

## รายการอ้างอิง

- 1 ชูชัย ศุภวงศ์. **สถานการณ์ด้านสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อมในประเทศไทย : กรมนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2542.;13-35**
- 2 Karasek,R.and Theorell,T. Health work : Stress, Productivity,and the Reconstruction of Working life , New York : Basic Book, 1990
- 3 กรมสุขภาพจิต รายงานการวิจัยเรื่อง **การพัฒนาแบบประเมินวิเคราะห์ ความเครียด ด้วยตนเองสำหรับประชาชนไทยด้วยคอมพิวเตอร์** , 2541
- 4 กนกรัตน์ สุขะตุงคะ. " **ความเครียดคลายเครียด** " ;วารสารจิตวิทยาคลินิก ( มกราคม- มิถุนายน 2537 ): หน้า 7 - 15
- 5 กรมสุขภาพจิต **คู่มือจัดการความเครียดด้วยตนเอง** กรมสุขภาพจิต , 2546
- 6 Salye,H. , **The stress of Life** New York :Mc Graw –Hill Book Co; 1956
- 7 Lazarus, RS . **Psychological Stress and The Coping Process** St.Louis : Mc Graw – Hill Book Co;1971
- 8 Cooper CL ." **Stress at Work** ", Chichester : Wiley. 1978
- 9 ชินไอสถ หัสบำเรอ. **สิ่งแวดล้อมการทำงานและสิ่งคุกคามสุขภาพอนามัย ทางจิตวิทยาสังคม. เอกสารการสอนชุดอาชีวอนามัย หน่วยที่ 1-7** สาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ,มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช , 2533
- 10 สมภพ มานะรังสรรค์. **การขยายระบบทุนนิยมในประเทศไทย** ชุดประวัติศาสตร์ เศรษฐกิจไทย กรุงเทพฯ , 2524
- 11 สุจิต ศรีประพันธ์. **ผลกระทบการประกันสุขภาพต่อระบบบริการสาธารณสุข** รายงานการวิจัย, กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ , 2534
- 12 นิพนธ์ คันธเสวี . **คุณภาพชีวิตสำหรับสังคมไทย** เอกสารประกอบการสัมมนา ระดับชาติ เรื่องภาวะสังคมไทย ( เอกสารอัดสำเนา), 2525
- 13 สุขุมมา ลีตีพลธำรง. **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพนักงานขับรถประจำทาง ในเขต กรุงเทพมหานคร** วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล , 2535
- 14 จันจิรา ภูทองเกษ. **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความเครียดของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม** กรุงเทพฯ วิทยานิพนธ์ ปริญญาโท มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ,2537
- 15 ILO. **Quality of Work Life in Japan** : Asian Productivity organization , 1991

- 16 ไอรส ลีลากุลธนิต. "ความพอใจในชีวิตของคนในกรุงเทพในทัศนะของ  
นักตลาด"วารสารพัฒนบริหารศาสตร์. ( มกราคม – มีนาคม 2533 ) หน้า 13 -30
- 17 ศิริพร เนตรพุกกะ. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับความเครียดของคนงาน  
ใน โรงงานอุตสาหกรรมยางพารา จังหวัดสุราษฎร์ธานี วิทยานิพนธ์ปริญญา  
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย : มหาวิทยาลัยมหิดล, 2536.
- 18 จุฑาธิป วัชรานนท์., การศึกษาปัจจัยที่ก่อให้เกิดความเครียดจากการทำงานของ  
ผู้ใช้ แรงงานสตรีในโรงงานอุตสาหกรรมตัดเย็บเสื้อผ้า ,กรมสุขภาพจิต ,  
กระทรวงสาธารณสุข,2545
- 19 ณัฐกานต์ หัตถพันธ์. , ปัญหาภาวะความเครียดของคนงานในโรงงาน  
อุตสาหกรรม จังหวัดสมุทรปราการ , กลุ่มงานจิตวิทยา โรงพยาบาล  
ยุวประสาทโหวโยปถัมภ์ กรมสุขภาพจิต , กระทรวงสาธารณสุข , 2543
- 20 อารยะ คงมนต์ . ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเครียดของพนักงานโรงงาน  
อุตสาหกรรมผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูปบริษัทใหม่ทองจำกัด กรุงเทพมหานคร  
.วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต ( พัฒนาสังคม ) คณะพัฒนาสังคม  
สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ , 2545
- 21 สมใจ ฉัตรไทย . คุณภาพชีวิตของแรงงานก่อสร้าง .วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลป  
ศาสตรมหาบัณฑิต ( ประชากรศึกษา ) คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
กรมสุขภาพจิต , แบบประเมินการวิเคราะห์ความเครียดด้วยตนเอง ,  
กระทรวงสาธารณสุข , 2545
- 22 สุธวัฒน์ มหัตนิรันดกุล. , แบบสอบถามคุณภาพชีวิต โรงพยาบาลสวนปรุง ,  
กรมสุขภาพจิต , กระทรวงสาธารณสุข , 2545
- 24 ชัชสรวิญ เต็งพงศธร. , พฤติกรรมการจัดการกับปัญหาของพนักงานบริษัทโรงงาน  
ทอผ้า กรุงเทพจำกัดวิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิตสาขาจิตวิทยา  
อุตสาหกรรมคณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ , 2541 หน้า 3
- 25 วิทย์ วิศทเวทย์ . , ปรัชญา กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช , 2518
- 26 สุพรรณณี ไชยอำพร. , คุณภาพชีวิตของคนไทยศึกษาเปรียบเทียบระหว่างชาวเมือง  
กับชาว ชนบท คณะกรรมการส่งเสริมงานวิจัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหาร  
ศาสตร์ , 2540
- 27 ราชวรมณี , **พุทธธรรม** . ( ฉบับปรับปรุงและขยายความ) พิมพ์ครั้งที่ 3 กรุงเทพฯ :  
มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย

- 28 Singer,C. quoted in Booz & Allen ,The Quality of life Concept : A Potential New Tool For Decision – Markers. Washington D.C.,National Technica Information Service 1973 : 1-5
- 29 Wallace ,LA.,Nelson,C.J.,Highsmith, R,and Dunteman G.Association of personal and workplace characteristics with health, comfort and odor ,a survey of workers in three building. Indoor Air 3 ,1993
- 30 Stockdale, M. quoted in Wallace ,LA.,Nelson,C.J.,Highsmith, R,and Dunteman G.Association of personal and workplace characteristics with health, comfort and odor,a survey of workers in three building. Indoor Air 3 , 1993
- 31 Liu ,B.C Quality of Life : Concept , Measure and Results , The American Journal of Economics and Sociology ,1975 :34(1),1
- 32 Harland , 1972 อ้างถึงในกรมการฝึกหัดครู (2525 : 14 ) วิทยาลัยวิชาการศึกษา และกรมการฝึกหัดครูสัมมนาประชากรศึกษากับการปรับปรุงคุณภาพ ชีวิต,2516
- 33 Fradier , 1975 อ้างถึงใน อัจฉรา นวจินดา แนวคิดการศึกษาเครื่องชี้วัดคุณภาพ ชีวิตวารสารประชากรศาสตร์ 8( 2 ) , 43 – 45 , 2525
- 34 อัจฉรา นวจินดา และ ขจีจรัส ภิรมย์ธรรมศิริ , แนวคิดการศึกษาเครื่องชี้วัดคุณภาพ ชีวิตวารสารประชากรศาสตร์ 8( 2 ) , 43 – 45 , 2525
- 35 ชัยวัฒน์ บัจพงษ์ และคนอื่นๆ. คู่มือฉบับสมบูรณ์ประชากรศึกษา กรุงเทพมหานคร โอเดียนสโตร์ , 2527 หน้า138
- 36 สิปปนนท์ เกตุทัต . ระบบการศึกษาช่วยพัฒนาชีวิตอย่างไร เอกสารประกอบการสัมมนาทางวิชาการครั้งที่ 2 มหาวิทยาลัยมหิดล , 2528
- 37 พัฒนิน กิติพราภรณ์ . อ้างถึงใน สุพรรณิ ไชยอำพรม, คุณภาพชีวิตของคนไทย ศึกษาเปรียบเทียบระหว่างชาวเมือง กับชาว ชนบท คณะกรรมการส่งเสริม งานวิจัย สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ , 25402534 : 5
- 38 สุภางค์ จันทวานิช และวิศนี ศิลตระกูล. การพัฒนาแนวคิดและเครื่องชี้วัดของ สังคม และคุณภาพชีวิตในประเทศ ในอนุชาติ พวงลำสี และอรทัย อาจอ่ำ ( บรรณาธิการ) กรุงเทพมหานคร : สำนักกองทุนสนับสนุนการวิจัย
- 39 Allan, K, Kondo,Population and Quality of Life , Training in Population



Education in the Pacific , UNESCO Regional office for Population  
Education in Asia and the Pacific : Bangkok and UNESCO office  
for the Pacific and Asia ,1985

- 40 สวพรรณ ททรัพย์ประเสริฐ. **ปัจจัยที่มีผลต่อความเครียดด้านการย้ายงานของข้าราชการ กรมศุลกากร วิทยาลัยนิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์** , 2539
- 41 สุวารี ไสริพิทักษ์กุล . **ผลของสภาพแวดล้อมในการทำงานต่อสุขภาพจิตของคณงานใน โรงงานสิ่งทอ วิทยาลัยนิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาเทคโนโลยี การบริหารสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยมหิดล** , 2534
- 42 ภาณุวัฒน์ สะอาดอาวูธ. **การสำรวจความเครียดลูกจ้างชั่วคราวที่ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลสวนปรุง เชียงใหม่. วารสารสวนปรุง ; 9 (1 ) หน้า 54 - 63**
- 43 มารยาท เจริญสุขไสภณ . **ความสัมพันธ์ระหว่างภูมิหลัง ปัจจัยด้านกายภาพ จิตใจ สังคมกับสภาวะสุขภาพจิตของประชาชนในเขตอุตสาหกรรมภาคตะวันออกเฉียง ของประเทศไทย วิทยาลัยนิพนธ์ปริญญาโท จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย** , 2532
- 44 สกล ลิจุติภูมิ . **คุณภาพชีวิตการทำงานของบุคลากรสาธารณสุขในสังกัดสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดและสำนักงานสาธารณสุขอำเภอ ประเทศไทย ปี 2545วิทยาลัยนิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย** , 2545
- 45 สุพจน์ แก้วจรัสฉายแสง . **ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับคุณภาพชีวิตการทำงานของเจ้าหน้าที่สาธารณสุขตำบล จังหวัดลพบุรี วิทยาลัยนิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาบริหารสาธารณสุข มหาวิทยาลัยมหิดล** , 2536
- 46 ผาณิต สกุลวัฒน์ . **ปัจจัยที่มีผลต่อคุณภาพชีวิตการทำงาน ของพยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่. วิทยาลัยนิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต สาขาการบริหารการพยาบาล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย** , 2537
- 47 อรพิน ตันติมูธา . **ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับคุณภาพชีวิตการทำงาน ของพยาบาลวิชาชีพหอผู้ป่วยวิกฤตโรงพยาบาลศูนย์สังกัดกระทรวงสาธารณสุข วิทยาลัยนิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต สาขาการบริหารการพยาบาล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย** , 2538

- 48 สมหวัง พิริยานุวัฒน์ และคณะ. **คุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการพลเรือน**  
**ศูนย์วิจัยปฏิบัติการเพื่อการพัฒนาการศึกษาและสังคม คณะครุศาสตร์**  
**จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2540**
- 49 ชัยยง ขามรัตน์ . **คุณภาพชีวิตการทำงานของบุคลากรสาธารณสุขในสำนักงาน**  
**สาธารณสุขจังหวัดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือของประเทศไทย**  
**วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิตสาขาบริหารสาธารณสุข มหาวิทยาลัยมหิดล**  
**2542**
- 50 สุภางค์ ทองมัน . **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อคุณภาพชีวิตการทำงานของ**  
**พยาบาลใน โรงพยาบาลชุมชน วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตร**  
**มหาบัณฑิต สาขาบริหารสาธารณสุข มหาวิทยาลัยมหิดล , 2543**
- 51 Campbell, A . **Aspiration, Satisfaction, and Fulfillment in A Campbell and**  
**P.E.Converse , eds . The Human Meaning of Social Change , New York:**  
**Russel Sage Foundation , 1972**



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เรื่อง “ ความเครียด ,คุณภาพชีวิต และปัจจัยที่เกี่ยวข้องของพนักงานโรงงานผลิตเสื้อสำเร็จรูป  
ขนาดกลาง เขต กรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2547 ”

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ของผู้ตอบแบบสอบถาม

ปัจจัยส่วนบุคคล โปรดเติมข้อความหรือทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความตามความเป็นจริง

1. ปัจจุบันท่านอายุ.....ปี
2. เพศ ( ) 1 ชาย ( ) 2 หญิง
3. สถานภาพสมรส ( ) 1 โสด ( ) 2 คู่ ( ) 3. หม้าย ( ) 4. หย่า ( ) 5. แยก
4. ระดับการศึกษา ( ) 1 ประถมศึกษา จบชั้น ป. .... ( ) 2 มัธยมศึกษาตอนต้น ม.....  
( ) 3 มัธยมศึกษาตอนปลาย ปวช ( ) 4 อนุปริญญา หรือ ปวส  
( ) 5 ปริญญาตรี ( ) 6 สูงกว่าปริญญาตรี
5. ปัจจุบันท่านมีรายได้ต่อเดือนเท่ากับ.....บาท ต่อเดือน
6. ท่านเป็นผู้มีรายได้หลักของครอบครัวหรือไม่ ( ) 1 ใช่ ( ) 2 ไม่ใช่
7. ปัจจุบันท่านทำงาน ( ) 1 ในสำนักงาน ( ) 2 ในโรงงาน ระบุแผนก.....
8. ตำแหน่งงานที่ท่านทำในปัจจุบันของท่าน  
( ) 1 ผู้จัดการ ( ) 2 เจ้าหน้าที่ทางเทคนิค ( ) 3 พนักงาน  
( ) 4 หัวหน้าแผนก ( ) 5 งานเลขานุการ สารบรรณ ( ) 6 อื่นๆระบุ.....
9. ระยะเวลาที่ท่านทำงานในโรงงานอุตสาหกรรมแห่งนี้ .....ปี .....เดือน
10. ท่านดื่มเครื่องดื่ม หรือ สารเหล่านี้หรือไม่  
 1 กาแฟ  2 สุรา/ เบียร์ 3 บุหรี่  4 เครื่องดื่มยาสูบกำลัง  
1. ดื่ม ( ) 1 ( ) 1 ( ) 1 ( ) 1  
2. ไม่ดื่ม ( ) 2 ( ) 2 ( ) 2 ( ) 2

ลักษณะทางบ้าน โปรดเติมข้อความหรือทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความตามความเป็นจริง

11. ภูมิลำเนา ( ) 1 กรุงเทพมหานคร ( ) 2 ต่างจังหวัด ระบุ.....
12. ที่พักอาศัยปัจจุบัน ( ) 1 หอพัก ( ) 2 บ้านเช่า ( ) 3 บ้านพักโรงงาน  
( ) 4 บ้านตนเอง ( ) 5 อื่นๆ ระบุ.....
13. จำนวนสมาชิกในครอบครัวที่อาศัยอยู่ในบ้านเดียวกันมีกี่คน.....คน
14. บรรยายกาศความสัมพันธ์ในครอบครัวของท่านเป็นอย่างไร  
( ) 1 ด้วยรักและผูกพันห่วงใยกัน ดี ( ) 2 เรือๆ มาเรื่อยๆ ไม่ขัดแย้งแต่ก็ไม่รักกันมาก  
( ) 3 มีข้อขัดแย้งกันบ้างเล็กน้อย ( ) 4 ทะเลาะเบาะแว้งกันบ่อยๆ  
( ) 5 ทะเลาะกันบ่อยมากถึงขั้นทำร้ายร่างกายกัน



15. ค่าตอบแทนหรือเงินเดือนที่ได้รับเหมาะสมกับปริมาณงานและหน้าที่ความรับผิดชอบที่ท่านได้รับมอบหมายหรือไม่ ( ) 1 เหมาะสม ( ) 2 ไม่เหมาะสม
16. สถานะทางการเงินของครอบครัว ( ) 1 มีหนี้สิน ( ) 2 พอกินพอใช้  
( ) 3 มีเหลือเก็บ ( ) 4 ไม่พอใช้ ไม่ต้องกู้ยืม ( ) 5 ไม่พอใช้ ต้องกู้ยืม
17. จำนวนคนที่ท่านต้องรับภาระเลี้ยงดูมีกี่คน ..... คน
18. รายจ่ายที่ท่านต้องใช้เลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัวเท่าไร  
( ) 1 น้อยกว่า 5,000 บาทต่อเดือน ( ) 2 5,001 - 10,000 บาทต่อเดือน  
( ) 3 10,001 - 15,000 บาทต่อเดือน ( ) 4 15,001 - 20,000 บาทต่อเดือน  
( ) 5 20,001 - 25,000 บาทต่อเดือน ( ) 6 25,001 - 30,000 บาทต่อเดือน  
( ) 7 มากกว่า 30,000 บาทต่อเดือน
19. สภาพเศรษฐกิจและสังคมในปัจจุบันมีผลกระทบต่อการทำงานของท่านและครอบครัวหรือไม่  
( ) 1 มี ( ) 2 ไม่มี
20. บุคคลในครอบครัวมีส่วนรับรู้ความกังวลใจของท่านเกี่ยวกับการปฏิบัติงานหรือไม่  
( ) 1 มี ( ) 2 ไม่มี
21. คนในครอบครัวของท่านคอยให้กำลังใจ และเข้าใจปัญหาการทำงานของท่าน  
( ) 1 มี ( ) 2 ไม่มี

**ลักษณะที่ทำงาน โปรดเติมข้อความหรือทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ( ) หน้าข้อความตามความเป็นจริง**

22. ท่านคิดว่าที่ทำงานของท่านมีสภาพแวดล้อมเหล่านี้เป็นอย่างไร  
 แสง ( ) 1 สว่างดี ( ) 2 สว่างพอใช้ ( ) 3 มีดปานกลาง ( ) 4 มีดมาก  
 เสียง ( ) 1 ไม่ดัง ( ) 2 ดังเล็กน้อย ( ) 3 ดังปานกลาง ( ) 4 ดังมาก  
 ความร้อน ( ) 1 ไม่ร้อน ( ) 2 ร้อนเล็กน้อย ( ) 3 ร้อนปานกลาง ( ) 4 ร้อนมาก  
 ระบายอากาศ ( ) 1 ไม่ระบายอากาศ ( ) 2 ระบายอากาศน้อย ( ) 3 ระบายอากาศปานกลาง  
( ) 4 ระบายอากาศดีมาก  
 ฝุ่น ( ) 1 ไม่มี ( ) 2 มีฝุ่นน้อย ( ) 3 มีฝุ่นปานกลาง ( ) 4 มีฝุ่นมาก
23. ลักษณะการจ้างงาน  
( ) 1 ลูกจ้างประจำ  
( ) 2 ลูกจ้างรายวัน ( ค่าจ้าง .....บาท ต่อ วัน ) ( ) 3 อื่นๆ.....
24. งานที่ท่านทำเสี่ยงต่อสุขภาพและรู้สึกไม่ปลอดภัยจากการปฏิบัติงานหรือไม่  
( ) 1 ใช่ ( ) 2 ไม่ใช่
25. งานที่ท่านทำมีโอกาสก้าวหน้าในอาชีพหรือไม่  
( ) 1 มี ( ) 2 ไม่มี
26. ผู้บังคับบัญชาหรือหัวหน้างาน ยอมรับ หรือมอบหมายงานให้ตรงกับความรู้ความสามารถของท่าน  
( ) 1 ใช่ ( ) 2 ไม่ใช่
27. ระยะเวลาในการปฏิบัติงานทั่วไป  
( ) 1 น้อยกว่า 8 ช.ม.ต่อวัน ( ) 2 8 ช.ม. ต่อ วัน  
( ) 3 มากกว่า 8 ช.ม. ต่อวัน ระบุ กี่ ช.ม. ....ช.ม. ต่อ วัน

28. ปัจจุบันเวลาการทำงานของท่าน  
 ( ) 1 ทำงานเป็นกะ (เช้า / บ่าย / ดึก) ( ) 2 ทำงานทั้งวัน  
 ( ) 3 อื่นๆ ระบุ.....
29. ท่านมีโอกาสเข้าร่วมประชุมฝึกอบรม หรือร่วมกิจกรรมทางด้านวิชาการต่างๆ ฝึกทักษะการปฏิบัติงาน เพื่อพัฒนาตนเองหรือไม่ ( ) 1 มี ( ) 2 ไม่มี
30. ผู้บังคับบัญชา หรือ หัวหน้างานของท่าน ให้ความสนใจและส่งเสริมให้ท่านพัฒนาตนเอง เพื่อ ความก้าวหน้าในอนาคต ( ) 1 มี ( ) 2 ไม่มี
31. ท่านมีเพื่อนร่วมงานที่สามารถให้ความช่วยเหลือ ในภาวะที่ท่าน ไม่สบายใจ ยามทุกข์ใจ หรือไม่ ( ) 1 มี ( ) 2 ไม่มี
32. โรงงานมีการให้บริการตรวจสอบสุขภาพร่างกายประจำปีหรือไม่  
 ( ) 1 มี ( ) 2 ไม่มี
33. เมื่อท่านเจ็บป่วยท่านสามารถใช้สวัสดิการประกันสังคมทางด้านสุขภาพ บัตรประกันสุขภาพที่ท่านมีอยู่ ท่านใช้บัตรประเภทใด  
 ( ) 1 บัตรประกันสังคม ( ) 2 บัตรสุขภาพ ( ) 3 บัตรสงเคราะห์ผู้มีรายได้น้อย  
 ( ) 4 อื่นๆ ระบุ.....
34. สถานพยาบาลที่มีอยู่ในโรงงานปัจจุบันให้ความสะดวกทางด้านบริการให้การรักษาเมื่อยามเจ็บป่วยเป็นอย่างไร  
 ( ) 1 ดีมาก ( ) 2 ดี  
 ( ) 3 พอใช้ ( ) 4 ต้องปรับปรุงด้าน.....
35. ท่านปรารถนาให้ทางโรงงานจัดสวัสดิการอะไรเพิ่มให้บ้าง
1. ....
2. ....
3. ....
4. ....

## ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับสุขภาพ ( ความเครียด )

คำชี้แจง ในระยะเวลา 2 เดือนที่ผ่านมา ท่านมีอาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึกเหล่านี้ มากน้อยเพียงใด โปรดขีดเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องแสดงระดับ อาการที่เกิดขึ้นกับตัวท่าน ตามความเป็นจริงมากที่สุด

อาการ พฤติกรรม หรือ ความรู้สึก	ระดับอาการ			
	ไม่เคยเลย	เป็น ครั้งคราว	เป็น บ่อยๆ	เป็น ประจำ
1. นอนไม่หลับ เพราะคิดมาก หรือ กังวลใจ				
2. รู้สึกหงุดหงิด				
3. ทำอะไรไม่ได้เลย เพราะประสาทเครียด				
4. มีความวุ่นวายใจ				
5. ไม่อยากพบปะผู้คน				
6. ปวดหัวข้างเดียว หรือปวดบริเวณขมับทั้ง 2 ข้าง				
7. รู้สึกไม่มีความสุข และ เศร้าหมอง				
8. รู้สึกหมดหวังในชีวิต				
9. รู้สึกชีวิตตนเองไม่มีคุณค่า				
10. กระวนกระวายอยู่ตลอดเวลา				
11. รู้สึกว่าตนเองไม่มีสมาธิ				
12. รู้สึกอ่อนเพลียไม่มีแรงจะทำอะไร				
13. รู้สึกเหนื่อยไม่อยากทำอะไร				
14. มีอาการหัวใจเต้นเร็ว				
15. เสียงสั่น ปากสั่น หรือมือสั่นเวลา ไม่พอใจ				
16. รู้สึกกลัวผิดพลาดในการทำสิ่งต่างๆ				
17. ปวด หรือ เกร็งกล้ามเนื้อ บริเวณ ท้ายทอย				
18. ตื่นเต้นง่ายกับเหตุการณ์ไม่คุ้นเคย				
19. มึนงง และ เวียนศีรษะ				
20. ความสุขทางเพศลดลง				

### ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับคุณภาพชีวิต

**คำชี้แจง** ข้อคำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งของท่าน ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมาให้ท่านสำรวจตัวท่านเอง และ ประเมินเหตุการณ์ หรือ ความรู้สึก ของท่านแล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องคำตอบที่เหมาะสม และเป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด

คำตอบมี 5 ตัวเลือก คือ

- ไม่เลย** หมายถึง ท่านไม่มีความรู้สึกเช่นนั้นเลย
- เล็กน้อย** หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นนานๆครั้ง รู้สึกเช่นนั้นเล็กน้อย รู้สึกไม่พอใจ หรือรู้สึกแย่
- ปานกลาง** หมายถึง ท่านมีความรู้สึกปานกลาง เช่น รู้สึกพอใจระดับกลางๆ หรือรู้สึกแยระดับกลางๆ
- มาก** หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อยๆ รู้สึกเช่นนั้นมาก รู้สึกพอใจ หรือรู้สึกดี
- มากที่สุด** หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นเสมอ รู้สึกเช่นนั้นมากที่สุด หรือรู้สึกว่าสมบูรณ์ รู้สึกพอใจ รู้สึกดีมาก

ข้อที่	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	ไม่เลย	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
1	ท่านพอใจกับสุขภาพของท่านในตอนนี้อย่างใด					
2	การเจ็บปวดตามร่างกายเช่น ปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการมากนักเพียงใด					
3	ท่านมีกำลังเพียงพอที่จะทำสิ่งต่างๆในแต่ละวันไหม ( ทั้งเรื่องงาน หรือ การดำเนินชีวิตประจำวัน)					
4	ท่านพอใจกับการนอนหลับของท่านมากนักเพียงใด					
5	ท่านรู้สึกพึงพอใจในชีวิต ( เช่น มีความสุข ความสงบ ,มีความหวัง ) มากน้อยเพียงใด					
6	ท่านมีสมาธิในการทำงานต่างๆดีเพียงใด					
7	ท่านรู้สึกพอใจในตนเองมากน้อยแค่ไหน					
8	ท่านยอมรับรูปร่างของตัวเองได้ไหม					
9	ท่านมีความรู้สึกไม่ดี เช่น รู้สึกเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล บ่อยแค่ไหน					
10	ท่านรู้สึกพอใจมากน้อยแค่ไหนที่สามารถทำอะไรๆผ่านไปได้ในแต่ละวัน					



ข้อที่	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	ไม่เลย	เล็กน้อย	ปานกลาง	มาก	มากที่สุด
11	ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาลมากน้อยเพียงใด เพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตอยู่ได้ในแต่ละวัน					
12	ท่านพอใจกับความสามารถในการทำงานได้อย่างที่เคยทำมามากน้อยเพียงใด					
13	ท่านพอใจต่อการผูกมิตรหรือเข้ากับคนอื่นอย่างที่ผ่านมาแค่ไหน					
14	ท่านพอใจกับการช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อนๆแค่ไหน					
15	ท่านรู้สึกว่าคุณชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยดีไหมในแต่ละวัน					
16	ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้มากน้อยเพียงใด					
17	ท่านมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็นมากน้อยเพียงใด					
18	ท่านพอใจที่จะสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ตามความจำเป็นเพียงใด					
19	ท่านได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตแต่ละวันมากน้อยเพียงใด					
20	ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียดมากน้อยเพียงใด					
21	สภาพแวดล้อมดีต่อสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด					
22	ท่านพอใจกับการเดินทางไปไหนมาไหนของท่าน (หมายถึงการคมนาคม)มากน้อยเพียงใด					
23	ท่านรู้สึกว่าคุณชีวิตท่านมีความหมายมากน้อยแค่ไหน					
24	ท่านสามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเองได้ดีเพียงใด					
25	ท่านพอใจในชีวิตทางเพศของท่านแค่ไหน (ชีวิตทางเพศ หมายถึง เมื่อเกิดความรู้สึกทางเพศขึ้นแล้ว ท่านมีวิธีจัดการทำให้ผ่อนคลายลงได้รวมถึงการช่วยตนเอง หรือการมีเพศสัมพันธ์)					
ข้อที่	ในช่วง 2 สัปดาห์ที่ผ่านมา	แย่มาก	แย่	ปานกลาง	ดี	ดีมาก
26	ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิต(ชีวิตความเป็นอยู่)อยู่ในระดับใด					

ภาคผนวก ข

ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของ  
แบบสอบถาม

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบความถูกต้องและความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม

แบบสอบถามที่ใช้ในการศึกษาวิจัย ความเครียด , คุณภาพชีวิต และปัจจัยที่เกี่ยวข้องของพนักงานโรงงานผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูปขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2547 ในครั้งนี้ ได้ผ่านการตรวจสอบจากผู้ทรงคุณวุฒิ ดังมีรายชื่อดังต่อไปนี้

1. ศาสตราจารย์นายแพทย์ไพบุลย์ ไฉ่หิ์สุนทร  
ศาสตราจารย์ประจำภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม  
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์นายแพทย์วิโรจน์ เจียมจรัสรังษี  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม  
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. อาจารย์นายแพทย์อานนท์ วรยิ่งยง  
อาจารย์ประจำภาควิชาเวชศาสตร์ป้องกันและสังคม  
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. นายแพทย์พรชนก รัตนดิลก ณ ภูเก็ต  
ผู้เชี่ยวชาญด้านเวชกรรมป้องกัน  
สำนักโรคเอดส์ วัณโรค และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์  
กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวสงวนลักษณ์ สุขสวัสดิ์

สถานที่เกิด จังหวัดสุพรรณบุรี

วุฒิการศึกษา

ปี พ.ศ. 2537 สาธารณสุขศาสตร์บัณฑิต (บริหารสาธารณสุขทั่วไป)  
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

ปี พ.ศ. 2548 วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (เวชศาสตร์ชุมชน)  
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สถานที่ทำงาน กลุ่มวัณโรค สำนักโรคเอดส์ วัณโรคและโรคติดต่อ  
ทางเพศสัมพันธ์ กรมควบคุมโรค  
กระทรวงสาธารณสุข

ศูนย์วิทยพัชร์พยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย