

ดัชนีความสุขของประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา

Happiness Index of Burapha University Community

จิตสวาท ปาละสิงห์ (Jitsawat Palasingha)*

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการวิจัยครั้งนี้ เพื่อสำรวจดัชนีความสุขของประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา และเพื่อเปรียบเทียบดัชนีความสุขของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา ที่มีลักษณะทางประชากรด้านข้อมูลส่วนบุคคลและสถานภาพการทำงานแตกต่างกันจำนวน 816 คน โดยประชาคมประกอบด้วย อาจารย์ เจ้าหน้าที่ นิสิต และบุคลากรที่จ้างมาจากภายนอกมหาวิทยาลัย เครื่องมือการวิจัย คือ HAPPINOMETER หรือแบบสำรวจความสุขด้วยตนเอง พัฒนาโดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ผลการวิจัยพบว่า ประชาคมในมหาวิทยาลัยที่มีลักษณะประชากรด้านข้อมูลส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน มีดัชนีความสุข 9 มิติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และประชาคมในมหาวิทยาลัยที่มีลักษณะประชากรด้านสถานภาพการทำงานที่แตกต่างกัน มีดัชนีความสุข 9 มิติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

คำสำคัญ: ดัชนีความสุข, ประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา

Abstract

The research objectives of this study were to investigate happiness index of Burapha University's Community and to compare their demographics and happiness index level. Samples were 816 persons consisting of 400 lecturers, service providing staffs and outsources staffs and 416 students. The research tool was HAPPINOMETER developed by Institute for Population

* สำนักงานคณบดี คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

and Social Research of Mahidol University. The research results showed that there were significant differences between the samples' demographics and working statuses and 9 dimensions of the HAPPINOMETER at the 0.05 level.

Keywords: Happiness Index, Burapha University Community

ที่มาและความสำคัญของปัญหา

ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา ภาวะวิกฤติทางเศรษฐกิจในปี ค.ศ. 2008 ทำให้เกิดวิกฤติการณ์ไปทั่วโลก อันเนื่องมาจากผลกระทบของการเติบโตของทุนนิยมแบบก้าวกระโดด และทำให้เกิดการวิพากษ์วิจารณ์มากมายในสังคมโลกถึงการพัฒนาการขับเคลื่อนและการวัดผลของเศรษฐกิจในแต่ละประเทศตามระบอบทุนนิยมแบบตะวันตก จึงทำให้เกิดคำถามกับคนในประเทศต่าง ๆ ว่า ดัชนีชี้วัดทางเศรษฐกิจที่นิยมใช้กันทั่วโลกอย่างผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ (Gross Domestic Product or GDP) สามารถวัดผลได้ถูกต้องมากน้อยเพียงใด เพราะ GDP นั้นไม่ได้เกี่ยวข้องกับความเป็นอยู่ที่ดีในระดับประเทศ ที่มีช่องว่างระหว่างคนจนกับคนรวยเป็นอันมาก นอกจากนี้การไม่นำเอาเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิด เช่น ภัยพิบัติต่าง ๆ มาใช้ในการคิดคำนวณค่า GDP ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อค่าที่บิดเบือน ตลอดจนการไม่นับรวมคุณภาพชีวิตเข้าไปในดัชนีของ GDP

จากข้อจำกัดดังกล่าว ได้ทำให้สมเด็จพระราชาธิบดีจิกมี ซิงเย วังชุก ได้ริเริ่มปรัชญาในการพัฒนาประเทศในวันเสด็จขึ้นครองราชย์ พ.ศ. 2515 ที่เรียกว่า ความสุขมวลรวมประชาชาติ (Gross National Happiness) โดยมีแนวคิดที่ว่า ความสุขของประชาชนสำคัญกว่าผลผลิตรวมของประชาชาติ และเป็นนโยบายระยะยาวที่พระองค์และคณะรัฐมนตรี ใช้ในการกำหนดนโยบายและแผนพัฒนาประเทศ เป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาโดยใช้หลักศาสนาพุทธเป็นที่ตั้ง แนวคิดดังกล่าวจึงได้รับการตอบรับจากทั่วโลก นักวิชาการหลาย ๆ ประเทศสร้างดัชนีใหม่ที่ต่างออกไป เช่น ดัชนีความสุขแห่งชาติ GNH (Gross National Happiness) หรือดัชนีความสุขมวลรวม (สมคิด อเนกทวีผล, 2553; สิริมา ศิริมาตยนันท์ และคณะ ปาลีภัทรางกูร, 2554)

แนวคิด GNP ก็ได้ถูกนำเข้ามาใช้ในประเทศไทย ดังเห็นได้จากการที่ภาครัฐได้ปรับให้แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 พ.ศ. 2555-2559 ได้มีการนำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นแกนหลักในการพัฒนาประเทศ โดยวัดทั้งประสิทธิภาพทางเศรษฐกิจ การพัฒนาอย่างยั่งยืน มิติการศึกษา และสุขภาพ โดยใช้ สสส. เป็นแกนหลักในการผลักดันดัชนีความสุขในการพัฒนาประเทศ ดันเข้าแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 ตั้งกรรมการกิจกรรมเพื่อสังคมด้วย (สมคิด อนุภทวิผล, 2553)

จากการที่ทั่วโลกให้การตอบรับกับแนวคิด GNP นั้น ทำให้ได้มีองค์กรหลายแห่งทำโพลสำรวจประเทศที่มีความสุขมากที่สุดในโลกขึ้นมา ดังจะเห็นได้จากบทความจากหนังสือพิมพ์ไทยรัฐออนไลน์ ฉบับวันที่ 24 มกราคม พ.ศ. 2554 รายงาน Legatum Prosperity Index ประจำปี 2010 จัดทำโดยสถาบันวิจัย Legatum Institute ประเทศอังกฤษ พบว่า ประเทศที่ประชากรมีความสุขมากที่สุดในโลก 10 อันดับแรก ได้แก่ นอร์เวย์ เดนมาร์ก ฟินแลนด์ ออสเตรเลีย นิวซีแลนด์ สวีเดน แคนาดา สวิตเซอร์แลนด์ เนเธอร์แลนด์ และ สหรัฐอเมริกา ส่วนประเทศไทยนั้นถูกจัดอยู่ในอันดับที่ 52 ของโลก จาก 110 อันดับ และเป็นอันดับที่ 10 เมื่อเปรียบเทียบกับประเทศเอเชียด้วยกัน แต่เนื่องจากปัญหาการเมืองส่งผลให้ดัชนีความสุขของคนไทยต่ำลง โดยเป็นอันดับที่ 106 จาก 110 ประเทศ ในด้านเสรีภาพส่วนบุคคล

จากโพลสะท้อนให้เห็นได้ว่า ความสุขของประชาชนชาวไทยได้มีการลดลงในช่วงสองปีที่ผ่านมา ซึ่งเป็นผลกระทบจากเศรษฐกิจ การเมือง หรือแม้แต่สังคมและสิ่งแวดล้อมในประเทศ และเมื่อผู้วิจัยได้ทำการทบทวนงานวิจัยที่ผ่านมา พบว่า งานวิจัยส่วนใหญ่เป็นงานวิจัยเชิงสำรวจ โดยวัดดัชนีความสุขของประชาชนชาวไทยในสถานที่ต่าง ๆ กัน (เริงชัย ตันสุชาติ และธรรณชนก คำแก้ว, 2551; เศรษฐภูมิ วรรณไพศาล, 2552; รั้งสรรค์ ภิรมย์, 2552) มีเพียงงานวิจัยเดียวที่ใช้การวิจัยเชิงทดลอง (ขวัญชนก เกรณี, 2551) ด้วยการจัดดัชนีความสุขที่เปลี่ยนแปลงหลังจากได้เข้ารับการอบรมหลักสูตรที่นักวิจัยจัดขึ้นมา นอกจากนี้ยังมีหน่วยงานของรัฐต่าง ๆ ได้มีการพัฒนาเครื่องมือในการวัดดัชนีความสุขขึ้นมาจำนวนหนึ่ง

HAPPINOMITER หรือปรอทวัดความสุขด้วยตนเอง เป็นแบบสำรวจความสุขด้วยตนเอง ได้รับการพัฒนาโดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล โดยในช่วงแรกใช้แบบสอบถามที่ประกอบด้วยตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตคนทำงานที่พัฒนาขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2551 ต่อมาได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) เพื่อพัฒนาเป็น “เครื่องมือวัดคุณภาพชีวิตข้าราชการ” และในปี พ.ศ. 2553 ก็มีการจัดทำ “โครงการพัฒนาระบบเงินเดือน ค่าตอบแทน สิ่งจูงใจ และคุณภาพชีวิตข้าราชการ: การศึกษาเพื่อพัฒนาเกณฑ์มาตรฐาน ตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตข้าราชการ” โดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานคณะกรรมการข้าราชการพลเรือน (กพ.) โดยตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตและความสุขคนในที่ทำงาน พัฒนามาจากวิถีชีวิตของคนทำงานในภาคอุตสาหกรรมและภาคการบริการ ตลอดจนส่วนงานราชการทั่วประเทศ ดังนั้นจึงกล่าวได้ว่า ตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตและความสุขในแบบวัดนี้เป็นตัวชี้วัดที่มีใกล้เคียงกับชีวิตและความเป็นอยู่ของคนทำงานในภาคดังกล่าวมากที่สุด ตามแนวคิดของ “ความสุข 8 ประการ” และ “องค์กรแห่งความสุข: Happy Workplace” ซึ่งประกอบด้วยความสุข 9 มิติ มีตัวชี้วัดทั้งหมดรวม 56 ตัวชี้วัด ประกอบด้วย

1. Happy body (สุขภาพดี) หมายถึง การที่บุคคลมีสุขภาพร่างกายที่ดี ที่แข็งแรง มีนิสัยการกินที่ดีที่เหมาะสม ไม่กินมากหรือน้อยจนเกินไป
2. Happy relax (ผ่อนคลายดี) หมายถึง การที่บุคคลแต่ละคนสามารถแบ่งเวลาในการพักผ่อนได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถจัดการปัญหาของตนเองได้อย่างดี และสามารถทำชีวิตให้เรียบง่ายสบาย ไม่ยุ่งยาก
3. Happy heart (น้ำใจดี) หมายถึง การมีน้ำใจคือการที่รู้จักแบ่งปันสิ่งต่าง ๆ ให้กับผู้อื่น มีความเมตตากับคนรอบข้าง ให้ความช่วยเหลือซึ่งกันและกัน รู้จักการทำงานเป็นทีม รวมทั้งมีส่วนร่วมในการสร้างประโยชน์ให้กับส่วนรวม
4. Happy soul (จิตวิญญาณดี) หมายถึง การตระหนักถึงคุณธรรม จริยธรรม รวมทั้งมีศีลธรรมด้วย เป็นคนที่รู้จักให้ รู้แพ้รู้ชนะรู้ถอย และมีความกตัญญูต่อผู้มีพระคุณ
5. Happy family (ครอบครัวดี) หมายถึง การที่บุคคลในครอบครัวมีความสุข รู้สึกผูกพันเชื่อมั่นใจ ในกันและกัน

6. Happy society (สังคมดี) หมายถึง การที่คนในสังคมมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ไม่สร้างความเดือดร้อนให้ผู้อื่น ไม่เอาัดเอาเปรียบคนอื่น

7. Happy brain (ใฝ่รู้ดี) หมายถึง การที่คนมีความกระตือรือร้นและขวนขวายในการหาความรู้ มีความสนใจที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ อีกทั้งสามารถปรับตัวให้ยอมรับกับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา

8. Happy money (สุขภาพเงินดี) หมายถึง การที่คนมีระเบียบในการจับจ่ายใช้สอย รู้จักที่จะจัดการและประมาณตนในการใช้จ่าย ไม่ใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่ายจนเกินงาม

9. Happy work-life (การงานดี) หมายถึง ความพึงพอใจในหน้าที่การงานและความก้าวหน้าของตนเอง รวมถึงความรัก ความผูกพัน และความภูมิใจในองค์กร มหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งเป็นมหาวิทยาลัยที่กำกับโดยรัฐ โดยมีบทบาทหน้าที่หลักเป็นที่พึ่งพาด้านวิชาการให้กับสังคม โดยเฉพาะชุมชนในภาคตะวันออก ต่างก็ตระหนักเห็นความสำคัญของดัชนีความสุข และได้มีการจัดแบบสำรวจขึ้นมาเช่นเดียวกัน ดังนั้น ในงานวิจัยชิ้นนี้ ผู้วิจัยต้องการทำการสำรวจความสุขโดยทั่วไปของกลุ่มคนต่าง ๆ ที่อยู่ในมหาวิทยาลัยบูรพา เพราะมหาวิทยาลัยจัดว่าเป็นสังคม ๆ หนึ่งที่มีทั้งกลุ่มคนต่าง ๆ เข้ามาใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน จึงเป็นสิ่งสำคัญที่มหาวิทยาลัยบูรพานั้น จะช่วยเข้ามาดูแลทางด้านกายและใจให้คนในสังคมนั้นมีความสุขเมื่อใช้ชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัย

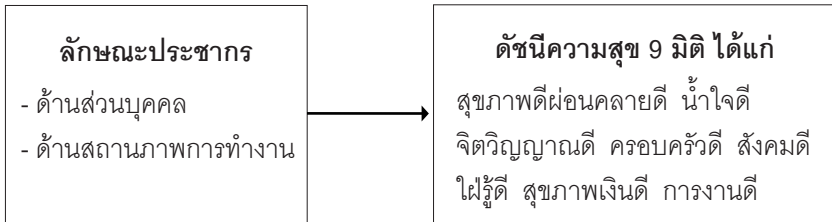
วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

1. เพื่อสำรวจดัชนีความสุขของประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา
2. เพื่อเปรียบเทียบดัชนีความสุขของประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพาที่มีลักษณะประชากรด้านข้อมูลส่วนบุคคล และด้านสถานภาพการทำงานที่แตกต่างกัน

ขอบเขตของโครงการวิจัย

ผู้วิจัยเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่เป็นประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา ในภาคการศึกษา 1/2557

กรอบแนวคิดการวิจัย



สมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานที่ 1 ประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพาที่มีลักษณะทางประชากรด้านข้อมูลส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน มีดัชนีความสุข 9 มิติ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สมมติฐานที่ 2 ประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพาที่มีลักษณะทางประชากรด้านสถานภาพการทำงานที่แตกต่างกัน มีดัชนีความสุข 9 มิติ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

หน่วยงานที่เกี่ยวข้องในมหาวิทยาลัยบูรพาสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้มีความสุข และทำงานอย่างมีประสิทธิภาพในมหาวิทยาลัยบูรพาต่อไป

ระเบียบวิธีวิจัย

ประชากร กลุ่มตัวอย่าง และการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา วิทยาเขตบางแสน ประกอบด้วย บุคลากรในมหาวิทยาลัย (อาจารย์และเจ้าหน้าที่) บุคลากรจ้างบริการจากบริษัทข้างนอก มีจำนวนทั้งสิ้น 3,313 คน และนิสิตในมหาวิทยาลัยบูรพา วิทยาเขตบางแสน จำนวน 44,340 คน รวมทั้งสิ้น 47,653 คน จากนั้นผู้วิจัยจะทำการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ตามประเภทบุคลากรแต่ละคณะฯ โดยใช้วิธี Stratified Sampling ในระดับคณะ/สำนัก โดยเปิดตาราง Taro Yamane ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% แต่ละกลุ่ม โดยกลุ่มบุคลากรในมหาวิทยาลัย (อาจารย์และเจ้าหน้าที่) บุคลากรจ้างบริการจากบริษัทข้างนอก จะเก็บจำนวน 400 คน ส่วนกลุ่มนิสิตจะเก็บจำนวน 416 คน กลุ่มตัวอย่างมีจำนวนทั้งสิ้น 816 คน และ Sample Proportional to size ตามสัดส่วนของประชาคม และทำการสุ่มตัวอย่างแบบสะดวก (Convenience Sampling)

เครื่องมือในการวิจัย

สำหรับเครื่องมือในงานวิจัยชิ้นนี้ เป็นแบบสอบถาม HAPPINOMETER หรือแบบสำรวจความสุขด้วยตนเอง พัฒนาโดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ที่ได้พัฒนาขึ้นมาตามแนวคิดของ “ความสุข 8 ประการ” และ “องค์กรแห่งความสุข: Happy Workplace” ซึ่งประกอบด้วยความสุข 9 มิติ ได้แก่ สุขภาพดี ผ่อนคลายดี น้ำใจดี จิตวิญญาณดี ครอบคลุมดี สังคมดี ใฝ่รู้ดี สุขภาพเงินดี และการงานดี โดยในมิติสุดท้ายจะยกเว้นไม่เก็บกับกลุ่มนิสิต เครื่องมือดังกล่าวยังได้ผ่านการทดสอบค่าความเชื่อมั่น จนได้รับมาตรฐานเป็นที่ยอมรับในแวดวงวิชาการ และเมื่อผู้วิจัยได้ทำการทดสอบค่าความเชื่อมั่น (Reliability) กับกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยครั้งนี้ จำนวน 816 คน ได้ค่า Cronbach's Alpha เท่ากับ 0.917

ขั้นตอนการวิจัย และการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. ผู้วิจัยทำการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อร่างโครงการวิจัย
2. ผู้วิจัยดำเนินการด้วยการนำแบบสอบถามมาปรับปรุง เพิ่มรายละเอียดในส่วนข้อมูลลักษณะประชากร ข้อมูลส่วนบุคคล และข้อมูลการทำงาน จากนั้นนำไปให้ที่ปรึกษางานวิจัยตรวจสอบก่อนจะนำไปเก็บข้อมูลจริง
3. นำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลกับประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา ตามที่กำหนดไว้ในระดับคณะ/สำนัก จนครบตามจำนวนที่กำหนดในเดือนสิงหาคม พ.ศ. 2557

4. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่รวบรวมได้มาตรวจสอบความถูกต้อง ความเรียบร้อยของข้อมูล และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ในโปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติสำเร็จรูป

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยประมวลผลด้วยโปรแกรมวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติสำเร็จรูป โดยวิเคราะห์ 2 รูปแบบ ได้แก่ สถิติเชิงพรรณนา และสถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) เพื่อทดสอบสมมติฐาน โดยกำหนดค่าของระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ใช้สำหรับการวิเคราะห์ไว้ที่ระดับ 0.05 โดยใช้ t-test และ F-Test

สรุปผลการวิจัย

ลักษณะกลุ่มตัวอย่างในการทำงานวิจัย

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ตอบแบบสอบถามในงานวิจัยครั้งนี้มีทั้งหมด 816 คน เป็นบุคลากรจำนวน 400 คน และเป็นนิสิตมหาวิทยาลัยจำนวน 416 คน โดยกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดเป็นเพศหญิงจำนวน 578 คน คิดเป็นร้อยละ 70.8 และเป็นเพศชายจำนวน 238 คน คิดเป็นร้อยละ 29.2 ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือประกาศนียบัตรวิชาชีพมีจำนวน 311 คน คิดเป็นร้อยละ 38.6 และมีสถานภาพโสดจำนวน 634 คน คิดเป็นร้อยละ 78.3

เมื่อจำแนกกลุ่มตัวอย่างตามประเภทของบุคลากรของมหาวิทยาลัยจำนวน 400 คนนั้น ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ทำงานในมหาวิทยาลัยมีจำนวน 336 คน คิดเป็นร้อยละ 84.0 และเป็นพนักงานบริษัทเอกชนที่ทำงานให้กับมหาวิทยาลัย มีจำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 16.0 เมื่อพิจารณาประเภทกลุ่มทำงาน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ทำงานด้านการบริการ มีจำนวน 152 คน คิดเป็นร้อยละ 41.9 รองลงมาทำงานสำนักงาน มีจำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 28.1 และทำงานด้านอื่น ๆ มีจำนวน 74 คน คิดเป็นร้อยละ 20.4 ในด้านสถานภาพการจ้างงาน กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพการจ้างงานตามสัญญาจ้าง มีจำนวน 204 คน คิดเป็นร้อยละ 56.00 รองลงมา มีสถานภาพการจ้างงานประจำ มีจำนวน 137 คน คิดเป็นร้อยละ 37.60 ด้านระยะเวลาการทำงานในองค์กร กลุ่มตัวอย่าง

ส่วนใหญ่มีระยะเวลาการทำงานตั้งแต่ 10 ปีขึ้นไป มีจำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 30.30 รองลงมา มีระยะเวลาการทำงานระหว่าง 3-5 ปี มีจำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 25.70 ระยะเวลาการทำงานระหว่าง 6-9 ปี มีจำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 19.40 ระยะเวลาการทำงานระหว่าง 1-2 ปี มีจำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 17.50 ส่วนรายได้ต่อเดือนของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือน 20,001 - 30,000 บาท มีจำนวน 162 คน คิดเป็นร้อยละ 44.50 รองลงมา มีรายได้ต่อเดือน 30,001 - 40,000 บาท มีจำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 20.10 รายได้ต่อเดือน 10,001 - 20,000 บาท มีจำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 19.50 ขณะที่กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิตในมหาวิทยาลัยบูรพาจำนวน 416 คนนั้น ส่วนใหญ่ศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี มีจำนวน 340 คน คิดเป็นร้อยละ 81.7 ส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงาน มีจำนวน 335 คน คิดเป็นร้อยละ 82.1 มีรายได้ต่อเดือน 10,000 บาท หรือต่ำกว่า มีจำนวน 218 คน คิดเป็นร้อยละ 54.9

ข้อมูลเกี่ยวกับการทำงานของบุคลากรในมหาวิทยาลัยบูรพา

ผลการวิจัยพบว่า สถานภาพการทำงานของกลุ่มตัวอย่างในมหาวิทยาลัยจำนวน 400 คน ผลการวิจัย พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ทำงานในมหาวิทยาลัย มีจำนวน 336 คน คิดเป็นร้อยละ 84 และเป็นพนักงานบริษัทเอกชนที่ทำงานให้กับมหาวิทยาลัย มีจำนวน 64 คน คิดเป็นร้อยละ 16

กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ทำงานในสายสนับสนุนวิชาการ มีจำนวน 224 คน คิดเป็นร้อยละ 66.7 เป็นพนักงานมหาวิทยาลัย (เงินรายได้) มีจำนวน 181 คน คิดเป็นร้อยละ 54.2 มีสถานภาพการจ้างงานตามสัญญาจ้าง มีจำนวน 204 คน คิดเป็นร้อยละ 56 ทำงานตั้งแต่ 10 ปีขึ้นไป มีจำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 30.3 รองลงมาทำงานระหว่าง 3-5 ปี มีจำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 25.7 ทำงานระหว่าง 6-9 ปี มีจำนวน 71 คน คิดเป็นร้อยละ 19.4 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือน 20,001 - 30,000 บาท มีจำนวน 162 คน คิดเป็นร้อยละ 44.5

ดัชนีความสุข 9 มิติ และความสุขโดยรวมของประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา

ผลการวิจัยเกี่ยวกับดัชนีความสุขโดยรวมของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 7.20 จากมาตราวัด 10 ระดับ เมื่อจำแนกรายได้

พบว่า ค่าเฉลี่ยรวมสูงสุด 5 อันดับแรกจากมาตรวัด 5 ระดับ ได้แก่ ความสุขุมิตินี้ที่ 4 (จิตวิญญาณถนอด) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.63 รองลงมา ได้แก่ คือความสุขุมิตินี้ที่ 3 (น้ำใจดี) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.62 ความสุขุมิตินี้ที่ 7 (ใฝ่รู้ดี) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.54 ความสุขุมิตินี้ที่ 9 (การงานดี) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.49 และความสุขุมิตินี้ที่ 5 (ครอบครัวดี) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.41 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า

ความสุขุมิตินี้ที่ 1 การมีสุขภาพดี กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขุมิตินี้ที่ 1 โดยรวมเท่ากับ 3.37 โดยคุณลักษณะการมีสุขภาพดีสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ การไม่สูบบุหรี่/ใบจาก/ยาเส้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.57 รองลงมาคือ การไม่มีดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.64 และอันดับที่ 3 คือภาวะเสี่ยงต่อโรค มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.56

ความสุขุมิตินี้ที่ 2 การผ่อนคลายดี กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขุมิตินี้ที่ 2 โดยรวมเท่ากับ 3.07 โดยคุณลักษณะการผ่อนคลายดีสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ความสามารถในการจัดการกับปัญหาในชีวิต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.46 รองลงมาคือ การมีความเครียด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.16 และอันดับที่ 3 คือการทำกิจกรรมเพื่อพักผ่อนหย่อนใจใน 1 สัปดาห์ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.46

ความสุขุมิตินี้ที่ 3 การมีน้ำใจดี กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขุมิตินี้ที่ 3 โดยรวมเท่ากับ 3.62 โดยคุณลักษณะการมีน้ำใจดีสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ความรู้สึกเอื้ออาทร/ห่วงใยคนรอบข้าง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.91 รองลงมาคือ การให้ความสำคัญกับการทำงานเป็นทีม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.90 และอันดับที่ 3 คือความเต็มใจและยินดีทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.87

ความสุขุมิตินี้ที่ 4 การมีจิตวิญญาณดี กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขุมิตินี้ที่ 4 โดยรวมเท่ากับ 3.63 โดยคุณลักษณะการมีจิตวิญญาณดีสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ช่วยเหลือ/ตอบแทนผู้มีพระคุณ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.07 รองลงมาคือ ยอมรับและขอโทษในความผิดที่ตนทำ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.90 และอันดับที่ 3 คือยกโทษและให้อภัยอย่างจริงใจต่อผู้สำนึกผิด มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.70

ความสุขุมิตินี้ที่ 5 การมีครอบครัวดี กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขุมิตินี้ที่ 5 โดยรวมเท่ากับ 3.41 โดยคุณลักษณะการมีครอบครัวดีสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ มีความสุขกับครอบครัวของตนเอง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.04 รองลงมาคือ การมีเวลา

อยู่กับครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.12 และการทำงานกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัว มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.06

ความสุขมิติที่ 6 การมีสังคมดี กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขมิติที่ 6 โดยรวมเท่ากับ 3.24 โดยคุณลักษณะการมีสังคมดีสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ปฏิบัติตามกฎระเบียบ/ข้อบังคับของสังคม มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.73 รองลงมาคือ การมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนบ้าน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.35 และอันดับที่ 3 คือใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.33

ความสุขมิติที่ 7 การใฝ่รู้ดี กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขมิติที่ 7 โดยรวมเท่ากับ 3.54 โดยคุณลักษณะการใฝ่รู้ดี ได้แก่ มีการพัฒนาตนเองเพื่อความก้าวหน้าในชีวิต มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.84 รองลงมาคือ การแสวงหาความรู้ใหม่ ๆ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.61 และมีโอกาสได้รับการอบรม/ศึกษาต่อ/ดูงาน เพื่อพัฒนาทักษะความสามารถของตน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.17

ความสุขมิติที่ 8 การมีสุขภาพดี กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขมิติที่ 8 โดยรวมเท่ากับ 3.27 โดยคุณลักษณะการมีสุขภาพเงินดีสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ผ่อนชำระหนี้สินตามกำหนดเวลาทุกครั้ง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.10 รองลงมาคือ มีภาระผ่อนชำระหนี้สิน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.59 และอันดับที่ 3 คือรายได้ต่อเดือนเปรียบเทียบกับรายจ่ายในแต่ละเดือน มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 2.88

ความสุขมิติที่ 9 การงานดี กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยความสุขมิติที่ 9 โดยรวมเท่ากับ 3.49 โดยคุณลักษณะการงานดีสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ความถูกต้องของการจ่ายค่าจ้าง ค่าล่วงเวลา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.06 รองลงมาคือ ความตรงเวลาของการจ่ายค่าจ้าง ค่าล่วงเวลา มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.98 และอันดับที่ 3 คือความภาคภูมิใจที่ได้เป็นพนักงาน/บุคลากรขององค์กร มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.80

ผลการทดสอบสมมติฐาน

สมมติฐานที่ 1 ประชาคมในมหาวิทยาลัยที่มีลักษณะประชากรด้านส่วนบุคคลที่แตกต่างกัน มีดัชนีความสุข 9 มิติ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ด้านเพศ ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุข 9 มิติ ความสุขในมิติที่ 1 (สุขภาพดี) 4 (จิตวิญญาณดี) ความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) และความสุขโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในความสุขมิติที่ 2 (ผ่อนคลายดี), ความสุขมิติที่ 3 (น้ำใจดี) ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี) ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี) ความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) และความสุขโดยรวม

ด้านระดับการศึกษา ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขในมิติที่ 3 (น้ำใจดี), ความสุขมิติที่ 4 (จิตวิญญาณดี), ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี), ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี), ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี), ความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) และความสุขโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ด้านสถานภาพสมรส ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกันมีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 1(สุขภาพดี), ความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี), ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี), ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) และความสุขโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

สมมติฐานที่ 2 ประชาคมในมหาวิทยาลัยที่มีลักษณะประชากรด้านสถานภาพการทำงานที่แตกต่างกัน มีดัชนีความสุข 9 มิติ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.1 ประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา (จำนวน 816 คน) ด้านประเภทกลุ่มทำงาน (อาจารย์ เจ้าหน้าที่ภายใน เจ้าหน้าที่ภายนอก และนักศึกษา) ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีประเภทกลุ่มแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 1 (สุขภาพดี), ความสุขมิติที่ 3 (น้ำใจดี) ความสุขมิติที่ 4 (จิตวิญญาณดี) ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี) ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) ความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) และความสุขโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.2 บุคลากรที่ทำงานในมหาวิทยาลัยบูรพา (อาจารย์ เจ้าหน้าที่ภายใน และเจ้าหน้าที่ภายนอก) (จำนวน 400 คน) มีลักษณะทางประชากรด้านตำแหน่ง

งาน 4 ด้าน ประกอบด้วย

ด้านลักษณะงาน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะงานแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 1 (สุขภาพดี) ความสุขมิติที่ 2 (ผ่อนคลายดี) ความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี) ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) และความสุขโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ด้านสถานภาพการจ้างงาน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพการจ้างงาน (ประจำ ตามสัญญาจ้าง ลูกจ้างรายวัน) แตกต่างกันมีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) และความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ด้านระยะเวลาที่ทำงานในองค์กร ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระยะเวลาที่ทำงานในองค์กรแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี) และความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ด้านรายได้ต่อเดือน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 1 (สุขภาพดี) ความสุขมิติที่ 2 (ผ่อนคลายดี) ความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี) ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี) ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) ความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) และความสุขโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

2.3 นิสิตในมหาวิทยาลัยบูรพา (จำนวน 416 คน)

ด้านระดับการศึกษา ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับหลักสูตรที่ศึกษา (ปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี) แตกต่างกันมีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุข 8 มิติ และความสุขโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ด้านสถานภาพการทำงาน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพการทำงานแตกต่างกันมีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุข 8 มิติ และความสุขโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

ด้านรายได้ต่อเดือน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 2 (ผ่อนคลายดี), ความสุขมิติที่ 3 (น้ำใจดี), ความสุขมิติที่ 4 (จิตวิญญาณดี), ความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี), ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี), ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) และความสุขโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

อภิปรายผลการวิจัย

ประเด็นดัชนีความสุข 9 มิติ และความสุขโดยรวมของประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา

ผลการวิจัยพบว่า ดัชนีความสุขโดยรวมของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพา มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 7.20 จากมาตราวัด 10 ระดับ เมื่อจำแนกรายได้พบว่า ค่าเฉลี่ยรวมสูงสุด 5 อันดับแรกจากมาตราวัด 5 ระดับ ได้แก่ ความสุขมิติที่ 4 (จิตวิญญาณดี) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.63 รองลงมา ได้แก่ คือความสุขมิติที่ 3 (น้ำใจดี) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.62 ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.54 ความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.49 และความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี) มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 3.41 จากผลการวิจัยจะเห็นได้ว่า จากมาตราวัดที่มีระดับ 5 คะแนนนั้น ประชาคมในมหาวิทยาลัยบูรพามีความสุขอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะมหาวิทยาลัยบูรพาเป็นมหาวิทยาลัยที่อยู่ในต่างจังหวัด ทำให้สภาพแวดล้อมบรรยากาศไม่มีสภาวะเร่งรีบเหมือนมหาวิทยาลัยในเมืองหลวง จึงมีผลกระทบส่งไปกับสภาพอารมณ์และความสุขของประชาคมในมหาวิทยาลัยในทางบวกมากกว่าทางลบ

ประเด็นการทดสอบสมมติฐานที่ 1 ลักษณะประชากรด้านข้อมูลส่วนบุคคลที่แตกต่างกันส่งผลให้ดัชนีความสุข 9 มิติของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน

จากผลการวิจัยพบว่า ลักษณะประชากรทุกตัวแปรส่งผลกระทบต่อการรับรู้เรื่องความสุข 9 มิติ ของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน แม้ว่าจะมีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติบางประเด็นเท่านั้น ซึ่งสอดคล้องกับการที่ กิติมา สุรสนธิ (2541:15-17) อธิบายว่า ตัวแปรลักษณะประชากรศาสตร์ ไม่ว่าจะเป็นเรื่อง เพศ อายุ การศึกษา ศาสนา สถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจ ต่างก็เป็นปัจจัยที่มีผลต่อการรับรู้

การตีความ และการเข้าใจในการสื่อสารของคนแต่ละคน เช่นเดียวกับที่ ปรมะ สตะเวทิน, (2546: 112-118) อธิบายว่า คนแต่ละคนจะมีคุณสมบัติเฉพาะตน ซึ่งทำให้เราแตกต่างกัน ซึ่งคุณสมบัติเหล่านี้จะมีอิทธิพลต่อการรับสารในสถานการณ์ต่าง ๆ (ปรมะ สตะเวทิน, 2546: 112-118) เมื่อพิจารณาตัวแปรแต่ละปัจจัย พบว่า

ด้านเพศ ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศแตกต่างกัน ส่งผลมีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขในมิติที่ 1 (สุขภาพดี) 4 (จิตวิญญาณดี) ความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) และความสุขโดยรวมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 แต่ไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติในความสุขมิติที่ 2 (ผ่อนคลายดี), ความสุขมิติที่ 3 (น้ำใจดี) ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี) ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี) ความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) และความสุขโดยรวม ซึ่งในที่นี้พบว่าเพศหญิงมีระดับความสุข 9 มิติ สูงกว่าเพศชายโดยส่วนใหญ่ ยกเว้นในมิติเรื่องของใฝ่รู้ดีและการงานดี (แม้ว่าจะไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ)

ผลวิจัยในครั้งนี้ สอดคล้องกับลักษณะจิตวิทยาของเพศชายที่มุ่งเน้นความสำเร็จนอกบ้านมากกว่าเพศหญิง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ รั้งสรรพ ภิรมย์ (2552) ที่ศึกษาเรื่องการวัดระดับความสุขของประชากรในอำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ และพบว่า เพศเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อระดับความสุข แต่ผลวิจัยครั้งนี้ขัดแย้งกับงานวิจัยของ สาลินี เทพสุวรรณ (2550) ได้ทำการศึกษาเรื่องดัชนีความอยู่ดีมีสุขมวลรวมของคนไทย ที่ค้นพบว่า ดัชนีความอยู่ดีมีสุขมวลรวมของผู้ชายสูงกว่าผู้หญิง กลุ่มอายุ 20-39 ปีสูงกว่ากลุ่มอายุอื่น ๆ

ด้านระดับการศึกษา ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 3 (น้ำใจดี), ความสุขมิติที่ 4 (จิตวิญญาณดี), ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี), ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี), ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี), ความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) และความสุขโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา และมีการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่า มีความสุขทางจิตใจมากขึ้น (น้ำใจดี จิตวิญญาณดี สังคมดี) มากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่สำเร็จการศึกษา

ในระดับมัธยมศึกษา และ ปวส. ทั้งนี้อาจจะมีส่วนเกี่ยวข้องกับอายุของกลุ่มตัวอย่าง โดยกลุ่มที่สำเร็จประถมศึกษาในนั้นอาจจะเป็นผู้สูงอายุส่วนใหญ่ (เพราะการศึกษาภาคบังคับในอดีตนั้นอยู่แค่ในระดับประถมศึกษา ในขณะที่ปัจจุบันนั้นเป็นระดับมัธยมศึกษาแล้ว) ขณะที่กลุ่มตัวอย่างที่สำเร็จการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา และ ปวส. อาจจะเป็นกลุ่มคนที่มีอายุน้อยกว่า ดังนั้น กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาน้อยแต่อาจจะผ่านประสบการณ์ชีวิตมามากกว่า จึงทำให้มีความสุขได้ง่ายกว่ากลุ่มที่สำเร็จการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา และ ปวส. นอกจากนี้การที่กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาสูงนั้น มีความสุขมากกว่ากลุ่มที่สำเร็จการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา และ ปวส. ก็อาจจะเป็นเพราะการศึกษาสูงทำให้ได้รับโอกาสก้าวหน้าในหน้าที่การงานและในการสร้างรายได้ ส่งผลให้คนกลุ่มนี้มีความสุขในการใฝ่รู้ดี สุขภาพเงินดี และการงานดี มากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาน้อยกว่า สิ่งที่น่าสนใจคือ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษาดับประเมินตนเองในระดับสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีการศึกษาระดับสูงกว่าทั้งสิ้น นอกจากนี้ผลการวิจัยสอดคล้องกับแนวคิดเครื่องชี้วัดความอยู่ดีมีสุข ของสำนักคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ที่ระบุว่า การศึกษาเป็นตัวแปรหนึ่ง เป็นตัวชี้วัดความอยู่ดีมีสุข ซึ่งจะมีความสัมพันธ์กับการพัฒนาขีดความสามารถและสภาพแวดล้อมรอบตัวคน แต่ละปัจจัยต่างก็มีความสัมพันธ์และผลกระทบซึ่งกันและกัน อย่างแยกไม่ออก (สมชาย ศักดาเวคีอิตร, 2544) และงานวิจัยของ รังสรรค์ ภิรมย์ (2552) ที่ศึกษาเรื่องการวัดระดับความสุขของประชากรในอำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ และพบว่า ระดับการศึกษาเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อระดับความสุข และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ เศรษฐภูมิ วรรณไพศาล (2552) ที่ศึกษาเรื่องเศรษฐกิจว่าด้วยความสุข กรณีศึกษากลุ่มแรงงานตัดเย็บ ของบริษัทททया ลำพูน จำกัด ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อความสุขของกลุ่มแรงงาน ได้แก่ ปัจจัยด้านระดับการศึกษา

ด้านสถานภาพสมรส ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 1 (สุขภาพดี) ความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี) ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) และความสุขโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างที่แต่งงานและอยู่ด้วยกันมีความสุขมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่อยู่เป็นโสด และกลุ่มตัวอย่างที่เป็นหม้ายมีคะแนนความสุขสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่อยู่ด้วยกันแต่ยังไม่ได้แต่งงานกับกลุ่มตัวอย่างที่โสด ในความสุขด้านสังคมดีและความสุขในภาพรวม ผลการวิจัยสอดคล้องกับแนวคิดเครื่องชี้วัดความอยู่ดีมีสุข ของสำนักคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ชีวิตครอบครัว โครงการสร้าง และขนาดของครอบครัว เป็นตัวกำหนดระดับความเป็นอยู่ของสมาชิกแต่ละครอบครัวที่มีความรักความอบอุ่น ต้องรับรู้ความต้องการของสมาชิกแต่ละคน และดูแลสมาชิกทุกคนอย่างเท่าเทียมกันโดยไม่เลือกปฏิบัติ (สมชาย ศักดาเวศิธร 2544) และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ เศรษฐภูมิ วรรณไพศาล (2552) ที่ศึกษาเรื่องเศรษฐศาสตร์ว่าด้วยความสุขกรณีศึกษากลุ่มแรงงานตัดเย็บของบริษัททักทายลำพูนจำกัด ผลการศึกษพบว่า ปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อความสุขของกลุ่มแรงงาน ได้แก่ ปัจจัยด้านการสมรส แต่ผลวิจัยครั้งนี้ขัดแย้งกับงานวิจัยของ รังสรรค์ ภิรมย์ (2552) ที่ศึกษาเรื่องการวัดระดับความสุขของประชากรในอำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ และพบว่า สถานภาพสมรสเป็นปัจจัยที่ไม่มีความสัมพันธ์กับระดับความสุข

ประเด็นการทดสอบสมมติฐานที่ 2: ลักษณะประชากรด้านตำแหน่งงานที่แตกต่างกัน ส่งผลให้ดัชนีความสุข 9 มิติ ของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน

ประชากรในมหาวิทยาลัยบูรพา (จำนวน 816 คน)

ด้านประเภทกลุ่มทำงาน (อาจารย์ เจ้าหน้าที่ภายใน เจ้าหน้าที่ภายนอก และนักศึกษา) ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีประเภทกลุ่มทำงานแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 1 (สุขภาพดี) ความสุขมิติที่ 3 (น้ำใจดี) ความสุขมิติที่ 4 (จิตวิญญาณดี) ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี) ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) ความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) และความสุขโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยสะท้อนให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างที่เป็นอาจารย์ และเจ้าหน้าที่ภายในมหาวิทยาลัยมีระดับความสุขสูงกว่าเจ้าหน้าที่มาจากบริษัทภายนอก และกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนิสิต

บุคลากรที่ทำงานในมหาวิทยาลัยบูรพา (อาจารย์ เจ้าหน้าที่ภายใน และเจ้าหน้าที่ภายนอก) (จำนวน 400 คน) จำแนกตามสถานภาพการทำงานออกเป็น 4 ด้าน ประกอบด้วย

ด้านลักษณะงาน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะงานแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 1 (สุขภาพดี) ความสุขมิติที่ 2 (ผ่อนคลายดี) ความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี) ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) และความสุขโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างที่ทำงานในด้านบริหาร สำนักงานและบริการมีความสุขมากกว่าบุคลากรฝ่ายการผลิต

ด้านสถานภาพการจ้างงาน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพการจ้างงาน (ประจำ ตามสัญญาจ้าง ลูกจ้างรายวัน) แตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) และความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพการจ้างงานแบบประจำส่วนใหญ่มีความสุขมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพการจ้างตามสัญญาและรายวัน

ด้านระยะเวลาที่ทำงานในองค์กร ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระยะเวลาที่ทำงานในองค์กรแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี) และความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ทำงาน 10 ปีขึ้นไป ส่วนใหญ่มีความสุขมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่เพิ่งเริ่มทำงาน ทั้งนี้เพราะกลุ่มที่เริ่มทำงานอาจจะต้องใช้การปรับตัวเข้ากับองค์กรมากกว่าบุคลากรที่อยู่มานาน ส่งผลให้มีความสุขน้อยกว่า

ด้านรายได้ต่อเดือน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 1 (สุขภาพดี) ความสุขมิติที่ 2 (ผ่อนคลายดี) ความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี) ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี) ความสุขมิติที่ 7 (ใฝ่รู้ดี) ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) ความสุขมิติที่ 9 (การงานดี) และ

ความสุขโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนสูงระดับ 50,000 บาทขึ้นไป ส่วนใหญ่มีความสุขมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่ำกว่า ซึ่งสอดคล้องกับงานของ เริงชัย ต้นสุชาติ และ ธรณชนก คำแก้ว (2551) ที่ศึกษาเรื่องดัชนีความสุขและความอยู่ดีมีสุขของสมาชิกชุมชนในมูลนิธิโครงการหลวง ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างให้น้ำหนักดัชนีชี้วัดความสุขหมวดเศรษฐกิจ และงานวิจัยของ เศรษฐภูมิ วรรณไพศาล (2552) ที่ศึกษาเรื่องเศรษฐกิจสวัสดิภาพด้วยความสุข กรณีศึกษากลุ่มแรงงานตัดเย็บของบริษัททอผ้าลำพูนจำกัด ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยมีผลต่อความสุขของกลุ่มแรงงาน ได้แก่ ปัจจัยด้านการมีเงินใช้สอยอย่างคล่องมือในแต่ละเดือน

ในประเด็นเรื่องการทำงาน อาจกล่าวสรุปเป็นภาพรวมได้ว่า ผลการวิจัยเกี่ยวกับความสุขในการทำงานที่วัดด้วยเครื่องมือวัด Happimonitor นั้น สอดคล้องกับแนวคิดเครื่องชี้วัดความอยู่ดีมีสุข ของสำนักคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ชีวิตการ ทำงาน เนื่องจากเราใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่กับการทำงาน สภาพการทำงานจึงมีผลกระทบต่อ “ความอยู่ดีมีสุข” อย่างมาก รวมถึงรายได้ที่นับว่าเป็นอีกตัวแปรหนึ่งชี้วัดความอยู่ดีมีสุข (สมชาย คักดาเวคิอิศร, 2544) และยังคงสอดคล้องกับงานวิจัยของ รังสรรค์ ภิรมย์ (2552) ที่ศึกษาเรื่องการวัดระดับความสุขของประชากรในอำเภอสารภี จังหวัดเชียงใหม่ และพบว่า อาชีพเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อระดับความสุข และงานวิจัยของ วิภาดา แก้วนิยมชัยศรี (2556) ที่ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อการเป็นองค์กรแห่งความสุขของเทศบาลในจังหวัดบึงกาฬ และพบว่า ปัจจัยบวกที่มีผลต่อองค์กรแห่งความสุขของเทศบาลในจังหวัดบึงกาฬ ได้แก่ ปัจจัยในการทำงานด้านสภาพแวดล้อมในการทำงาน ปัจจัยในการทำงานด้านผู้นำและนโยบาย ปัจจัยในการทำงานด้านความสัมพันธ์ในที่ทำงาน และปัจจัยในการทำงานด้านสวัสดิการผลตอบแทน ซึ่งเรียงลำดับจากมากมาหาน้อยตามลำดับ

นิสิตในมหาวิทยาลัยบูรพา (จำนวน 416 คน)

ด้านระดับการศึกษา ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับหลักสูตรที่ศึกษา (ปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี) แตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุข 8 มิติ และความสุขโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในระดับปริญญาตรีนั้นมีความสุขด้านผ่อนคลายดีสูงกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในระดับสูงกว่าปริญญาตรี ในทางกลับกันกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในระดับปริญญาตรีนั้น มีความสุขด้านใฝ่รู้ดีต่ำกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในระดับสูงกว่าปริญญาตรี ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นุสรานามเดชและคณะ (2548) ที่ศึกษาเรื่องความสุขของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี ระดับปริญญาตรี พบว่า การได้บรรลุถึงเป้าหมายทางการเรียน การแสวงหาความสุขของนักศึกษาพยาบาล เป็นไปอย่างเรียบง่ายในการดำรงชีวิตประจำวัน ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดความสุขด้านการผ่อนคลายที่เน้นการทำชีวิตให้ง่าย ๆ สบาย ๆ มีกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจคลายเครียด โดยปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักศึกษาพยาบาลอันดับแรก ได้แก่ การรักษาความสัมพันธ์กับเพื่อนและอาจารย์ รองลงมา ได้แก่ การบรรลุเป้าหมายในการเรียน สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ การได้ทำกิจกรรมเพื่อการผ่อนคลาย เศรษฐกิจ และความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว

ด้านสถานภาพการทำงาน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพการทำงานแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุข 8 มิติ และความสุขโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างที่ทำงาน มีความสุขด้านน้ำใจดีกับใฝ่รู้ดีมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้ทำงาน

ด้านรายได้ต่อเดือน ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนแตกต่างกัน มีค่าเฉลี่ยดัชนีความสุขมิติที่ 2 (ผ่อนคลายดี), ความสุขมิติที่ 3 (น้ำใจดี), ความสุขมิติที่ 4 (จิตวิญญาณดี), ความสุขมิติที่ 5 (ครอบครัวดี), ความสุขมิติที่ 6 (สังคมดี), ความสุขมิติที่ 8 (สุขภาพเงินดี) และความสุขโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้สูง (ไม่นับกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ 50,001 บาทขึ้นไป) มีความสุขในด้านผ่อนคลายดี ด้านน้ำใจดี ด้านจิตวิญญาณดี ด้านครอบครัวดี ด้านสังคมดี ด้านสุขภาพเงินดี และความสุขโดยรวมมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่ำกว่าเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นุสรานามเดช และคณะ (2548) ที่ศึกษาเรื่องความสุขของนักศึกษาพยาบาล

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี ระดับปริญญาตรี พบว่า เศรษฐกิจเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อระดับความสุขของนักศึกษา ทั้งนี้การมีงานทำให้มีรายได้ต่อเดือนเพิ่มมากขึ้น จึงส่งผลให้นิสิตมีความสุขมากกว่านิสิตที่ไม่ได้ทำงาน และยังสอดคล้องกับงานของ เรืองชัย ต้นสุชาติ และ ธรณชนก คำแก้ว (2551) ที่ศึกษาเรื่องดัชนีความสุขและความอยู่ดีมีสุขของสมาชิกชุมชนในมูลนิธิโครงการหลวง ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างให้น้ำหนักดัชนีชี้วัดความสุขหมวดเศรษฐกิจ และงานวิจัยของ เศรษฐภูมิ วรรณไพศาล (2552) ที่ศึกษาเรื่องเศรษฐศาสตร์ว่าด้วยความสุข กรณีศึกษากลุ่มแรงงานตัดเย็บของบริษัทยาลำพูนจำกัด ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของกลุ่มแรงงาน ได้แก่ ปัจจัยด้านการมีเงินใช้สอยอย่างคล่องมือในแต่ละเดือน

ข้อเสนอแนะทั่วไป

1. ผลงานวิจัยในครั้งนี้จะเป็นแบบอย่างให้กับองค์กรต่าง ๆ ได้มาศึกษาวิธีการนำแบบวัด Happimonitor ไปใช้ในการวัดความสุขประชาคมของตนเอง
2. ผลงานวิจัยในครั้งนี้ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาบุคลากร และผู้บริหารในระดับมหาวิทยาลัยอาจนำไปวิเคราะห์เพิ่มเติม เพื่อวางแผนจัดทำโครงการอบรมในด้านต่าง ๆ ที่จะทำให้ประชาคมในมหาวิทยาลัยมีความสุขเพิ่มมากขึ้นในแต่ละด้าน

ข้อเสนอแนะงานวิจัยในอนาคต

1. เนื่องจากงานวิจัยครั้งนี้ ใช้แบบวัดของ Happimonitor เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับสาเหตุที่มาของความสุขในการทำงานประเด็นต่าง ๆ นักวิจัยอาจจะทำการวิจัยเชิงสัมพันธ์กับประชาคมในมหาวิทยาลัย
2. ในการวิจัยครั้งนี้ ได้เก็บข้อมูลกับบุคลากรที่มาจากบริษัทภายนอกของมหาวิทยาลัยบูรพา ดังนั้น ถ้าจะให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้งในระดับความสุขของกลุ่มคนดังกล่าว นักวิจัยอาจจะต้องศึกษาเอกสารเพิ่มเติมเกี่ยวกับความเป็นมาของบริษัท และกฎข้อระเบียบต่าง ๆ

3. ในงานวิจัยครั้งหน้าอาจจะทำการวิจัยเชิงทดลอง โดยทำการจัดโครงการอบรมในด้านต่าง ๆ และวัดผลการเปลี่ยนแปลงระดับความสุขของกลุ่มบุคคลากรหลังจากเข้ารับการอบรม เพื่อจะได้ทราบวิธีการที่จะทำให้กลุ่มตัวอย่างมีความสุขเพิ่มมากขึ้นในแต่ละด้าน

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University

บรรณานุกรม

- กิติมา สุรสุนธิ. (2541). *ความรู้ทางการสื่อสาร*. กรุงเทพฯ: คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ขวัญชนก เชนนี. (2551). ผลของการฝึกสมาธิหลักสูตรศิลปะการพัฒนาวีดิด้วย อานาปานสติภาวนาของเสถียรธรรมสถานต่อความสุขของวัยรุ่นนักร้อง จังหวัด นครสวรรค์. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต*, 5(2), 105-123.
- เชษฐภูมิ วรรณไพศาล. (2552). *เศรษฐศาสตร์ว่าด้วยความสุข: กรณีศึกษากลุ่มแรงงาน ตัดเย็บของบริษัททำล้าพูน จำกัด*. การค้นคว้าแบบอิสระเศรษฐศาสตร์ มหาวิทยาลัย, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นพดล กรรณิกา. (2550). *ดัชนีความสุขมวลรวมของประชาชนในประเทศไทยในช่วง เดือนพฤษภาคม - กรกฎาคม 2550*. กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต.
- นอร์เวย์ครองแชมป์ประเทศที่มีความสุขที่สุดในโลก. (2554, 24 มกราคม). *หนังสือพิมพ์ ไทยรัฐออนไลน์*. เข้าถึงได้จาก <http://www.thairath.co.th/content/oversea/143776>
- นิศานาด ถิ่นทะเล. (2550). *การวัดระดับความสุขของประชาชน: กรณีศึกษาเขตพื้นที่ องค์การบริหารส่วนตำบลยาวน้อย อำเภอเกาะยาว จังหวัดพังงา*. การศึกษาค้นคว้าอิสระรัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาการปกครองท้องถิ่น, วิทยาลัยการปกครองท้องถิ่น, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- นุสรา นามเดช และคณะ. (2548). *ความสุขของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี*. สระบุรี: วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี.
- บุญเขต ชื่นฤดี. (2548). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติงานกับ ประสิทธิภาพในการปฏิบัติงาน: กรณีศึกษาบริษัททรูคอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน)*. วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์.
- ประมะ สตะเวทิน. (2546). *หลักนิเทศศาสตร์* (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ: ภาพพิมพ์.
- พรเทพ ศิริวนารังสรรค์ และเยาวเรศวิ แจ็งกิจ. (2549). *การสำรวจความสุขของ ประชาชน และบุคลากรในสังกัดกระทรวงสาธารณสุข. กระทรวงสาธารณสุข จังหวัดขอนแก่น*. ขอนแก่น: กระทรวงสาธารณสุข จังหวัดขอนแก่น.

- พิภพ วงษ์เงิน. (2547). *พฤติกรรมมองค์การ*. กรุงเทพฯ: อักษรพิทยา.
- พิสมัย วัฒนาวรสกุล. (2551). *ปัจจัยพยากรณ์ความสุขในชีวิตของพนักงานมองค์การ รัฐบาลและเอกชนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่*. การค้นคว้าแบบอิสระ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- พีระศักดิ์ ศรีฤาชา. (2545). *ชีวิตที่มีความสุขของผู้สูงอายุในหมู่บ้านแห่งหนึ่งใน จังหวัดขอนแก่น: กรณีศึกษาบ้านไถ่นา อำเภอเมือง*. นนทบุรี: สำนักวิชาการ สาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข.
- มีนา น้อยแนบ. (2549). *พฤติกรรมเสริมสร้างความสุขในการทำงานของพนักงานโรงงาน อุตสาหกรรมแปรรูปยางพาราขนาดใหญ่ จังหวัดสงขลา*. สงขลา: โรงพยาบาล จิตเวชสงขลานครินทร์.
- รศรินทร์ เกรย์, บังปอนด์ รักอำนวยกิจ และศิรินันท์ กิตติสุขสถิต. (2545). *ปัจจัยที่ ส่งผลต่อระดับความสุขของผู้สูงอายุ ทั้งปัจจัยภายนอก หรือสภาวะแวดล้อม และปัจจัยภายในทางด้านจิตใจของแต่ละบุคคล*. นครปฐม: คณะสิ่งแวดล้อม และทรัพยากรศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รศรินทร์ เกรย์, บังปอนด์ รักอำนวยกิจ และศิรินันท์ กิตติสุขสถิต. (2549). *ความชอบ ความพอใจ: ความมั่นคงในบั้นปลายชีวิต*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากร และสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- รังสรรค์ ภิรมย์. (2552). *การวัดระดับความสุขของประชากรในอำเภอสарภักดิ์ จังหวัด เชียงใหม่*. การค้นคว้าแบบอิสระ ศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- รัชณี กาญจนพุดผิงพงศ์ และวิลาลวัลย์ ถาวงษ์กลาง. (2550). *สุขภาพจิตชุมชน: โรงพยาบาล สมเด็จพระยุพราช ท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย*. เข้าถึงได้จาก <http://www.jvkk.go.th>
- รายงานยูเอ็นซีเดนมาร์กครองแชมป์ "ดินแดนแห่งความสุข ไทยรั้งอันดับ 36 ของโลก- เป็นที่ 7 ในเอเชีย. (2556, 11 กันยายน). หนังสือพิมพ์ ASTV ผู้จัดการออนไลน์. เข้าถึงได้จาก <http://www.manager.co.th/around/viewnews.aspx?NewsID=9560000114557>
- เรียงชัย ตันสุชาติ และธรรณชนก คำแก้ว. (2551). *ดัชนีวัดความสุขและความอยู่ดีมีสุข ของสมาชิกชุมชนในมูลนิธิโครงการหลวง*. เชียงใหม่: ฝ่ายวิจัยมูลนิธิโครงการหลวง.

- วิภาดา แก้วนิยมชัยศรี. (2556). ปัจจัยที่มีผลต่อการเป็นองค์การแห่งความสุขของเทศบาลในจังหวัดบึงกาฬ. วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตร์มหาบัณฑิต, สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- สมคิด เอนกทวีผล. (2553). GNH ดัชนีความสุขมวลรวม. เข้าถึงได้จาก <http://www.positioningmag.com/magazine/details.aspx?id=84607>
- สมจิตต์ ลูประสงค์. (2545). ความสุขของบุคลากรสาธารณสุขที่รับผิดชอบงานสุขภาพจิตจังหวัดนครพนมและจังหวัดมุกดาหาร. กรุงเทพฯ: กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.
- สมชาย ศักดาเวคีอิศร. (2544). การพัฒนาเครื่องชี้วัดความอยู่ดีมีสุข. เข้าถึงได้จาก www.jvkk.go.th/researchnew/Qrresearch.asp?code=201440007341
- สาสินี เทพสุวรรณธ์. (2550). ดัชนีความอยู่ดีมีสุขมวลรวมของคนไทย. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สิริมา ศิริมาตยนันท์ และคณะ. ปาฏิภทรางกูร. (2554). ภูฏานกับจุดยืนความสุขมวลรวมประชาชาติบนเวทีโลก. วารสารนักบริหาร, 31(4), 224-231.
- สุภาณี สุขะนาคินทร์. (2550). ดัชนีความสุขมวลรวมของคนไทยภายในประเทศ. เข้าถึงได้จาก <http://www.dmnwebdmh.go.th/social/news/view.asp?id>
- อภิชัย มงคล และคณะ. (2544). ความสุขและสุขภาพจิตในบริบทของสังคมไทย. วารสารจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 46(3), 227.