



ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงาน ในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา

Factors related to burnout syndrome among healthcare worker of Chana community hospital, Songkhla Province

(Received: September 18,2023 ; Revised: September 27,2023 ; Accepted: September 30,2023)

ชนิดา เพ็ชรศรี¹

Chanida Phetsri¹

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา รูปแบบการวิจัยเป็นการวิจัยเชิงปริมาณแบบ cross-sectional descriptive study พื้นที่วิจัย คือ โรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา กลุ่มตัวอย่าง คือ บุคลากรทางการแพทย์ที่ปฏิบัติงาน ณ โรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา จำนวน 206 คน ใช้วิธีคัดเลือกแบบสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยมี 1 ชนิด คือ แบบสอบถามเชิงปริมาณ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ประกอบด้วย ร้อยละ ค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้สถิติเชิงอนุมาน คือ สถิติไค์สแควร์ Fisher's exact test และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ของตัวแปรและวิเคราะห์ถดถอยพหุเชิงเส้นในสร้างสมการทำนายความเหนื่อยล้าในการทำงาน

ผลการวิจัย พบว่า ผลการวิเคราะห์ปัจจัยด้านต่างๆ พบกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีการรับรู้ลักษณะงานโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 64.6 มีความเครียดในการทำงานระดับปานกลาง ร้อยละ 68.4 มีคุณภาพชีวิตในการทำงานระดับปานกลาง ร้อยละ 77.7 และมีความเหนื่อยล้าในการทำงานระดับปานกลาง ร้อยละ 74.8 เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร พบว่า ปัจจัยด้านอายุงาน ($p=0.012$) บทบาทในครอบครัว ($p=0.046$) จำนวนสมาชิกในครัวเรือน ($p=0.012$) การรับรู้ลักษณะงานโดยรวม ($p=0.002$) ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน ($p<0.001$) ความขัดแย้งระหว่างคนกับงาน ($p=0.002$) ความเครียดในการทำงาน ($p<0.001$) คุณภาพชีวิตในการทำงานโดยรวม ($p<0.001$) สภาพแวดล้อมในการทำงานที่ปลอดภัยต่อสุขภาพ ($p=0.001$) ความมั่นคงและความก้าวหน้าในการทำงาน ($p<0.001$) การบูรณาการทางสังคม ($p<0.001$) ความสมดุลระหว่างงานกับชีวิตส่วนตัว ($p<0.001$) และลักษณะงานที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ($p\text{-value}<0.001$) มีความสัมพันธ์ต่อภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และ 0.05 เมื่อวิเคราะห์หาสมการทำนายความเหนื่อยล้าในการทำงาน พบว่า การบูรณาการทางสังคม ลักษณะงานที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน อายุงาน และการรับรู้ลักษณะงานสามารถร่วมกันทำนายความเหนื่อยล้าในการทำงานได้ร้อยละ 41.6

คำสำคัญ: ความเหนื่อยล้าในการทำงาน การรับรู้ลักษณะงาน ความเครียดในการทำงาน คุณภาพชีวิตในการทำงาน

Abstract

This research investigated factors associated with burnout syndrome among healthcare workers at Chana Community Hospital in Songkhla Province using a cross-sectional descriptive design. The sample included 206 healthcare workers selected through simple random sampling. Data were collected using a quantitative questionnaire and analyzed using descriptive statistics and inferential techniques including Chi-square statistics, Fisher's exact test, Pearson's correlation coefficients, and stepwise multiple regression analysis to predict burnout syndrome at work.

The research findings indicated that After conducting a thorough analysis of various factors, the study revealed that a significant majority of the sampled individuals exhibited a moderate level of perception in relation to job characteristics 64.6%, work stress 68.4%, quality of work life 77.7%, and burnout syndrome 74.8%. Through the examination of variable relationships, a multitude of factors emerged as significant

¹ โรงพยาบาลจะนะ

contributors. These factors encompassed various dimensions, including age ($p = 0.012$), family role ($p = 0.046$), number of household members ($p = 0.012$), overall job perception ($p = 0.002$), relationship with peers, work participation ($p < 0.001$), work-related conflict ($p = 0.002$), work stress ($p < 0.001$), overall quality of work life ($p < 0.001$), a healthy working environment ($p = 0.001$), job security and progress ($p < 0.001$), social integration ($p < 0.001$), work-life balance ($p < 0.001$), and the socially beneficial nature of work ($p\text{-value} < 0.001$). These variables demonstrated a statistically significant correlation with burnout syndrome, reaching significance at both the 0.01 and 0.05 levels. Regarding the attributes of work that contribute to societal well-being, specifically encompassing co-worker relationships, work tenure, and job characteristics, they collectively possess the predictive capacity to account for 41.6 percent of burnout syndrome experienced within the workplace.

Keywords: Burnout syndrome, Perceived work characteristics, Work-related stress, Quality of Working Life

บทนำ

ภาวะเหนื่อยล้าจากการทำงาน (Burnout Syndrome) เป็นกลุ่มอาการที่เกิดจากบุคคลประสบกับความเครียดจากงานเป็นระยะเวลานาน โดยกลุ่มอาการนี้จะเกี่ยวข้องกับการรับรู้ต่อตนเองและผู้อื่นใน 3 ด้าน ได้แก่ 1) อาการอ่อนล้า (Exhaustion dimension) 2) การรังเกียจหรือมีความคิดทางลบ (cynicism dimension) และ 3) การไร้ประสิทธิภาพ (Inefficacy dimension) ซึ่งถือเป็นภัยเงียบที่คุกคามบุคคลวัยทำงานในยุคปัจจุบัน⁽¹⁾ ส่งผลให้ประสิทธิภาพในการทำงานลดลง และกลายเป็นภัยเงียบที่คุกคามวัยทำงานในปัจจุบัน ผลกระทบที่เกิดจากภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานในด้านร่างกาย ได้แก่ ปวดศีรษะ โรคระบบทางเดินอาหาร และไข้หวัด ด้านอารมณ์ของคนที่มีภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานนั้น มักจะโกรธง่าย ขี้หงุดหงิด ซึ่งส่วนใหญ่จะส่งผลให้เกิดปัญหาทั้งกับเพื่อนร่วมงานและผู้รับบริการ สุดท้ายหากสะสมมากขึ้น ก็เสี่ยงต่อการเป็นโรคซึมเศร้า⁽²⁾

จากการค้นคว้าและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับความเหนื่อยล้าในการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข พบว่าความชุกภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของบุคลากรทางการแพทย์อยู่ในระดับสูง เช่น บุคลากรทางการแพทย์ที่ปฏิบัติงานในหอผู้ป่วยวิกฤตในเขตอาเซียนเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานถึงร้อยละ 34.6 – 61.5⁽³⁾, ร้อยละ 51 ในบุคลากรทางการแพทย์ในมาเลเซียที่มีอายุน้อยกว่า 1 ปี⁽⁴⁾,

หรือจากรายงาน Medscape National Physician Burnout and Suicide ในปี 2020 ที่พบว่ามีบุคลากรทางการแพทย์มีแนวโน้มเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานที่เพิ่มขึ้นจากปี 2015 และ 2013 โดยพบร้อยละ 43, ร้อยละ 46 และร้อยละ 39.8 ตามลำดับ⁽⁵⁾ และเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 52 เมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์โควิด⁽⁶⁾ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาในประเทศญี่ปุ่นที่พบว่าในช่วงสถานการณ์โควิดที่ยาวนานส่งผลให้บุคลากรทางการแพทย์ ร้อยละ 31.4 เกิดความเหนื่อยล้าในการทำงาน⁽⁷⁾ และยังสอดคล้องกับความชุกของภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานในประเทศไทยที่พบว่า ร้อยละ 58.2 ของแพทย์ประจำบ้านในประเทศไทยในสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด – 19 มีความคิดลาออกจากการเป็นแพทย์ประจำบ้าน⁽⁸⁾ โดยสาเหตุส่วนใหญ่ของการเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานเกิดจากภาระงานที่มากเกินไป หรือสถานการณ์การระบาดของโรคต่างๆ นอกจากนี้ยังมีอีกหลายปัจจัยที่มีส่วนเกี่ยวข้อง เช่น อายุงาน ความคาดหวังในตนเอง ผลตอบแทนที่ได้รับจากการทำงานที่ไม่สมดุล การพักผ่อนที่ไม่เพียงพอ เป็นต้น ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ล้วนส่งผลกระทบต่อให้เกิดอาการซึมเศร้า เครียด หรือความวิตกกังวลมากเกินไปและส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตได้ในที่สุด

โรงพยาบาลจนะ เป็นโรงพยาบาลชุมชนขนาด 60 เตียง มีบุคลากรทางการแพทย์ทั้งสิ้น 337 คน แบ่งออกเป็น 15 แผนก ประกอบด้วย

องค์กรแพทย์ ฝ่ายบริหาร ทันตกรรม เภสัชกรรม แพทย์แผนไทย กายภาพบำบัด งานเอกซเรย์ ชันสูตร งานประกัน ฝ่ายเวชกรรมงานปฐมภูมิ คลินิกสุขภาพดี ฝ่ายการพยาบาล ห้องฉุกเฉิน ผู้ป่วยใน และห้องคลอด จากรายงานในปีพ.ศ. 2561 - พ.ศ.2565 พบการลาออกของบุคลากรทาง การแพทย์ประมาณ 1 – 3 รายในทุกปี⁽⁹⁾

จากที่กล่าวมาแล้วข้างต้นถึงปัจจัยและ ผลกระทบของภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานที่ เกิดขึ้นและถึงแม้ว่าในระยะหลังนี้จะมีการศึกษาถึง การหมดไฟ หรือความเหนื่อยหน่ายในการทำงานที่ เพิ่มขึ้น แต่อย่างไรก็ตามบริบทพื้นที่และ กลุ่มเป้าหมายที่ศึกษานั้นยังแตกต่างกัน ดังนั้นผู้ ศึกษาวิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาถึงปัจจัยที่มี ความสัมพันธ์ต่อภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของ ผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา เพื่อนำข้อมูลการค้นคว้าที่ได้รับไปเป็นแนวทางใน การวางแผน เพื่อส่งเสริมหรือพัฒนาแนวทางในให้ คำปรึกษา หรือพัฒนาบุคลากรให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ในการทำงาน ลดภาวะเครียด ซึมเศร้าที่จะนำไปสู่ ภาวะเหนื่อยล้าจากการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ โดยมุ่งเน้นการสร้างเสริมบุคลากรให้มีทั้งสุขภาพที่ ดีและมีความสุขในการทำงานตามเกณฑ์ของ กระทรวงสาธารณสุข โดยอาศัยหลักการ 3 ประการคือ 1) คนทำงานมีความสุข (Happy People) 2) ที่ทำงานน่าอยู่ (Happy Workplace) และ 3) การทำงานเป็นทีม (Happy Teamwork) และดำเนินการให้สอดคล้องกับวิสัยทัศน์และ เป้าหมายขององค์กรอย่างมีประสิทธิภาพและ ยั่งยืนต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะ เหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานใน โรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา

วิธีการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบ cross-sectional descriptive study ศึกษาและ วิเคราะห์หาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อภาวะเหนื่อย ล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะ นะ จังหวัดสงขลา

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร คือ บุคลากรทางการแพทย์ที่ ปฏิบัติงาน ณ โรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา จำนวน 347 ราย

กลุ่มตัวอย่าง คือ บุคลากรทางการแพทย์ที่ ปฏิบัติงาน ณ โรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา โดยกลุ่มตัวอย่างได้จากการคำนวณสูตรของ Daniel⁽¹⁰⁾ ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 165 ราย และเพื่อป้องกันความคลาดเคลื่อนของกลุ่ม ตัวอย่างผู้ศึกษาวิจัยจึงเพิ่มกลุ่มตัวอย่างอีกร้อยละ 20 ดังนั้นกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้มีจำนวน ทั้งสิ้น 198 ราย

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถาม วิเคราะห์ ข้อมูลด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยใช้ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐานในการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไป คะแนนการรับรู้ลักษณะงาน คะแนนความเครียด ในการทำงาน คะแนนคุณภาพชีวิตในการทำงาน และคะแนนความเหนื่อยล้าในการทำงาน ดำเนินการทดสอบสมมติฐาน โดยใช้ค่าสหสัมพันธ์ (Pearson's Product Moment Correlation) และการวิเคราะห์ถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) เพื่อทดสอบทางสถิติของ ตัวแปรปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้ลักษณะงาน ความเครียดในการทำงาน คุณภาพชีวิตในการ ทำงานกับความเหนื่อยล้าในการทำงาน โดย กำหนดความเชื่อมั่นที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .05

สรุปและอภิปรายผลการวิจัย

1 ปัจจัยส่วนบุคคลมีผลต่อความสัมพันธ์ในการเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา

ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส ระดับการศึกษา อายุงาน ระยะเวลาทำงานเฉลี่ยต่อวัน รายได้ต่อเดือน บทบาทในครอบครัว และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน พบว่า อายุงาน ($p\text{-value} = 0.012$) มีความสัมพันธ์ต่อการเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา โดยกลุ่มตัวอย่างมีอายุงานเฉลี่ยประมาณ 8.5 ปี และมีอายุเฉลี่ย 36.72 ปี ซึ่งส่วนใหญ่มีความเหนื่อยล้าในการทำงานอยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นไปได้ว่าอายุงานที่เพิ่มขึ้น ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติงานมีประสบการณ์ในการทำงานที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น ดังนั้นเมื่อประสบปัญหาต่างๆ ทำให้สามารถปรับตัว รับมือ และแก้ไขสถานการณ์ได้ดีกว่า จึงเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานระดับต่ำ

บทบาทในครอบครัว ($p\text{-value} = 0.046$) และจำนวนสมาชิกในครัวเรือน ($p\text{-value} = 0.012$) มีความสัมพันธ์ต่อการเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา โดยกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะมีภาระหน้าที่ในการดูแลพ่อ-แม่ หรือลูก หรือบางส่วนก็ยังเป็นเสาหลักของครอบครัวอีกด้วย โดยมีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนเฉลี่ยประมาณ 4 คนต่อครัวเรือน และส่วนใหญ่มีความเหนื่อยล้าในการทำงานอยู่ในระดับปานกลาง อาจเป็นไปได้ว่าบุคลากรทางการแพทย์ที่มีภาระหน้าที่หลายทางทั้งบทบาทหน้าที่ในครอบครัว และบทบาทหน้าที่ในการทำงานที่ต้องพบเจอกับผู้คนและอารมณ์ที่หลากหลาย ถึงแม้ว่าบางส่วนจะสามารถแยกแยะและจัดการกับปัญหาเหล่านั้นได้ดี แต่บทบาทหรือความเครียดในบางช่วงเวลา หรือบางสถานการณ์ที่ต้องประสบมากเกินไปก็ย่อมเกิดการสะสมและส่งผลก่อให้เกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานได้

2. ปัจจัยการรับรู้ลักษณะงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะเหนื่อยล้าในการ

ทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา

ผลการศึกษาพบว่ายอมรับสมมติฐาน คือ การรับรู้ลักษณะงานมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา ($r = 0.218$, $p\text{-value} = 0.002$) แสดงว่าผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลาที่มีการรับรู้ลักษณะงานมาก จะมีภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานเพิ่มขึ้น เมื่อจำแนกออกผลการศึกษาออกเป็นรายด้านยังพบว่า ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน ($r = 0.429$, $p\text{-value} < 0.001$) และความขัดแย้งระหว่างคนกับงาน ($r = 0.218$, $p\text{-value} = 0.002$) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา แสดงว่าผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลาที่มีการรับรู้ถึงความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน และมีความขัดแย้งระหว่างคนกับงานมาก จะมีภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานเพิ่มขึ้น ดังนั้นผู้บริหาร หัวหน้างานจึงควรหมั่นสังเกตผู้ใต้บังคับบัญชาถ้าหากมีอาการเข้าข่ายจึงไม่ควรปล่อยปละละเลยให้ผู้ปฏิบัติงานเกิดความรู้สึกที่เข้าสู่ระยะหมดไฟเต็มทีและปล่อยให้มีการเรื้อรัง ซึ่งอาจส่งผลต่อตัวผู้ปฏิบัติงานที่มีแนวโน้มในการเกิดความเครียดและเข้าสู่ภาวะซึมเศร้า และส่งผลต่อบรรยากาศในการทำงานในองค์กร และประสิทธิภาพในการทำงานเป็นทีมได้

3. ปัจจัยความเครียดในการทำงานมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา

ผลการศึกษาพบว่ายอมรับสมมติฐาน คือ ความเครียดในการทำงานมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา ($r = 0.294$, $p\text{-value} < 0.001$) แสดงว่าผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลาที่มีความเครียดในการทำงานมาก จะเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการ

ทำงานมาก อาจเป็นไปได้ว่าปัจจัยด้านการรับรู้ลักษณะงานที่กล่าวไว้ข้างต้นเมื่อมีการเพิ่มขึ้นร่วมกับตัวแปรอื่นๆ อาจเป็นส่วนหนึ่งในการกระตุ้นให้เกิดความเครียดในผู้ปฏิบัติงานและส่งผลให้เกิดความเหนื่อยล้าในการทำงานตามมา

4. ปัจจัยคุณภาพชีวิตในการทำงานมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา

ผลการศึกษาพบว่ายอมรับสมมติฐาน คือ คุณภาพชีวิตในการทำงานมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานของผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลา ($r = -0.415$, $p\text{-value} < 0.001$) แสดงว่าผู้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลจะนะ จังหวัดสงขลาที่มีคุณภาพชีวิตในการทำงานต่ำ จะเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานมาก หรือหากผู้ปฏิบัติงานคุณภาพชีวิตในการทำงานสูง จะเกิดภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานน้อย ไม่ว่าจะเป็นด้านสภาพแวดล้อมในการทำงานที่ปลอดภัยต่อสุขภาพ ($r = -0.223$, $p\text{-value} =$

0.001) ความมั่นคงและความก้าวหน้าในการทำงาน ($r = -0.278$, $p\text{-value} < 0.001$) การบูรณาการทางสังคม ($r = -0.564$, $p\text{-value} < 0.001$) ความสมดุลระหว่างงานกับชีวิตส่วนตัว ($r = -0.309$, $p\text{-value} < 0.001$) และลักษณะงานที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ($r = -0.490$, $p\text{-value} < 0.001$) ซึ่งกล่าวได้ว่าหากผู้ปฏิบัติงานได้ทำงานในสภาพแวดล้อมที่มีปลอดภัย ได้รับความเชื่อมั่นจากองค์กร จะเกิดความมั่นใจในตัวเองกว้างงานที่ปฏิบัติอยู่มีความมั่นคง มีโอกาสในความก้าวหน้าในการทำงาน ทั้งการเลื่อนตำแหน่ง การได้รับการประเมินผลงาน หรือการได้รับค่าตอบแทนที่เหมาะสมกับภาระหน้าที่ รวมถึงสามารถเชื่อมั่นได้ว่าตนเองจะไม่ถูกทำให้ออกจากงานเมื่อไม่มีความผิด รวมถึงการมีสังคมในทำงานที่ดี คอยช่วยเหลือหรือประคับประคองซึ่งกันและกัน มีความร่วมมือในการทำงานระหว่างสหวิชาชีพจนเกิดความรู้สึกมีส่วนร่วมหนึ่ง หรือเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันในทีม

เอกสารอ้างอิง

1. กรมสุขภาพจิต. ภาวะหมดไฟในการทำงาน (burnout syndrome) 2562 [updated 23 ตุลาคม 2562. Available from: [https://dmh.go.th/news/view.asp?id=2270#:~:text=%E0%B8%A0%E0%B8%B2%E0%B8%A7%E0%B8%B0%20Burn%20out%20%E0%B8%AB%E0%B8%A3%E0%B8%B7%E0%B8%AD%20%E0%B8%A0%E0%B8%B2%E0%B8%A7%E0%B8%B0,International%20Classification%20of%20Diseases%20\(ICD\).](https://dmh.go.th/news/view.asp?id=2270#:~:text=%E0%B8%A0%E0%B8%B2%E0%B8%A7%E0%B8%B0%20Burn%20out%20%E0%B8%AB%E0%B8%A3%E0%B8%B7%E0%B8%AD%20%E0%B8%A0%E0%B8%B2%E0%B8%A7%E0%B8%B0,International%20Classification%20of%20Diseases%20(ICD).)
2. ธรรมนาถ เจริญบุญ. แบบประเมินและแบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในประเทศไทย: ข้อควรพิจารณาในการเลือกใช้. ธรรมศาสตร์เวชสาร. 2554;11(4):667-76
3. See KC, Zhao MY, Nakataki E, Chittawatanarat K, Fang WF, Faruq MO, et al. Professional burnout among physicians and nurses in Asian intensive care units: a multinational survey. Intensive Care Med. 2018;44(12):2079-90.
4. Matsuo T, Kobayashi D, Taki F, Sakamoto F, Uehara Y, Mori N, et al. Prevalence of Health Care Worker Burnout During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic in Japan. JAMA Netw Open. 2020;3(8):e2017271.
5. Baker DB. The study of stress at work. Ann Rev Public Health. 1985;6:367-81.
6. Siau CS, Wee LH, Ibrahim N, Visvalingam U, Yeap LLL, Yeoh SH, et al. Predicting burnout and psychological distress risks of hospital healthcare workers. Malaysian Journal of Public Health Medicine. 2018;2018:125-36.
7. Ghahramani S, Lankarani KB, Yousefi M, Heydari K, Shahabi S, Azmand S. A Systematic Review and Meta-Analysis of Burnout Among Healthcare Workers During COVID-19. Frontiers in Psychiatry. 2021;12.



- 8.รุจิรา ตวงเพิ่มทรัพย์, วินิทร นวลละออง, ธรรมนาถ เจริญบุญ. ภาวะเหนื่อยล้าในการทำงานและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของแพทย์ประจำบ้านโรงพยาบาลธรรมศาสตร์เฉลิมพระเกียรติ ในสถานการณ์ที่มีการแพร่ระบาดของ COVID-19. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2564;66(2):189-202.
- 9.โรงพยาบาลจะนะ. จำนวนบุคลากรทางการแพทย์ ข้อมูลล่าสุดปีพ.ศ.2565. 2565.
- 10.Daniel WW, Cross CL. Biostatistics A Foundation for Analysis in the Health Sciences. United States of America: John Wiley & Sons, Inc.; 2010. Available from: