

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความสำคัญและที่มาของปัญหาการวิจัย (Background and Rationale)

ประเทศไทยได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ผลการพัฒนาทำให้คนไทยในปัจจุบันส่วนใหญ่ได้รับบริการโครงสร้างพื้นฐาน และบริการทางสังคมมากขึ้น รวมถึงการสื่อสารโทรคมนาคมที่เข้าถึงประชาชนได้มากขึ้น ขณะเดียวกันสภาวะแวดล้อมด้านสังคม วัฒนธรรม และการใช้พื้นที่เสื่อมโทรมลง และส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน ทำให้ปัญหาสุขภาพได้เปลี่ยนจากโรคติดต่อ มาเป็น ปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวกับสภาพสังคม สิ่งแวดล้อม และพฤติกรรมมากขึ้น และมีแนวโน้มรุนแรงขึ้นในอนาคต

จากสถิติการตายที่สำคัญของคนไทยในกลุ่มวัยทำงาน (อายุ 15 – 59 ปี) ระหว่างปี พ.ศ. 2535 - 2540 พบว่าโรคหัวใจและโรคความดันโลหิตสูง เป็นสาเหตุการตายอันดับต้นๆ โดยมีอัตราการตายเพิ่มขึ้นทุกปี (1) ถึงแม้โรคหัวใจและความดันโลหิตสูงจะมีสาเหตุมาจากปัจจัยอื่นๆ ร่วมด้วยก็ตาม ความเครียดจากการทำงานก็เป็นสาเหตุหนึ่งที่สำคัญ ผลการวิจัยในต่างประเทศพบว่า หากสามารถลดความเครียดจากการทำงานในกลุ่มอาชีพที่มีความเครียดสูงได้ จะสามารถลดจำนวนผู้ป่วยด้วยโรคหัวใจ ลงได้ถึง ร้อยละ 23 (2) กลุ่มอาชีพที่มีความเครียดสูงได้แก่ กลุ่มอาชีพด้านบริการ ลูกจ้างในโรงงานอุตสาหกรรม และบุคลากรทางการแพทย์ เป็นต้น

จากรายงานของสมาคมจิตวิทยาของอเมริกัน พบว่า ในคน(อเมริกัน)ประมาณร้อยละ 43 จะมีภาวะสุขภาพจิตที่ไม่ดีซึ่งเกิดจากผลของความเครียด ประมาณร้อยละ 75 -90 ของผู้ที่ไม่พบแพทย์มีอาการที่เกี่ยวข้องกับความเครียด ซึ่งถ้านับเป็นการสูญเสียทางด้านเศรษฐกิจ เช่น การเสียชั่วโมงทำงาน ,การขาดงาน ผลผลิตที่ได้ลดลงแล้ว ความเครียดยังก่อให้เกิด ความสูญเสียมากกว่า 300ล้านเหรียญต่อปี (มากกว่า12,000 ล้านบาทหรือประมาณหนึ่งในห้าของงบประมาณกระทรวงสาธารณสุขของประเทศไทย)

ในประเทศไทย ยังไม่มีผู้ใดคิดคำนวณ การสูญเสียทางเศรษฐกิจ หรือการเงิน เนื่องจากความเจ็บป่วยโดยเฉพาะโรคทางสุขภาพจิต หรือความเครียดซึ่งคำนวณได้ยากกว่าความเจ็บป่วยด้วยโรคทางกาย ปัญหาสุขภาพจิตในประเทศไทยพบว่าในภาวะปกติ คนทั่วไปจะมีความรู้สึกเครียด หรือมีอาการในระดับปานกลาง และมากประมาณร้อยละ 20 – 30 ของ

ประชากร แต่หลังจากภาวะวิกฤตเศรษฐกิจ ( ตั้งแต่ เดือนกรกฎาคม 2540 ซึ่งประกาศลอยตัวค่าเงินบาท ) การสอบถามโดยใช้แบบสอบถามประชาชนทั่วไปพบว่า ประชาชนมีความเครียดมากขึ้นเป็นร้อยละ 40 – 60 แล้วแต่อาชีพ

ความเครียด เป็นปฏิกิริยาตอบสนองทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรมของแต่ละบุคคล ในการปรับตัวต่อสิ่งที่เป็นแรงกดดันทั้งภายในและภายนอก ซึ่งอาจเป็นเหตุการณ์ สถานการณ์ บุคคลหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่บุคคลนั้นรับรู้ว่าเป็นสิ่งที่ทำให้เครียด (3) ความเครียดที่เกิดขึ้นหากมีระดับต่ำๆ และรู้จักวิธีแก้ไขให้หมดไปก็จะไม่ส่งผลกระทบมากต่อการดำรงชีวิต แต่ถ้าหากมีความเครียด อยู่ในระดับสูงเป็นเวลานาน โดยไม่ได้รับการแก้ไขหรือช่วยเหลืออย่างเหมาะสมก็อาจเป็นผลเสียต่อสุขภาพทั้ง ทางร่างกาย จิตใจ และ พฤติกรรม สำหรับผลเสียต่อร่างกายมีหลักฐานที่แสดงให้เห็นว่า ความเครียดเรื้อรังทำให้เกิดกล้ามเนื้ออ่อนแรงได้ ในบางคนหรือความดันโลหิตสูง อันเนื่องมาจากความเครียดและ ทำให้หัวใจและหลอดเลือดผิดปกติได้นอกจากนั้น โรคกระเพาะอาหาร ลำไส้อักเสบ และ ท้องเสียเรื้อรัง ก็เกิดได้จากการที่ความเครียดไปรบกวนระบบการย่อยอาหาร ผลเสียทางด้านจิตใจ ก็อาจมีความวิตกกังวล ก้าวร้าว เจ็บช้ำ เบื่อเศร้า หงุดหงิด และ อารมณ์เสื่อง่าย ผลเสียทางด้านพฤติกรรม อาจเกิดอุบัติเหตุง่าย มักติดยาต่างๆ ไม่อยากอาหาร ตื่นและหลับไม่หลับ (4) นอกจากนี้ยังอาจเกิดผลเสียต่อพฤติกรรมการทำงาน เช่นการลา ขาดงาน มาทำงานสาย การโยกย้ายเปลี่ยนงาน การทะเลาะเบาะแว้ง ความขัดแย้ง จนถึงการลาออกจากงาน ซึ่งล้วนแล้วแต่ส่งผลกระทบต่อตัวพนักงานและครอบครัว และองค์กร หากพนักงาน องค์กรใดตระหนักถึงมูลเหตุแห่งอันตรายดังกล่าว และหาทางป้องกันหรือแนวทางแก้ไขความเครียดให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม ก็จะสามารถช่วยลดความรุนแรงของปัญหาต่างๆลงได้ และทำให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี

โรงงานอุตสาหกรรมเสื้อสำเร็จรูป เป็นสถานประกอบการประเภทหนึ่ง ซึ่งพนักงานต้องปฏิบัติงานเป็นเวลานานๆและเป็นงานที่ซ้ำซากจำเจในขณะที่ทำงาน ได้รับผลกระทบสิ่งแวดล้อมที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ เช่น แสง เสียง ฝุ่น และความร้อน อยู่ตลอดเวลา ปัจจัยต่างๆ สภาพสังคมความเป็นอยู่ที่แออัด รวมทั้งปัญหาเศรษฐกิจและสังคม ซึ่งล้วนแล้วแต่เป็นปัญหาก่อให้เกิดความเครียดด้วยกันแทบทั้งสิ้นซึ่งจะส่งผลถึงคุณภาพชีวิตของพนักงานโรงงานรวมถึงครอบครัวของพนักงานรวมถึงสังคมและประเทศชาติ จึงทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจศึกษาถึงปัจจัย ที่ส่งผลกระทบต่อความเครียด และ คุณภาพชีวิตของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมเสื้อสำเร็จรูปใน กรุงเทพมหานคร

## คำถามการวิจัย ( Research Questions )

1. ความเครียด ของพนักงานโรงงานผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป ขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานครเป็น อย่างไร
2. คุณภาพชีวิตของพนักงานโรงงานผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูปขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานครเป็นอย่างไร
3. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับ ความเครียด , คุณภาพชีวิต ของพนักงานโรงงานผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป ขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานครเป็นอย่างไร

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย ( Objectives )

### 1. วัตถุประสงค์ทั่วไป ( General Objectives )

เพื่อศึกษาความเครียด, คุณภาพชีวิต และปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ของพนักงานโรงงานผลิตเสื้อผ้า สำเร็จรูป ขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานคร

### 2. วัตถุประสงค์เฉพาะ ( Specific Objectives )

2.1 เพื่อศึกษาอัตราความทุกข์ของความเครียด ของพนักงานโรงงานผลิตเสื้อผ้า สำเร็จรูปขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานคร

2.2 เพื่อศึกษาคุณภาพชีวิต ของพนักงานโรงงานผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป ขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานคร

2.3 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยทางบ้าน ปัจจัยที่ทำงานกับความเครียดและ คุณภาพชีวิตของพนักงานโรงงานผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูปขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานคร

## สมมติฐานการวิจัย (Hypothesis )

ระดับความเครียด , คุณภาพชีวิตของพนักงานโรงงานผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป ขนาดกลาง เขต กรุงเทพมหานคร แตกต่างกันตามปัจจัยส่วนบุคคล,ปัจจัยทางบ้าน, ปัจจัยที่ทำงาน

## ตัวแปรที่ศึกษา

### 1 ตัวแปรอิสระ (Independent variables)

1.1 ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ อายุ เพศ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา รายได้ ตำแหน่ง หน่วยงาน

1.2 ปัจจัยทางบ้าน ได้แก่ ภูมิฐานะ ลักษณะที่พัก ลักษณะครอบครัว ภาวะครอบครัว แรงสนับสนุนทางสังคม

1.3 ปัจจัยที่ทำงาน ได้แก่ สภาพแวดล้อม ลักษณะงานที่รับผิดชอบ ลักษณะการบังคับบัญชา ความก้าวหน้าในอาชีพ การทำงานเป็นกะ เพื่อนร่วมงาน สวัสดิการ

2. ตัวแปรตาม (Dependent variables) ได้แก่ ความเครียด และ คุณภาพชีวิตของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรม ผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป ขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานคร

## นิยามเฉพาะคำศัพท์ในการวิจัย (Operational Definition)

**ความเครียด** หมายถึง การรับรู้ของบุคคลอันเนื่องมาจากความไม่สมดุลระหว่างบุคคลกับปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ทำให้เกิดปฏิกิริยาที่ต้องเผชิญกับแรงกดดัน หรือ ภาวะที่ร่างกายและจิตใจ ของบุคคลแสดงปฏิกิริยา ตอบสนองต่อสิ่งเร้าใดๆ ทั้งภายนอกและภายในที่มากระตุ้น เป็นผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพฤติกรรม

**โรงงานอุตสาหกรรม ขนาดกลาง** หมายถึง สถานที่ ที่มีการประกอบกิจกรรมที่ก่อให้เกิดผลผลิต ในการวิจัยครั้งนี้คือ โรงงานผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป ขนาดกลาง ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีคนงานตั้งแต่ 200 คนขึ้นไป

**คุณภาพชีวิต** หมายถึง ลักษณะความเป็นอยู่ที่ดี การรับรู้ สภาพความเป็นอยู่ของบุคคลในด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม ความคิด และจิตใจ เป็นวิถีชีวิต หรือความเป็นอยู่ในภาพรวมของประชากร

**สวัสดิการ** หมายถึง ประโยชน์เพิ่มเติมที่พนักงานจะได้รับนอกเหนือจากค่าจ้าง ได้แก่ มีการจัดสวัสดิการด้านการรักษาพยาบาล เมื่อเจ็บป่วยควรได้รับค่ารักษาพยาบาล เงินทดแทนการขาดรายได้ เงินทดแทนการสูญเสียอวัยวะเงินค่าฟื้นฟูสมรรถภาพในการทำงาน มีการจัดสวัสดิการด้านที่พัก การกีฬาและสันทนาการให้แก่คนงานตามสภาพที่เอื้ออำนวย

**ตำแหน่งงาน** หมายถึง ภาระรับผิดชอบในด้านงาน ซึ่งแบ่งออกเป็น พนักงานระดับปฏิบัติงาน และ พนักงานระดับบังคับบัญชา

**ลักษณะครอบครัว** หมายถึง ลักษณะครอบครัว 2 แบบดังนี้

**ครอบครัวเดี่ยว** หมายถึง ครอบครัวแบบที่มีเฉพาะ พ่อ แม่ ลูก หรืออยู่คนเดียวโดยไม่มีญาติพี่น้องมาอยู่ด้วย

**ครอบครัวขยาย** หมายถึง ครอบครัวแบบที่มี ญาติพี่น้อง ปู่ ย่า ตา ยาย มาอยู่ร่วมด้วย

**ภาระครอบครัว** หมายถึง พนักงานต้องปฏิบัติและรับผิดชอบต่อสมาชิกในครอบครัว ในแต่ละเดือน ได้แก่ การดูแลสมาชิกในครอบครัว ซึ่งประกอบด้วย การดูแล บิดา มารดา บุตร ธิดา และญาติพี่น้อง การรับผิดชอบค่าใช้จ่ายต่างๆ ภายในครอบครัว ได้แก่ ค่าใช้จ่ายของสมาชิกในครอบครัว ค่าเช่าบ้านและค่าเช่าซื้อบ้าน ค่าผ่อนรถ และ ค่าใช้จ่ายภายในบ้าน เช่น ค่าน้ำ ค่าไฟ ค่าโทรศัพท์

**แรงสนับสนุนทางสังคม** หมายถึง การที่บุคคลได้รับความสนใจ กำลังใจการยอมรับ การพบปะสังสรรค์ ความสนิทสนม การได้รับความช่วยเหลือทางการเงิน สิ่งของ เครื่องใช้ รวมทั้งการได้รับความแนะนำแก้ไขปัญหาทั้งในเรื่องส่วนตัวและแม้แต่การสนับสนุน ด้านจิตใจ จากผู้ให้การสนับสนุน ซึ่งอาจเป็นบุคคลหรือเป็นกลุ่ม แหล่งที่ให้การสนับสนุนทางสังคม 7 แหล่ง คือ คู่สมรส ญาติ เพื่อน เพื่อนบ้าน เจ้านาย ผู้ร่วมงาน ผู้ให้การดูแล หรือผู้ให้บริการ

**ลักษณะงานที่รับผิดชอบ** หมายถึง งานที่ตรงกับ ความรู้ความสามารถของพนักงาน เป็นงานที่สนใจ และถนัด มีปริมาณงานที่เหมาะสม งาน ที่ต้องพัฒนาความรู้และเพิ่มพูนประสบการณ์ ซึ่งทำให้เกิดความพอใจในการทำงาน และเป็นแรงจูงใจ ให้พนักงานทำงานอย่าง ตั้งใจและทำงานจนสำเร็จ

**ความก้าวหน้าในอาชีพ** หมายถึง การที่พนักงานได้รับการเลื่อนตำแหน่งไปสู่ระดับที่สูงกว่าเดิม โดยได้รับการพิจารณาอย่างเป็นธรรม รวมทั้งการได้รับการพัฒนาความรู้ ความสามารถและทักษะในการทำงาน การได้รับการสนับสนุนให้ศึกษาต่อ ฝึกอบรม สัมมนา และดูงาน

**เพื่อนร่วมงาน** หมายถึง ความสัมพันธ์ระหว่างพนักงานกับเพื่อนร่วมงานที่ปฏิบัติงานร่วมกันทั้งด้านการทำงานและด้านส่วนตัวทั้งในและนอกสถานที่ทำงาน การอยู่ร่วมกัน การเคารพกัน ความเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ให้ความเกื้อกูลกัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ในการทำงาน การทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้งานประสบความสำเร็จ

**สภาพแวดล้อม** หมายถึง การที่บุคคลนั้น คิดหรือรู้สึกว่าคุณภาพแวดล้อมที่ตนทำงานอยู่นั้น มีหรือไม่มีความเหมาะสม ซึ่งถ้าหากคิดหรือรู้สึกว่าไม่เหมาะสม ก็จะทำให้เกิดความคับข้องใจและนำไปสู่ความเครียด

**ลักษณะการบังคับบัญชาของหัวหน้า** หมายถึง การที่บุคคลนั้นรู้สึกว่าคุณภาพของความสัมพันธ์อย่างไรกับหัวหน้าหรือผู้บริหารงานอื่นๆ ซึ่งจะเป็นผลให้เกิดความเครียดได้

### ข้อตกลงเบื้องต้น (Assumption)

ในการศึกษานี้ จะศึกษาเฉพาะพนักงานที่ทำงานในโรงงาน ผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป ขนาดกลาง ในเขตกรุงเทพมหานครเท่านั้น

### คำสำคัญ (Keyword)

Stress , Quality of Life

The Medium – Size Garment Factories

Employees

### ปัญหาทางจริยธรรม (Ethical Consideration)

เนื่องจากการศึกษาโดยใช้แบบสอบถาม โดยไม่มีวิธีการ หรือการทดลองใดๆแก่กลุ่มที่ศึกษา จึงคาดว่าไม่มีปัญหาทางจริยธรรมใด อย่างไรก็ตามผู้วิจัยก็ได้ทำการป้องกันโดยไม่มี การระบุชื่อ นามสกุล ของผู้ตอบแบบสอบถาม ในแบบสอบถาม และทำการรายงานผลในภาพรวม โดยไม่ระบุชื่อ นามสกุลของกลุ่มตัวอย่างหรือชื่อของสถานประกอบการ

### ข้อจำกัดในการวิจัย (Limitation)

การศึกษานี้เป็นแบบศึกษา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง ซึ่งข้อมูลส่วนบุคคลบางส่วนเป็น ข้อมูลย้อนหลังในช่วงชีวิตที่ผ่านมาของผู้ให้สัมภาษณ์ ข้อมูลที่ได้อาจคลาดเคลื่อนจากความจริง

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ (Expected Benefit and Application)

1. ได้ทราบข้อมูลขนาดปัญหาความรุนแรง เกี่ยวกับความเครียด คุณภาพชีวิต และ ปัจจัยที่ส่งผลให้เกิดความเครียดและคุณภาพชีวิตในพนักงาน โรงงานโรงงานอุตสาหกรรม ผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป ขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานคร

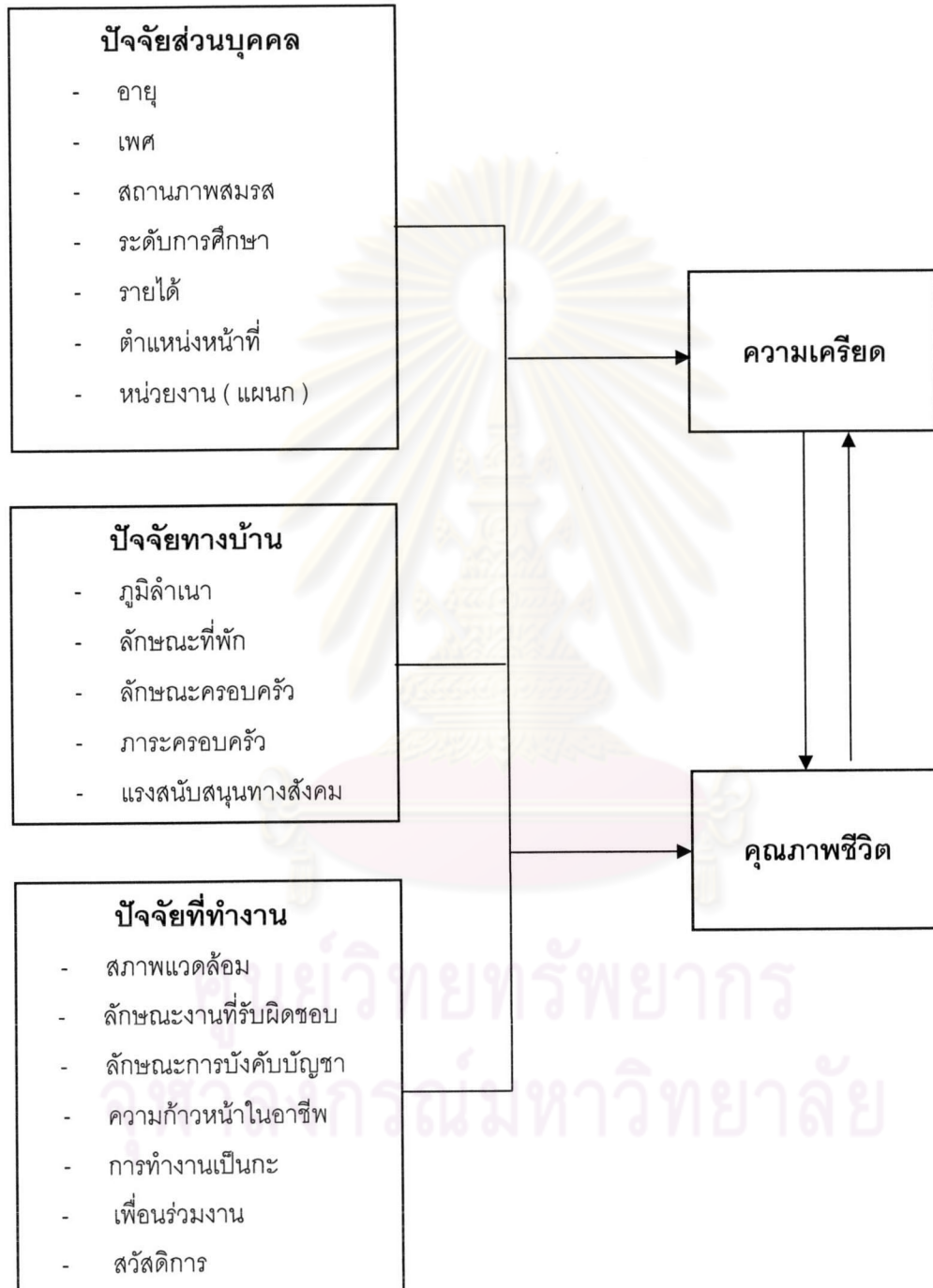
2. เป็นแนวทางสำหรับบุคลากรสาธารณสุข ในการวางแผนให้ความรู้ คำแนะนำ และการรณรงค์ให้ความรู้แก่พนักงานกลุ่มเสี่ยง ในโรงงานอุตสาหกรรม ผลิตเสื้อผ้าสำเร็จรูป ขนาดกลาง เขตกรุงเทพมหานคร เพิ่มมากขึ้น

3. เป็นข้อมูลในการศึกษาวิจัยในประเด็นที่เกี่ยวข้อง เช่น ปัญหาและอุปสรรคจากการทำงานที่ก่อให้เกิดความเครียด ของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมประเภทต่างๆ และความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับคุณภาพชีวิตของพนักงานโรงงานอุตสาหกรรมประเภทต่างๆ



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กรอบแนวคิดการวิจัย (Conceptual Framework)



แผนภูมิที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย