

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศกนคร เขต 3 ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ ตามลำดับ ดังนี้

1. วัตถุประสงค์การวิจัย
2. สมมติฐานการวิจัย
3. วิธีดำเนินการวิจัย
4. สรุปผลการวิจัย
5. อภิปรายผล
6. ข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา และเปรียบเทียบความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษาในโรงเรียนที่มีขนาดต่างกัน ตลอดจนศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางการลดความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศกนคร เขต 3

สมมติฐานการวิจัย

ผู้บริหารสถานศึกษาที่เปิดสอนช่วงชั้นที่ 1 – 3 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศกนคร เขต 3 ที่มีขนาดต่างกัน มีความเครียดต่อการปฏิบัติงาน แตกต่างกันทั้งโดยรวมและรายด้าน

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากร ได้แก่ ผู้อำนวยการสถานศึกษา รองผู้อำนวยการสถานศึกษา หรือ ผู้รักษาการในตำแหน่งผู้อำนวยการสถานศึกษา จำนวน 220 คน ในสถานศึกษาสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศกนคร เขต 3 แยกเป็นโรงเรียนขนาดใหญ่ จำนวน 48 โรงเรียน ขนาดกลาง จำนวน 125 โรงเรียน และขนาดเล็ก จำนวน 47 โรงเรียน (สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศกนคร เขต 3. 2548 : 34)

1.2 กลุ่มตัวอย่าง ได้มาโดยการสุ่มแบบแบ่งชั้น ตามขนาดของโรงเรียน กำหนดขนาดโดยใช้ตารางเครซีมอร์แกน ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 179 คน แยกเป็นผู้บริหารโรงเรียนขนาดใหญ่ จำนวน 42 คน ขนาดกลาง จำนวน 95 คน และขนาดเล็ก จำนวน 42 คน โดยมีขั้นตอนในการสุ่ม ดังนี้

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา ที่เปิดสอน ช่วงชั้นที่ 1-3 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศกนคร เขต 3 จำนวน 59 ข้อ และแบบปลายเปิดให้แสดงความคิดเห็นโดยเสรีเกี่ยวกับแนวทางลดความเครียด นำแบบสอบถามเสนออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้องพิจารณาให้ข้อเสนอแนะ และนำเสนอผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบพิจารณาความครอบคลุมเนื้อหาและหาค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับมีค่าเท่ากับ .96

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาผลการวิเคราะห์ข้อมูลความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศกนคร เขต 3 มีการค้นพบดังนี้

ระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า อยู่ในระดับปานกลางทั้ง 4 ด้าน โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสภาพแวดล้อมของงาน ด้านสภาพแวดล้อมของบุคคล ด้านสภาพแวดล้อมของสังคม และด้านสภาพแวดล้อมของรายได้ เมื่อพิจารณาตามขนาดของโรงเรียนพบว่า

1. โรงเรียนขนาดใหญ่ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า อยู่ในระดับมาก 2 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง 2 ด้าน โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสภาพแวดล้อมของงาน และด้านสภาพแวดล้อมของบุคคล ด้านสภาพแวดล้อมของสังคม และด้านสภาพแวดล้อมของรายได้

2. โรงเรียนขนาดกลาง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า อยู่ในระดับมาก 1 ด้าน และอยู่ในระดับปานกลาง 3 ด้าน โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสภาพแวดล้อมของงาน ด้านสภาพแวดล้อมของบุคคล ด้านสภาพแวดล้อมของสังคม และด้านสภาพแวดล้อมของรายได้

3. โรงเรียนขนาดเล็ก โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า อยู่ในระดับปานกลาง ทั้ง 4 ด้าน โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ ด้านสภาพแวดล้อมของบุคคล ด้านสภาพแวดล้อมของงาน ด้านสภาพแวดล้อมของสังคม และด้านสภาพแวดล้อมของรายได้

ระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา ด้านสภาพแวดล้อมของงาน โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก 5 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 15 ข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 3 เมื่อการปฏิบัติหน้าที่สนองนโยบายผู้บังคับบัญชาในเวลาเร่งด่วน ข้อ 6 เมื่อพบว่าบุคลากรขาดระเบียบในการปฏิบัติงาน และข้อ 15 ครู - อาจารย์ ไม่ใช่สื่อการเรียนการสอนอย่างคุ้มค่า เมื่อพิจารณาตามขนาดของโรงเรียนพบว่า

1. โรงเรียนขนาดใหญ่ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก 16 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 4 ข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 3 เมื่อการปฏิบัติหน้าที่สนองนโยบายผู้บังคับบัญชาในเวลาเร่งด่วน ข้อ 5 ถูกทวงถามเรื่องงานจากหน่วยเหนือต่อที่ประชุม และข้อ 12 ครู - อาจารย์เบิกจ่ายวัสดุไม่เป็นไปตามระเบียบของทางราชการ

2. โรงเรียนขนาดกลาง โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก 15 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 5 ข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 3 เมื่อการปฏิบัติหน้าที่สนองนโยบายผู้บังคับบัญชาในเวลาเร่งด่วน ข้อ 4 ได้รับการตอบสนองจากผู้บังคับบัญชาเชิงข้อหรือไม่ปฏิบัติให้ทันตามที่ได้รับมอบหมาย และข้อ 6 เมื่อพบว่าบุคลากรขาดระเบียบในการปฏิบัติงาน

3. โรงเรียนขนาดเล็ก โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับปานกลางทุกข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 3 เมื่อการปฏิบัติหน้าที่สนองนโยบายผู้บังคับบัญชาในเวลาเร่งด่วน ข้อ 15 ครู-อาจารย์ ไม่ใช่สื่อการเรียนการสอนอย่างคุ้มค่า และข้อ 9 เมื่อค้นหาเอกสารไม่พบ

ระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา ด้านสภาพแวดล้อมของบุคคล โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก 4 ข้อและอยู่ในระดับปานกลาง 15 ข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 13 เมื่อครูมีปฏิริยาไม่พูดคุยกัน ข้อ 14 เมื่อเห็นครูไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ข้อ 15 เมื่อเห็นครูหย่อนสมรรถภาพในการปฏิบัติหน้าที่การปกครองดูแลนักเรียน และข้อ 1 เมื่อมีผู้ได้บังคับบัญชามองว่าผู้บริหารไม่ปฏิบัติตามระเบียบ เมื่อพิจารณาตามขนาดของโรงเรียนพบว่า

1. โรงเรียนขนาดใหญ่ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก 12 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 7 ข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 13 เมื่อเห็นครูมีปฏิริยาไม่พูดคุยกัน ข้อ 19 เห็นครูคิ่มสุราจนครองสติไม่ได้ ข้อ 8 เมื่อทราบว่าครูสตรีหรือครูชายมีพฤติกรรมส่อไปในทางชู้สาวต่อหน้าผู้อื่น โดยไม่คำนึงถึงเกียรติยศ ชื่อเสียงของตนและโรงเรียน ข้อ 10 ผู้ได้บังคับบัญชาเกิดความขัดแย้งกันแบ่งเป็นพรรคพวก ซิงคี ซิงเค่นในกลุ่มนั้น ๆ และข้อ 12 เมื่อเห็นครูจับกลุ่มพูดคุยเรื่องไร้สาระ โดยไม่ใช่เวลาว่างในการเอาใจใส่ในงานที่รับผิดชอบ

2. โรงเรียนขนาดกลาง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก 6 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 13 ข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 1 เมื่อมีผู้ได้บังคับบัญชามองว่าผู้บริหารไม่ปฏิบัติตามระเบียบ ข้อ 15 เมื่อเห็นครูหย่อนสมรรถภาพในการปฏิบัติหน้าที่การปกครองดูแลนักเรียน และข้อ 2 เมื่อบุคลากรปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายหรือทำได้ไม่ดี

3. โรงเรียนขนาดเล็ก โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า อยู่ในระดับมาก 1 ข้อ นอกนั้นอยู่ในระดับปานกลางทุกข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 15 เมื่อเห็นครูหย่อนสมรรถภาพในการปฏิบัติหน้าที่การปกครองดูแลนักเรียน ข้อ 14 เมื่อเห็นครูไม่ให้ความร่วมมือกันในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ และข้อ 13 เมื่อเห็นครูมีปฏิริยาไม่พูดคุยกัน

ระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา ด้านสภาพแวดล้อมของสังคม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางทุกข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 5 เมื่อชุมชนขอใช้อาคารสถานที่โดยจัดงานสวนสนุกซึ่งก่อให้เกิดความสกปรก ความเสียหายกับต้นไม้และทรัพย์สิน ข้อ 8 เมื่อถูกดำเนินจากผู้บังคับบัญชาหรือได้รับคำบอกเล่าจากชุมชนหรือครูที่มองภาพรวมของโรงเรียนว่ามีคุณภาพทางวิชาการไม่ดี และข้อ 2 เมื่อประชาชนไม่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมของทางโรงเรียน เมื่อพิจารณาตามขนาดของโรงเรียนพบว่า

1. โรงเรียนขนาดใหญ่ โดยรวมอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า อยู่ในระดับมาก 4 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 11 ข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 3 เมื่อไม่ได้รับความร่วมมือจากชุมชนทางด้านการพัฒนาโรงเรียนเท่าที่ควร ข้อ 2 เมื่อประชาชนไม่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมของทางโรงเรียน และข้อ 4 เมื่อทางโรงเรียนไม่สามารถจัดการศึกษาพิเศษให้ประชาชน

2. โรงเรียนขนาดกลาง โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า อยู่ในระดับมาก 2 ข้อ และอยู่ในระดับปานกลาง 13 ข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย คือ ข้อ 2 เมื่อประชาชนไม่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมกิจกรรมของทางโรงเรียน ข้อ 8 เมื่อถูกดำเนินจากผู้บังคับบัญชาหรือได้รับคำบอกเล่าจากชุมชนหรือครูที่มองภาพรวมของโรงเรียนว่ามีคุณภาพทางวิชาการไม่ดี และข้อ 5 เมื่อชุมชนขอใช้อาคารสถานที่โดยจัดงานสวนสนุกซึ่งก่อให้เกิดความสกปรก ความเสียหายกับต้นไม้และทรัพย์สิน

3. โรงเรียนขนาดเล็ก โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า อยู่ในระดับมาก 1 ข้อ นอกนั้นอยู่ในระดับปานกลางทุกข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 8 เมื่อถูกดำเนินจากผู้บังคับบัญชาหรือได้รับคำบอกเล่าจากชุมชนหรือครูที่มองภาพรวมของโรงเรียนว่ามีคุณภาพทางวิชาการไม่ดี ข้อ 7 เมื่อโรงเรียนไม่ได้รับจัดสรรอัตราจากหน่วยเหนือทั้งที่ได้แจ้งความจำเป็นตามลำดับขั้นตอนไปแล้ว และข้อ 5 เมื่อชุมชนขอใช้อาคารสถานที่โดยจัดงานสวนสนุกซึ่งก่อให้เกิดความสกปรก ความเสียหายกับต้นไม้และทรัพย์สิน

ระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา ด้านสภาพแวดล้อมของรายได้ โดยรวมอยู่ในระดับปานกลางทุกข้อ โดยเรียงอันดับตามค่าเฉลี่ยจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ข้อ 4 เมื่อทราบว่าครูบางคนมีภาระหนี้สินมากจนเป็นเหตุให้เกิดผลกระทบต่อระบบการเงินของโรงเรียน ข้อ 5 เมื่อเห็นครูประพฤติเป็นแม่ค้า

3. ด้านสภาพแวดล้อมของสังคม ผู้บริหารในโรงเรียนขนาดใหญ่มีความเครียดมากกว่าผู้บริหารโรงเรียนขนาดเล็ก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผู้บริหารโรงเรียนโรงเรียนขนาดกลางและผู้บริหารโรงเรียนขนาดเล็ก มีความเครียดไม่แตกต่างกัน

4. ด้านสภาพแวดล้อมของรายได้ ผู้บริหารในโรงเรียนขนาดใหญ่มีความเครียดมากกว่าผู้บริหารโรงเรียนขนาดเล็ก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนผู้บริหารโรงเรียนโรงเรียนขนาดกลางและผู้บริหารโรงเรียนขนาดเล็ก มีความเครียดไม่แตกต่างกัน

แนวทางการลดความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา ด้านสภาพแวดล้อมของงานเรียงจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ วิเคราะห์งานและจัดลำดับความสำคัญก่อนหลังพยายามลดภาระและความรับผิดชอบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงาน และแบ่งตารางเวลาให้เหมาะสมกับงาน

ด้านสภาพแวดล้อมของบุคคลเรียงจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ หลีกเลี้ยงการเผชิญหน้ากับบุคคลที่ก้าวร้าวขาดความรับผิดชอบ ผิดสมาธิ ระวังความโกรธ และให้ความสำคัญกับบุคคลที่มาติดต่องาน

ด้านสภาพแวดล้อมของสังคมเรียงจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ฝึกการมองโลกในแง่ดี ฝึกคลายความวิตกกังวลเกินเหตุและปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมที่เป็นอยู่

ด้านสภาพแวดล้อมของรายได้เรียงจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ฝึกการประหยัด ฝึกประกอบอาชีพเสริมโดยไม่กระทบต่อเวลาปฏิบัติราชการ และมีความพอใจในสภาพของตนและรู้สึกมีความมั่นคงในชีวิต

อภิปรายผล

จากผลการวิจัย ความคิดเห็นเกี่ยวกับระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศงขลา เขต 3 มีประเด็นสำคัญที่ควรนำมาอภิปรายผล ดังนี้

1. ระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า อยู่ในระดับปานกลาง ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจากการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษายังเกิดความสับสนในบทบาทหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย เช่น การมอบอำนาจการบรรจุแต่งตั้ง การย้ายบุคลากร การพิจารณาความดีความชอบของบุคลากร ในสถานศึกษา ถึงแม้ผู้บริหารสถานศึกษาจะเป็นผู้ออกคำสั่ง แต่ผู้มี

อำนาจในการพิจารณาฯยังขึ้นอยู่กับคณะกรรมการระดับเขตพื้นที่การศึกษา ทำให้ผู้บริหารไม่สามารถดำเนินงานตามที่คาดหวังไว้ เป็นต้น หรือการกระจายอำนาจการบริหารสู่สถานศึกษา แต่ในสภาพความเป็นจริงในการปฏิบัติยังไม่สามารถกระทำได้ จึงส่งผลให้ผู้บริหารเกิดความเครียดอยู่ในระดับสูงกว่าด้านอื่น ๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของกานต์ ภาณุมาศ (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความเครียดของอาจารย์อุตสาหกรรมการศึกษาในสถาบันราชภัฏ พบว่า ปัจจัยที่ทำให้อาจารย์อุตสาหกรรมการศึกษาในสถาบันราชภัฏ เกิดความเครียดในระดับปานกลาง ได้แก่ สัมพันธภาพส่วนบุคคล ด้านสัมพันธภาพในหน่วยงาน สภาวะทางเศรษฐกิจ และด้านสภาพงานที่ทำค่านักศึกษา ด้านปริมาณคั้งนั้นผู้บริหารทุกคนจึงต้องเกิดความเครียด เมื่อต้องมอบหมายงานให้ผู้ได้บังคับบัญชาทำหรือสั่งการให้ปฏิบัติตามระเบียบวินัยโดยเฉพาะผู้บริหารที่อยู่ในโรงเรียนขนาดใหญ่มีบุคลากรมาก หากผู้บริหาร ไม่มีวิธีจัดการ และไม่มีแนวทางการลดความเครียด ย่อมจะทำให้ผู้บริหารเกิดความเครียดมากยิ่งขึ้นได้ และจากสภาพแวดล้อมของบุคคลในปัจจุบันนี้ บุคคลในสังคมมีการแก่งแย่งแข่งขัน เพื่อให้ตนอยู่รอดและมีความก้าวหน้ามากกว่าบุคคลอื่นและเพื่อความก้าวหน้าของตนเอง ก็มีความเห็นแก่ตัวมากขึ้นไม่ค่อยคำนึงถึงประโยชน์ของส่วนรวม สอดคล้องกับผลการวิจัยของศรวณีย์ บัวชม (2539 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องสภาวะความเครียดและวิธีลดความเครียดจากการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนครราชสีมา ผู้บริหารโรงเรียนมีความเครียดในการปฏิบัติงาน โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับเรื่องศักดิ์ โพธิ์ห้า (2544 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดต่อการปฏิบัติงาน ของผู้บริหาร โรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดกาฬสินธุ์ ผลการศึกษาพบว่า ผู้บริหาร โรงเรียนมัธยมศึกษาโดยรวม เห็นว่ามีระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า

1.1 ด้านสภาพแวดล้อมของงาน โดยรวมมีความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีความเครียดสูงสุด คือ เมื่อการปฏิบัติหน้าที่สนองนโยบายผู้บังคับบัญชาในเวลาเร่งด่วน ทั้งนี้เพราะว่าผู้บังคับบัญชาสามารถส่งผลต่อขวัญกำลังใจในการปฏิบัติงานของผู้ได้บังคับบัญชา ดังที่สุรางค์ ไคว้ตระกูล (2536 : 370) กล่าวว่า พฤติกรรมของผู้นำมีผลต่องานและขวัญของร่วมงาน สอดคล้องกับศรวณีย์ บัวชม (2539 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่องสภาวะความเครียดและวิธีลดความเครียดจากการปฏิบัติงานของผู้บริหาร โรงเรียน สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนครราชสีมา ผู้บริหารโรงเรียนมีความเครียดในการปฏิบัติงานด้านสภาพแวดล้อมของงานอยู่ในระดับปานกลาง

สอดคล้องกับงานวิจัยของ กานต์ ภาณุมาศ (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความเครียดของอาจารย์อุตสาหกรรมการศึกษาในสถาบันราชภัฏ พบว่า ปัจจัยที่ทำให้อาจารย์อุตสาหกรรมการศึกษาในสถาบันราชภัฏ เกิดความเครียดในระดับปานกลาง ได้แก่ สัมพันธภาพส่วนบุคคล ด้านสัมพันธภาพในหน่วยงาน สภาวะทางเศรษฐกิจ ด้านสภาพงานที่ทำ และด้านนักศึกษา เรื่องศักดิ์ โพธิ์ห้ำ (2544 : บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาความคิดเห็นเกี่ยวกับความเครียดต่อการปฏิบัติงาน ของผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษา สังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดกาฬสินธุ์ ผลการศึกษาพบว่า ผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาด้านสภาพแวดล้อมของงาน มีระดับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง

1.2 ด้านสภาพแวดล้อมของบุคคล โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ พบว่า ข้อที่มีระดับความเครียดมากที่สุด คือ เมื่อครูมีปฏิกริยาไม่พูดคุยกัน เมื่อเห็นครูไม่ให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ เมื่อเห็นครูหย่อนสมรรถภาพในการปฏิบัติหน้าที่การปกครองดูแลนักเรียน เมื่อมีผู้ได้บังคับบัญชาของว่าผู้บริหาร ไม่ปฏิบัติตามระเบียบ ทั้งนี้เป็นเพราะผู้บริหารต้องการให้ครูพูดคุยกัน มีความสามัคคี กลมเกลียวกัน และครูให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียน และให้ครูได้ดูแลปกครองนักเรียน เอาใจใส่นักเรียนมากขึ้น โดยเฉพาะในปัจจุบันเด็กวัยรุ่นมีปัญหาทางจิตเป็นปัญหาของสังคม เช่น ในด้านยาเสพติดและครูเป็นบุคคลสำคัญและใกล้ชิด เมื่อเห็นครูหย่อนสมรรถภาพในการปฏิบัติหน้าที่ ผู้บริหารจึงเกิดความเครียดได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ กานต์ ภาณุมาศ (2541 : บทคัดย่อ) ที่พบว่า ปัจจัยที่ทำให้อาจารย์อุตสาหกรรมการศึกษาในสถาบันราชภัฏ เกิดความเครียดด้านสัมพันธภาพส่วนบุคคล อยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับผลการวิจัยของ เรื่องศักดิ์ โพธิ์ห้ำ (2544 : บทคัดย่อ) ที่พบว่า ผู้บริหาร โรงเรียนมัธยมศึกษา มีระดับความเครียดด้านสภาพแวดล้อมของบุคคล มีระดับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง

1.3 ด้านสภาพแวดล้อมของสังคม โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ข้อที่มีระดับความเครียดมากที่สุด คือ เมื่อชุมชนขอใช้อาคารสถานที่โดยจัดงานสวนสนุก ซึ่งก่อให้เกิดความสกปรก ความเสียหายกับต้นไม้และทรัพย์สิน ทั้งนี้เป็นเพราะ ผู้บริหารไม่ชอบสภาพความสกปรก รู้สึกไม่สบายใจเมื่อพบเห็นเศษขยะที่มีอยู่บริเวณ โรงเรียนและรู้สึกไม่สบายใจที่ชุมชนไม่เห็นคุณค่าของการศึกษาเท่าที่ควร ผู้บริหารมีความต้องการให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดการศึกษา ให้ความสำคัญกับสถานศึกษา และให้ความร่วมมือในการจัดการศึกษา แต่ชุมชนไม่ให้ความสำคัญ ผู้บริหารจึงเกิดความเครียดได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของ ลานนท์ (Lavant. 1990 : 2732-A) ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมในการทำงาน ตำแหน่งงาน

เหตุการณ์ในชีวิต หรือสถานการณ์ที่สร้างความเครียด ซึ่งจะเป็นสิ่งขัดขวางการทำงาน สาเหตุที่ก่อให้เกิดความเครียด ได้แก่ ความต้องการการทำงานที่เกี่ยวข้องกับสังคม การทำงานมากเกินไป สอดคล้องกับผลการวิจัยของกานต์ เรืองศักดิ์ โพธิ์หล้า (2544 : บทคัดย่อ) ที่พบว่าผู้บริหารโรงเรียนมัธยมศึกษาที่มีระดับความเครียดด้านสภาพแวดล้อมของสังคม มีระดับความเครียดอยู่ในระดับปานกลาง สอดคล้องกับศรวณีย์ บัวขม (2539 : บทคัดย่อ) ที่พบว่าผู้บริหารโรงเรียนมีระดับความเครียดในการปฏิบัติงานด้านสภาพแวดล้อมของสังคมอยู่ในระดับปานกลาง

1.4 ด้านสภาพแวดล้อมของรายได้มีระดับความเครียดต่ำกว่าด้านอื่น ๆ ที่เป็น เช่นนี้เนื่องจากรัฐได้จัดสวัสดิการด้านต่าง ๆ ให้กับผู้บริหารและบุคลากรในสถานศึกษาอย่างพอเพียง ทั้งเงินเดือน เงินประจำตำแหน่ง เงินค่าตอบแทนพิเศษ นอกจากนี้ผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศกนนคร เขต 3 ยังได้ประกอบอาชีพเสริมรายได้ให้กับตนเองและครอบครัว เช่น การปลูกยางพารา การทำนา การเลี้ยงสัตว์เศรษฐกิจ เป็นต้น จึงส่งผลให้ผู้บริหารไม่เกิดปัญหาในการบริหาร และทำให้ผู้บริหารเกิดความเครียดต่ำกว่าด้านอื่น ๆ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กานต์ ภาณุมาศ (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความเครียดของอาจารย์อุตสาหกรรมการศึกษาในสถาบันราชภัฏ พบว่า ปัจจัยที่ทำให้อาจารย์อุตสาหกรรมการศึกษาในสถาบันราชภัฏ เกิดความเครียดในระดับปานกลาง ได้แก่ สัมพันธภาพส่วนบุคคล ด้านสัมพันธภาพในหน่วยงาน สภาวะทางเศรษฐกิจ และด้านสภาพงานที่ทำ ด้านนักศึกษา

2. ผลการเปรียบเทียบระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศกนนคร เขต 3 พบว่า โดยรวมผู้บริหารสถานศึกษาที่มีขนาดต่างกัน มีความคิดเห็นต่อระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาศกนนคร เขต 3 โดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก โรงเรียนแต่ละขนาดมีปริมาณงานที่รับผิดชอบไม่เท่ากัน โรงเรียนขนาดใหญ่อยู่ในสภาพแวดล้อมของสังคมที่ใหญ่ มีปริมาณงานที่มากทั้งด้านงานประจำ การบริหารงานด้านบุคคลการบริหารงานด้านงบประมาณ การบริหารงานด้านชุมชนเป็นจำนวนมาก ทำให้เกิดปัญหาและอุปสรรคในการบริหารงานอยู่ในระดับสูง ส่งผลให้เกิดความเครียดต่อการปฏิบัติงานสูงกว่าโรงเรียนขนาดกลางและขนาดเล็ก ถึงแม้จะมีภารกิจการทำงานเหมือนกัน แต่ปริมาณงานที่รับผิดชอบน้อยลง จึงส่งผลให้เกิดความเครียดต่อการปฏิบัติงานน้อยกว่าโรงเรียนขนาดใหญ่ ซึ่ง สอดคล้องกับงานวิจัยของ

กนกรัตน์ สายเชื้อ (2536 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาระดับความเครียดในการปฏิบัติงาน การเงิน การบัญชีของครูในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัด มุกดาหาร พบว่า ขนาดของโรงเรียนต่างกัน มีระดับความเครียดในการปฏิบัติงานการเงิน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ ศรวณีย์ บัวชม (2539 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง สภาวะความเครียดจากการปฏิบัติงานของผู้บริหารโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดนครราชสีมา พบว่า ผู้บริหารโรงเรียนต่างกัน มีระดับความเครียดในการปฏิบัติงานแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมื่อทดสอบความแตกต่างรายคู่ พบว่า ความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา โดยรวม ในโรงเรียนที่มีขนาดใหญ่กับขนาดเล็ก และโรงเรียนขนาดกลางกับขนาดเล็ก แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนโรงเรียนขนาดใหญ่กับขนาดกลางมีความคิดเห็นต่อระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสกลนคร เขต 3 ไม่แตกต่างกัน ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก โรงเรียนใหญ่และขนาดกลางมีปริมาณงานที่รับผิดชอบที่ใกล้เคียงกันทั้งด้านงานประจำ การบริหารงานด้านบุคคลการบริหารงานด้านงบประมาณ การบริหารงานด้านชุมชน ดังนั้นปัญหาและอุปสรรคในการบริหารงานจึงอยู่ในระดับที่ใกล้เคียงกันส่งผลให้เกิดความเครียดต่อการปฏิบัติงานใกล้เคียงกันด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กรรณิการ์ ค่ายหนองสรวง (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องความเครียดของครูการเงิน การบัญชีในโรงเรียนกรมสามัญศึกษา จังหวัดมหาสารคาม พบว่า ครูการเงินที่ปฏิบัติงานในโรงเรียนขนาดกลางและใหญ่มีความเครียดที่เกิดจากความก้าวหน้าและความมั่นคงในตำแหน่งสัมพันธ์กับบุคลากรในหน่วยงานบังคับบัญชาและ โดยภาพรวมไม่แตกต่างกัน

3. ผลการวิเคราะห์ แนวทางการลดความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสกลนคร เขต 3 จำแนกเป็นรายด้าน

3.1 สภาพแวดล้อมของงานเรียงจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ

วิเคราะห์งานและจัดลำดับความสำคัญก่อนหลัง พยายามลดภาระและความรับผิดชอบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับงาน และแบ่งตารางเวลาให้เหมาะสมกับงาน ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก การจัดระเบียบโครงสร้างในการทำงานโดยการจัดลำดับความสำคัญตามโครงสร้างของงาน วางแผนในการบริหารเวลาการปฏิบัติงานตามความเหมาะสม จะส่งผลให้การดำเนินงานอย่างมีประสิทธิภาพนอกจากนั้นการกระจายอำนาจให้บุคลากรมีส่วนร่วมในการดำเนินงาน จะเป็นการลดภาระงานของผู้บริหาร อันจะช่วยให้ลดระดับความเครียดลงได้ ซึ่งสอดคล้องกับ

ผลการวิจัยของ วอลเตอร์ และบอยด์ (Walter and Boyd. 1992 : 1-23) ได้ศึกษาเรื่ององค์ประกอบของความเครียด พบว่า ผู้บริหารคนใดไม่มีความชัดเจนในบทบาทหน้าที่จะประสบปัญหาความเครียดภายในหน่วยงานและถ้าผู้บริหารคนใดมีข้อขัดแย้งในบทบาทหน้าที่การงานสูงจะเป็นผู้ที่มีความเครียดมากที่สุด วิธีการแก้ไขและลดความเครียดในหน่วยงาน คือ การลดเงื่อนไขข้อขัดแย้งและความไม่ชัดเจนของบทบาทหน้าที่การงาน

3.2 ด้านสภาพแวดล้อมของบุคคลเรียงจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ หลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับบุคคลที่ก้าวร้าวขาดความรับผิดชอบ ผิดสมาธิ ระวังความโกรธ และให้ความสำคัญกับบุคคลที่คาดหวังงาน ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก นักบริหารอาจเผชิญกับปัญหาสำคัญทางพฤติกรรมทั้งทางบวกและทางลบ เช่น ความก้าวร้าวของบุคคลทั้งภายในและภายนอกองค์กร ดังนั้น ผู้บริหารจะต้องหลีกเลี่ยงการเผชิญเหตุการณ์ที่ก่อให้เกิดความรุนแรง จะต้องแก้ไขปัญหาด้วยสันติวิธี ผิดจิตใจให้สงบก็จะเป็นแนวทางในการลดความเครียดได้เป็นอย่างดี ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการลดความเครียดของ ลาเวนท์ (Lavant. 1990 : 2732 - A) ที่พบว่าวิธีการจัดการกับความเครียดในทางด้านบวก ได้แก่ การออกกำลัง การพักผ่อนหย่อนใจ การฝึกสมาธิ การอ่านหนังสือ และการมองดูสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดและพยายามหาวิธีแก้ปัญหานั้น ๆ

3.3 ด้านสภาพแวดล้อมของสังคมเรียงจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ฝึกรับมองโลกในแง่ดี ฝึกคลายความวิตกกังวลเกินเหตุ และปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมที่เป็นอยู่ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก การฝึกรับมองโลกในแง่ดีและปรับตัวเข้ากับสภาพสังคมได้นั้น จะส่งผลให้การดำรงชีวิตอย่างมีความสุข และการไม่วิตกกังวลเกินเหตุ จะส่งผลให้การดำเนินงานที่มีความรักความอบอุ่น ไม่หวาดระแวงต่อผู้ร่วมงาน จะทำให้ผู้บริหารไม่เกิดภาวะความเครียดในการทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของ ลาซารุส (Lazarus. 1971 : 45) ได้กล่าวถึงแหล่งความเครียดและลักษณะอารมณ์ทางด้านลบต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดความรู้สึกที่ไม่เป็นสุข เช่น ความคับข้องใจ ความวิตกกังวล ความขัดแย้งในใจ ความรู้สึกผิด ความไม่สมหวังต่าง ๆ การมีอารมณ์รุนแรง เป็นต้น

3.4 ด้านสภาพแวดล้อมของรายได้เรียงจากมากไปหาน้อย 3 อันดับแรก คือ ฝึกรับการประหยัด ฝึกรับประกอบอาชีพเสริม โดยไม่กระทบต่อเวลาปฏิบัติราชการ และมีความพอใจในสภาพของตนและรู้สึกมีความมั่นคงในชีวิต ที่เป็นเช่นนี้อาจเนื่องมาจาก ในสภาพปัจจุบันค่าใช้จ่ายภาคครัวเรือนได้เพิ่มสูงขึ้น ซึ่งรวมถึงปัจจัยพื้นฐานที่จำเป็นในการดำรงชีวิตและการใช้จ่ายสินค้าเพื่อการอำนวยความสะดวกต่าง ๆ ทำให้ผู้บริหารมีรายจ่ายไม่สมดุลกับ

รายได้จึงส่งผลกระทบต่อการค้ารงชีวิต ทำให้เกิดภาวะความเครียด ดังนั้นผู้บริหารจะต้องวางแผนการใช้จ่ายอย่างประหยัดค้ารงชีวิตอย่างพอเพียง และมีความพึงพอใจในสิ่งที่ตนมีอยู่ จึงจะทำให้การค้ารงชีวิตอย่างมีความสุขได้ และจะไม่ก่อให้เกิดสาเหตุของความเครียด ดังที่ ฟาเมอร์และคณะ (Farmer and others. 1984 : 20) ได้กล่าวถึงสิ่งที่ทำให้เกิดความเครียดจากด้านการเงิน (Financial Source) ได้แก่ สถานภาพทางการเงิน รายได้ ความสามารถในการจัดหาปัจจัย 4 ของชีวิต รวมทั้งการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับสถานภาพทางการเงินที่ควรได้รับ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยการศึกษาระดับความเครียดต่อการปฏิบัติงานของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาสกลนคร เขต 3 ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะเพื่อนำไปใช้

1.1 จากผลการวิจัย พบว่า ด้านสภาพแวดล้อมของงานมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าด้านอื่น ดังนั้นผู้บริหารสถานศึกษาควรจัดระบบการปฏิบัติงานให้ชัดเจน มีแผนการปฏิบัติงานที่สามารถนำไปปฏิบัติได้อย่างเป็นรูปธรรม มีการมอบหมายงานผู้ใต้บังคับบัญชาที่ชัดเจน และตรงกับความรู้ความสามารถ

1.2 จากผลการวิจัย พบว่า ผู้บริหารสถานศึกษามีความเครียดค่าเฉลี่ยสูงสุดเกี่ยวกับ เมื่อมีการปฏิบัติหน้าที่สนองนโยบายผู้บังคับบัญชาในเวลาเร่งด่วน ดังนั้นเห็นควรให้สถานศึกษามีการฝึกอบรมให้ความรู้ในการปฏิบัติงานแก่บุคลากรอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้การปฏิบัติงานในเวลาเร่งด่วนประสบผลสำเร็จตามจุดมุ่งหมายอย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนี้ผู้บริหารยังต้องติดตามงานประจำไม่ให้เกิดความล่าช้าในการปฏิบัติด้วย เมื่อมีงานนโยบายเร่งด่วนก็สามารถปฏิบัติได้ทันที

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับสภาพแวดล้อมของงานที่มีผลกระทบต่อการค้ารงชีวิตของผู้บริหาร และครูในสถานศึกษา โดยศึกษาจากผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาอื่น ๆ ที่มีสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกัน

2.2 ควรศึกษาวิจัยเกี่ยวกับวิธีการลดความเครียดด้านสภาพแวดล้อมของงานที่มีผลกระทบต่อการค้ารงชีวิตของผู้บริหาร และครูในสถานศึกษา โดยศึกษาจากผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาอื่น ๆ ที่มีสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกัน