

ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา  
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2  
FACTORS CORRELATED WITH OPERATIONAL STRESS OF SCHOOL  
ADMINISTRATORS UNDER UBON RATCHATHANI PRIMARY  
EDUCATIONAL SERVICE AREA 2



<sup>1</sup>ฐิดารัตน์ คำผาลา, <sup>2</sup>เสวตาภรณ์ ตั้งวันเจริญ และ <sup>3</sup>ไพวัลย์ โคตรระตะ  
<sup>1</sup>Thidarat Kamphala, <sup>2</sup>Sawetaporn Tangwancharoen and <sup>3</sup>Paiwan Kotta

มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี, ประเทศไทย  
Ubon Ratchathani Rajabhat University, Thailand

<sup>1</sup>thidarat.kG64@ubru.ac.th

**Received: May 19, 2024; Revised: June 25, 2024; Accepted: July 30, 2024**

### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) เพื่อศึกษาระดับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 (2) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านองค์กร และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ ผู้บริหารสถานศึกษาขั้นพื้นฐานในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 จำนวน 217 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 77 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .90 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน โดยมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ผลการวิจัยพบว่า 1) ระดับความเครียดในการ

<sup>1</sup> นักศึกษา หลักสูตรครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

<sup>2</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สาขาวิชาการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

<sup>3</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สาขาวิชาการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี

ปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 อยู่ในระดับปกติ 2) ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านองค์กร และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 ปรากฏว่า 2.1) ปัจจัยด้านองค์กร ในด้านบทบาทในองค์กรมีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 2.2) ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ในด้านนโยบายหรือกฎหมายมีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

**คำสำคัญ:** ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียด, การปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา

## Abstract

The purpose of this research is (1) To study the stress level of School Administrators Under Ubon Ratchathani Primary Educational Service Area 2 (2) To study the relationships of the organizational and environmental factors and stress of the school Administrators Under Ubon Ratchathani Primary Educational Service Area 2. The population used in this research was school Administrators Under Ubon Ratchathani Primary Educational Service Area 2 with a total of 217 people. The research instruments were rating scale questionnaire of 77 items with the reliability .90. The data were analyzed by percentage, mean, standard deviation, and Pearson Correlation Coefficient, at .05 level of significance. The research findings were as follows: 1) The stress level of School Administrators Under Ubon Ratchathani Primary Educational Service Area 2 was as the normal level 2) Results of analysis of the relationships of organizational and environmental factors and stress of the school Administrators Under Ubon Ratchathani Primary Educational Service Area 2, the following were found 2.1) Organizational factors such as organization's role was related to the stress level of School Administrators Under Ubon Ratchathani Primary Educational Service Area 2 at statistically significant at .05 level. 2.2) Environmental factors such as policy or law was related to the stress level of School Administrators Under Ubon Ratchathani Primary Educational Service Area 2 at statistically significant at .05 level.

**Keywords:** Factors Correlated with Operational Stress, Operational Stress of School Administrators

## บทนำ

ปัจจุบันโลกมีการเปลี่ยนแปลงมากมาย ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม การเมือง รวมถึงความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีต่าง ๆ ส่งผลให้รูปแบบการดำเนินชีวิตประจำวันของมนุษย์มีการปรับเปลี่ยน เกิดการปรับตัวและพัฒนาอย่างสม่ำเสมอ ไม่เว้นแม้แต่ด้านการจัดการศึกษา ที่ครูต้องเปลี่ยนบทบาทจากผู้สอน(Teacher) ไปเป็นผู้อำนวยความสะดวก (Facilitator) เพื่อให้ผู้เรียนเข้าถึงเนื้อหาสาระ องค์ความรู้ต่าง ๆ กระตุ้นความอยากรู้อยากเห็น ส่งเสริมการค้นคว้าหาคำตอบ พร้อมสร้างกระบวนการแบ่งปันแลกเปลี่ยนความรู้ในห้องเรียน ใช้คำถามปลายเปิดเพื่อให้ผู้เรียนการแสดงความคิดเห็น ตลอดจนสร้างนวัตกรรมที่เป็นประโยชน์ตามความสามารถผู้เรียน โดยนำมาผสมผสานกับความรู้ ทักษะ และคุณลักษณะเพื่อออกแบบกระบวนการเรียนรู้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อผู้เรียน และเกิดประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน (นวรรตน์ รามสูตร 2564: 80-81) และเพื่อให้ผู้เรียนบรรลุเป้าหมายหลักของการศึกษา นโยบายหลักของ กระทรวงศึกษาธิการจึงมุ่งเน้นการปฏิรูปกระบวนการเรียนรู้ พัฒนาศักยภาพของคนไทยในทุกช่วงวัยและทุกมิติ ทั้งในด้านโอกาส ความเท่าเทียม ความเสมอภาค ความปลอดภัย และมีสมรรถนะสำคัญในการขับเคลื่อนพัฒนาประเทศสู่ความมั่นคง มั่งคั่งและยั่งยืน

ด้วยเหตุนี้บุคคลที่แบกรับภาระในการนำเอานโยบายจากส่วนกลางลงสู่การปฏิบัติ เพื่อให้เกิดประสิทธิภาพ ประสิทธิผลและบรรลุตามวัตถุประสงค์ของการจัดการศึกษาคือผู้บริหารสถานศึกษา ซึ่งเป็นกลไกสำคัญที่จะเสริมสร้างคุณภาพทางการเรียนรู้ให้เกิดขึ้นภายในองค์กร การสร้างคุณภาพภายในโรงเรียนจะก่อให้เกิดความเชื่อมั่น ความมั่นใจกับผู้รับบริการทั้งนักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน และสังคมส่วนรวม (จิณณวัตร ปะโคทัง 2561: 37) โดยบทบาทสำคัญตามที่สำนักงานปฏิรูปการศึกษา ได้กำหนดไว้นอกเหนือจากการบริหารงานวิชาการ งานงบประมาณ งานบุคคลและงานบริหารทั่วไปแล้ว ผู้บริหารยังต้องมีการกำหนดนโยบายของสถานศึกษา เป็นผู้นำการปฏิบัติงานของครู สร้างขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงาน เป็นผู้ตัดสินใจปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นในสถานศึกษา ยิ่งไปกว่านั้นผู้บริหารสถานศึกษายุคใหม่ ยังต้องมีการปรับเปลี่ยนบทบาทจากการเป็นผู้ควบคุมมาเป็นผู้ที่วางแนวทางการปฏิบัติงานภายในสถานศึกษา ต้องมีความรู้ความเข้าใจในความหลากหลายทางวัฒนธรรม มีการบริหารจัดการเชิงรุก เพื่อนำพาสถานศึกษาไปยังเป้าหมายที่กำหนด ผู้บริหารสถานศึกษาจึงต้องมีการแสวงหาความรู้ทั้งเชิงทฤษฎีและเชิงปฏิบัติ (ชัยยนต์ เพา

พาน 2560: 96) ซึ่งการทำงานภายใต้สภาวะที่กดดัน หากบริหารสถานศึกษาผิดพลาด ย่อมส่งผลให้ผู้บริหารสถานศึกษาเกิดความเครียด ส่งผลกระทบโดยตรงต่อสุขภาพจิต จากการศึกษาสภาวะความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษาในการบริหารงานในโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 29 พบว่าผู้บริหารสถานศึกษามีสภาวะความเครียด อยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ ด้านบทบาทขององค์กร (พรณทิพา สุตาสุข 2560: 79-82) เช่นเดียวกับ ดารารัตน์ ศรีโรจน์ศิลป์ (2559: 78-80) ที่ได้ศึกษาความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา นครปฐม พบว่าผู้บริหารสถานศึกษามีความเครียดอยู่ในระดับมาก นอกจากนี้ Oskolkoff, Nadia (2019: 129-146) ยังพบว่าระดับความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษาที่เพิ่มสูงขึ้น ส่งผลกระทบโดยตรงต่อผลสัมฤทธิ์ของผู้เรียนให้มีระดับที่ต่ำลง และกรมสุขภาพจิตยังพบว่า ในปี พ.ศ. 2560 คนไทยมีแนวโน้มความเครียดเพิ่มมากขึ้นเกือบ 2 เท่าตัวเมื่อเทียบกับปี พ.ศ. 2557 โดยพบเป็นวัยทำงานมากที่สุด (Department of Mental Health, 2017) ซึ่งผู้บริหารสถานศึกษาถือเป็นกลุ่มหนึ่งของคนวัยทำงาน

ความเครียดถือเป็นภาวะการณเปลี่ยนแปลงของบุคคลเมื่อตกอยู่ภายใต้สถานการณ์แวดล้อมที่รับรู้ว่ามีผลกระทบต่อความผาสุกของบุคคล การเปลี่ยนแปลงจะแสดงออกมาในลักษณะของการตื่นตัวของร่างกาย ความรู้สึกทุกข์ใจ และมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างเห็นได้ชัด (นันทนิชา สิงห์เดชวิระชัย 2562: 8) สามารถพบได้ในชีวิตประจำวัน ส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจ (คณิน จินตนาปราโมทย์ และพรชัย สิทธิศรีธัญญกุล: 2561) จากแนวความคิดของ Cartwright and Early (2001: 28) Davis and Newstrom (1989: 488) Murdock and Scutt (1993:159) และ Robbins (2007: 597) พบว่าปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียด ประกอบด้วยปัจจัยที่สำคัญอยู่ 2 ด้าน คือ 1) ปัจจัยด้านองค์กร เป็นรูปแบบในการปฏิบัติงาน ในด้านคุณลักษณะของงาน บทบาทหน้าที่ บรรยากาศในการปฏิบัติงาน รวมถึงความก้าวหน้าในวิชาชีพ ซึ่งเป็นสิ่งที่มากระตุ้น รบกวน ก่อให้เกิดความเครียด และ 2) ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม เป็นสภาพแวดล้อมภายในและนอกองค์กร ที่ไม่สามารถควบคุมได้ทั้งในด้านกฎ ระเบียบ และวัฒนธรรมองค์กร และจากการศึกษาพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 11 เกิดจากการปฏิบัติงานภายใต้โครงสร้างและบรรยากาศในองค์กร (นาตยา สุวรรณจันทร์ 2560: 58) เช่นเดียวกับ วิทยา มูลเมือง (2557: 91-94) ที่พบว่าปัจจัยด้านงานและบทบาทหน้าที่ ส่งผลโดยตรงต่อความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนบน นอกจากนี้ Graf Katie (2019: 159-167) ยังพบว่า ปัจจัยด้านงานที่ขาดแรงสนับสนุน หรือความ

ช่วยเหลือ จากหน่วยงานต้นสังกัด ส่งผลให้ผู้บริหารสถานศึกษาเกิดความเครียด และไม่สามารถปฏิบัติงานได้อย่างเต็มที่

ในการพัฒนาการศึกษา จำเป็นต้องยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจากทดสอบระดับชาติ (National Test: NT) และระดับชาติขั้นพื้นฐาน (Ordinary National Educational Test: O-NET) และจากทิศทางในการพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 ทำให้ผู้บริหารสถานศึกษาต้องเร่งพัฒนาตนเองและสถานศึกษาให้เป็นไปตามนโยบายที่ตั้งไว้ และด้วยนโยบายของแต่ละสถานศึกษาที่แตกต่างกัน ทั้งขนาดสถานศึกษา สภาพที่ตั้ง จำนวนครู จำนวนนักเรียน สภาพแวดล้อมและชุมชน หรืองบประมาณในการสนับสนุนล้วนเป็นสิ่งกระตุ้นให้ผู้บริหารสถานศึกษาเกิดความเครียดในการปฏิบัติงานอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ซึ่งผู้บริหารถือเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนองค์กรให้ก้าวไปสู่เป้าหมายและความสำเร็จ หากไม่สามารถปฏิบัติงานได้อย่างเต็มที่ ย่อมส่งผลกระทบโดยตรงต่อการจัดการศึกษา ด้วยเหตุนี้ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาระดับความเครียดในการปฏิบัติงานและความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านองค์กร และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 ที่ส่งผลโดยตรงต่อการบริหารจัดการภายในสถานศึกษา เพื่อที่จะสามารถนำไปปรับปรุงดูแลระบบสุขภาพของผู้บริหารสถานศึกษาเพื่อให้เกิดการพัฒนาทั้งทางกายและจิตใจ หาแนวทางในการลดและป้องกันสาเหตุต่าง ๆ ที่มีต่อความเครียด และเมื่อกระบวนการวิจัยเสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า สารสนเทศที่ได้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้บริหารสถานศึกษา ในการปฏิบัติงานภายใต้สภาวะทางจิตที่ดีและมีประสิทธิภาพ อันจะนำพาอนาคตของชาติไปสู่การพัฒนาต่อไป

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านองค์กร และปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2

## วิธีดำเนินการวิจัย

### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการศึกษารั้งนี้ คือ ผู้บริหารสถานศึกษาขั้นพื้นฐานในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 จำนวน 217 คน

### 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือสำหรับการศึกษาคือแบบสอบถาม (Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นตามวัตถุประสงค์และกรอบแนวคิดในการวิจัย ซึ่งมีเนื้อหาแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลลักษณะทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพการสมรส วุฒิการศึกษา ตำแหน่งงาน ประสบการณ์ในตำแหน่งผู้บริหารสถานศึกษา วิทยฐานะ รายได้ต่อเดือน และขนาดสถานศึกษาของผู้บริหารสถานศึกษา จำนวน 9 ข้อ โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบปลายปิด (Closed-Ended Form)

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านองค์กร ประกอบด้วย 4 ด้าน ได้แก่ ด้านลักษณะของงาน ด้านบรรยากาศในองค์กร ด้านบทบาทในองค์กร และด้านความก้าวหน้าในวิชาชีพ โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบปลายปิด (Closed-Ended Form) แบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ (Rating Scale) ได้แก่ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยน้อย และเห็นด้วยน้อยที่สุด จำนวน 36 ข้อ แบ่งออกเป็นข้อคำถามเชิงบวก (Positive) 11 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ 25 ข้อ (Negative)

ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม โดยลักษณะของแบบสอบถามเป็นแบบปลายปิด (Closed-Ended Form) แบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ (Rating Scale) ได้แก่ เห็นด้วยมากที่สุด เห็นด้วยมาก เห็นด้วยน้อย และเห็นด้วยน้อยที่สุด จำนวน 12 ข้อ แบ่งออกเป็นข้อคำถามเชิงบวก (Positive) 6 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ 6 ข้อ (Negative)

ตอนที่ 4 เป็นแบบประเมินความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา โดยใช้แบบประเมินและวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข เป็นแบบมาตราประมาณค่า 4 ระดับ (Rating Scale) ได้แก่ เป็นประจำ เป็นบ่อย เป็นครั้งคราว และไม่เคยเลย จำนวน 20 ข้อ

### 3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป ผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอตามลำดับ โดยใช้สถิติการวิเคราะห์ ค่าร้อยละ (Percentage) การหาค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ค่าความเชื่อมั่น ค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson Correlation Coefficient) เพื่อนำไปอธิบายข้อมูลในรูปแบบตารางต่อไป

## ผลการวิจัย

จากการศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 สรุปผล ดังนี้

1. ระดับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 อยู่ในระดับปกติ ( $\bar{X}=12.5$ ) จำนวน 137 คน คิดเป็นร้อยละ 63.1

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 พบว่า

2.2 ปัจจัยด้านองค์กร ในด้านบทบาทในองค์กรมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าระดับความสัมพันธ์ในระดับต่ำ

2.2 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ในด้านนโยบายหรือกฎหมายมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานีเขต 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าระดับความสัมพันธ์ในระดับต่ำมาก

## อภิปรายผล

จากผลการวิจัยปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 ผู้วิจัยได้นำผลการวิจัยมาอภิปรายไว้ ดังนี้

1. ระดับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 โดยรวมมีความเครียดอยู่ในระดับปกติ เทียบได้กับระดับปานกลาง (Moderate Stress) ของกรมสุขภาพจิต (2563: ออนไลน์) เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันและสามารถปรับตัวกับสถานการณ์ต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม ผลการวิจัยในครั้งนี้ไม่สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เนื่องจากสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 มีรูปแบบการทำงานที่เป็นระบบ มีแนวทางการขับเคลื่อนนโยบายสู่การปฏิบัติอย่างชัดเจน ประกอบกับผู้บริหารสถานศึกษาจะได้รับการอบรมเชิงปฏิบัติในด้านเนื้อหา การเรียนรู้สภาพจริงและการจัดทำและเสนอแผนกลยุทธ์เพื่อพัฒนาคุณภาพการศึกษา

ก่อนได้รับการแต่งตั้ง ส่งผลให้ผู้บริหารสถานศึกษาสามารถปรับตัวและรับมือกับความเครียดในการปฏิบัติงานได้ สอดคล้องกับทฤษฎีภาวะผู้นำการปรับตัวของ Heifetz (Heifetz, 1994; Northouse, 2016) ที่เชื่อว่าธรรมชาติของมนุษย์ไม่ชอบการอยู่ภายใต้สภาวะที่กดดัน จึงต้องมีการปรับตัวและเรียนรู้เพื่อแก้ไขปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของปาลักษณ์ โสมแผ้ว (2565: 234) ที่ได้ศึกษาความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารที่ส่งผลต่อประสิทธิภาพการบริหารงานโรงเรียนประถมศึกษาในจังหวัดสกลนคร พบว่าผู้บริหารสถานศึกษามีความเครียดในการปฏิบัติงานระดับปานกลาง สอดคล้องกับงานวิจัยของธีรวัฒน์ ศิริโรจนกุล (2563: 100-102) ที่ได้ศึกษาแนวทางการจัดการความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชัยภูมิ เขต 3 พบว่าผู้บริหารสถานศึกษามีความเครียดในการปฏิบัติงานระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ด้านที่มีค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ ด้านลักษณะงาน ด้านบทบาทหน้าที่ ด้านความสมดุลระหว่างชีวิตการทำงานและชีวิตส่วนตัว ด้านความก้าวหน้าในวิชาชีพ ด้านโครงสร้างและบรรยากาศในองค์กร และด้านสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นในการปฏิบัติงาน ตามลำดับ สอดคล้องกับงานวิจัยของนัตยา สุวรรณจันทร์ (2560: 104-107) ที่ได้ศึกษาการศึกษาความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 11 พบว่า ผู้บริหารสถานศึกษา มีความเครียดในการบริหาร โดยรวมและรายด้านอยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของพรรณทิพา สุตาสุข (2560: 79-82) ที่ได้ศึกษาสภาวะความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษาในการบริหารงานโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 29 พบว่า ผู้บริหารสถานศึกษามีสภาวะความเครียด โดยรวมอยู่ในระดับมาก ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของดารารัตน์ ศรีโรจนศิลป์ (2559: 78-80) ที่ได้ศึกษาศึกษาความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครปฐม พบว่าผู้บริหารสถานศึกษาโดยภาพรวมมีความเครียดอยู่ในระดับมาก เรียงลำดับจากค่าเฉลี่ยจากมากไปน้อย ได้แก่ อาการเครียดทางฮอโมน รองลงมาคือ อาการความเครียดทางประสาทอัตโนมัติซิมพาเทติก ตามด้วยอาการ ความเครียดทางประสาทอัตโนมัติพาราซิมพาเทติก อาการเครียดทางภูมิคุ้มกันร่างกายจิตใจและพฤติกรรม อาการเครียดทางความคิด อาการเครียดทางอารมณ์ และอาการความเครียดทางกล้ามเนื้อ โครงกระดูก และไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ Oskolkoff, Nadia (2019: 129-146) ที่ได้ศึกษาระดับความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษาและคณะครูที่ส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของผู้เรียนในรัฐแคลิฟอร์เนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่า ผู้บริหารสถานศึกษาและครูมีความเครียดอยู่ในระดับสูง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะบริบทสภาพแวดล้อมการทำงานในแต่ละพื้นที่ ประกอบกับบุคคลมีพื้นฐานทางด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม วัฒนธรรมที่ต่างกัน



2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 ดังนี้

2.1 ปัจจัยด้านองค์กร ปัจจัยด้านองค์กร ในด้านบทบาทในองค์กรมีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากผู้บริหารสถานศึกษายังขาดความรู้ ความเข้าใจที่ชัดเจนในการปฏิบัติงานตามอำนาจหน้าที่ และความรับผิดชอบภายในและภายนอกสถานศึกษา สอดคล้องกับแนวคิดของ Cartwright & Cooper (1997 อ้างถึงใน Cooper, Cartwright & Early, 2001: 28) ที่กล่าวว่าปัจจัยด้านบทบาทหน้าที่ในองค์กร เป็นปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดในการทำงาน สอดคล้องกับงานวิจัยของวิทยา มูลเมือง (2557: 91-94) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนบน พบว่า ปัจจัยด้านงานและบทบาทหน้าที่เป็นตัวพาการณณ์ที่ส่งผลต่อความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษา และสอดคล้องกับงานวิจัยของตรีรินทร์ คนจริง (2563) ที่ได้ศึกษาปัจจัยด้านการทำงานที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของข้าราชการกรมสรรพากร กรณีศึกษาข้าราชการในสังกัดสำนักงานสรรพากรภาค 2 พบว่า ปัจจัยด้านการทำงานในด้านบทบาทหน้าที่ในองค์กร ด้านสัมพันธภาพในการทำงาน และด้านโครงสร้างและบรรยากาศในองค์กรมีความสัมพันธ์กับความเครียด ในการปฏิบัติงานของข้าราชการกรมสรรพากร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01 ซึ่งไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของณัฐรัตน์ งาทอง และปราโมทย์ ลือนาม (2562: 9) ที่ได้ศึกษาผลกระทบของความเครียดในบทบาทหน้าที่ของงานและความเครียดจากเทคโนโลยีที่ส่งผลต่อผลิตภาพการทำงานจากที่บ้าน กรณีศึกษาข้าราชการกรุงเทพมหานครสามัญ พบว่าข้าราชการกรุงเทพมหานครได้รับแรงกระตุ้นหรือได้รับความเครียดในบทบาทหน้าที่ของงาน ส่งผลให้ผลิตภาพการทำงานสูงขึ้น เกิดความกระตือรือร้นในการทำงาน และเห็นตระหนักถึงความสำคัญในผลลัพธ์ของงานที่ตนเองรับผิดชอบมากยิ่งขึ้น

2.2 ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อม ในด้านนโยบายหรือกฎหมายมีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 อาจเนื่องมาจากนโยบายหรือกฎหมายที่มาจากส่วนกลางยากต่อการปฏิบัติ หรือหน่วยงานต้นสังกัดไม่มีการแจ้งนโยบาย คำสั่ง ระเบียบ ข้อบังคับ กฎหมาย ให้ผู้บริหารสถานศึกษาทราบอย่างสม่ำเสมอ ส่งผลให้เกิดความเครียดในการปฏิบัติงาน สอดคล้องกับ Murdock and Scutt (1993:159, อ้างถึงใน ชานนทร์ มุ่งเขตกลาง 2556: 37) ที่กล่าวว่า กฎ ระเบียบ นโยบาย และสิ่งแวดล้อมเป็นปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดในการทำงาน สอดคล้องกับงานวิจัยของนาคยา สุวรรณจันทร์ (2560: 104-107) ที่ได้ศึกษา

ความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษา เขต 11 พบว่า นโยบายและแนวทางจากต้นสังกัดที่ยากต่อการปฏิบัติและขาดความชัดเจนส่งผลต่อความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษา สอดคล้องกับงานวิจัยของต่อลาภ อยู่พงษ์ พิทักษ์ และอริสรา เสยานนท์ (2559: ออนไลน์) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงานธนาคารออมสินสำนักงานใหญ่ พบว่า นโยบายการบริหารงานมีความสัมพันธ์กับความเครียดในการปฏิบัติงานของพนักงานธนาคารออมสินสำนักงานใหญ่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และสอดคล้องกับงานวิจัยของพิชญา แก้วสระแสน และ ไพบุลย์ อาชารุ่งโรจน์ (2560: 1042-1057) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยในการทำงาน ความเครียด และประสิทธิภาพในการปฏิบัติงานของพนักงานบริษัทอสังหาริมทรัพย์ใน กรุงเทพมหานคร พบว่า นโยบายในการบริหารงานมีความสัมพันธ์กับความเครียด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษา

จากผลการวิจัยที่ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา ได้องค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ระหว่าง ปัจจัยด้านองค์กรและปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมกับความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษาสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุบลราชธานี เขต 2 เพื่อเป็นแนวทางในการป้องกัน และขจัดสาเหตุต่างๆ ที่มีผลต่อความเครียดให้ลดลงหรือหมดไป พัฒนารูปแบบการดูแลสุขภาพจิตของผู้บริหารสถานศึกษาเพื่อลดความเครียด และเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานต่อไป

## เอกสารอ้างอิง

กรมสุขภาพจิต. *ระดับของความเครียด*. [Online]. เข้าถึงได้จาก <https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=30438>. [2565, ธันวาคม 22], 2563.

คณิน จินตนาปราโมทย์ และพรชัย สิทธิศรีธัญกุล. *สรีรวิทยาความเครียดจากการทำงานและการแก้ปัญหาเมื่อเผชิญความเครียดในอาชีพแพทย์*. วารสารการแพทย์และวิทยาศาสตร์สุขภาพ. 26,2 (2561): 112-123.

จิณณวัตร ปะโคทัง. (2561). *ภาวะผู้นำยุคดิจิทัลสำหรับผู้บริหารสถานศึกษามืออาชีพ*. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี,

- ชัยญา คลองแห้ง. (2562). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของพยาบาลวิชาชีพ ใน  
โรงพยาบาลชุมชน จังหวัดสุราษฎร์ธานี.บัณฑิตวิทยาลัย :มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช,  
ชัยยนต์ เพาพาน. แนวคิดและทฤษฎีพื้นฐานการเป็นผู้นำของผู้บริหารสถานศึกษาในศตวรรษที่  
21. วารสารชุมชนวิจัย 11,1 (มกราคม - เมษายน 2560): 94-102.
- ดารารัตน์ ศรีโรจน์ศิลป์. (2559). การศึกษาสภาวะความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษาในการ  
บริหารงานโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 29. บัณฑิต  
วิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- ต่อลาภ อยู่พงษ์พิทักษ์ และอริสรา เสยานนท์. (2559). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดในการ  
ปฏิบัติงานของพนักงานธนาคารออมสินสำนักงานใหญ่. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัย  
หอการค้าไทย.
- ธีรวัฒน์ ศิริโรจน์กุล. แนวทางการจัดการความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหาร สถาน ศึกษา  
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชัยภูมิ เขต 3. บัณฑิตวิทยาลัย :  
มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี, 2563.
- นวรรตน์ รามสูตร. (2564). ครูไทยกับ AI ในสนามการศึกษาเพื่อสร้างคนสู่ศตวรรษที่ 21. หนังสือวัน  
ครู 16 มกราคม
- นันท์ณิชา สิงห์เดชวีระชัย.(2562), การศึกษาความเครียดและการจัดการความเครียดด้วยกิจกรรม  
นันทนาการของสมาชิกชมรมผู้สูงอายุบ้านหนองกระทุ่ม อำเภอกำแพงแสน บัณฑิต  
วิทยาลัย :มหาวิทยาลัยศิลปากร
- นาคยา สุวรรณจันทร์. (2560). การศึกษาความเครียดในการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา  
สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 11. บัณฑิตวิทยาลัย :มหาวิทยาลัย  
ราชภัฏสุราษฎร์ธานี,
- พรรณทิพา สุตาสุข. (2560). การศึกษาสภาวะความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษาในการ  
บริหารงานโรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 29. บัณฑิต  
วิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี,
- พิมพาใจ รสธรรม. (2557). ปัจจัยความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษาที่ส่งผลต่อประสิทธิภาพของ  
โรงเรียน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ  
ตอนบน. บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี,
- วิทยา มูลเมือง. (2560). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเครียดของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขต  
พื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือตอนบน. บัณฑิตวิทยาลัย :  
มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี,

ศักดิ์ชัย ภูเจริญ. การศึกษาความเครียดจากการทำงานของผู้บริหารสถานศึกษา โรงเรียนมัธยมศึกษาในจังหวัดนครราชสีมา. วารสารชุมชนวิจัย. 11,1 (2562): 94-102.

Cartwright, S & Cooper, C. L. Managing Workplace Stress. New York : Sage, 1997.

Department of Mental Health. Department of Mental Health revealed that stressful problems to win the championship hotline1323 in the year2560. Retrieved DEC 6, 2022, from <http://www.prdmh.com>. 2017. (in Thai)

French, Cobb and Rodgers. “Coping with Job Stress,” ISR Newsletter. 5 4 (Winter 1982): 8-17.

Hancock, Dawson R et al. “Causes of Stress and Strategies for Managing Stress among German and US Principals” Sage journals. 14,2 (June 2019): 355-359.

Heifetz R.A. (1994). Leadership without easy answers. Cambridge, MA: Belknap Press.

Oskolkoff, (2019).Nadia. Explicit Self-Care for Principals and Their Teachers: A Qualitative Transcendental Phenomenological Study on Administrator Stress Levels. Doctoral Dissertation submitted to the Faculty of the College of Education Concordia University–Portland, Portland,

Stephen P. Robbins. (2007).Organizational Behavior: Concept Controversies, Application. New Jersey: Prentice-Hall.