุ่มตัวอย่าง ($n = 300$)

ตัวแปร	R ² change	B	SE (b)	Beta	t	p
1. เผชิญความเครียด						
แบบการจัดการกับอารมณ์	.788	1.641	.050	.873	32.833	< .01
2. ความเหมาะสมของ						
สิ่งแวดล้อมในการทำงาน	.005	-0.090	.033	-.073	-2.754	.006
3. อายุ						
ค่าคงที่ = 10.843	.004	-0.043	.017	-.065	-2.477	.014
					8.592	< .01
$R^2 = .796, F = 389.398, p < .01$						

จากการวิเคราะห์ข้างต้น สามารถสร้างสมการถดถอยเพื่อทำนาย ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส ในรูปสมการคะแนนดิบได้ดังนี้

ระดับความเครียด = 10.843 + 1.641 (พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบการจัดการกับอารมณ์) - 0.090 (ความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงาน) - 0.043 (อายุ)

บทที่ 5

สรุปและอภิปรายผล

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงพยากรณ์ (Predictive research) เพื่อหาปัจจัยทำนายที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส หน่วยเฉพาะกิจ นาวิกโยธินภาคใต้ ค่าจุพารณณ์ ตำบลโคกเคียน อำเภอเมือง จังหวัดนราธิวาส โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ ข้าราชการทหารเรือ และพลทหาร หน่วยเฉพาะนาวิกโยธินภาคใต้ ค่าจุพารณณ์ จำนวน 300 นาย ซึ่งกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย เป็นแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 6 ส่วน ได้แก่ แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล แบบประเมินความเครียด แบบสอบถามเหตุการณ์กดดันในชีวิต ในช่วง 1 ปี ที่ผ่านมา แบบวัดสัมพันธภาพในครอบครัว แบบสอบถามพฤติกรรมกรมการเผชิญความเครียด และแบบสอบถามด้านสิ่งแวดล้อมในการทำงาน เก็บข้อมูลในระหว่างเดือนเมษายน พ.ศ. 2560 ถึงเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2560 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่ามัธยฐาน และการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน (Stepwise multiple regression)

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาสรุปผลงานวิจัยได้ดังนี้

1. ปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยที่ศึกษากลุ่มตัวอย่างที่เก็บข้อมูลได้มีจำนวนทั้งสิ้น 300 นาย กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ย 29.25 ปี ($SD = 10.37$) ช่วงอายุ 20-30 ปี มีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 69.70 ส่วนมากมีชั้นยศเป็นระดับชั้นประทวน (ร้อยละ 63.70) สถานภาพสมรสโสด ร้อยละ 67.00 ระดับการศึกษาส่วนใหญ่ต่ำกว่าปริญญาตรี (ร้อยละ 85.30) เกือบทั้งหมดสังกัดพรรคนาวิกโยธินเป็นส่วนใหญ่ (ร้อยละ 90.00) โดยสังกัดเหล่าทหารราบเป็นส่วนใหญ่ (ร้อยละ 68.89) รายได้เฉลี่ยรวมต่อเดือน 19,304.76 บาท ($SD = 6.70$) และระยะเวลาในการออกปฏิบัติราชการที่นราธิวาส ในครั้งนี้ตั้งแต่วันที่มาจนถึงวันที่เก็บข้อมูลมีค่ามัธยฐานเท่ากับ 1 ปี ($IQR = 1$ ปี) และระยะเวลาที่เหลือที่ต้องปฏิบัติราชการที่จังหวัดนราธิวาส ในครั้งนี้มีค่ามัธยฐานเท่ากับ 0.5 ปี ($IQR = 1$ ปี)

2. ความเครียดและระดับความเครียดของทหารเรือที่ปฏิบัติงานในเขตจังหวัดนครราชสีมา ส่วนใหญ่มีระดับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 67.30) และมีความเครียดในระดับค่อนข้างสูง (ร้อยละ 24.30) ค่าเฉลี่ยในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 1.31, SD = 0.76$)

3. เหตุการณ์ก่อกวนในชีวิต ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมาทหารเรือที่ปฏิบัติราชการในจังหวัดนครราชสีมา ร้อยละ 82.30 ได้ประสบกับเหตุการณ์ที่ก่อกวนในชีวิตอย่างน้อย 1 เหตุการณ์ โดยประสบเหตุการณ์ เฉลี่ยคนละ 2.94 เหตุการณ์ ($SD = 2.44$) เหตุการณ์ที่ประสบมากที่สุด คือ คนที่สนิทกับครอบครัวหรือญาติเสียชีวิต (ร้อยละ 51.30) รองลงมา คือ เคยเลิกคบกับคนที่สนิทกันมานาน (ร้อยละ 50.70)

4. สัมพันธภาพในครอบครัวของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา เป็นดังนี้ ภาพรวมสัมพันธภาพในครอบครัวของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.68 ($SD = 0.34$) อยู่ในระดับมาก

5. พฤติกรรมการเผชิญความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา แบ่งเป็น 2 ด้าน

5.1 พฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการจัดการกับปัญหาโดยรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.55 ($SD = 0.62$) อยู่ในระดับมาก

5.2 พฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านการจัดการกับอารมณ์โดยรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1.28 ($SD = 0.62$) อยู่ในระดับน้อย

6. สิ่งแวดล้อมในการทำงานของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.14 ($SD = 0.46$) ระดับความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับปานกลาง

7. ปัจจัยที่สามารถร่วมทำนายอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา ได้แก่ พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบการจัดการกับอารมณ์ ($B = 1.641, p < .01$) ความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ($B = -0.090, p < .01$) และอายุ ($B = -0.043, p = .01$) โดยสามารถร่วมทำนายระดับความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา ได้ร้อยละ 79.6 ($R^2 = .796, p < .01$)

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา มีประเด็นที่นำมาอภิปราย ดังนี้

1. ความเครียด จากผลการวิจัยพบว่า ความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา ส่วนใหญ่มีระดับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง (ร้อยละ 67.34) ค่าเฉลี่ยความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง ($M = 1.31, SD = 0.76$) สอดคล้องกับการศึกษาของ เคนซีย์ จันทราธา (2557) ที่พบว่า

ระดับความเครียดของข้าราชการตำรวจฝ่ายอำนวยการ 3 กองบังคับการอำนวยการ ศูนย์ปฏิบัติการ ตำรวจจังหวัดชายแดนภาคใต้ มีความเครียดด้านสถานการณ์ความไม่สงบของจังหวัดชายแดน ภาคใต้ในภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง แต่สูงกว่าการศึกษาของ กฤษดา บุญประกอบ (2551) ที่พบว่า ทหารสังกัดมณฑลทหารบกที่ 42 ที่ปฏิบัติงานในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ในช่วงเดือนมกราคม พ.ศ. 2547 ถึง เดือนมกราคม พ.ศ. 2550 ทหารมีความเครียดระดับน้อย ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะช่วงที่ผ่านมามีสถานการณ์ภาคใต้มีความรุนแรงขึ้น และระหว่างช่วงที่ทำการ เก็บข้อมูล ได้มีสถานการณ์ความรุนแรงเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ล่าสุดเมื่อวันที่ 19 เมษายน พ.ศ. 2560 ได้เกิดเหตุไม่สงบหลายจุดในพื้นที่อย่างน้อย 10 อำเภอ ในจังหวัดปัตตานีและนราธิวาส (สำนักข่าวอิสรာ, 2560) แต่ก็ยังไม่พบทหารเรือว่ามีทหารเรือที่มีความเครียดในระดับสูง พบความเครียดในระดับค่อนข้างสูงร้อยละ 24.33 ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะมีการเตรียมความพร้อมก่อน ออกปฏิบัติงานในจังหวัดนราธิวาส โดยมีการฝึกหน้าที่เฉพาะด้านของแต่ละพรรค และเหล่าของตน เช่น ฝึกการลาดตระเวน ฝึกการลำเลียงกำลังพล ฝึกการใช้ยุทธวิธีทางทหาร โดยหน่วยงานต้นสังกัด และมีการประเมินและเตรียมความพร้อมด้านการดูแลสุขภาพจิต มีการฝึกการช่วยชีวิตเชิงยุทธวิธี โดยทีมงานจากกรมแพทย์ทหารเรือ จึงทำให้ระดับความเครียดของทหารอยู่ในเกณฑ์ ที่ไม่สูงมากนัก อย่างไรก็ตามภารกิจของทหารเป็นงานที่จำเป็นต้องผ่านเหตุการณ์กดดันทั้ง ในภารกิจและสภาพแวดล้อมอื่น ๆ ในการทำงานในหน้าที่ ทหารจะถูกฝึกให้รู้จักการควบคุม ความรู้สึกที่ต้องการต่อสู้ ให้รู้จักสามัคคีในกลุ่ม ความกล้าหาญ และความเข้มแข็งอดทน และมีความตื่นตัวในภารกิจที่ได้รับมอบหมาย ความเครียดจะถูกควบคุมและนำไปใช้ในทางบวก (กรมแพทย์ทหารเรือ, 2555)

2. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส อภิปรายได้ดังนี้

2.1 พฤติกรรมการเผชิญความเครียด ด้านการจัดการกับอารมณ์ สามารถร่วมทำนาย ความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส และเป็นตัวแปรที่มีอิทธิพลมากที่สุดต่อความเครียด อธิบายได้โดยใช้แนวคิดเกี่ยวกับ (Lazarus & Folkman, 1984) ที่ว่าพฤติกรรมการเผชิญความเครียด เป็นพฤติกรรมที่บุคคลใช้ในการตอบสนองต่ออารมณ์ที่เป็นผลมาจากความเครียด โดยทั่วไป การเผชิญความเครียดมีการทำใน 2 ลักษณะหลัก คือ การเผชิญปัญหาด้วยการจัดการกับปัญหา คือ พยายามแก้ที่สาเหตุของความทุกข์ (Problem-focused coping) และการจัดการกับอารมณ์ (Emotion-focused coping) ซึ่งการเผชิญความเครียดทั้งสองวิธีมีอิทธิพลต่อความเครียดทางจิตใจ และต้องมีการประเมินสถานการณ์ของแต่ละคนเป็นตัวกลาง การเผชิญปัญหาด้วยการจัดการกับ ปัญหาจะทำให้ความเครียดหมดไปถ้าสามารถแก้ที่สาเหตุของปัญหาได้ แต่การเผชิญปัญหา แบบการจัดการกับอารมณ์อาจช่วยบรรเทาความเครียดลงได้ชั่วคราวจากการปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยง

สิ่งที่ทำให้เกิดความเครียด การศึกษาที่ผ่านมาเกี่ยวกับการเผชิญความเครียดของทหารที่ผ่านการสู้รบพบว่า การเผชิญความเครียดแบบการจัดการกับอารมณ์ที่เพิ่มขึ้นมีความสัมพันธ์กับความผิดปกติทางจิตใจภายหลังอันตราย (Posttraumatic stress disorder) ที่มากขึ้น ซึ่งตรงข้ามกับการเผชิญความเครียดแบบจัดการกับปัญหา (Fairbank, Hansen, & Fitterling, 1991; Sharkansky, King, King, & Wolfe, 2000; Benotsch et al., 2000 cited in Dirkzwager, Bramsen, & Van Der Ploeg, 2003) ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาในครั้งนี้โดยที่ทหารที่ใช้การเผชิญความเครียดแบบจัดการกับอารมณ์อาจประเมินสถานการณ์ที่เป็นอยู่แล้วพบว่า ไม่สามารถแก้ที่สาเหตุได้และไม่สามารถปรับมุมมองความคิดที่จะทำให้ความรู้สึกทุกข์ขบรเทาหลง ในขณะที่เดียวกันก็ไม่สามารถที่จะหลีกเลี่ยงหนีจากปัญหาได้เนื่องจากเป็นภารกิจที่ต้องปฏิบัติ จึงทำให้ระดับความเครียดไม่บรรเทาหลง ดังจะเห็นได้จากข้อมูลที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างเผชิญความเครียดด้วยการจัดการกับอารมณ์ด้วยการเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับสิ่งเลวร้ายที่สุดที่คาดว่าจะเกิดขึ้นมากที่สุด (Mean = 2.43, SD = 1.08) รองลงมา คือ การครุ่นคิด (Mean = 2.07, SD = 1.13)

2.2 สิ่งแวดล้อมในการทำงานสามารถร่วมทำนายความเครียดได้ โดยมีค่าสหสัมพันธ์และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเป็นลบ กล่าวคือ ถ้าความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงานดี ระดับความเครียดก็จะน้อยลง แต่ถ้าความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมในการทำงานน้อย ระดับความเครียดก็จะมากขึ้น เป็นไปตามแนวคิดของ Lazarus and Folkman (1984) ที่ว่า สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ได้แก่ สิ่งของและวัตถุต่าง ๆ รอบตัวที่สัมผัสได้ด้วยประสาทสัมผัสทั้ง 5 การขาดแคลนปัจจัยที่จำเป็นในการดำรงชีวิต และสถานการณ์ที่บุคคลประเมินแล้วว่า อาจก่อให้เกิดอันตราย/ สูญเสีย (Harm/ loss) แก่ตนเอง เช่น ได้รับความเจ็บ เจ็บป่วยทางกาย หรือการสูญเสียทางจิตใจ เช่น สูญเสียคุณค่าในตนเอง สูญเสียคนรัก หรือสูญเสียบุคคลที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวล กลัว ท้อแท้ ขึ้นได้ และสอดคล้องกับคำกล่าวที่ว่า การที่ทหารได้รับจัดหาเครื่องมือหรืออุปกรณ์ให้เพียงพอต่อการปฏิบัติงานจากหน่วยงานจะเป็นเสมือนเครื่องป้องกันบุคคลจากสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด (Cobb, 1976; Cohen & Wills, 1985) สอดคล้องกับการศึกษาของ Han et al. (2014) ที่พบว่า การสนับสนุนช่วยเหลือจากหน่วยงานซึ่งส่วนหนึ่ง คือ การสนับสนุนอุปกรณ์และเครื่องมือให้ทหารอเมริกาที่ปฏิบัติหน้าที่ในอิรักอย่างพอเพียงมีผลต่อความผิดปกติทางจิตใจภายหลังอันตราย ($B = -.13, p < .05$)

2.3 อายุสามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส โดยมีค่าสหสัมพันธ์และค่าสัมประสิทธิ์การถดถอยเป็นลบ กล่าวคือ ถ้าอายุน้อยลง ระดับความเครียดก็จะมากขึ้น แต่ถ้าอายุมากขึ้นระดับความเครียดก็จะน้อยลง อายุที่แตกต่างกันมีผลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส อายุเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเพิ่มความเครียดหรือ

ลดความเครียดของบุคคล เพราะบุคคลในแต่ละวัยจะมีประสบการณ์ และเทคนิคการใช้แหล่งประโยชน์ที่จะเผชิญความเครียดแตกต่างกัน บุคคลที่อายุมากขึ้นมีประสบการณ์ต่าง ๆ มากมายจึงสะสมประสบการณ์ที่ผ่านมาเป็นแหล่งประโยชน์ที่อยู่ในตัวบุคคล ซึ่งมีผลโดยตรงต่อการประเมินค่าสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียด (Lazarus & Folkman, 1984) ซึ่งไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ พงณา เปลี่ยนเกิด (2552) ที่พบว่า อายุไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของทหารที่ปฏิบัติงานในอำเภอศรีสาคร จังหวัดนราธิวาส แต่ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ กฤษดา บุญประกอบ (2551) ที่พบว่า อายุของทหารไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดด้านความกลัว

3. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดแต่ไม่สามารถทำนายระดับความเครียด ได้แก่ ชัยยศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา (ปริญญาตรีหรือสูงกว่า) ($r = -.12, p < .05$) รายได้ ($r = -.10, p < .05$) การเผชิญปัญหาด้วยการจัดการกับปัญหา ($r = .21, p < .05$) สัมพันธภาพในครอบครัว ($r = -.27, p < .05$) และเหตุการณ์กดดันในชีวิตที่ได้รับในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา ($r = .23, p < .01$) อภิปรายได้ดังนี้

3.1 ชัยยศ ไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส จากการศึกษาพบว่า ชัยยศมีความสัมพันธ์กันทางลบกับความเครียด ($r = -.11, p < .05$) แต่ไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาสได้ อาจเป็นเพราะ การศึกษารุ่นนี้ส่วนใหญ่มีชัยยศเป็นระดับชั้นประทวน (ร้อยละ 63.70) พลทหาร/ ทหารพราน (ร้อยละ 27.30) และชั้นยศนายทหารชั้นสัญญาบัตร (ร้อยละ 9.00) ส่งผลให้ไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาสได้

3.2 สถานภาพสมรสไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส ถึงแม้จะมีความสัมพันธ์กันทางลบกับความเครียด โดยพบว่า ทหารที่อยู่ในสถานภาพสมรส หม้าย หรือหย่า มีความเครียดน้อยกว่าคนโสด ($r = -.18, p < .05$) ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะผู้ที่มีการโสดอาจได้รับกำลังใจจากครอบครัว และการมาปฏิบัติราชการในพื้นที่เสี่ยงจะได้รับสวัสดิการและค่าตอบแทนที่ดีกว่าการปฏิบัติในพื้นที่ปกติ ทำให้ทหารมีกำลังใจ คลายความกังวลต่อภาระความรับผิดชอบที่มีต่อครอบครัว สอดคล้องกับการศึกษาของ กฤษดา บุญประกอบ (2551) ที่พบว่า ไม่ว่าทหารสังกัดมณฑลทหารบกที่ 42 ที่ปฏิบัติงานในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ จะมีสถานภาพเป็น โสดสมรสหรือหม้ายก็มีความเครียดไม่แตกต่างกันในทุกด้าน

3.3 ระดับการศึกษาไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส ถึงแม้จะมีความสัมพันธ์กันทางลบกับความเครียด ($r = -.12, p < .05$) แต่ไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาสได้ ระดับการศึกษาของบุคคลมีผลต่อการรับรู้

ข้อมูล การวิเคราะห์ปัญหา และหาทางเลือกในการแก้ปัญหา ผู้ที่มีระดับการศึกษาที่สูงกว่า จะมีความเข้าใจ รู้จักลำดับความสำคัญของปัญหา แสวงหาแหล่งประโยชน์ และทรัพยากร ในการเผชิญความเครียดได้ดีกว่าผู้มีการศึกษาน้อย (นวรรตน์ คิ้วงชะอุม, 2544) แต่ระดับการศึกษา ไม่สามารถทำนายระดับความเครียดในครั้งนี้ได้อาจเป็นเพราะระดับการศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง ในครั้งนี้แบ่งเพียง 2 กลุ่ม คือ ต่ำกว่าปริญญาตรีกับระดับปริญญาตรี และกลุ่มปริญญาตรีมีเพียง 44 คน ซึ่งอาจน้อยเกินไปจึงทำให้ระดับการศึกษาไม่มีอิทธิพลต่อความเครียด สอดคล้องกับ การศึกษาของ Han et al. (2014) ที่พบว่า จำนวนปีที่ศึกษาของทหารอเมริกาที่ปฏิบัติงานในอิรัก ไม่มีอิทธิพลต่อความผิดปกติทางจิตใจภายหลังอันตราย ($B = .30, p > .05$) ซึ่งแตกต่างจาก การศึกษาของ นวรรตน์ คิ้วงชะอุม (2544) เรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียด และพฤติกรรม การเผชิญความเครียดของกริยาทหารเรือสังกัดกองเรือยุทธการในขณะสามือออกปฏิบัติราชการ ทางทะเล พบว่า ระดับการศึกษามีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ $< .05$

3.4 รายได้ไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส ถึงแม้ จะมีความสัมพันธ์กันทางลบกับความเครียด ($r = -.10, p < .05$) แต่ไม่สามารถทำนาย มีความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส อภิปรายได้ว่ารายได้ คือผลตอบแทน ที่ได้รับจากการทำงาน ความเพียงพอของรายได้ มีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียด เพราะการที่มีภาวะเศรษฐกิจดี มีรายได้ที่เพียงพอกับรายจ่าย ทำให้บุคคล มีอำนาจในการซื้อเพิ่มขึ้น สามารถแสวงหาแหล่งที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพกายและจิตใจได้มากกว่าผู้มีรายได้น้อย แต่การศึกษาครั้งนี้รายได้ไม่มีผลต่อเครียดอาจเป็นเพราะกำลังพลทหารต้องปฏิบัติภารกิจเป็นทีม อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ภาวะเสี่ยงเหมือน ๆ กัน มีค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันมีน้อย และได้รับการดูแล จากหน่วยงานที่ปฏิบัติเป็นไปตามระบบของทหาร ถึงแม้จะมีรายได้มาก ก็ไม่สามารถสรรหา สิ่งที่จะบรรเทาความเครียดได้มากกว่าทหารที่มีรายได้น้อย รายได้จึงไม่สามารถทำนายความเครียด ได้ สอดคล้องกับการศึกษาของ ฉัฐพงษ์ ฐริปริษา (2549) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความเครียด ของกำลังพลในสังกัดกรมราชองครักษ์ พบว่า รายได้ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียด ของกำลังพล

3.5 พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบการจัดการกับปัญหามีความสัมพันธ์ ทางบวกกับความเครียด ($r = .21, p < .05$) ไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือ ในจังหวัดนราธิวาส ไม่เป็นไปตามแนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมการเผชิญความเครียดซึ่งการเผชิญ ความเครียดเป็นความพยายามในการใช้องค์ความรู้และแสดงออกทางพฤติกรรมเพื่อจัดการกับ ความต้องการเฉพาะทั้งภายนอกและภายในซึ่งถูกประเมินแล้วว่าเกินความสามารถของบุคคล

ที่จะตอบสนองได้ ซึ่งโดยทั่วไปการเผชิญปัญหาแบบการจัดการกับปัญหา (Problem-focused coping) จะช่วยลดระดับความเครียด (Lazarus & Folkman, 1984) จากการศึกษาที่ผ่านมาเกี่ยวกับการเผชิญปัญหาของทหารในสนามรบส่วนใหญ่ชี้ให้เห็นว่า ทหารที่ใช้การเผชิญปัญหาแบบการจัดการกับปัญหามีอาการของความผิดปกติทางจิตใจภายหลังอันตรายลดน้อยลง ($\beta = -.10, p < .01$) (Dirkzwager et al., 2003) ซึ่งแตกต่างจากการศึกษาในครั้งนี้อาจเป็นเพราะภารกิจของทหารที่ถูกส่งส่งไปปฏิบัติราชการที่จังหวัดนราธิวาสเป็นภารกิจที่ทหารไม่สามารถแก้ปัญหาที่สาเหตุได้โดยตรง ลักษณะภารกิจ คือ การต้องปฏิบัติตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายและช่วงเวลาปฏิบัติงานเป็นช่วงเวลาไม่นานมาก (ค่ามัธยฐานของระยะเวลาปฏิบัติงานเท่ากับ 6 เดือน) จึงทำให้พฤติกรรมการเผชิญความเครียดแบบการจัดการกับปัญหา ไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาสได้

3.6 สัมพันธภาพในครอบครัวไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือ

ในจังหวัดนราธิวาส ถึงแม้จะมีความสัมพันธ์กันทางลบกับความเครียด ($r = -.27, p < .05$) เนื่องจากครอบครัวที่มีความผูกพันใกล้ชิด สามารถให้คำปรึกษาหารือได้จะเป็นแหล่งสนับสนุนทางจิตใจที่สำคัญ ทำให้บุคคลสามารถเผชิญความเครียดได้ดี แต่ถ้าสัมพันธภาพในครอบครัวล้มเหลว จะทำให้บุคคลหมดกำลังใจและไม่มั่นใจในการต่อสู้กับปัญหาได้ (Burke and Flaherty, 1993) สอดคล้องกับการศึกษาของ นวรัตน์ คิ้วชะอุ่ม (2544) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของกริยาทหารเรือสังกัดกองเรือยุทธการในขณะสามีย่ออกปฏิบัติราชการทางทะเล พบว่า ความสัมพันธ์ภายในครอบครัวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเครียดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่สัมพันธภาพในครอบครัวไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาสได้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการปฏิบัติหน้าที่ในครั้งนี้ของทหารในครั้งนี้เป็นการปฏิบัติการในช่วงระยะเวลาที่ทหารแต่ละคนรับรู้ว่าจะต้องมาปฏิบัติงานในระยะเวลาที่ไม่ยาวนานและได้มาอยู่ในสถานที่ที่ต้องมีการปฏิบัติตัวตามกฎระเบียบอย่างเคร่งครัด มีภารกิจที่ต้องปฏิบัติอย่างชัดเจน สัมพันธภาพในครอบครัวจึงไม่ส่งผลต่อความเครียดของทหารที่ปฏิบัติงานในจังหวัดนราธิวาส

3.7 เหตุการณ์กดดันในชีวิตได้รับในช่วง 1 ปีที่ผ่านมา ของทหารเรือ

ในจังหวัดนราธิวาส มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียด ($r = .23, p < .01$) แต่ไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือได้ ทั้งนี้เป็นเพราะการเปลี่ยนแปลงในชีวิตและภาวะกดดัน (Life changes and strains) เป็นเหตุก่อความเครียดที่สำคัญ โดยเฉพาะเมื่อการเปลี่ยนแปลงนั้นเป็นไปทางลบหรือเป็นการบังคับให้คนต้องปรับตัวเอง เช่น การอย่าร้าง มีสมาชิกในครอบครัวเจ็บป่วย การว่างงาน มีปัญหาในที่ทำงาน การย้ายที่อยู่ไปเมืองอื่น เป็นเหตุการณ์ตัวอย่างบางเรื่อง

ที่ทำให้คนต้องปรับตัวเองต่อเหตุการณ์นั้น และเป็นสาเหตุสำคัญที่ก่อให้เกิดความเครียดได้ (วินัย เพชรช่วย, 2554; Lazarus & Folkman, 1984) สอดคล้องกับการศึกษาแบบไปข้างหน้าของ Dirkzwager et al. (2003) ที่พบว่า เหตุการณ์ในชีวิตมีความสัมพันธ์ทางบวกความผิดปกติทางจิตใจภายหลังอันตรายในผู้ที่ทำหน้าที่รักษาสันติภาพในเลบานอน ในช่วงปี ค.ศ. 1979-1985 และ ค.ศ. 1990-1995 ($t = 2.17, p < .05; t = 4.36, p < .001$ ตามลำดับ) และการศึกษาของ Han et al. (2014) ที่พบว่า การเคยประสบกับเหตุการณ์ก่ดดันในชีวิตของทหารอเมริกาที่ปฏิบัติหน้าที่ในอิรักในช่วงเดือนธันวาคม ปี ค.ศ. 2003 ถึงเดือนกุมภาพันธ์ ค.ศ. 2005 มีความสัมพันธ์ และสามารถทำนายความผิดปกติทางจิตใจภายหลังอันตรายของทหารในระหว่างที่ปฏิบัติหน้าที่ได้ ($\beta = -.15, p < .001$) แต่การครั้งนี้เหตุการณ์ก่ดดันในชีวิตเป็นปัจจัยที่ไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารได้อาจเป็นเพราะการเกิดเหตุการณ์ก่ดดันในชีวิตของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษามีลักษณะที่แตกต่างกันไม่มากนักเพราะพบว่า มีทหารถึงร้อยละ 82.3 ที่เคยเกิดเหตุการณ์ก่ดดันในชีวิตอย่างน้อย 1 อย่าง ซึ่งโดยเฉลี่ยกลุ่มตัวอย่างพบเหตุการณ์ก่ดดันในชีวิตถึงคนละ 2.94 เหตุการณ์ซึ่งสูงกว่าในการศึกษาของ Han et al. (2014) ที่พบว่า ค่าเฉลี่ยเพียงคนละ 1 เหตุการณ์

4. ปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดและไม่สามารถทำนายระดับความเครียดได้แก่ พรรค และระยะเวลาที่มาปฏิบัติงานที่นราธิวาส อภิปรายได้ดังนี้

4.1 พรรคไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส และไม่มีความสัมพันธ์กันกับความเครียด ($r = .02, p > .05$) พรรคเป็นการจำแนกพวกและประเภทของทหารเรือซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะของทหารในการกำหนดหน้าที่ เพื่อความเป็นระเบียบและคงเอกลักษณ์ในทางทหารเรือ ในการวิจัยครั้งนี้ส่วนใหญ่เป็นพรรคนาวิกโยธิน (ร้อยละ 90.00) และเมื่อไปปฏิบัติภารกิจในพื้นที่จังหวัดนราธิวาสเมื่อแต่ละพรรค ต้องเปลี่ยนที่ทำงานไปอยู่ร่วมกันจำเป็นต้องมีการฝึกอบรมวินัย และปรับความเป็นอยู่ให้คล้ายคลึงกัน เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานเป็นทีม เพิ่มความรักและสามัคคีในการทำงานเชิงยุทธวิธีทางทหาร จึงอาจส่งผลให้พรรคไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาสได้

4.2 ระยะเวลาในการปฏิบัติราชการไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส และไม่มีความสัมพันธ์กันกับความเครียด ($r = .04, p > .05$) ระยะเวลาที่ผ่านพ้นไปบุคคลจะใช้เวลาเรียนรู้ในอดีต รวมทั้งพฤติกรรมที่เคยประสบความสำเร็จมาแล้ว แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันได้อย่างมีเหตุผล (Jalowiec, Murphy, & Power, 1984) แต่การศึกษาครั้งนี้ระยะเวลาในการปฏิบัติราชการไม่สามารถทำนายความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาสได้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการปฏิบัติหน้าที่ในครั้งนี้ของทหารเป็นการปฏิบัติภารกิจในช่วงระยะเวลาที่ทหารแต่ละคนรับรู้ว่าจะต้องมาปฏิบัติงานในระยะเวลาที่ไม่ยาวนานคือไม่เกิน 1 ปี ส่งผลให้ระยะเวลา

ที่มาปฏิบัติงานไม่สัมพันธ์กับความเครียด สอดคล้องกับการศึกษาของ กฤษดา บุญประกอบ (2551) ที่พบว่า ระยะเวลาในการปฏิบัติงานในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ไม่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ของทหารสังกัดมณฑลทหารบกที่ 42 และสอดคล้องกับการศึกษาของ Han et al. (2014) ที่พบว่า ระยะเวลาที่ปฏิบัติงานในอิรักของทหารอเมริกาไม่มีความสัมพันธ์กับความผิดปกติทางจิตใจภายหลังอันตราย ($r = -.03, p > .05$)

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

1. บุคลากรด้านสุขภาพที่มีบทบาทหน้าที่ในการดูแลทหารที่ต้องถูกส่งไปปฏิบัติราชการในพื้นที่เสี่ยง ควรมีกิจกรรมการประเมินความเครียด และพฤติกรรมความเสี่ยงของทหาร พร้อมกับจัดมาตรการให้ทหารมีวิธีการเผชิญความเครียดที่เหมาะสม ไม่ควรใช้วิธีการเผชิญปัญหาด้วยการจัดการกับอารมณ์ เพราะยิ่งทำให้ทหารเกิดความเครียดมากยิ่งขึ้น โดยการฝึกกระบวนการเรียนรู้การเผชิญปัญหาในลักษณะงานที่ถูกจำกัด หรือพื้นที่เสี่ยงอันตราย ในการปฏิบัติราชการที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ การเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจ และด้านร่างกายให้มีความเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

2. ควรมีการส่งเสริมสิ่งแวดล้อมในการปฏิบัติโดยเฉพาะด้านความปลอดภัยให้ทหารรู้สึกมั่นใจในการปฏิบัติงาน ซึ่งเป็นปัจจัยที่ช่วยลดระดับความเครียดลงได้ ($B = -0.090, p < .01$) ซึ่งจากการศึกษาพบว่าทหารมีการรับรู้ถึงความเหมาะสมของสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับปานกลางเท่านั้น ทั้งในด้านความพร้อมของปัจจัยที่จำเป็นในการ ดำรงชีพ เครื่องตรวจจับวัตถุระเบิด รถยนต์ กล้องตรวจการณ์ในเวลากลางคืน และอุปกรณ์ในการช่วยชีวิตเบื้องต้น

3. บุคลากรด้านสุขภาพที่มีบทบาทหน้าที่ในการดูแลทหารที่ต้องถูกส่งไปปฏิบัติราชการในพื้นที่เสี่ยง ควรให้ความสนใจหรือเฝ้าระวังภาวะเครียดในทหารที่อายุน้อย เพราะพบว่าระดับความเครียดจะลดลงเมื่ออายุมากขึ้น ($B = -0.043, p = .01$) เนื่องจากผู้ที่อายุน้อยย่อมมีประสบการณ์ในการตัดสินใจน้อย อาจเลือกใช้พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ที่มีผลต่อการปฏิบัติการทางทหารได้

4. ควรมีการสอบถามประวัติการเกิดเหตุการณ์กดดันในชีวิต ในช่วง 1 ปีที่ผ่านมาของทหารที่กำลังจะถูกส่งไปปฏิบัติในพื้นที่เสี่ยงเนื่องจากพบว่าเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเครียด และจากการศึกษาในต่างประเทศพบว่าเป็นปัจจัยที่มีผลต่อความผิดปกติทางจิตใจภายหลังอันตราย และหากพบว่าเป็นผู้ที่ประสบกับเหตุการณ์กดดันในชีวิตที่รุนแรงก็ควรได้รับการบำบัดดูแล ก่อนที่ส่งไปปฏิบัติงานในพื้นที่เสี่ยงต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. จากการศึกษาพบว่า กลุ่มประชากรทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส มีระดับความเครียดรวมอยู่ในระดับปานกลาง ปัจจัยที่พบว่า มีอิทธิพลต่อความเครียด ได้แก่ พฤติกรรมการเผชิญความเครียดด้านจัดการกับอารมณ์ จึงควรพัฒนารูปแบบการจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมพฤติกรรมการเผชิญความเครียดที่เหมาะสม โดยพัฒนากระบวนการจัดการกับอารมณ์ เพื่อป้องกันความเครียดและส่งผลกระทบกับสภาวะร่างกายและจิตใจกำลังพลในการทำงานในพื้นที่จังหวัดนราธิวาส

2. ควรมีการศึกษาเชิงลึกเพื่อนำประสบการณ์ของทหารและครอบครัวที่สูญเสียจากการปฏิบัติราชการพื้นที่เสี่ยงภัยได้รับอันตราย เพื่อศึกษาความต้องการความช่วยเหลือที่แท้จริงของบุคคลที่ได้รับประสบการณ์จริง และนำไปเป็นแนวทางป้องกันแก่ทหารและครอบครัวทหารเรือในโอกาสต่อไป

บรรณานุกรม

- กนกพร สุคำวัง. (2540). *แบบจำลองเชิงสาเหตุของคุณภาพผู้สูงอายุ โรคข้อเสื่อม*. วิทยานิพนธ์
พยาบาลศาสตรดุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ, บัณฑิตวิทยาลัย,
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- กรมแพทย์ทหารเรือ. (2555). *การควบคุมความเครียด (Combat stress control)*. เข้าถึงได้
จาก <http://www.navy.or.th>.
- กรมสุขภาพจิต. (2542). *ฝ่าวิกฤตชีวิตด้วยการปรึกษา*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- กฤษดา บุญประกอบ. (2551). *ความเครียดในการปฏิบัติงานของทหารสังกัดมณฑลทหารบกที่ 42
ในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชา
ยุทธศาสตร์การพัฒนาศาสตร์, คณะศิลปศาสตร์, มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา.
- กุนนที นวลสุวรรณ, आयुพร ประสิทธิ์เวชชากุล และองศ์อร ประจันเขตต์. (2555). ความเครียด
และการเผชิญความเครียดของพลทหารใหม่. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 13(2), 72-81.
- กรุงเทพธุรกิจ. (2559). *สรุปเหตุระเบิดหลายพื้นที่ในจังหวัดชายแดนใต้*. เข้าถึงได้จาก
<http://www.bangkokbiznews.com>
- เจษฎา คุณามมาก. (2555). *ความเครียดในการทำงานของอาจารย์มหาวิทยาลัยรัฐ*. เข้าถึงได้
จาก <http://opac.vru.ac.th/BibDetail.aspx?bibno=8583428>
- ณัฐาสิริ ยิ่งรู้. (2555). *ความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมในการทำงานและประสิทธิภาพการทำงาน
ของบุคลากรทางการแพทย์: กรณีศึกษาโรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช*. วิทยานิพนธ์
บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการจัดการทั่วไป, คณะบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัย
ราชภัฏจันทรเกษม.
- ณัฐพงศ์ ภูริปรีชา. (2549). *ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของกำลังพลในสังกัดกรมราชองครักษ์*.
วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารทั่วไป, คณะรัฐศาสตร์
และนิติศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- เด่นชัย จันทราชา. (2557). *ระดับความเครียดของข้าราชการตำรวจฝ่ายอำนวยการ 3 กองบังคับการ
อำนวยการ ศูนย์ปฏิบัติการตำรวจจังหวัดชายแดนภาคใต้*. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตร
มหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารงานตำรวจ, วิทยาลัยการจัดการเพื่อการพัฒนา
(TSU-MDC), มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- ทานตะวัน อวิรุทธ์วรกุล และมาโนช หล่อตระกูล. (2554). เหตุการณ์กดดันในชีวิตก่อนการเกิด
โรคซึมเศร้าและโรคแพนิค. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 56(3), 277-286.

- ทิมข่าวอิสรา. (2560, 20 เมษายน). เกิดเหตุโจมตีฐานปฏิบัติการและจุดตรวจ 13 จุด ในจังหวัดชายแดนภาคใต้. *สำนักข่าวอิสรา*. เข้าถึงได้จาก <https://www.isranews.org/main-issue.html>
- ทัศนาศ ทวีคุณ, พัชรินทร์ นินทจันทร์ และโสภณ แสงอ่อน. (2555). ปัจจัยทำนายความเครียดของนักศึกษาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล. *วารสารพยาบาลกระทรวงสาธารณสุข*, 22(3), (1-11).
- ไทยรัฐออนไลน์. (2557, 5 พฤศจิกายน). ทหารปัตตานีเครียด ซัดเอ็ม 16 กลางวงข้าว ดับ 3 เจ็บ 3 นาย. *ไทยรัฐ*, เข้าถึงได้จาก <https://www.thairath.co.th>
- วิชชัย วรพงศธร. (2540). *หลักการวิจัยทางสาธารณสุขศาสตร์* (พิมพ์ครั้งที่ 3). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นวรรตน์ ดั่งชะอุ่ม. (2544). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของกริยาทหารเรือสังกัดกองเรือยุทธการในขณะสามีนอกปฏิบัติราชการทางทะเล*, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- นิตกร กุสุวรรณ และอภิรดี วังคะฮาด. (2556). ความเครียดของผู้สูงอายุ ในเขตตำบลแห่งหนึ่งในจังหวัดสกลนคร. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 57(2), 164-171.
- นันท์ ปาระมี. (2544). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของทหารเรือที่ปฏิบัติราชการทางทะเล หมวดเรือรักษาการณ์ชายแดน กองเรือภาคที่ 1 กองเรือยุทธการ กองทัพเรือ*, วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- เบญจศักดิ์ เวศม์วิบูลย์. (2549). *ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียด ของข้าราชการ กองบังคับการกรมอุทกทหารเรือ*. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารทั่วไป, วิทยาลัยบริหารรัฐกิจ, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ปานิก เวียงชัย. (2558). *การตอบสนองทางสรีรวิทยาต่อความเครียด*. เข้าถึงได้จาก <http://www.biology.ipst.ac.th/?p=2767>
- พระราชกฤษฎีกาแบ่งส่วนราชการและกำหนดหน้าที่ส่วนราชการกองทัพเรือ กองทัพไทย กระทรวงกลาโหม. (2552, 30 มีนาคม). หน้า 26-35.
- พระราชบัญญัติจัดระเบียบราชการกระทรวงกลาโหม. (2551, 1 กุมภาพันธ์). *ราชกิจจานุเบกษา*. หน้า 35-50.

- พจนาน เป็เลียนเกิด. (2552). *ปัจจัยทำนายความเครียดของทหารที่ปฏิบัติงาน ในอำเภอศรีสาคร จังหวัดนราธิวาส*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา, คณะวิทยาศาสตร์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พรทิพย์ อินทรวิเชียร. (2558). บทความจิตเวชทหารเรือ. *วารสารกรมแพทย์ทหารเรือ*, 58(2), 10-13.
- พัลลภ สุนทรากัย. (2541). *ประวัติกองทัพอากาศ*. กรุงเทพฯ: กรมสารบรรณทหารเรือ.
- ภัสกร ก้อนเมฆ. (2551). บทความเรื่องการปฏิบัติการทางทหารกับปัญหาทางจิตใจ. *วารสารนาวิกศาสตร์*. 51(6), 36-41.
- มาลีวัล เลิศสาครศิริ. (2557). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยสิ่งแวดล้อมกับความเครียด และการจัดการความเครียดขณะฝึกปฏิบัติงานห้องคลอดของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยเซนต์หลุยส์. *วารสารพยาบาลทหารบก*, 57(2), 270-279.
- ระพีพร สิทธานุกูล. (2551). *ความเครียดในงานพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ*. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล, คณะพยาบาลศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ราชนาวิกโยธิน. (2540). *ราชนาวิกโยธิน*. กรุงเทพฯ: ออฟเซ็ท ครีเอชั่น.
- วชิระ เพ็ชรธรรม และกลางเดือน โปชนา. (2559). ความเครียดของพนักงานและปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดของพนักงาน กรณีศึกษาฐานผลิตแก๊สธรรมชาติออกชายฝั่งอ่าวไทย. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยบูรพา*, 18(1), 10-20.
- วิธิ ภูสิทธิ์. (2547). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดในการทำงานของเจ้าหน้าที่ตำรวจชั้นประทวน สังกัดสถานีตำรวจนครบาลในเขตกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสาธารณสุขศาสตร์, คณะสาธารณสุขศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- วินัย เพชรช่วย. (2554). *บทความเรื่องความเครียด*. เข้าถึงได้จาก www.novabizz.com/NovaAce/Emotional/Stress.ht
- วีระ เขื่องศิริกุล. (2554) *บทความเรื่องจิตเวชศาสตร์ทหาร*. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 56(4), 339-344.
- ศรีจันทร์ พรจิราศิลป์. (2554). *บทความเรื่องความเครียดและวิธีแก้ความเครียด*. เข้าถึงได้จาก www.pharmacy.mahidol.ac.th/
- ศรีสมภพ จิตรภิรมย์ศรี และรอมฎอน ปันจอร์. (2556). *บทวิเคราะห์ไฟใต้กับการริเริ่มสันติภาพแห่งเดือนรอมฎอน 2556: ความรุนแรงที่ยืดเยื้อจะต้องถ่วงดุลด้วยพลังสันติภาพเท่านั้น*, เข้าถึงได้จาก <http://www.deepsouthwatch.org>
- สารานุกรมเสรี. (2559). *สถานภาพสมรส*. เข้าถึงได้จาก <https://th.wikipedia.org>

- สมจิต หนูเจริญกุล. (2552). นวัตกรรมการดูแลผู้สูงอายุผ่านระบบบริการทางไกล, *วารสารสภาการพยาบาล*, 16(4), 828.
- สุดสบาย จุลกทัฬพะ. (2556). *ความเครียด*. เข้าถึงได้จาก <http://www.si.mahidol.ac.th>
- สุภาภรณ์ พันธ์สนาชี และคณะทำงานฐานข้อมูลเหตุการณ์ชายแดนใต้ (DSID) (2557). *สรุปสถิติเหตุการณ์ความไม่สงบ ในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ ประจำปี 2557: ปีที่มีจำนวนเหตุการณ์น้อยที่สุดในรอบ 11 ปี*. เข้าถึงได้จาก <http://www.deepsouthwatch.org>.
- สุรชาติ บำรุงสุข. (2553). *เมืองกับการก่อการร้ายร่วมสมัย*. กรุงเทพฯ: สแควร์ ปริ้นซ์ 93.
- สุรชาติ บำรุงสุข. (2553). *ภาคใต้ไทยในโลกาภิวัตน์*. กรุงเทพฯ: สแควร์ ปริ้นซ์.
- สุริชัย หวันแก้ว. (2550). *ยุติไฟใต้*. กรุงเทพฯ: แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุริชัย หวันแก้ว. (2551). *กำเนิดไฟใต้*. กรุงเทพฯ: สำนักจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุริย์ กาญจนวงศ์ และจริยาวัตร คมพยัคฆ์ (2545). *รายงานการวิจัยเรื่อง ความเครียด สุขภาพ และความเจ็บป่วย: แนวคิดและการศึกษาในประเทศไทย คณะสังคมศาสตร์ และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล*. เข้าถึงได้จาก <http://opac-healthsci.psu.ac.th>
- สุริย์ กาญจนวงศ์ และจริยาวัตร คมพยัคฆ์. (2545). *รายงานการวิจัยเรื่อง ความเครียด สุขภาพ และความเจ็บป่วย: แนวคิดและการศึกษาในประเทศไทย*. เข้าถึงได้จาก <http://opac-healthsci.psu.ac.th>
- สุริย์มาศ นาคะผดุงรัตน์. (2545). *ความสัมพันธ์ระหว่างสัมพันธภาพในครอบครัวกับการสนับสนุนทางสังคมที่มีต่อผู้สูงอายุ: ศึกษาเฉพาะกรณีชมรมข้าราชการและครูอาวุโสของกระทรวงศึกษาธิการ. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพัฒนาสังคม, คณะสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*.
- สมชาย หิรัญกิตติ. (2542). *การบริหารทรัพยากรมนุษย์*. กรุงเทพฯ: ชีระฟิล์ม และไซเทกซ
- ไหมไทย ไชยพันธุ์. (2555). *ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกสอดคล้องกลมกลืนในชีวิตกับความเครียดในการปฏิบัติงานของทหารในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนใต้ โดยมีกลวิธีการเผชิญปัญหา เป็นตัวแปรส่งผ่าน. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา, คณะพยาบาลศาสตร์, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*.
- อังศินันท์ อินทรกำแหง. (2551). *การสังเคราะห์งานวิจัยที่เกี่ยวกับความเครียดและการเผชิญความเครียดของคนไทย. วารสารพฤติกรรมศาสตร์*, 14(1), 135-150.

- Brooks, M. S., & Fulton, L. (2010). Evidence of poorer life-course mental health outcomes among veterans of the Korean War Cohort. *Aging Ment Health, 14*(2), 177-83.
- Brooks, M. S., Laditka, S. B., & Laditka, J. N. (2008). Long-term effects of military service on mental health among veterans of the Vietnam War era. *Mil Med, 173*(6), 570-575.
- Brugha, T., Bebbington, P., Tennanp, C., & Hurry, J. (1985). The List of Threatening Experiences: a subset of 12 life event categories with considerable long-term Contextual threat. *Psychological Medicine, 15*, 189-194.
- Burke, M., & Flaherty, M. J. (1993). Coping strategies and status of elderly arthritis women. *Journal of Advance Nursing, 19*, 7-13.
- Cobb, S. (1976). Presidential Address-1976. Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine, 38*, 300-314.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*, 310-357.
- Choi, K., Im, H., Kim, J., Choi, K. H., Jon, D. I., Hong, H., Hong, N., Lee, E., & Seok, J. H. (2013). Relationship of early-life stress and resilience to military adjustment in a young adulthood population. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 48*(11), 1767-1776.
- Dirkzwager, A. J. E., Bramsen, I., & Van Der Ploeg, H. M. (2003). Social support, coping, life events, and posttraumatic stress symptoms among former peacekeepers: a prospective study. *Personality and Individual Differences, 34*(8), 1545-1559.
- Edward, P. S. (1990). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. Retrieved from <https://www.amazon.com/Health-Psychology>.
- Fairbank, A., Hansen, D. J., & Fitterling, M. (1991). Pattern of Appraisal and Coping Across different stressor conditions among former Prisoners of War With and Without Posttraumatic Stress Disorder. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 59*(2), 274-281.
- Frain, M., & Valiga, T. (1979). The multiple dimension of stresals. *Topic in Clinic Nursing, 1*(4), 97-124.

- Han, S. C., Castro, F., Lee, L. O., Charney, M. E., Marx, B. P., Brailey, K., & Vasterling, J. J. (2014). Military unit support, postdeployment social support, and PTSD symptoms among active duty and National Guard soldiers deployed to Iraq. *Journal of Anxiety Disorders, 28*(5), 446-453.
- Holm, T. H., & Rahe, R. H. (1987). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research, 11*, 213-218
- Jalowiec, A., Murphy, S. P., & Power, M. J. Z. (1984). Psychometric assessment of the jalowiec coping scale. *Nursing Research, 33*(4), 157-161.
- Jalowiec, A. (1988). Confirmatory factor analysis of the jalowiec coping scale. In C.F. Waltz & O. L. Strickland (Eds.), *Measurement of nursing outcome vol. 1* (pp. 287-307) New York: Springer.
- Joseph, G. (2012). *How stress, anxiety, and depress affect your health*. Retrieved from <http://www.webmed.com/depression/stress-anxiety-depression>.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1980). An analysis of coping in a middle aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior, 21*, 219-239.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. New York: Springer Publishing.
- Luckmann, J., & Sorensen, K. C. (1987). *Stress: Encyclopedia and Dictionary of medicine and nursing*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Lemeshow, S., Hosmer, D. W., Klar, J., & Lwanga, S. K. (1992). *Adequacy of sample size in health studies*. Chichester: John Wiley & Son.
- Mary, B., & Mary, J. (1993). Coping strategies and health status of elderly arthritic women. *Journal of Advanced Nursing, 18*(1), 7-13.
- McDowell, I., & Newell, C. (1996). *Measuring health: A guide to rating scales and questionnaires*. (2nd ed). New York: Oxford University Press.
- Moos, R. H. (1986). *Work environment scale manual* (2nd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.
- Orem, D. (1985). *Nursing: Concepts of practice* (3rd ed.). New York: McGraw Hill.
- Ramchand, R., Schell, T. L., Karney, B. R., Osilla, K., Burns, R. M., & Caldarone, L. (2010). Disparate prevalence estimates of PTSD among service members who served in Iraq And Afghanistan: possible explanations. *Journal of Traumatic Stress, 23*, 59-68.

- Ray, C., Lindop, J., & Gibsons. (1982). The concept of coping. *Psychological Medicine*, 12, 385-395.
- Sarafino, E. P. (1982). *Health psychology: Biopsychosocial interaction*. New York: John Wiley and Sons.
- Selye, H. (1976). *The stress of life*. New York: Mc Graw-Hill Book.
- Sharkansky, E. J., King, D. W., King, L. A., & Wolfe, J. (2000). Coping with Gulf War combat stress: mediating and moderating effects. *Journal of Abnormal Psychology*, 109(2), 188-197
- Stanley, S., Wynne, K., McGowan, B. and Bloom, S. (1990). Hormonal regulation of food intake. *Physiological Reviews*, 85(4), 1131-1158.
- Talma, R., & Ariela, A. (2012). Occupation stress and hypertension. *Journal of the American Society of Hypertension*, 6(1), 2-22.
- Taylor, S. E. (1986). *Health psychology*. Toronto: Random House of Canada.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นิสากร กรุงไกรเพชร อาจารย์สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา
2. นาวาโท พรหมพิทักษ์ ไหว้พรหม ผู้บังคับการ กองพันพยาบาล
หน่วยบัญชาการนาวิกโยธิน
ฐานทัพเรือสัตหีบ (แพทย์สาขาจิตวิทยา)
3. นาวาโท พิพัฒน์ พูลทรัพย์ ผู้บังคับการ กองพันพยาบาล หน่วยต่อสู้อากาศยาน
และรักษาฝั่ง (แพทย์สาขาอายุรกรรม)

ภาคผนวก ข

แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย เอกสารพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง



แบบรายงานผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา
คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ชื่อหัวข้อวิทยานิพนธ์

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา

Influencing Factors of Stress among Royal Thai Navy in Narathiwat

ชื่อนิติกร พ.จ.อ.หญิง ชัชดา หลงพิมาย

รหัสประจำตัวนิสิต 53920602 หลักสูตร พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชา การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา (ภาคพิเศษ)

ผลการพิจารณาของคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยฯ

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยฯ มีมติเห็นชอบ รับรองจริยธรรมการวิจัย รหัส 11 - 02 - 2560

โดยได้พิจารณารายละเอียดการวิจัยเรื่องดังกล่าวข้างต้นแล้ว ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับ

1) การเคารพในศักดิ์ศรี และสิทธิของมนุษย์ที่ใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคือ ทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนครราชสีมาทุกชั้นยศ จำนวนทั้งหมด ไม่เกิน 300 ราย สถานที่เก็บรวบรวมข้อมูลคือ หน่วยเฉพาะกิจนาวิกโยธิน/ค่ายจุฬาภรณ์ จังหวัดนครราชสีมา

2) วิธีการที่เหมาะสมในการได้รับความยินยอมจากกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าร่วมโครงการวิจัย (Informed consent) รวมทั้งการปกป้องสิทธิประโยชน์และรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

3) การดำเนินการวิจัยอย่างเหมาะสม เพื่อไม่ก่อความเสียหายหรืออันตรายต่อกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา

การรับรองจริยธรรมการวิจัยนี้มีกำหนดระยะเวลาหนึ่งปี นับจากวันที่ออกหนังสือฉบับนี้ ถึงวันที่ 13 มีนาคม พ.ศ. 2561

อนึ่ง กรณีที่มีการเปลี่ยนแปลงหรือเพิ่มเติม ใดๆ ของการวิจัยนี้ ขณะอยู่ในช่วงระยะเวลาให้การรับรองจริยธรรมการวิจัย ขอให้ผู้วิจัยส่งรายงานการเปลี่ยนแปลงต่อคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยเพื่อขอรับรอง (เพิ่มเติม) ก่อนดำเนินการวิจัยด้วย

วันที่ให้การรับรอง 13 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2560

ลงนาม.....

(รองศาสตราจารย์ ดร.จินตนา วัชรสินธุ์)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยระดับบัณฑิตศึกษา

คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา



เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนครราชสีมา

รหัสจริยธรรมการวิจัย 11-02-2560

ชื่อผู้วิจัย พันจ่าเอกหญิง ชัชดา หลงพิมาย

ท่านได้รับเชิญให้เข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้เนื่องจากท่านเป็นทหารเรือจากฐานทัพเรือสัตหีบ ที่ปฏิบัติงานในพื้นที่จังหวัดนครราชสีมา เมื่อท่านเข้าร่วมการวิจัยแล้ว สิ่งที่ท่านจะต้องปฏิบัติ คือ ตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริงด้วยตัวของท่านเอง แบบสอบถาม 1 ชุด แบ่งเป็น 6 ส่วน คือ 1) แบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล 2) แบบประเมินความเครียด 3) แบบสอบถามเหตุการณ์กดดันในชีวิต 4) แบบวัดสัมพันธภาพในครอบครัว 5) แบบสอบถามพฤติกรรมกรมการเผชิญความเครียด และ 6) แบบสอบถามด้านสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ซึ่งจะใช้เวลาทั้งสิ้นประมาณ 20 นาที

ประโยชน์ของการวิจัยครั้งนี้เพื่อนำมาเป็นข้อมูลประกอบการพยาบาล ช่วยเหลือทางด้านจิตวิทยาทหาร การเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจ และส่งเสริมการเผชิญปัญหาอย่างถูกวิธีก่อนออกสู่พื้นที่ปฏิบัติราชการจังหวัดนครราชสีมา ระหว่างออกปฏิบัติราชการ และเมื่อกลับมายังพื้นที่สัตหีบ ผลการวิจัยจะเป็นข้อมูลพื้นฐานในการพัฒนาการดูแลกำลังพลทหารเรือที่ออกปฏิบัติราชการในจังหวัดนครราชสีมาต่อไป

การเข้าร่วมการวิจัยของท่านครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจ ท่านมีสิทธิการเข้าร่วมโครงการวิจัยหรือถอนตัวออกจากโครงการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยไม่มีมีผลกระทบใด ๆ ทั้งสิ้น และไม่ต้องแจ้งให้ผู้วิจัยทราบล่วงหน้า ผู้วิจัยจะเก็บรักษาข้อมูลของท่าน โดยใช้รหัสตัวเลขแทนการระบุชื่อ ชั้น และสิ่งใด ๆ ที่อาจอ้างอิงหรือทราบได้ว่าข้อมูลนี้เป็นของท่าน ข้อมูลของท่านที่เป็นกระดาษแบบสอบถามจะถูกเก็บอย่างมิดชิด และปลอดภัยในตู้เก็บเอกสาร และล็อกกุญแจตลอดเวลา สำหรับข้อมูลที่เก็บในคอมพิวเตอร์ของผู้วิจัยจะถูกใส่รหัสผ่าน ข้อมูลที่กล่าวมาทั้งหมดจะมีเพียงผู้วิจัยและอาจารย์ที่ปรึกษาเท่านั้นที่สามารถเข้าถึงข้อมูลได้ ผู้วิจัยจะรายงานผลการวิจัยและการเผยแพร่ผลการวิจัยในภาพรวม โดยไม่ระบุข้อมูลส่วนบุคคลของท่าน ดังนั้นผู้อ่านงานวิจัยจะทราบเฉพาะผลการวิจัยเท่านั้น สุดท้ายหลังจากผลการวิจัยได้รับการตีพิมพ์เผยแพร่ในวารสาร

เรียบร้อยแล้ว ข้อมูลทั้งหมดจะถูกทำลาย

หากท่านมีปัญหาหรือข้อสงสัยประการใด สามารถสอบถามได้โดยตรงจากผู้วิจัยในวันทำการรวบรวมข้อมูล หรือสามารถติดต่อสอบถามเกี่ยวกับการวิจัยครั้งนี้ได้ตลอดเวลาที่ พ.จ.อ.หญิง ชัชดา หลงพิมาย หมายเลขโทรศัพท์ 098-880-1633 หรือที่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุวดี ลีลักษณ์วิระ อาจารย์ที่ปรึกษาหลัก หมายเลขโทรศัพท์ 081-590-3787

พันจ่าเอกหญิง ชัชดา หลงพิมาย
ผู้วิจัย

หากท่านได้รับการปฏิบัติที่ไม่ตรงตามที่ได้ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงนี้ ท่านจะสามารถแจ้งให้ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรม ฯ ทราบได้ที่ เลขานุการคณะกรรมการจริยธรรม ฯ ฝ่ายวิจัย คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา โทร. 038-102823



ใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย

หัวข้อวิทยานิพนธ์ เรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส

วันที่ให้คำยินยอม วันที่เดือน.....พ.ศ.....

ก่อนที่จะลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายจากผู้วิจัย ถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย วิธีการวิจัย ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการวิจัยอย่างละเอียดและมีความเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้ายินดีเข้าร่วม โครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และข้าพเจ้ามีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ และการบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนี้ จะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อข้าพเจ้า

ผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยด้วยความเต็มใจ ไม่ปิดบัง ซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ ข้อมูลเฉพาะเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าจะถูกเก็บเป็นความลับและจะเปิดเผยในภาพรวมที่เป็นการสรุปผลการวิจัย

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้ว และมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในใบยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม.....ผู้ยินยอม

(.....)

ลงนาม.....พยาน

(.....)

ลงนาม.....ผู้วิจัย

(พันจ่าเอกหญิง ชัชดา หลงพิมาย)

ภาคผนวก ค

หนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย

ที่ ศธ ๖๒๐๖/ ๐๕๖๕



มหาวิทยาลัยบูรพา คณะพยาบาลศาสตร์
๑๖๙ ถนนลงหาดบางแสน ตำบลแสนสุข
อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี ๒๐๑๓๑

๒๗ มีนาคม ๒๕๖๐

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ให้หนังสือเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อดำเนินการวิจัย

เรียน ผู้บังคับการหน่วยเฉพาะกิจ นาวิกโยธินภาคใต้ ค่ายจุฬาภรณ์

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. ผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัย
๒. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วย พ.จ.อ.หญิงชัชดา หลงพิมาย รหัสประจำตัว ๕๓๙๒๐๖๐๒ นิสิตหลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ได้รับอนุมัติเค้าโครงวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของทหารเรือในจังหวัดนราธิวาส” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยุวดี ลีลัคนาวีระ เป็นประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ในกรณีนี้ คณะฯ จึงขอความอนุเคราะห์จากท่านอำนาจความสะดวกให้ นิสิตเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง คือ ข้าราชการทหารเรือ ที่เคยปฏิบัติราชการ ณ สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ สังกัดหน่วยเฉพาะกิจ นาวิกโยธินภาคใต้ ค่ายจุฬาภรณ์ จำนวน ๓๐๐ ราย ระหว่างวันที่ ๑๙ - ๒๔ เมษายน พ.ศ. ๒๕๖๐

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ด้วย จะเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.นุจรี ไชยมงคล)
คณบดีคณะพยาบาลศาสตร์ ปฏิบัติการแทน
ผู้ปฏิบัติหน้าที่อธิการบดีมหาวิทยาลัยบูรพา

งานบริการการศึกษา (บัณฑิตศึกษา)

โทรศัพท์ ๐ ๓๘๑๐ ๒๘๔๕, ๐ ๓๘๑๐ ๒๘๓๖

โทรสาร ๐ ๓๘๓๙ ๓๔๗๖

ผู้วิจัย ๐ ๙๘ ๘๘๐ ๑๖๓๓