



การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน
จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี



ผลงานวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาตรี

การวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาในรายวิชา 761430 จุลนิพนธ์
ตามหลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป
คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร
ปีการศึกษา 2555

**A COMPARATIVE STUDY OF THE HAPPY OF TRADER IN HUA HIN, PRACHUAP
KHIRI KHAN AND CHA-AM, PHETCHABURI**



ผลงานวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาตรี

**A Research Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree
Bachelor of Business Administration Program in General Business Management**

Faculty of Management Science

SILPAKORN UNIVERSITY

2012

ที่ประชุมสาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร พิจารณาแล้ว
อนุมัติให้จุฬานิพนธ์เรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน
จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี” เสนอโดยนางสาวภัทราภรณ์ โพธิ์งาม
และนางสาวภัทรศรีณีย์ จันทร์ฉาย มีคุณค่าเพียงพอที่จะเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาในรายวิชาจุล
นิพนธ์ ตามหลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป คณะวิทยาการจัดการ

การวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัด
ประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี” ได้ผ่านการนำเสนอในเวทีวิชาการระดับปริญญา
ตรีรัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ ครั้งที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วันที่
14 ธันวาคม พ.ศ.2555 ณ โรงแรมริชมอนด์ จังหวัดนนทบุรี

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดาวลอย กาญจนมณีเสถียร)

อาจารย์ที่ปรึกษา

วันที่ เดือน พ.ศ.

.....
(อาจารย์นพดล โตวิชัยกุล)

รักษาราชการแทน

หัวหน้าสาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป

ผลงานวิทยานิพนธ์ศึกษา ระดับปริญญาตรี วันที่ เดือน พ.ศ.

12520110, 12520088: สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป

คำสำคัญ: ความสุข / ประชากรศาสตร์ / ผู้ประกอบการ

ภัตราภรณ์ โพธิ์งามและภัทร์ศรันย์ จันทน์ฉาย: การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี. อาจารย์ที่ปรึกษา: ผศ.ดาวลอย กาญจนมณีเสถียร. 53 หน้า.

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี รวมทั้งหมดจำนวน 300 คน เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามและทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าสถิติ การแจกแจงความถี่ การหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่า ผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหินส่วนใหญ่เป็นผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย อายุระหว่าง 31-40 ปี มีสถานภาพสมรส มีการศึกษาระดับปริญญาตรี/เทียบเท่า มีระยะเวลาในการประกอบการ 1-5 ปี ส่วนใหญ่เป็นธุรกิจเจ้าของคนเดียวเหมือนกัน ต่างกันที่ผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์มีรายได้ 10,001-20,000 บาทต่อเดือน และผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีมีรายได้ 20,001-30,000 บาทต่อเดือน ผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี ส่วนใหญ่เป็นผู้มีคะแนนความสุขอยู่ในระดับต่ำกว่าคนทั่วไป เมื่อนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์การวัดผลของแบบประเมิน ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ

ผลงานวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาตรี

คณะวิทยาการจัดการ

มหาวิทยาลัยศิลปากร

ปีการศึกษา 2555

ลายมือชื่อนักศึกษา 1.....2.....

ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา

12520110, 12520088: MAJOR: GENERAL BUSINESS MANAGEMENT

KEY WORDS: HAPPINESS / DEMOGRAPHY / BUSINESS OWNER

PUSSARAPORN PONGAM AND PHATSARAN JANCHAI : A COMPARATIVE STUDY OF THE HAPPINESS OF BUSINESS OWNER IN HUA HIN, PRACHUAP KHIRI KHAN AND CHA-AM, PHETCHABURI. RESEARCH ADVISOR : ASST. PROF. DOWLOY KANJANAMANEESATHIAN, M.N.S. 53 pp.

Abstract

This research aims to conduct comparative study between the happiness of business owner in Hua Hin, Pachubkireekhan Province and Cha-am Phetchaburi Province. The methodology is to collect data from a sample of business owner in Hua Hin Pachubkireekhan Province and Cha-am. Phetchaburi Province. The total was 300 samples. The tool to gather data was done by the questionnaires and the perform data analysis using statistics, frequency, percentage, mean and standard deviation. Research Results is the 300 samples of business owner in Hua Hin and Cha-am found that majority of business owner in both places are female age 31-40, married, bachelor degree or equivalence, the businesses had open for only 1-5 year and one ownership business. The difference of this two places is the range of income; Hua Hin has 10,001 – 20,000 THB a month while Cha-am has 20,001 – 30,000 THB a month. The happiness of business owner, the study has found that both business owner in Hua Hin and Cha-am had indication of happiness lower than average standard general happiness index, The New Thai Happiness Indicator.

ผลงานวิทยานิพนธ์ ระดับปริญญาตรี

Faculty of Management Science

SILPAKORN UNIVERSITY

Academic Year 2012

Students' signatures 1.....2.....

Research Advisor's signature.....

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี” ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี โดยได้รับความช่วยเหลือและความอนุเคราะห์จากบุคคลสำคัญดังนี้

คณะผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดาวลอย กาญจนมณีเสถียร อาจารย์ที่ปรึกษาที่กรุณาให้คำแนะนำ คำปรึกษา ข้อคิดเห็นและแนวทางที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งตลอดจนการตรวจสอบแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ของงานวิจัยทุกขั้นตอนของการดำเนินการศึกษา และเป็นกำลังใจแก่ผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงมา ณ ที่นี้ด้วย

ขอกราบขอบพระคุณผู้มีพระคุณทุกท่าน บิดา มารดา สมาชิกในครอบครัวของผู้วิจัยที่ให้การช่วยเหลือสนับสนุนตลอดมา และขอขอบคุณเพื่อนๆ ที่คอยห่วงใยและให้กำลังใจผู้วิจัยด้วยดีเสมอมา

ท้ายสุดนี้ผู้วิจัยขอขอบพระคุณผู้มีพระคุณทุกท่านที่มีส่วนช่วยให้งานวิจัยฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ได้ด้วยดี

ผลงานวิทยานิพนธ์ศึกษา ระดับปริญญาตรี

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ฉ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	2
สมมติฐานการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
กรอบแนวคิดในการทำวิจัย.....	3
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	4
2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	5
แนวคิดความสุข.....	5
ความหมายของความสุข.....	5
แนวคิดความสุขในมุมมองด้านปรัชญาและศาสนา.....	7
แนวคิดความสุขในมุมมองด้านจิตวิทยา.....	9
แนวคิดความสุขในมุมมองด้านเศรษฐศาสตร์.....	11
แนวคิดเกี่ยวกับดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย.....	13
ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข.....	17
ผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และ	
อำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี.....	21
ความหมายของผู้ประกอบการ.....	21
คุณสมบัติของผู้ประกอบการ.....	22

บทที่	หน้า
รูปแบบของการประกอบการ.....	23
วิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	24
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	27
วิธีการดำเนินการวิจัย.....	27
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	27
ตัวแปรที่ศึกษา.....	27
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	27
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ.....	29
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	29
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	29
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	30
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์และเปรียบเทียบข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ประกอบการ..	31
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของระดับความสุขของผู้ประกอบการ.....	34
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์และเปรียบเทียบระดับความสุขของผู้ประกอบการ.....	35
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	40
สรุปผลการวิจัย.....	40
การอภิปรายผล.....	41
ข้อเสนอแนะ.....	43
ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป.....	43
รายการอ้างอิง.....	44
ภาคผนวก.....	47
ประวัติผู้วิจัย.....	52

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า	
1	จำนวนและร้อยละ ข้อมูลส่วนบุคคล โดยจำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา ระยะเวลาในการประกอบการ รูปแบบการประกอบ ธุรกิจ จำนวนพนักงานในกิจการและรายได้ของผู้ประกอบการในเขต อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี.....	31
2	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์.....	34
3	จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี.....	35
4	การเปรียบเทียบจำนวนร้อยละค่าเฉลี่ย ของระดับความสุข โดยรวมของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน ประจวบคีรีขันธ์ และอำเภอชะอำ เพชรบุรี ตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมสุขภาพจิต.....	37
5	การเปรียบเทียบ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี.....	38
6	การวิเคราะห์ความแตกต่างของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขต อำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี โดยใช้สถิติ.....	39

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สังคมไทยในปัจจุบันเป็นสังคมที่มีการแข่งขันสูงอันเนื่องมาจากการพัฒนาและการเปลี่ยนแปลงทั้งทางสังคม เศรษฐกิจ การเมือง และเทคโนโลยี ทำให้การดำเนินชีวิตของแต่ละบุคคลเปลี่ยนแปลงไปมีการปรับตัวตลอดเวลา เพื่อความอยู่รอดของชีวิต ส่งผลให้คนจำนวนมากเกิดความเครียดในการที่ต้องเผชิญกับเหตุการณ์และปัญหาต่างๆ จนทำให้ความสุขในการดำเนินชีวิตลดลง ทำให้เป็นปัญหาทางสุขภาพจิตจนอาจเกิดการเจ็บป่วยทางจิตได้ ดังนั้นความสุขของคนจึงมีความสำคัญและมีความจำเป็นที่จะต้องได้รับการดูแลให้ได้อยู่เสมอ ซึ่งจะทำให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างราบรื่น แม้ว่าจะประสบกับความยากลำบากหรือการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ก็สามารถรับมือกับภาวะของความยุ่งยากที่ไม่คาดคิดมาก่อนได้อย่างสบาย ดังนั้นการที่คนเราจะมีความสุขได้นั้นมีปัจจัยสำคัญประการหนึ่ง คือ การเป็นผู้ที่มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่สมบูรณ์แข็งแรง

วุฒิพงษ์ ฤาษะพิงค์(2551: 14) กล่าวว่า ช่วงชีวิตที่ยาวนานที่สุดของมนุษย์ทุกคนคือช่วงชีวิตแห่งการทำงาน ไม่ว่าจะทำงานอะไร อย่างไร สิ่งสำคัญในชีวิตการทำงาน คือทุกคนต้องการมีความสุขในชีวิตการทำงาน บางคนเต็มใจลาออกจากงานและเปลี่ยนงานบ่อยครั้งเมื่อพบว่างานที่ทำอยู่นั้นทำให้เขาไม่มีความสุข เช่น เครียด อึดอัดใจ ไม่มีโอกาสแสดงความสามารถจึงต้องเปลี่ยนงานใหม่ เพื่อแสวงหาความสุขในชีวิตทำงานให้ได้ ปัจจัยสำคัญที่จะทำให้บุคคลรู้สึกมีความสุขในการทำงานอย่างแท้จริงนั้น ประกอบด้วย 1) การมีสัมพันธภาพกับเพื่อนร่วมงาน บรรยากาศการทำงานไม่ทำให้อึดอัดคับข้องใจ ไม่รู้สึกว่าถูกจับผิดหรือถูกคุกคาม รู้สึกถึงความเป็นมิตร จะเป็นสิ่งที่สร้างความสุขใจให้กับบุคคลได้เป็นอย่างดี 2) ความสำเร็จในงาน ทำให้บุคคลรู้สึกมีความสุขที่ได้ทำ ควรเป็นงานที่มองเห็นความสำเร็จที่เป็นไปได้และมีความท้าทายอย่างสมเหตุผล และเมื่อทำสำเร็จแล้วบุคคลรู้สึกมีส่วนร่วมเป็นเจ้าของผลงานและความสำเร็จดังกล่าวทำให้รู้สึกภาคภูมิใจ 3) การได้รับการยอมรับนับถือจากเพื่อนร่วมงานและสังคม ทำให้บุคคลรู้สึกภาคภูมิใจในตัวเองเมื่อได้รับการ

ยอมรับนับถือส่งผลทำให้รู้สึกสุขใจในการทำงานและเป็นการสร้างแรงจูงใจได้อย่างต่อเนื่องด้วยผลงานซึ่งยิ่งยืนกว่าการจูงใจด้วยทรัพย์สินเงินทอง

อำเภอหัวหินและอำเภอชะอำเป็นเมืองท่องเที่ยวที่สำคัญแห่งหนึ่งที่ได้เติบโตด้วยนักท่องเที่ยว จึงส่งผลให้ประชาชนที่อาศัยอยู่นิยมประกอบอาชีพค้าขายเป็นจำนวนมากเพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคที่มีความหลากหลาย มีการลงทุนที่เกิดขึ้นในหัวหินและอำเภอชะอำเป็นเม็ดเงินมหาศาลมาอย่างต่อเนื่อง ผู้ประกอบการต้องเผชิญกับการแข่งขันที่สูง มีคู่แข่งหน้าใหม่เข้ามาสู่ตลาดส่งผลให้ผู้ประกอบการธุรกิจในหัวหินและอำเภอชะอำต้องพัฒนาสินค้าและบริการ ปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา ผู้ประกอบการต้องเผชิญกับความเครียดและแสวงหาความสุขในการทำงานเพื่อความอยู่รอดของตน ความสุขในการทำงานนั้นถือเป็นเรื่องที่สำคัญเป็นอย่างมาก เนื่องจากโดยพื้นฐานแล้ว มนุษย์เราต้องการความสุข ในการทำสิ่งต่างๆ ซึ่งจะส่งผลให้เราสามารถมีพลังต่อการทำสิ่งนั้นๆ ให้สำเร็จ และหากสิ่งที่เราทำแล้วมีความสุขต่อให้ยากลำบากแค่ไหนเราก็สามารถทำมันได้อย่างมีความสุขสนุกไปกับมัน(จิรนนท์ สุวรรณสินชัย, 2554)

ดังนั้นจากเหตุผลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้จะทำให้ผู้ประกอบการที่เกี่ยวข้องสามารถนำข้อมูลไปใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาการสร้างความสุขในการทำงานของผู้ประกอบการเพื่อให้มีความสุขเพิ่มมากขึ้น สามารถปฏิบัติงานอย่างราบรื่น มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น และเพื่อการประกอบอาชีพที่มีผลตอบแทนที่สูงขึ้น

ผลงานวิทยานิพนธ์ ระดับปริญญาตรี

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี
2. เพื่อศึกษาความแตกต่างของความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

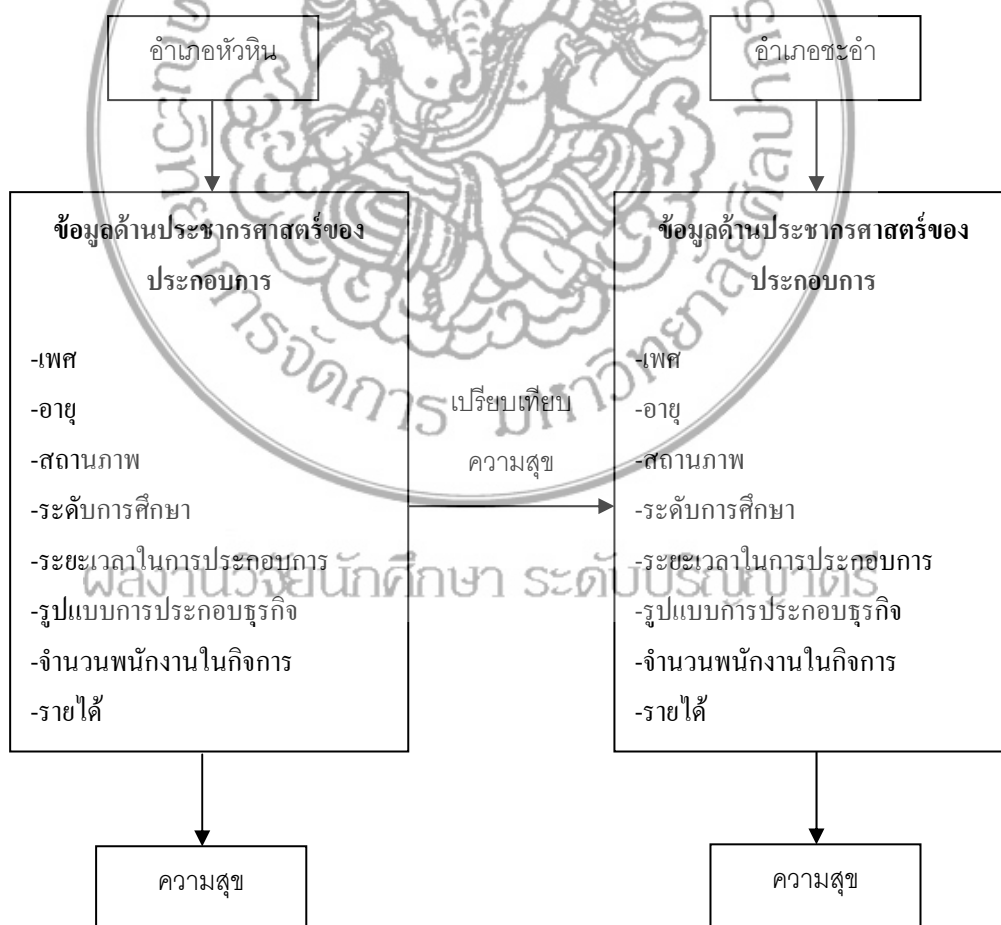
สมมติฐานการวิจัย

ระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และ
ผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีมีความแตกต่างกัน

ขอบเขตของการวิจัย

1. ทำการศึกษาระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัด
ประจวบคีรีขันธ์
2. ทำการศึกษาระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

กรอบแนวคิดในการทำวิจัย



นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความสุข คือ ความสบาย หรือความสำราญ แยกออกได้เป็นสองฝ่าย คือ ความสุขทางกาย กับความสุขทางใจ

ความสุขทางกาย ได้แก่ ความสุขที่สัมผัสได้จากประสาททั้ง 5 คือ รูป เสียง กลิ่น รส และผิวหนัง เรียกว่า "กามคุณ 5" จัดว่าเป็นฝ่ายรูปธรรม หรือความสุขที่เกิดจากเนื้อหนังมังสา อันเป็นสิ่งสกปรก

ความสุขทางใจ ได้แก่ ความสุขที่สัมผัสได้จากจิต คือ ความสบายใจ ความสุขใจ ความอิ่มใจ ความพอใจ อันเกิดจากจิตใจที่สงบและเย็น จัดว่าเป็นฝ่ายนามธรรม อันเป็นความสุขที่สะอาด

2. ข้อมูลด้านประชากรศาสตร์ของผู้ประกอบการ หมายถึง ข้อเท็จจริงและรายละเอียดเฉพาะบุคคลของผู้ประกอบการแต่ละรายที่เป็นผู้ตอบแบบสอบถามของการทำวิจัย

3. ผู้ประกอบการ หมายถึง ผู้ที่คิดริเริ่มดำเนินธุรกิจขึ้นมาเป็นของตนเอง มีการวางแผนการดำเนินงาน และดำเนินธุรกิจทุกด้านด้วยตนเอง โดยยอมรับความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา เพื่อมุ่งหวังผลกำไรที่เกิดจากผลการดำเนินงานของธุรกิจตนเอง

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทราบระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

2. ทราบความแตกต่างของความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหินจังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

บทที่ 2

วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการสร้างกรอบแนวคิด ดังนี้

1. แนวคิดความสุข
 2. แนวคิดเกี่ยวกับดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย
 3. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขในการทำงาน
 4. ผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี
 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
- แนวคิดความสุข

1. ความหมายของความสุข

ความสุข คือ ความรู้สึกหรืออารมณ์ประเภทหนึ่ง ความสุขมีหลายระดับ ตั้งแต่ความสบายใจเล็กน้อยหรือความพอใจจนถึงความเพลิดเพลินหรือเต็มไปด้วยความสนุก สิ่งที่ทำให้เกิดความสุข พจนานุกรมไทย ฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2542) ได้ให้ความหมายคำว่า “สุข” คือ ความสบายกายสบายใจ มักใช้เข้าคู่กับคำ เช่น อยู่ดีมีสุข อยู่เย็นเป็นสุข สบายกายสบายใจ การศึกษาจำนวนมากได้มีการแทนคำว่า “ความสุข” ด้วยคำอื่น เช่น แผนพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 มีการใช้คำว่า “ความอยู่ดีมีสุข” (Well - Being) ให้ความหมายว่าเป็นความสำเร็จซึ่งเชื่อมโยงกับ โอกาสทางเลือกในการดำรงชีวิตและความสามารถ (Capabilities) ที่จะนำไปสู่

ความสำเร็จ โดยมีอิสรภาพในการเลือกดำรงชีวิต ฉะนั้น ความสุข (Happiness) จึงเป็นส่วนหนึ่งของ “ความอยู่ดีมีสุข” เป็นเครื่องชี้วัดด้านสังคม (สมชาย ศักดาเวคีอิสร, 2544) ซึ่งเป็นรูปธรรมและการวัดเชิงภาวะวิสัย (Objective) โดยมีดัชนีที่ใช้วัดองค์ประกอบความสุขจากภายนอก เช่น สุขภาพ ระดับการศึกษา การทำงาน สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ (สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ, 2548: 35-37)

นอกจากนี้ ยังมีการใช้คำว่า “ความอยู่เย็นเป็นสุข” หมายถึง การดำเนินวิถีชีวิตของคนทั้งจิต ภาย ปัญญา ที่เชื่อมโยงสังคม เศรษฐกิจและสิ่งแวดล้อมอย่างสัมพันธ์กัน ได้อย่างถูกต้องและดีงามอย่างมีคุณภาพ และเป็นองค์รวมจึงจะเกิดสุขภาวะที่ดี เป็นภาพสะท้อนของสังคมที่มีความสุข จากองค์รวมทั้งปัจจัยภายนอกและภายใน นำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสันติ ภายใต้ระบบบริหารจัดการที่เป็นธรรม (ประเวศ วะสี, 2548: 18-22; สำนักประเมินผลและเผยแพร่การพัฒนา, 2549)

ความสุขในทางจิตวิทยา มักใช้คำว่า “สุขภาวะ” (Subjective well-being) ตามนิยามขององค์การอนามัยโลกว่าสุขภาวะหมายถึงสุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจและสังคม และมีได้หมายความว่าปราศจากโรคและความพิการเท่านั้น

ความสุขเป็นความรู้สึกขององค์รวมเชิงอัตวิสัย (Subjective) อาจเปลี่ยนแปลงตามกาลเวลา ความสุขเป็นผลมาจากปัจจัยเป็นเรื่องของจิตใจ เช่น การมีความสุขจากการนำธรรมะมาปฏิบัติ มีคุณธรรม เมตตากรุณา ศีลธรรม สมာธิ หรือปัญญา ความรู้สึกพอเพียง (พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตฺโต), 2552) และความสุขซึ่งเป็นผลพวงมาจากปัจจัยภายนอก เช่น มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจ สังคมชุมชนเข้มแข็ง มีครอบครัวอบอุ่น การมีสุขภาพดี (ประเวศ วะสี, 2548: 47)

ความสุข (Happiness) ได้รับการตีความไว้ในหลายมิติทั้งทางด้านศาสนา สังคม จริยธรรมและจิตวิทยา และแม้กระทั่งสาขาวิชาการด้านเศรษฐศาสตร์ก็ได้ให้ความสำคัญกับความสุขมากยิ่งขึ้น ซึ่งความสุขมีการให้คำนิยามที่แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับการนำไปอธิบายแต่ละบริบท โดยผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มแนวคิดด้านความสุขเป็น 3 ศาสตร์หลักคือ

1.1 แนวคิดความสุขในมุมมองด้านปรัชญาและศาสนา

ความสุขทางปรัชญาและทางศาสนา เป็นแนวทางดำเนินชีวิตให้สามารถปรับตัวได้แม้ชีวิตจะลำบาก เกิดความสุขทางใจจากการมีจิตใจสงบอยู่ในภาวะจิตปกติ เป็นอิสระจากกิเลสตัณหา มีความเชื่อว่าโดยธรรมชาติของมนุษย์เป็นผู้ที่มีจริยธรรม เพียงแต่นำออกมาใช้ภายใต้สถานการณ์ที่ยั่วได้หรือไม่เท่านั้น ผู้วิจัยสรุปความสุขในมุมมองด้านปรัชญาและศาสนาออกเป็น 2 กลุ่ม

1) ความสุขทางศาสนา ตามแนวคิดของนักวิชาการตะวันตก โดย Spitzer (1999) ซึ่งศาสนาคริสต์เชื่อในคุณค่าความเป็นมนุษย์ตั้งแต่เกิดว่า พระเจ้าเป็นผู้สร้างโลกและมนุษย์ ฉะนั้นมนุษย์ย่อมมีความดีและจริยธรรมเหมือนพระเจ้า ซึ่ง Spitzer (1999) ได้แบ่งความสุขออกเป็น 4 ระดับ คือ

(1) ความสุขจากการได้รับสิ่งของเพื่อตอบสนองความต้องการ เช่น การได้ทานอาหารก็มีความสุข ซึ่งความสุขระดับนี้ขึ้นอยู่กับสิ่งที่อยู่ภายนอก และเป็นความสุขในระยะสั้น

(2) ความสุขจากการเปรียบเทียบผลประโยชน์กับผู้อื่น เช่น เปรียบเทียบว่าตนเองมีมากกว่า ตนเองดีกว่าผู้อื่น เป็นความสุขที่แข่งขันกับผู้อื่น ความสุขระดับนี้จะไม่มั่นคงเพราะเมื่อใดบุคคลเปรียบเทียบว่าตนเองมีน้อยกว่าก็จะรู้สึกล้มเหลว ไม่มีความสุขและรู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า

(3) ความสุขจากการเห็นความดีในผู้อื่นและการทำสิ่งที่ดีเพื่อผู้อื่น เช่น การดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกันภายในครอบครัวและสังคมที่ทำงาน

(4) ความสุขระดับสูง หมายถึง ความสุขที่สมบูรณ์ บุคคลจะรู้สึกเต็มไปด้วยคุณงามความดี ความงาม ความจริงและความรัก ผู้ที่จะมีความสุขในระดับนี้จะกระทำสิ่งต่างๆ ด้วยจิตใจที่บริสุทธิ์ต่อผู้อื่น

นอกจากนี้ ความสุขตามทฤษฎีของอริสโตเติล กล่าวว่า มนุษย์ทุกคนอยากมีความสุข และแสวงหาหนทางที่จะนำชีวิตไปสู่ความสุข รวมถึงความสุขแต่ละประเภทจะสัมพันธ์กับสิ่งหนึ่งอย่างสมเหตุสมผล (Eudaimonia) ความดีงามของมนุษย์ เป็นความสุขที่ได้บรรลุความเป็นเลิศของคุณลักษณะของจิต (Soul) คือ ความมีเหตุผล หากมนุษย์จะพบกับชีวิตที่ดีงาม มนุษย์ก็ต้องอยู่ใน

สังคมที่ดีเช่นกัน ซึ่งสังคมนี้ก็เปรียบเหมือนกับการทำงานในองค์กร เพราะบุคคลต้องใช้เวลามากมายอยู่กับการทำงาน นอกจากนี้ยังต้องทุ่มเททั้งพลังกายพลังใจสู่การทำงาน และองค์กรเป็นแหล่งของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เปรียบเหมือนความสัมพันธ์ทางสังคม ซึ่งลักษณะที่สำคัญต่อการสร้างความสุขตามแนวคิดของอริสโตเติล คือ ความอิสระ (Freedom) ความสุขเป็นผลมาจากการที่บุคคลสามารถสร้างทางเลือกได้ ความรู้ (Knowledge) ความสุขจำเป็นต้องมีความรู้เพื่อที่จะทำให้มีเหตุผลต่อการตัดสินใจที่สำคัญได้ และคุณธรรม (Virtue) การกระทำที่อยู่บนจริยธรรมอันดีจะช่วยพัฒนาการตัดสินใจที่ดี ซึ่งผลนั้นนำมาสู่ความภาคภูมิใจ และความเคารพในตนเอง

2) ความสุขทางพระพุทธศาสนา ตามแนวคิดของนักวิชาการตะวันออก เป็นความสุขที่เน้นการฝึกจิตและปฏิบัติธรรม กระทำความดี โดยไม่เบียดเบียนผู้อื่น ซึ่งแบ่งความสุขออกเป็น 3 ประเภท คือ

(1) ความสุขด้านรูปธรรม หมายถึง ความสุขที่ตามองเห็น คือการมีทรัพย์สิน มีอาชีพที่มั่นคง มีตำแหน่งยศศักดิ์ ฐานะเป็นที่ยอมรับของสังคม มีมิตรสหายบริวารและครอบครัวที่ดี

(2) ความสุขด้านนามธรรม หมายถึง ความสุขที่ลึกลับเกินกว่าที่ตามองเห็น คือ คุณงามความดี ความสุขจากคุณค่าของชีวิต การได้บำเพ็ญประโยชน์ช่วยเหลือผู้อื่น มีศรัทธาในสิ่งที่ดีงาม มีปัญญาที่ทำให้รู้จักการปฏิบัติต่อสิ่งทั้งหลายอย่างถูกต้อง และแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นได้ ทำให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดี

(3) ความสุขด้านนามธรรมขั้นสูง ที่เรียกว่า “โลกุตตระ” หมายถึง ผู้ที่มีจิตใจเป็นอิสระด้วยความรู้เท่าทันต่อสิ่งทั้งหลาย รู้ชีวิตตามความเป็นจริง ปล่อยใจให้กฎธรรมชาติทั้งหลายเป็นไปตามธรรมชาติ ไม่ให้ความทุกข์เข้ามากระทบจิตใจ มีความสุขอยู่กับตัวเองและมีชีวิตที่สมบูรณ์

ความสุขในทางพระพุทธศาสนา เกิดจากความสุขจากปัจจัยภายใน หมายถึงการเป็นอิสระจากความโลภ ความโกรธและความหลง (พุทธทาสภิกขุ, 2549) และความสุขจากปัจจัยภายนอกคือ ความสุขจากวัตถุที่เป็นเจ้าของ ซึ่ง John Stuart Mill ให้ความหมายของความสุข ว่าเป็น ความรื่นรมย์ และความปราศจากความเจ็บปวด ลักษณะคำที่มีความหมายเดียวกับความสุขคือ

ประโยชน์ ความดี ความถูกต้อง ความสุขกับความดีมีความหมายเดียวกัน ซึ่งได้แบ่งความสุขเป็น 2 ประเภทคือ

(1) ปริมาณของความสุข หมายถึง ความสุขที่เน้นแต่ปริมาณความสุข เช่น มนุษย์กินข้าว สุกรกินรา ก็มีความสุขเท่ากัน ไม่มีอะไรต่างกัน ความสุขด้านปริมาณเป็นความสุขระดับต่ำเป็นความสุขที่มนุษย์และสัตว์ก็มิได้

(2) คุณภาพของความสุข หมายถึง ความสุขที่ให้ความสำคัญกับคุณภาพของสิ่งต่างๆ เช่น ความสุขของคนกับสัตว์ย่อมแตกต่างกัน และที่สำคัญคุณภาพความสุขเน้นความสุขทางจิตใจมากกว่าความสุขทางร่างกาย

จากแนวคิดที่ได้กล่าวมานั้น ความสุขในมุมมองศาสนาทั้งด้านตะวันตกและตะวันออกสามารถสรุปออกเป็น 2 ระดับ คือ ความสุขระดับต่ำจะเป็นความสุขด้านรูปธรรมที่บุคคลพึงพอใจในชีวิตของตน และความสุขระดับสูงจะเชื่อมโยงกับการทำสิ่งดีงามเพื่อผู้อื่นและส่วนรวม ซึ่งบุคคลจะมีความสุขอย่างสมบูรณ์ต้องมีความสุขด้านนามธรรมระดับสูงด้วย ความสุขและชีวิตที่ดีพบว่าความสุขจะมีคุณค่าและมีระดับที่สูงขึ้น หากอยู่บนการรับรู้คุณค่าความหมายของชีวิตที่ถูกที่ควรและมีจริยธรรม ความสุขจะช่วยทำให้ชีวิตมนุษย์ดีขึ้นด้วยเจตนาที่กระทำลงไปอย่างน่าเป็นสุข ฉะนั้น ความสุขจึงไม่ได้เกิดจากความรู้สึกพึงพอใจเพียงอย่างเดียว แต่เกี่ยวข้องกับจริยธรรมและการรับรู้คุณค่าของชีวิตที่ถูกที่ควรด้วย

1.2 แนวคิดความสุขในมุมมองด้านจิตวิทยา

สุขภาพจิต หมายถึง สภาพชีวิตที่เป็นสุข อันเป็นผลจากการมีความสามารถในการจัดการปัญหา ในการดำเนินชีวิตมีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี โดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจ มีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดี มีอารมณ์มั่นคง สภาพจิตใจมีความเข้มแข็งสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้ มีสมรรถภาพในการทำงาน และสามารถแก้ไขปัญหาและปรับจิตใจให้มีความสุขได้สามารถมีและรักษาสัมพันธภาพกับผู้อื่นไว้ได้อย่างราบรื่น วางตัวได้เหมาะสมในสังคม ทำคนให้เป็นประโยชน์ มีการดำรงชีพด้วยความสมดุลรวมทั้ง จิตใจปราศจากอาการของโรคจิต กล่าวคือ ความวิตกกังวล ขาดสมาธิ ความกลัวในเรื่อง

ต่างๆ โดยปราศจากเหตุผลอันสมควร ผู้ที่มีสุขภาพจิตดีต้องไม่วิตกกังวลมากนัก รู้จักปรับตัว รับรู้ เหตุการณ์ โดยไม่บิดเบือนความจริง เป็นความสมบูรณ์ทางร่างกายและทางจิตใจของมนุษย์ ซึ่งจะ ช่วยให้มนุษย์สามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข ตระหนักรู้ในตนเองทั้งด้านบวกและ ด้านลบตามศักยภาพของตน

จากการศึกษาของ อภิชัย มงคล (2552) ได้เปรียบเทียบความหมายคำว่า “ความสุข” และ “สุขภาพจิต” ในบริบทสังคมไทย โดยการเปรียบเทียบ 4 องค์ประกอบหลักของสุขภาพจิต ได้แก่ สภาพจิตใจ (Mental State) สมรรถภาพของจิตใจ (Mental Capacity) คุณภาพจิตใจ (Mental Quality) และปัจจัยสนับสนุน (Supporting Factors) พบว่าสองคำนี้มีความหมายไปในทิศทาง เดียวกัน

จิตวิทยาเชิงบวก (Positive Psychology) ช่วยให้บุคคลมีความสุขสนุกกับการใช้ชีวิต และช่วยให้บุคคลค้นพบความสุขที่แท้จริงในการดำเนินชีวิตของทุกวันได้ องค์การที่เต็มไปด้วย บุคลากรซึ่งมีจิตวิทยาเชิงบวก ในที่สุดก็จะก่อให้เกิดความเป็นพลเมืองที่ดี ความรับผิดชอบใน หน้าที่ความเอาใจใส่งาน ไม่เห็นแก่ตัว สุขภาพ พอประมาณ ทำงานด้วยหลักจริยธรรม และช่วยลด จำนวนบุคคลที่มีความเครียดสูง หรือลดความไม่พึงพอใจในงาน ซึ่งจิตวิทยาเชิงบวกศึกษาเรื่อง ค่านิยมของการตระหนักรู้ตนเอง (Self Awareness) พฤติกรรมที่มีเป้าหมายในชีวิต การทำเพื่อ ส่วนรวม การใช้ชีวิตอย่างได้คุณค่าสูงสุด (Optimal Living) ซึ่งช่วยให้เราเข้าใจศักยภาพที่จะพัฒนา ตนเองไปสู่ชีวิตทางบวก และมีความสุขเพิ่มขึ้น รวมทั้งการทำให้คนรอบข้างและสังคมพลอยมี ความสุขเพิ่มขึ้นไปด้วย

ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

ความสุขเป็นแรงจูงใจในการทำกิจกรรมทุกอย่างของคนแทบทุกคน คือ ทำอย่างไรจะ ได้มา รักษาไว้ และฟื้นฟูความสุข เพราะการที่คนเราจะมีมีความสุขหรือไม่มีความสุขนั้นเป็น ตัวกำหนดทุกอย่างในชีวิต คนที่มีความสุขจะมองว่าโลกเป็นที่ปลอดภัย มีการตัดสินใจที่ดี ร่วมมือ กับผู้อื่นได้ง่าย มีสุขภาพดี มีพลังและความพอใจมากกว่าคนที่ไม่มีความสุข เมื่อเรามีความสุขก็มัก ยินดีที่จะช่วยคนอื่นเพิ่มมากขึ้น ความสุขจึงไม่ใช่เพียงแต่การรู้สึกในทางที่ดีเท่านั้น แต่ยังทำให้เกิด การทำความดีด้วย ปรากฏการณ์นี้เรียกว่า Feel-Good, Do-Good Phenomenon คือ การรู้สึกดีทำให้

เกิดการทำดี นอกจากนี้ การที่บุคคลมักมองโลกในแง่ดี (Optimism) ยังช่วยให้มีสุขภาพที่แข็งแรงกว่าคนมองโลกในแง่ร้าย

นักจิตวิทยาจะวัดระดับของความสุขจากความพึงพอใจในชีวิต ความวิตกกังวล ความเครียด ความพึงพอใจในงาน ความเครียดในงาน ซึ่งความสุขนั้นจะเกี่ยวข้องกับอารมณ์ ความเครียด สุขภาพจิต เป็นต้น กล่าวโดยสรุป ความสุขทางจิตวิทยา หมายถึง สภาวะความสมบูรณ์ของจิตใจ มีอารมณ์ด้านบวก ปราศจากโรคและอาการผิดปกติทางจิต สามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพการณ์ต่างๆ ในสังคม สามารถทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน ตลอดจนทำประโยชน์ให้ตนเอง และสังคมได้อย่างมีความสุข ซึ่งสุขภาพจิตมีความสำคัญและเกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของมนุษย์ทุกคน และสุขภาพกายที่ดีย่อมมาจากสุขภาพจิตที่ดี

1.3 แนวคิดความสุขในมุมมองด้านเศรษฐศาสตร์

ในปัจจุบัน นักเศรษฐศาสตร์เรียกความสุขว่าเป็น "อรรถประโยชน์" (Utility) หรือความพึงพอใจ (Preference) ซึ่งเป็นที่ต้องการไม่จำกัด แต่มนุษย์มีข้อจำกัดที่กำลังซื้อหรือรายได้ (Budget Constraint) ดังนั้น ในทางทฤษฎีเศรษฐศาสตร์ดั้งเดิม คือ เมื่อมีรายได้มากขึ้น มนุษย์ก็ย่อมแสวงหาอรรถประโยชน์ได้มากขึ้น ฐานะการครองชีพ ความเป็นอยู่ น่าจะดีขึ้น คุณภาพชีวิตและความสุขจึงน่าจะมากขึ้นตาม กระทั่ง Adam Smith บิดาแห่งวิชาเศรษฐศาสตร์ เคยกล่าวว่าความสุขเป็นเป้าหมายสุดท้ายของการดำเนินกิจกรรมทางเศรษฐกิจโดยรวม เมื่อไม่นานมานี้ วิชาการด้านเศรษฐศาสตร์ได้ให้ความสนใจประเด็นความสุข จากคำถามที่ว่า การขยายตัวของรายได้ทำให้คุณภาพชีวิตของผู้คนจะดีขึ้นจริงหรือไม่ ในระดับประเทศและระหว่างประเทศ รายได้กับความความสุขไม่ได้สัมพันธ์ไปด้วยกัน ขณะเดียวกัน พบว่าความพึงพอใจในชีวิตมีความสัมพันธ์กับรายได้ในระดับที่น้อยมาก ซึ่งรายได้เป็นความสุขขั้นต้นเท่านั้น โดยสัมพันธ์กับความเป็นอยู่ของคนทั่วไปที่ต้องใช้ชีวิตที่พึ่งความสะดวกสบายและความจำเป็นทางโลก ดังนั้น งานวิจัยส่วนใหญ่จึงพบว่าเงินซื้อความสุขไม่ได้ เพราะระดับความสุขของผู้คนไม่ได้เพิ่มขึ้นตามระดับรายได้ที่สูงขึ้น โดยเฉพาะกรณีที่มีรายได้สูงพ้นจุดหนึ่งไปแล้ว เป็นสภาวะที่เรียกว่า ลักษณะที่ขัดแย้งของความสุข (Paradox of Happiness)

การศึกษาค้นพบที่มาของปัจจัยที่มีผลต่อความสุข 7 ประการ ได้แก่

1) สถานการณ์ทางการเงิน กล่าวคือ หากรายได้ลดลงความสุขก็ลดลงไป โดยเฉพาะผู้ที่มีฐานะที่ยากจน แต่คนรวยเงินที่เพิ่มมากขึ้น กลับมีความหมายน้อยลง ความไม่เท่าเทียมกันทางด้านรายได้ก็เป็นปัจจัยกำหนดความสุขของคนในสังคมเพราะมนุษย์เกิดความรู้สึกเป็นสุขหรือไม่เป็นสุข มาจากการมีพฤติกรรมเปรียบเทียบกับคนอื่น

2) ความสัมพันธ์ในครอบครัว กล่าวคือ สถานการณ์ในครอบครัวที่แตกต่างกันนั้นมีผลต่อความสุข เช่นผลวิจัยพบว่า ปีที่มีการแต่งงานนั้นจะเป็นปีที่มีความสุขที่สุด หลังจากปีแรกก็จะเกิดความเคียดแค้น ปีต่อไปก็จะมีความสุขน้อยลงเล็กน้อยแต่ก็ยังคงความสุขมากกว่าเมื่อสี่ปีก่อนที่จะแต่งงาน ประโยชน์ของการแต่งงาน นอกจากจะเป็นผู้ให้และผู้รับความรักแล้ว ยังเกิดการแบ่งปันทรัพยากรซึ่งกันและกัน จนเกิดการประหยัดจากขนาด มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

3) การงาน กล่าวคือ การงานไม่ใช่แค่การสร้างรายได้เท่านั้น แต่ยังเพิ่มความหมายให้กับชีวิตอีกด้วย ด้วยเหตุนี้การว่างงานจึงเป็นสิ่งเลวร้าย เพราะนอกจากจะสูญเสียรายได้ และยังสูญเสียความเคารพตัวเองและความสัมพันธ์ทางสังคมอันเกิดจากการทำงาน

4) สังคมและเพื่อนฝูง กล่าวคือ มิตรภาพเป็นสิ่งที่ดีที่สุดในชีวิต เป็นสิ่งสะท้อนความเชื่อใจ และความรู้สึกปลอดภัย ซึ่งมีผลต่อความสุข

5) สุขภาพ คือ การมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตดีนั้นสำคัญต่อการเกิดความสุข

6) เสรีภาพส่วนบุคคล คือ การปกครองของรัฐบาล และกฎหมายที่มีเสถียรภาพ ปราศจากการใช้ความรุนแรง ซึ่งประชาชนจะมีความสุขจากระบบการปกครองที่ดี

7) ค่านิยมส่วนบุคคล กล่าวคือ ความสุขขึ้นอยู่กับปรัชญาชีวิต การควบคุมอารมณ์ของตนเอง การเอาใจใส่ผู้อื่น การทำดีเพื่อส่วนรวม ก็ทำให้เกิดความสุขทางใจ

กล่าวโดยสรุป ความสุขในมุมมองเชิงเศรษฐศาสตร์ เดิมเชื่อว่าเมื่อมีรายได้มากขึ้น มนุษย์ก็ย่อมมีฐานะความเป็นอยู่ที่ดี และความสุขจะมากขึ้นตาม แต่ผลการศึกษาหลายชิ้น พบว่า

รายได้กับความสุขสัมพันธ์กันในระดับต่ำ เพราะนอกจากการเงินแล้ว ยังมีมิติด้านอื่นที่มีผลต่อความสุข เช่น การงาน ความสัมพันธ์ในครอบครัว สังคมเพื่อน สุขภาพ เสรีภาพส่วนบุคคล เป็นต้น

แนวคิดเกี่ยวกับดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย

อภิชัย มงคลและคณะ (2547) ได้ทำการศึกษาความหมายของความสุขและสุขภาพจิตว่าเป็นเรื่องเดียวกันโดยได้กำหนดความหมายของสุขภาพจิตหมายถึงสภาพชีวิตที่เป็นสุขอันเป็นผลจากการที่มีความสามารถในการจัดการปัญหาในการดำเนินชีวิตมีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตที่ดีโดยครอบคลุมถึงความดีงามในจิตใจภายใต้สภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ได้มีการพัฒนาและทดสอบดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย (Thai Happiness Indicator หรือ THI) ฉบับใหม่ 2 ฉบับคือฉบับสมบูรณ์ 54 ข้อ (THI-54) และฉบับสั้น 15 ข้อ (THI-15) ซึ่งประกอบด้วย 4 Domain คือสภาวะสุขภาพทางจิตสมรรถภาพทางจิตใจคุณภาพของจิตใจและสิ่งสนับสนุนและ 15 หมวดโดยแบ่งคะแนนออกเป็น 3 กลุ่มคือมีความสุขมากกว่าคนทั่วไปมีความสุขเท่ากับคนทั่วไปและมีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป

Domain 1. สภาพจิตใจ (Mental state)

สภาพจิตใจ (Mental state) หมายถึงสภาพจิตใจที่เป็นสุขหรือทุกข์การรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเองความเจ็บป่วยทางด้านร่างกายที่ส่งผลกระทบต่อทางด้านจิตใจและความเจ็บป่วยทางจิต

1.1 ความรู้สึกในทางที่ดี (General well-being positive affect) หมายถึงความรู้สึกที่เป็นสุขที่บุคคลรับรู้จากชีวิตเป็นอารมณ์ด้านบวกในลักษณะของภาพรวมทั้งหมดไม่เฉพาะเจาะจงในบางเรื่องเช่นเรื่องงานเรื่องครอบครัวแต่เป็นการมองในภาพรวมว่าบุคคลมีความรู้สึกในทางที่ดีเพียงใดเช่นความพึงพอใจความรู้สึกที่ดีสงบมีความสุขมีความหวังมีความบันเทิงใจและสนุกสนานกับสิ่งดีๆในชีวิตมุมมองของแต่ละคนและความรู้สึกเกี่ยวกับอนาคตจะมีความสำคัญมาก

1.2 ความรู้สึกในทางที่ไม่ดี (General well-being negative affect) หมายถึงความรู้สึกที่ไม่ดีซึ่งเกิดขึ้นในบุคคลนั้นเช่นความสลดหดหู่ความรู้สึกผิดเศร้าอยากร้องไห้สิ้นหวังประหม่าวิตก

กังวลและขาดความรู้สึกยินดีในชีวิตโดยจะรวมไปถึงว่าความรู้สึกที่ไม่ดีเหล่านี้ทำให้บุคคลเกิดความทุกข์ทรมานเพียงใดและมีผลต่อการทำงานในแต่ละวันเพียงใดทั้งยังครอบคลุมไปถึงคนที่มีปัญหาทางจิตใจเช่นอาการซึมเศร้าคลั่งหรืออาการวิตกกังวล

1.3 การรับรู้ภาวะสุขภาพและการเจ็บป่วยทางด้านจิตใจ (Perceived ill-health and mental illness) หมายถึงความเจ็บป่วยและการรับรู้ภาวะความเจ็บป่วยทางกายและทางจิตใจซึ่งส่งผลกระทบต่อความรู้สึกทางจิตใจรวมถึงความพึงพอใจความกังวลที่มีต่อสุขภาพและความสมบูรณ์ของร่างกายการพึ่งพาการรักษาทางการแพทย์หรือการรักษาอื่นๆ (เช่นการฝังเข็มและการใช้สมุนไพร) เพื่อช่วยให้ร่างกายและจิตใจมีความเป็นอยู่ที่ดีการรักษาในบางครั้งจะมีผลต่อคุณภาพชีวิตในทางลบ (เช่นอาการข้างเคียงที่เกิดจากการใช้ยาต้านมะเร็ง) ในขณะที่บางกรณีจะไปเพิ่มคุณภาพชีวิตของบุคคลนั้นๆ (เช่นการใช้ยาแก้ปวดในผู้ป่วยโรคมะเร็ง) นอกจากนี้ยังรวมถึงวิธีการรักษาอื่นๆที่ไม่ใช่ยาแต่ยังจำเป็นต้องใช้อยู่เช่นเครื่องให้จังหวะการทำงานของหัวใจแขนขาเทียมสำหรับการเจ็บป่วยทางจิตใจ (Mental illness) นั้นยังรวมถึงการเจ็บป่วยทางกายภาพที่มีผลกระทบต่อจิตใจของบุคคลโรคและการเจ็บป่วยในที่นี้เป็นการเจ็บป่วยซึ่งได้รับการวินิจฉัยโรคหรือการตรวจรักษาโดยแพทย์และแพทย์ลงความเห็นแล้วว่าเป็นโรคนั้นจริงๆ

Domain 2. สมรรถภาพของจิตใจ (Mental capacity)

สมรรถภาพของจิตใจ (Mental capacity) หมายถึงความสามารถทางจิตใจในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นและการจัดการกับปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นเพื่อการดำเนินชีวิตอย่างปกติสุข

2.1 สัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship) หมายถึงความรู้สึกที่เป็นสุขที่บุคคลรับรู้จากชีวิตเป็นอารมณ์ด้านบวกในลักษณะของภาพรวมทั้งหมดไม่เฉพาะเจาะจงในบางเรื่องเช่นเรื่องงานเรื่องครอบครัวแต่เป็นอาการมองในภาพรวมว่าบุคคลมีความรู้สึกในทางที่ดีเพียงใดเช่นความพึงพอใจความรู้สึกพอดี (balance) สงบมีความสุขมีความหวังมีความบันเทิงใจและสนุกสนานกับสิ่งดีๆในชีวิตมุมมองของแต่ละคนและความรู้สึกเกี่ยวกับอนาคตจะมีความสำคัญมาก

2.2 ความสามารถที่จะบรรลุความสำเร็จตามความคาดหวัง (Expectation achievement congruence) หมายถึงความรู้สึกพึงพอใจมั่นใจในความสามารถของตนเองที่ประสบความสำเร็จและมีชีวิตตามที่ตนได้คาดหวังไว้

2.3 ความมั่นใจในการเผชิญปัญหา (Confidence in coping) หมายถึงความมั่นใจว่าสามารถจัดการกับปัญหาและสถานการณ์ที่คับขันและไม่ได้คาดฝันได้อย่างเหมาะสมการเผชิญปัญหาที่มีหลายระดับทั้งปัญหาเฉพาะหน้าปัญหาที่รุนแรงปัญหาการปรับตัวต่อความเป็นอยู่ใหม่หรือสังคมใหม่ซึ่งมองถึงความสามารถของบุคคลนั้นต่อการแก้ไขปัญหาได้ดีเพียงใดนอกจากปรับตัวได้กับสภาพการณ์นั้นๆแล้วยังสามารถทำหน้าที่อย่างสร้างสรรค์และเหมาะสมอีกด้วย

2.4 การควบคุมจิตใจของตนเองไม่มีประสิทธิภาพ (Inadequate mental mastery) หมายถึงความรู้สึกว่าตนไม่มีประสิทธิภาพเพียงพอที่จะควบคุมจิตใจหรือไม่มีความสามารถพอที่จะจัดการกับสิ่งต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิตแต่ละวันได้อย่างมีประสิทธิภาพซึ่งถือว่ารบกวนสมดุลทางจิตใจรบกวนหรือลดความรู้สึกเป็นสุข (well-being)

Domain 3. คุณภาพของจิตใจ (Mental quality)

คุณภาพของจิตใจ (Mental quality) หมายถึงคุณลักษณะที่ดึงมาของจิตใจในการดำเนินชีวิตอย่างเกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม

3.1 เมตตา กรุณา ความเสียสละ (Kindness and Altruism) หมายถึงความต้องการผู้อื่นมีความสุขและช่วยให้อื่นพ้นทุกข์เป็นคนดีของสังคมไทยสามารถเป็นผู้ก่อตั้งแก่การให้น้ำใจให้ความช่วยเหลือเป็นที่พึ่งของผู้อื่นได้มีความเสียสละเห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมหรือผู้อื่นโดยไม่หวังผลตอบแทน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในสถานการณ์คับขันหรือเสี่ยงภัยแม้บางครั้งจะต้องเสียสละความสุขสบายหรือทรัพย์สินส่วนตัวบ้างก็ตาม

ผลงานวิทยานิพนธ์ศึกษา ระดับปริญญาตรี

3.2 การนับถือตนเอง (Self esteem) หมายถึงความรู้สึกของบุคคลนั้นที่มีต่อตนเองตั้งแต่ความรู้สึกต่อตนเองในทางบวกไปจนถึงความรู้สึกในทางลบรวมทั้งความรู้สึกที่มีคุณค่าในตนเองนับถือตนเองมีความรู้สึกที่ตนเองมีประสิทธิภาพมีความพึงพอใจในตนเองและสามารถควบคุมตนเองได้

3.3 ความศรัทธา (Faith) หมายถึงสิ่งยึดเหนี่ยวสูงสุดในจิตใจที่ช่วยเหลือให้มีความเชื่อมั่นว่าเมื่อเกิดวิกฤติหรือยุ่งยากใจแล้วสิ่งยึดเหนี่ยวทางจิตใจนี้จะช่วยให้ตนเองเข้มแข็งมีกำลังใจดีขึ้นและมีศรัทธาในการทำมาค้าขายให้มีทิศทาง การดำเนินชีวิตที่ดี

3.4 ความคิดสร้างสรรค์และความกระตือรือร้นในการดำเนินชีวิต (Creative thinking and enthusiasm) หมายถึงความสามารถของบุคคลนั้นในการริเริ่มสิ่งแปลกๆใหม่ๆในทางที่ดีเพื่อให้เกิดการดำเนินชีวิตประจำวันมีคุณค่าตลอดจนมีความมุ่งมั่นพยายามความใส่ใจในการดำเนินชีวิตเพื่อให้เกิดความสุขความพึงพอใจแก่ตนเอง

Domain 4. ปัจจัยสนับสนุน (Supporting factors)

ปัจจัยสนับสนุน (Supporting factors) หมายถึงปัจจัยที่สนับสนุนให้บุคคลมีสุขภาพจิตดีซึ่งเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับคนในครอบครัวชุมชนการทำงานรายได้ศาสนาความเชื่อของแต่ละบุคคลความสามารถในการทำงานตลอดจนสิ่งแวดล้อมและความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน

4.1 การสนับสนุนทางสังคม (Social support) หมายถึงความรู้สึกปลอดภัยและความรู้สึกว่ามีเครือข่ายทางสังคมคอยช่วยเหลือจะเน้นถึงสภาพแวดล้อมและสังคมที่ให้การสนับสนุนช่วยเหลือทั้งในยามปกติและยามคับขัน โดยเพื่อนๆหรือคนอื่นๆในสังคมมีส่วนร่วมรับผิดชอบและร่วมกันทำงานเพื่อแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นเพียงใดเมื่อบุคคลนั้นตกอยู่ในภาวะวิกฤต

4.2 การสนับสนุนจากครอบครัว (Family support) หมายถึงความรู้สึกที่เป็นสุขที่ได้รับ การสนับสนุนช่วยเหลือจากครอบครัวและมีความผูกพันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

4.3 ความปลอดภัยทางร่างกายและความมั่นคงในชีวิต (Physical safety and security) หมายถึงความรู้สึกของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงในชีวิตและความปลอดภัยจากอันตรายต่างๆ สิ่งที่คุณความความมั่นคงปลอดภัยเกิดได้จากหลายสาเหตุเช่นจากบุคคลอื่นจากการกดขี่ทางการปกครองในชุมชนความหมายในเรื่องนี้จึงรวมถึงความรู้สึกเป็นอิสระของบุคคลบุคคลที่มีสิทธิที่จะอาศัยอยู่ในชุมชนโดยปราศจากการบังคับกักขังมั่นใจในการบริหารของผู้นำชุมชนและความรู้สึกปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินอีกด้วย

4.4 การดูแลสุขภาพและบริการทางสังคม : การให้บริการและคุณภาพของการบริการ (Health and social care) หมายถึงการดูแลสุขภาพและบริการทางสังคมในละแวกใกล้เคียงตามมุมมองของบุคคลกรให้บริการในเรื่องสุขภาพและบริการทางสังคมในมุมมองของแต่ละคนเป็นอย่างไรในแง่ของคุณภาพและความพร้อมของบริการที่เคยได้รับหรือคาดหวังจะได้รับ โดยรวมถึงอาสาสมัครช่วยเหลือชุมชน (องค์การที่เกี่ยวกับศาสนา วัด) ซึ่งอาจจะจัดเสริมให้มีความเพิ่มเติมหรืออาจจะเป็นระบบการดูแลสุขภาพที่พอมืออยู่ในสภาพแวดล้อมของบุคคลเหล่านั้นรวมทั้งความยากง่ายเพียงใดกับการไปใช้บริการสุขภาพและบริการทางสังคมที่มีอยู่ในท้องถิ่นในเรื่องนี้จะไม่เกี่ยวกับวิธีการรักษาสุขภาพ

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข

พรรณิภา สืบสุข (2548) ได้ศึกษาและสรุปปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีความสุขและประสบความสำเร็จในการทำงานไว้ดังนี้

1. งานที่ทำทลายความสามารถลักษณะงานที่น่าสนใจทำให้เกิดการพัฒนาตนเองไม่รู้สึกลำบากเบื่อหน่ายงานเกิดความกระตือรือร้นในการทำงานทำให้มีความสุขในการทำงานและประสบความสำเร็จในชีวิตได้
2. บรรยากาศในการทำงานส่งเสริมให้เกิดความสุขในการทำงานเป็นบรรยากาศของการร่วมกันปฏิบัติงานตลอดจนสภาพแวดล้อมที่ไม่แออัดที่ส่งเสริมให้เกิดความรู้สึกอยากทำงาน
3. สัมพันธภาพที่ดีช่วยให้เกิดการติดต่อสื่อสารที่มีคุณภาพเกิดความช่วยเหลือซึ่งกันและกันตลอดจนความสามัคคีในหน่วยงานนำมาซึ่งความสุขในการทำงาน
4. การมีส่วนร่วมในการทำงานมีส่วนร่วมในการตัดสินใจและปฏิบัติการกิจกรรมร่วมกันในกิจกรรมขององค์การทำให้รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่าในงานเกิดความรู้สึกสนุกตั้งใจมุ่งมั่นอยากที่จะปฏิบัติงานให้สำเร็จนำมาซึ่งความสุขในการทำงาน
5. มีโอกาสก้าวหน้าในการทำงานทำให้เกิดแรงจูงใจในการทำงานเช่นการเลื่อนขั้นตำแหน่งหรือได้เงินเดือนเพิ่มขึ้นทำให้เกิดการตอบสนองความต้องการของตนเกิดความพึงพอใจและมีความสุข

6. คุณภาพชีวิตในการทำงานคุณภาพชีวิตที่ดีของบุคลากรช่วยเสริมสร้างความสุขในการทำงานทำให้เกิดความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติงานเกิดความผูกพันในองค์กรและส่งเสริมการคงอยู่ในงานของบุคลากรได้

Walton (1974, อ้างถึงในพรตนิภา สืบสุข, 2548) กำหนดองค์ประกอบของคุณภาพชีวิตในการทำงานซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสุขในการทำงาน โดยเฉพาะในด้านคุณภาพชีวิตการทำงานไว้ดังนี้

1. ค่าตอบแทนที่เพียงพอและยุติธรรม (Adequate and fair compensation) หมายถึงการได้รับเงินเดือนหรือค่าตอบแทนอื่นๆที่เพียงพอในการดำรงชีวิตและได้รับความยุติธรรมเมื่อเปรียบเทียบกับตำแหน่งงานอื่นที่คล้ายคลึง

2. สภาพการทำงานที่ปลอดภัยและส่งเสริมสุขภาพ (Safe and healthy working condition) หมายถึงสถานที่ทำงานสะอาดปราศจากการรบกวนจากแสงเสียงและกลิ่นมีสิ่งอำนวยความสะดวกในการปฏิบัติงานอย่างเพียงพอมีการป้องกันและรักษาความปลอดภัยในสถานที่ทำงาน

3. การพัฒนาความสามารถของบุคคล (Competency development) หมายถึงการให้บุคคลมีโอกาสดำเนินงานอย่างเต็มความสามารถมีโอกาสในการพัฒนาความรู้ความสามารถตลอดจนทักษะในการปฏิบัติงาน

4. ความก้าวหน้าและความมั่นคงในงาน (Growth and security) หมายถึงความเชื่อที่มีต่อความมั่นคงในหน้าที่การงานและมีโอกาสที่จะเจริญก้าวหน้าในอนาคต

5. การบูรณาการทางสังคม (Social integration) หมายถึงความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนร่วมงานและผู้บังคับบัญชาการได้รับการยอมรับ

6. ธรรมเนียมปฏิบัติในองค์กร (Constitutionalism) หมายถึงนโยบายและข้อบังคับต่างๆที่เป็นธรรมแก่ผู้ปฏิบัติงานการมีสิทธิแสดงความคิดเห็นในการปฏิบัติงานและมีการเคารพในสิทธิส่วนตัว

7. ความสมดุลระหว่างชีวิตการทำงานกับชีวิตด้านอื่นๆ (Work and the total life space)

หมายถึงการกำหนดเวลาให้มีสัดส่วนที่พอเหมาะสมควรสำหรับงานครอบครัวสังคมและตนเอง

8. ความเกี่ยวข้องกับสังคม (Social relevance) หมายถึงการให้ความร่วมมือใน

การทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมและการมีส่วนร่วมรับผิดชอบต่อสังคม

จงจิต เลิศวิบูลย์มงคล (2546) ได้สรุปปัจจัยที่ส่งเสริมให้มีความสุขในการทำงานและประสบความสำเร็จดังนี้

1. งานที่น่าพึงพอใจคนที่ทำงานด้วยใจรักและมีความพึงพอใจในงานย่อมมีโอกาสสูงที่จะทำงานได้ดีไม่เบื่องานแม้มีอุปสรรคก็ไม่ที่ถอยส่นกกับการทำงานส่งเสริมให้เกิดความสุขและความสำเร็จในชีวิตได้

2. งานที่ทำท่ายความสามารถงานบางอย่างถึงแม้จะได้ค่าตอบแทนสูงแต่ไม่ค่อยทำท่ายความสามารถมีลักษณะซ้ำซากจำเจเมื่อทำงานนานขึ้นมักทำให้รู้สึกเบื่อหน่ายไม่มีความกระตือรือร้นในการทำงานงานที่ทำท่ายความสามารถและเกิดจากการพัฒนาตนเองเชิงเหตุผลปัญญาและอารมณ์ทำให้มีความสุขในการทำงานและประสบความสำเร็จในชีวิตได้

3. งานที่ทำให้เกิดความภาคภูมิใจงานบางอย่างถึงแม้จะมีค่าตอบแทนสูงแต่ก็ไม่ทำให้รู้สึกภาคภูมิใจเช่นงานที่ผิดกฎหมายหรือผิดศีลธรรมบางคนสร้างฐานะจนร่ำรวยจากการค้าของเถื่อนเปิดบ่อนหรือช่องโศกเถื่อนแต่ก็ขาดความภูมิใจงานที่ทำอยู่บนเหตุผลเชิงศีลธรรมทำให้บุคคลมีความสุข ผลงานวิจัยนักศึกษาระดับปริญญาตรี

4. งานที่มีคุณค่าการมองเห็นคุณค่าในงานทำให้บุคคลมีความสุขและสร้างสรรค์สิ่งที่ดีงามในสังคมคนเราต้องตั้งเป้าหมายและวางแผนการดำเนินชีวิตในแต่ละวันเพื่อให้สอดคล้องกับการใช้เวลาอย่างมีระเบียบวินัยบนเป้าหมายหลัก 4 ด้านได้แก่

4.1 เป้าหมายด้านสติปัญญาเพื่อเสริมสร้างสติปัญญาและความรู้เช่นการเรียนส่งเสริมความรู้ทั้งในและนอกระบบแทนการใช้เวลาว่างดูโทรทัศน์รายการบันเทิงไร้สาระตลอดคืนโดยไม่รู้อะไรที่เป็นประโยชน์และประเทืองปัญญา

4.2 เป้าหมายด้านร่างกายเพื่อเสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรงเช่นตั้งเวลาเพื่อการออกกำลังกายการวางแผนพักผ่อนในวันหยุด

4.3 เป้าหมายด้านการดำเนินชีวิตเพื่อเสริมสร้างชีวิตส่วนตัวชีวิตครอบครัวชีวิตการทำงานเช่นการวางแผนสำหรับอนาคตการศึกษาต่อการวางแผนการทำงานเพื่อให้ได้ตามเวลาที่กำหนดการวางแผนเพื่ออนาคตของครอบครัวอย่างรอบคอบในทุกด้าน

4.4 เป้าหมายด้านสังคมเพื่อเสริมสร้างการมีส่วนร่วมในชุมชนเช่นการใช้เวลาในการพบปะสังสรรค์กับมิตรสหายและคนร่วมองค์กรแบ่งเวลาเพื่อบำเพ็ญประโยชน์ให้กับสังคมในช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์แบ่งเวลาให้กับการทำนุบำรุงจิตใจด้วยคำสอนทางศีลธรรมและศาสนา เป็นต้น

5. มีโอกาสก้าวหน้าในการทำงานมีคนหลายคนทำงานด้วยความรู้สึกท้อแท้หมดกำลังใจเพราะรู้ว่าไม่มีทางก้าวหน้าไม่มีโอกาสเลื่อนตำแหน่งหรือเงินเดือนดีขึ้นมานานขาดแรงจูงใจในการทำงานแต่งงานที่มีโอกาสก้าวหน้าทำให้มีแรงจูงใจพึงพอใจและมีความสุข

6. มีผลตอบแทนคุ้มค่าผลตอบแทนที่คุ้มค่าและยุติธรรมนำมาซึ่งความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติงานเนื่องจากรายได้เป็นปัจจัยเบื้องต้นสำหรับสร้างแรงจูงใจเพราะสามารถสนองต่อความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ได้โดยใช้เงินแลกเปลี่ยนนอกจากนี้เงินยังเป็นเครื่องแสดงถึงสถานภาพและทำให้เกิดความสมหวังในชีวิตและมีความสุข

7. มีขวัญและกำลังใจในการทำงานขวัญและกำลังใจจากผู้บริหารเป็นสิ่งสำคัญในการส่งเสริมความสุขในการทำงานเพื่อวิถีชีวิตในเชิงบวกเนื่องจากการบำรุงขวัญเป็นกำลังใจทำให้ผู้ปฏิบัติงานเกิดความภาคภูมิใจโดยตนเองได้ทำงานตามหน้าที่ที่พึงปฏิบัติและรับรู้ว่าเป็นประโยชน์ต่อสังคม

8. มีสัมพันธภาพที่ดี (Healthy relationship) สัมพันธภาพที่ดีช่วยเสริมสร้างความสุขในการทำงานสร้างเสริมคุณภาพงานการติดต่อสื่อสารที่มีคุณภาพเชิงสร้างสรรค์เกิดจากการมีสัมพันธภาพที่ดีนำมาซึ่งความสุขความสำเร็จในการทำงาน

9. มีคุณภาพชีวิตงานคุณภาพชีวิตงานที่ดีของบุคลากรช่วยเสริมสร้างความสุขในการทำงานเป็นสิ่งที่สนองความผาสุกและความพึงพอใจของผู้ปฏิบัติงานการมีคุณภาพชีวิตงานที่ดีส่งผลต่อความเจริญรุ่งเรืองเรื่องด้านอื่นๆเช่นสภาพสังคมเศรษฐกิจหรือผลผลิตที่มีคุณภาพตลอดจนความผูกพันต่อองค์การสร้างสรรค์งานคุณภาพส่งเสริมการคงอยู่ของบุคลากรได้

10. งานที่เกิดจากแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์มีนุษย์ทุกคนทำงานเพื่อปรารถนาความสำเร็จและความผาสุกในชีวิตเกิดความภาคภูมิใจในตนเองแข่งขันกับตนเองเพื่อความเข้าใจโดยเฉพาะงานที่ทำทนายและใช้เซาว์ปัญญาเพื่อความสำเร็จในงานและชีวิตเกิดความสบายใจเมื่องานสำเร็จตามความประสงค์

ผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

1. ความหมายของผู้ประกอบการ

ผู้ประกอบการ หมายถึง ผู้ที่คิดริเริ่มดำเนินธุรกิจขึ้นมาเป็นของตนเอง มีการวางแผนการดำเนินงาน และดำเนินธุรกิจทุกด้านด้วยตนเอง โดยยอมรับความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา เพื่อมุ่งหวังผลกำไรที่เกิดจากผลการดำเนินงานของธุรกิจตนเอง

ผู้ประกอบการ เป็นบุคคลที่มองเห็นโอกาสทางธุรกิจ และสามารถหาช่องทางที่จะสร้างธุรกิจของตนเอง และพร้อมที่จะรับความเสี่ยงต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้น ตั้งแต่ตัดสินใจที่จะเริ่มดำเนินธุรกิจ ในการประกอบธุรกิจขนาดย่อม ต้องการผู้ประกอบการที่มีความสามารถหลาย ๆ ด้านซึ่งอาจพิจารณาลักษณะผู้ประกอบการจากพฤติกรรมต่าง ๆ ดังนี้

- มีความคิดสร้างสรรค์ (Creative) ในการเริ่มต้นธุรกิจ กล่าวคือ เป็นคนที่มองเห็นโอกาสและช่องทางในการสร้างธุรกิจขึ้นมาภายใต้สภาพแวดล้อมต่าง ๆ

- เรียนรู้หรือสร้างนวัตกรรม (Innovation) ของการดำเนินธุรกิจ อันจะก่อให้เกิดผลิตภัณฑ์ หรือบริการรูปแบบใหม่ ๆ รวมถึงกระบวนการผลิต การตลาด และการจัดการทรัพยากร เป็นต้น

- ยอมรับความเสี่ยง (Risk) อันอาจจะเกิดขึ้นจากการขาดทุนหรือล้มเหลวในการดำเนินธุรกิจ ซึ่งผู้ประกอบการจำเป็นต้องมีความเป็นนักเสี่ยงอย่างมีหลักการ คือตัดสินใจอย่างจับใจ และรอบคอบด้วยข้อมูลที่เชื่อถือได้

- มีความสามารถในการจัดการทั่วไป (General management) ทั้งด้านการกำหนดแนวทางของธุรกิจและการจัดสรรทรัพยากร

- มีความมุ่งมั่นในการดำเนินงาน (Performance intention) เพื่อสร้างความเจริญเติบโต และกำไรจากการดำเนินธุรกิจ

2. คุณสมบัติของผู้ประกอบการ

การประกอบธุรกิจขนาดย่อมให้ประสบผลสำเร็จ จะต้องอาศัยเจ้าของหรือผู้ประกอบการที่มีคุณสมบัติที่คิดเหมาะกับการเป็นผู้ประกอบการธุรกิจ ภายใต้อาชีพที่มั่นคงไม่แน่นอนที่มีอยู่ตลอดเวลา

คุณสมบัติของเจ้าแก้มที่ประสบความสำเร็จได้มีดังนี้

- ต้องเป็นนักแสวงหาโอกาส ก็จะต้องเป็นผู้มองเห็นโอกาสและหาช่องทางทางการค้า ได้ตลอดเวลา แม้จะตกอยู่ในภาวะวิกฤตเศรษฐกิจ
- ต้องเป็นนักเสี่ยง ต้องกล้าได้กล้าเสีย พร้อมทั้งจะดำเนินการทันทีเมื่อมองเห็นโอกาส อย่ามัววิรโรมิจะนั้นจะสายเกินไป ไม่เกิดประโยชน์ใด ๆ
- ต้องเป็นคนมีความคิดริเริ่ม หรือสร้างสรรค์ ในการผลิตสินค้าหรือบริการใหม่ ออกสู่ตลาดที่มีสภาพ การแข่งขันสูง
- ต้องเป็นคนที่ไม่ท้อถอยง่าย มีความอดทน โดยเฉพาะระยะเริ่มก่อตั้งธุรกิจจะต้องประสบกับปัญหามากมาย เจ้าแก้มหรือผู้ประกอบการที่ยืนหยัดอยู่ได้จะต้องเป็นคนที่มีความอดทนสูง
- ต้องเป็นคนที่ใฝ่รู้อยู่เสมอ เพื่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ และตื่นตัวอยู่ตลอดเวลาทำให้สามารถปรับตัวได้เสมอ
- ต้องเป็นคนที่วิสัยทัศน์กว้างไกล ทำให้ธุรกิจมีทิศทางชัดเจน ไม่เดินทางออกนอกกลุ่มนอกทาง สามารถมุ่งไปสู่อนาคต ด้วยเป้าหมายที่วางไว้อย่างแน่นอน

• ต้องมีเครือข่ายดี เพื่อที่จะทำให้ได้ประโยชน์ทั้งด้านข้อมูล และการได้รับความช่วยเหลือด้านต่าง ๆ จากเพื่อน ๆ หรือเครือข่ายได้เป็นอย่างดี

- มีความกล้าเสี่ยงอยู่ในสายเลือดระดับหนึ่ง วิธีเจ้าแก้มเป็นการเอาเงินทองและทรัพย์สินของตนเองมาลงทุนครับ ถ้าธุรกิจเจ๊ง มีโอกาสหมดตัว จนถึงขั้นล้มละลายเป็นหนี้สินได้ แต่ถ้าสำเร็จก็มีโอกาสรวยได้ในระยะเวลาไม่กี่ปี ต่างกับชีวิตลูกจ้างที่จากการทำงานไม่ดีหรือบริษัทเจ๊ง ก็แค่ตกงาน ไม่ถึงขั้นหมดตัว แต่ก็ไม่มีโอกาสรวยเข้าใจหลัก “เสี่ยงมากรวยมาก เสี่ยงน้อยรวยน้อย” ไหมครับ เพราะฉะนั้นคุณสมบัติข้อแรกของเจ้าแก้ม คือ กล้าเสี่ยง กล้าผจญภัยในโลกธุรกิจ

- เจ้าแก้มรุ่นบุกเบิก ที่เรียกว่า รุ่นเดี่ยว ที่สร้างธุรกิจมาจากไม่มีอะไรเลย ต้องเริ่มจากการทำงานหนักครับ ถึงจะประสบความสำเร็จได้ แบบที่เห็นตัวอย่างในรายการ “สู้แล้วรวย” นั่นละ

ครับ ถ้าคุณพร้อมจะทำงานหนักวันละ 12 – 15 ชั่วโมงขึ้นไป แบบไม่มีวันหยุดติดต่อกันเป็นเวลา 1 – 2 ปี โดยไม่ทอดทิ้ง คุณมีคุณสมบัติที่จะเป็นเจ้าแก๊งค์ที่ดีได้ นี่ไม่นับเจ้าแก๊งค์เสียหรือรุ่นดี หรือรุ่นที่สร้างธุรกิจเอาไว้ส่วนตัวนะครับ เพราะเจ้าแก๊งค์ทายาทอาจไม่จำเป็นต้องอาศัยข้อนี้มากเท่าไร

ผู้จัดการธุรกิจขนาดย่อมที่ประสบความสำเร็จ จะต้องเป็นผู้มีลักษณะดังนี้

- มีความอดสาหัส (Perseverance)
- มีความอดทน (Patience)
- มีความสามารถในการคิดและแก้ปัญหา (Critical Thinking Skills)

นอกจากนี้คุณสมบัตินี้เฉพาะของผู้ประกอบการที่ประสบความสำเร็จว่าจะต้องมีคุณสมบัตินี้ ดังนี้

- ความมุ่งมั่น ปรารถนาและพยายามที่จะดำเนินธุรกิจให้สำเร็จให้ได้ (Passion) มิฉะนั้นจะทำให้สูญเสียทั้งเงินทุน และเวลา

- มีความสามารถในการตัดสินใจในภาวะวิกฤตด้วยการตรวจสอบทุกอย่างอย่างรอบคอบ (Determination) ไม่ปล่อยให้ตนเองตกอยู่ในโชคชะตาหรือพรหมลิขิตต้องเชื่อมั่นว่าตนเองจะฝ่าฟันอุปสรรคและประสบความสำเร็จได้ หากอุทิศเวลาและทำงานให้หนักเพียงพอ

- ต้องมีความรู้จริง รู้ลึก (Knowledge) ในธุรกิจที่ลงทุน เพื่อจะสามารถสนองความต้องการของผู้บริโภคได้

3. รูปแบบของการประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

3.1 ธุรกิจเจ้าของคนเดียวเป็นกิจการที่ดำเนินโดยคนเดียว

ข้อดีคือ จัดตั้งง่ายโดยคนเดียวมีอิสระในการตัดสินใจเจ้าของเป็นผู้รับผิดชอบคนเดียวต่อผลการดำเนินงานข้อบังคับทางกฎหมายน้อย การเลิกกิจการทำได้ง่ายค่าใช้จ่ายด้านการบริหารต่ำ

ข้อเสียคือ เจ้าของกิจการต้องรับหนี้สินไม่จำกัดจำนวน ขาดความน่าเชื่อถือของกิจการ การจัดหาเงินทุนทำได้ยาก การตัดสินใจอยู่ที่คนเดียว ธุรกิจอาจไม่ยืนยาวและไม่ต่อเนื่อง เสียเปรียบด้านภาษีอากร บุคลากรมีข้อจำกัดด้านความเจริญก้าวหน้า

3.2 ห้างหุ้นส่วน (Partnership) คือธุรกิจที่บุคคลตั้งแต่สองคนขึ้นไปทำสัญญาด้วยวาจาหรือลายลักษณ์อักษรตกลงจะกระทำกิจการร่วมกันด้วยวัตถุประสงค์ ที่จะแบ่งกำไร ที่

ได้รับจากการกระทำ ผู้ที่เป็นหุ้นส่วนต้องลงทุนร่วมกัน ซึ่งอาจเป็นตัวเงิน หรือทรัพย์สิน หรือแรงงานก็ได้ในสัญญาหุ้นส่วนกำหนดรายละเอียดไว้ ซึ่งแบ่งประเภทหุ้นส่วนได้ดังนี้

- **หุ้นส่วนสามัญ (Ordinary Partnerships)** หุ้นส่วนทุกคนต้องรับผิดชอบในการชำระหนี้สินร่วมกันโดยไม่จำกัดจำนวน ซึ่งจะจดทะเบียนหรือไม่ก็ได้ ดังนั้นหุ้นส่วนสามัญจึงแยกเป็นสองประเภทคือ 1. หุ้นส่วนสามัญไม่ได้จดทะเบียน ไม่มีสภาพเป็นนิติบุคคล เมื่อเกิดคดีจะฟ้องใครก็ได้ 2. หุ้นส่วนสามัญนิติบุคคล เป็นนิติบุคคลแยกจากหุ้นส่วน หากมีการฟ้องร้องต้องทำในนามหุ้นส่วนก่อน ต่อเมื่อทรัพย์สินของห้างไม่พอชำระหนี้ จึงจะฟ้องร้องจากหุ้นส่วนต่อไป

- **หุ้นส่วนจำกัด (Limited Partnership)** ต้องจดทะเบียน ซึ่งนิติกรรมใดๆ จะทำในนามของหุ้นส่วน ซึ่งผู้รับผิดชอบในหุ้นส่วน แบ่งออกเป็นสองประเภทคือ 1. หุ้นส่วนชนิดจำกัดความรับผิดชอบ รับผิดชอบหนี้สิน ไม่เกินจำนวนเงินที่นำมาลงทุน ซึ่งหุ้นส่วนประเภทนี้ไม่มีสิทธิ์เข้าจัดการหุ้นส่วน มีสิทธิ์เพียงแสดงความคิดเห็น กฎหมายห้ามนำชื่อหุ้นส่วนประเภทนี้มาตั้งเป็นหุ้นส่วน ซึ่งหากหุ้นส่วนนี้ตาย หรือล้มละลาย ธุรกิจก็ยังคงดำเนินต่อไปได้ 2. หุ้นส่วนชนิดไม่จำกัดความรับผิดชอบ รับผิดชอบหนี้สินอย่างไม่จำกัดจำนวน อย่างน้อยต้องมี 1 คน และมีสิทธิ์จัดการงานของหุ้นส่วนได้

3.3 **บริษัทจำกัด (Limited Corporation)** คือธุรกิจซึ่งเกิดจากการร่วมทุน ของกลุ่มคนเพื่อทำกิจการร่วมกัน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อหากำไรมาแบ่งกัน ลักษณะของบริษัทมีดังนี้

- ต้องมีผู้ร่วมทุนอย่างน้อย 3 คน (เป็นนิติบุคคลก็ได้)
- ทุนจะแบ่งออกเป็นมูลค่าต่างๆ กันเรียกว่าหุ้น
- ผู้ถือหุ้นจะขาย หรือโอนหุ้นให้ใครก็ได้
- ความรับผิดชอบของผู้ถือหุ้นจำกัด เท่ากับจำนวนหุ้นที่ถือ
- การแบ่งกำไร บริษัทจะแบ่งกำไรตามสัดส่วนหุ้นที่ถือ

วิจัยที่เกี่ยวข้อง

อภิชาติ ภูพานิช (2551) ได้ทำการศึกษาเรื่องการใช้ดัชนีวัดระดับความสุขในการทำงานของบุคลากรสังกัดสำนักงานอธิการบดีมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ผลการศึกษาพบว่าทัศนคติของค่าเฉลี่ย 2.94 และด้านที่มีค่าน้อยที่สุดนั้นได้แก่ด้านสวัสดิการที่มหาวิทยาลัยจัดให้มีค่าเฉลี่ย

2.67 และระดับความสุขในการทำงานของบุคลากรสังกัดสำนักงานอธิการบดีนั้นพบว่าร้อยละ 93.0 อยู่ในระดับปานกลาง รองลงมาร้อยละ 5.6 อยู่ในระดับมากและร้อยละ 1.4 อยู่ในระดับน้อยและการทดสอบสมมติฐานพบว่าผู้ที่มีช่วงอายุที่แตกต่างกันจะมีทัศนคติต่อความสุขในการทำงานแตกต่างกัน กล่าวคือบุคลากรที่มีช่วงอายุระหว่าง 20-34 ปีจะมีทัศนคติต่อความสุขในการทำงานมากกว่าบุคลากรที่มีช่วงอายุ 35-49 ปี นอกจากนี้ยังพบว่าเพศของบุคลากรที่แตกต่างกันจะมีระดับความสุขในการทำงานที่แตกต่างกัน โดยเพศหญิงจะมีระดับความสุขมากกว่าเพศชาย

ปทุมทิพย์สุภานันท์และคณะ (2550) ได้ทำการศึกษาเรื่องความสุขของบุคลากรโรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพจิตและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะสุขภาพจิตของบุคลากรเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับ 15 ข้อของอภิชัยมงคลและคณะ (2547) ผลการศึกษาพบว่าภาวะสุขภาพจิตหรือความสุขของบุคลากรพบว่าส่วนใหญ่มีความสุขเท่ากับคนทั่วไปร้อยละ 47.69 รองลงมามีความสุขมากกว่าคนทั่วไปร้อยละ 40.47 และมีความสุขต่ำกว่าคนทั่วไปร้อยละ 11.84 สำหรับปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้แก่เพศระดับการศึกษาหน้าที่ความรับผิดชอบในปัจจุบันรายได้ปัญหาสุขภาพและการมีเรื่องทุกข์ใจอย่างมาก

กัลยารัตน์ อ่องคณา (2549) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องระดับความสุขในการทำงานของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลเอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้คุณค่าในตนเอง สภาพแวดล้อมในการทำงาน กับความสุขในการทำงาน กลุ่มตัวอย่างเป็นพยาบาลประจำการระดับปฏิบัติการ จำนวน 405 คน ได้จากการสุ่มแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลวิจัยประกอบด้วย แบบสอบถามการรับรู้คุณค่าในตนเองแบบสอบถามสภาพแวดล้อมในงาน และแบบสอบถามความสุขในการทำงาน ซึ่งได้ผ่านการตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและมีค่าความเที่ยงตรงเท่ากับ .89 .93 และ .95 ตามลำดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สันผลการวิจัยพบว่า

1. ความสุขในการทำงานของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชนในเขตกรุงเทพมหานครอยู่ในระดับสูง ($\bar{x} = 4.00$)
2. ปัจจัยส่วนบุคคล ด้านระดับการศึกษา มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับต่ำกับความสุขในการทำงานอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($r = .29$) ส่วนอายุ สถานภาพสมรส ประสบการณ์ในการทำงาน ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุขในการทำงาน
3. การรับรู้คุณค่าในตนเองและสภาพแวดล้อมในงาน มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลางกับความสุขในการ

ทำงานของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชนในเขตกรุงเทพมหานครอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
ที่ระดับ .05 ($r = .64$ และ $r = .60$ ตามลำดับ)



ผลงานวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาตรี

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) มีวัตถุประสงค์ 2 ประการ ดังนี้

1. เพื่อศึกษาระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี
2. เพื่อศึกษาความแตกต่างของความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหินจังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ผู้ประกอบการในตลาดอำเภอหัวหินจังหวัดประจวบคีรีขันธ์จำนวน 150 ชุดและผู้ประกอบการในตลาดสด อำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีจำนวน 150 ชุดรวมทั้งสิ้น 300 ชุด

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย ตัวแปรเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามและตัวแปรเกี่ยวกับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามจำนวน 1 ฉบับ แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ ตอนที่ 1 ข้อมูลด้านประชากรศาสตร์ของผู้ประกอบการ และตอนที่ 2 แบบประเมินและทดสอบความสุขในการดำเนินชีวิต ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลด้านประชากรศาสตร์ของผู้ประกอบการเป็นการศึกษาถึงข้อมูลส่วนบุคคลในเรื่องเพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา ระยะเวลาในการประกอบการ รูปแบบการประกอบธุรกิจ จำนวนพนักงานในกิจการและรายได้

ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามประเมินดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น จำนวน 15 ข้อ ซึ่งพัฒนาโดยอภิชัย มงคล และคณะ (วรวรรณ จุฑา รายงานการวิจัย การพัฒนาและทดสอบดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทย(Version 2007) : กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข , 2552)เป็นแบบสอบถามมาตรฐานและเผยแพร่ให้ประชาชนทั่วไปได้นำไปใช้ โดยลักษณะของแบบสอบถามจะแบ่งออกเป็น 2 ด้าน คือ ด้านบวกและด้านลบ

ข้อคำถามทางบวก ได้แก่ ข้อที่ 1,2 และ 6-15

ข้อคำถามทางลบ ได้แก่ ข้อที่ 3,4,5

เกณฑ์การให้คะแนนดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย มีการให้คะแนนแบบประเมิน โดยแบ่งเป็น

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อที่ 1,2 และ 6-15 แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ไม่เลย ให้	1	คะแนน
เล็กน้อย ให้	2	คะแนน
มาก ให้	3	คะแนน
มากที่สุด ให้	4	คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อที่ 3,4,5 แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้

ไม่เลย ให้	4	คะแนน
เล็กน้อย ให้	3	คะแนน
มาก ให้	2	คะแนน
มากที่สุด ให้	1	คะแนน

ผลการแปลผลการประเมินดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้นใหม่ 15 ข้อ มีคะแนนเต็มทั้งหมด 60 คะแนน เมื่อผู้ตอบได้ประเมินตนเองแล้ว และรวมคะแนนทุกข้อได้คะแนนเท่าไรสามารถนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติที่กำหนดดังนี้

51-60	คะแนน	หมายถึง มีสุขภาพจิตดีกว่าคนทั่วไป(Good)
44-50	คะแนน	หมายถึง มีสุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป(Fair)
43	คะแนนหรือน้อยกว่า	หมายถึง มีสุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป(Poor)

ในกรณีที่ท่านมีคะแนนอยู่ในกลุ่มสุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป ท่านอาจช่วยเหลือตนเองเบื้องต้น โดยขอรับบริการปรึกษาจากสถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้านของท่านได้

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

คณะผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามทั้ง 3 ตอน ซึ่งในตอนที่ 2 นั้นเป็นเครื่องมือที่จัดทำขึ้น โดยกรมสุขภาพจิตที่เผยแพร่ให้คนทั่วไปใช้ได้ ส่วนที่เหลือ คณะผู้วิจัยให้อาจารย์ที่ปรึกษา ซึ่งมีความรู้และประสบการณ์อ่าน เพื่อตรวจสอบดูก่อนว่ามีจุดบกพร่อง และมีคุณภาพเพียงพอหรือไม่ และหากพบข้อผิดพลาดในแบบสอบถามนั้น คณะผู้วิจัยก็จะแก้ไขข้อผิดพลาดและปรับปรุงแบบสอบถามให้เหมาะสม หลังจากนั้นจะนำแบบสอบถามมาเก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ได้เก็บรวบรวมข้อมูลจากการทำแบบสอบถามของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี โดยมีขั้นตอนการดำเนินการดังนี้

1. ผู้วิจัยเดินทางไปเก็บข้อมูลแบบสอบถามจากผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีด้วยตนเอง
2. รวบรวมแบบสอบถามกลับคืนมารวมทั้งตรวจสอบความสมบูรณ์ของคำตอบในแบบสอบถาม และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยวิธีทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลจากแบบสอบถามนำมาวิเคราะห์ด้วยเครื่องมือคอมพิวเตอร์ โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS (Statistical Package for Social Science) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. ข้อมูลส่วนบุคคล ซึ่งได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา ระยะเวลาในการประกอบการ รูปแบบการประกอบธุรกิจ จำนวนพนักงานในกิจการ รายได้ของผู้ตอบแบบสอบถาม นำมาแจกแจงความถี่ (Frequency) และร้อยละ (Percentage) เพื่ออธิบายตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้
2. วิเคราะห์ข้อมูลด้านความสุขซึ่งสอบถามเกี่ยวกับอาการ ความรู้สึก และพฤติกรรมต่าง ๆ ของผู้ประกอบการในรอบ 2 เดือนที่ผ่านมา โดยการให้คะแนนแต่ละข้อแล้วนำมารวบรวมคะแนนของแต่ละคน เพื่อดูผลการประเมินว่าอยู่ในช่วงใดและความหมายเป็นอย่างไร หลังจากนั้น นำมาแจกแจงความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเกี่ยวกับการศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี ซึ่งมีวัตถุประสงค์ในการวิจัย 2 ประการ คือ (1) เพื่อศึกษาระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี (2) เพื่อศึกษาความแตกต่างของความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหินจังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์จำนวน 150 คน และผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 150 คน รวมทั้งหมด 300 คน และนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้คอมพิวเตอร์โปรแกรมสำเร็จรูป

ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลโดยแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์และเปรียบเทียบข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์และเปรียบเทียบระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีโดยรวม

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์และเปรียบเทียบข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละ ข้อมูลส่วนบุคคล โดยจำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา ระยะเวลาในการประกอบกร รูปแบบการประกอบธุรกิจ จำนวนพนักงาน ในกิจการและรายได้ของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

n = 300

ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคล	ผู้ประกอบการในหัวหิน		ผู้ประกอบการในชะอำ	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ				
ชาย	68	45.3	70	46.7
หญิง	82	54.7	80	53.3
2. อายุ				
20-30 ปี	46	30.7	33	22.0
31-40 ปี	51	34.0	46	30.7
41-50 ปี	28	18.7	35	23.3
51-60 ปี	17	11.3	32	21.3
60 ปีขึ้นไป	8	5.3	4	2.7
3. สถานภาพ				
โสด	59	39.3	43	28.7
สมรส	69	46.0	72	48.0
หย่า/หม้าย	13	8.7	18	12.0
สมรสแต่แยกกันอยู่	9	6.0	17	11.3
4. ระดับการศึกษา				
ประถมศึกษา/เทียบเท่า	15	10.0	15	10.0
มัธยมศึกษา/เทียบเท่า	32	21.3	28	18.7
ปวช./ปวส.	35	23.3	32	21.3
ปริญญาตรี/เทียบเท่า	54	36.0	65	43.3
สูงกว่าปริญญาตรี	14	9.3	10	6.7

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละ ข้อมูลส่วนบุคคล โดยจำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา ระยะเวลาในการประกอบการ รูปแบบการประกอบธุรกิจ จำนวนพนักงานในกิจการและรายได้ของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี (ต่อ)

n = 300

ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคล	ผู้ประกอบการในหัวหิน		ผู้ประกอบการในชะอำ	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
5. ระยะเวลาในการประกอบการ				
น้อยกว่า 1 ปี	28	18.7	17	11.3
1-5 ปี	67	44.7	78	52.0
6-10 ปี	44	29.3	45	30.0
มากกว่า 10 ปี	11	7.3	10	6.7
6. รูปแบบการประกอบธุรกิจ				
เจ้าของคนเดียว	129	86.0	132	88.0
ห้างหุ้นส่วน	19	12.7	17	11.3
บริษัท	2	1.3	1	.7
7. จำนวนพนักงานในกิจการ				
1 คน	43	28.7	35	23.3
2 คน	36	24.0	41	27.3
3 คน	24	16.0	31	20.7
4 คน	16	10.7	13	8.7
5 คน	10	6.7	14	9.3
6 คน	8	5.3	6	4.0
7 คน	7	4.7	3	2.0
8 คน	-	-	2	1.3
9 คน	1	.7	3	2.0
10 คน	3	2.0	2	1.3
11 คน	-	-	-	-
12 คน	2	1.3	-	-

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละ ข้อมูลส่วนบุคคล โดยจำแนกตาม เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา ระยะเวลาในการประกอบกร รูปแบบการประกอบธุรกิจ จำนวนพนักงาน ในกิจการและรายได้ของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี (ต่อ)

n = 300

ข้อมูลคุณลักษณะส่วนบุคคล	ผู้ประกอบการในหัวหิน		ผู้ประกอบการในชะอำ	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
8. รายได้				
ต่ำกว่า 5,000 บาท/เดือน	10	6.7	3	2.0
5,001 – 10,000 บาท/เดือน	13	8.7	10	6.7
10,001 – 20,000 บาท/เดือน	52	34.7	48	32.0
20,001 – 30,000 บาท/เดือน	46	30.7	53	35.3
มากกว่า 30,000 บาท/เดือน	29	19.3	36	24.0

จากตารางที่ 1 พบว่าผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์เป็นผู้ชายจำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 45.3 เป็นผู้หญิงจำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 54.7 ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 31 - 40 ปี จำนวน 51 คน คิดเป็นร้อยละ 34.0 มีสถานภาพสมรสจำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 46.0 มีการศึกษาระดับปริญญาตรี/เทียบเท่าจำนวน 54 คนคิดเป็นร้อยละ 36 มีระยะเวลาในการประกอบการ 1-5 ปีจำนวน 67 คนคิดเป็นร้อยละ 44.7 ส่วนใหญ่เป็นธุรกิจเจ้าของคนเดียวจำนวน 129 คนคิดเป็นร้อยละ 86.0 และมีรายได้ 10,001 – 20,000 บาทต่อเดือน จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 34.7

ผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี เป็นผู้ชายจำนวน 70 คน คิดเป็นร้อยละ 46.7 เป็นผู้หญิงจำนวน 80 คน คิดเป็นร้อยละ 53.3 ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 31 - 40 ปี จำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 30.7 มีสถานภาพสมรสจำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 48.0 มีการศึกษาระดับปริญญาตรี/เทียบเท่าจำนวน 65 คนคิดเป็นร้อยละ 43.3 มีระยะเวลาในการประกอบการ 1-5 ปีจำนวน 78 คนคิดเป็นร้อยละ 52.0 ส่วนใหญ่เป็นธุรกิจเจ้าของคนเดียวจำนวน 132 คนคิดเป็นร้อยละ 88.0 และมีรายได้ 20,001 – 30,000 บาทต่อเดือน จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 35.3

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์

n=150

ข้อ	คำถาม	ไม่เคย	เล็กน้อย	มาก	มากที่สุด	\bar{X}	(S.D.)
1.	ท่านรู้สึกพอใจในชีวิต	-	41	90	19	2.85	0.61
		-	(27.3)	(60.0)	(12.7)		
2.	ท่านรู้สึกสบายใจ	2	37	93	18	2.85	0.63
		(1.3)	(24.7)	(62.0)	(12.0)		
3.	ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายต่อแท็กกับการดำเนินชีวิตประจำวัน	55	83	10	2	1.73	0.64
		(36.7)	(55.3)	(6.7)	(1.3)		
4.	ท่านรู้สึกผิดหวังในตนเอง	65	74	10	1	1.65	0.63
		(43.3)	(49.3)	(6.7)	(.7)		
5.	ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์	82	54	13	1	1.55	0.68
		(54.7)	(36.0)	(8.7)	(.7)		
6.	ท่านสามารถทำใจยอมรับได้สำหรับปัญหาที่ยากจะแก้ไข (เมื่อมีปัญหา)	1	80	63	6	2.49	0.58
		(.7)	(53.3)	(42.0)	(4.0)		
7.	ท่านมั่นใจว่าจะสามารถควบคุมอารมณ์ได้ เมื่อมีเหตุการณ์คับขันหรือร้ายแรงเกิดขึ้น	1	78	68	3	2.49	0.55
		(.7)	(52.0)	(45.3)	(2.0)		
8.	ท่านมั่นใจที่จะเผชิญเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต	1	73	70	6	2.54	0.58
		(.7)	(48.7)	(46.7)	(4.0)		
9.	ท่านรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์	-	32	86	32	3.00	0.65
		-	(21.3)	(57.3)	(21.3)		
10.	ท่านรู้สึกเป็นสุขในการช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหา	-	42	78	30	2.92	0.69
		-	(28.0)	(52.0)	(20.0)		
11.	ท่านให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นเมื่อมีโอกาส	-	53	69	28	2.83	0.71
		-	(35.3)	(46.0)	(18.7)		

ตารางที่ 2 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ (ต่อ)

n=150

ข้อ	คำถาม	ไม่เลย	เล็กน้อย	มาก	มากที่สุด	\bar{X}	(S.D.)
12.	ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง	1 (.7)	32 (21.3)	86 (57.3)	31 (20.7)	2.98	0.67
13.	ท่านรู้สึกมั่นคงปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัว	-	10 (6.7)	81 (54.0)	59 (39.3)	3.33	0.59
14.	หากท่านป่วยหนัก ท่านเชื่อว่าครอบครัวจะดูแลท่านเป็นอย่างดี	-	34 (22.7)	68 (45.3)	48 (32.0)	3.09	0.73
15.	สมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี	-	12 (8.0)	76 (50.7)	62 (41.3)	3.33	0.62

จากตารางที่ 2 พบว่าระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์มีระดับค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ รู้สึกมั่นคง ปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัวและสมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี (ค่าเฉลี่ย 3.33) รองลงมา คือ หากป่วยหนักมีความเชื่อว่าครอบครัวจะดูแลท่านเป็นอย่างดี (ค่าเฉลี่ย 3.09) และรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์ (ค่าเฉลี่ย 3.00) ตามลำดับ

ระดับค่าเฉลี่ยที่ต่ำที่สุด คือ ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์ (ค่าเฉลี่ย 1.55)

ตารางที่ 3 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

n=150

ข้อ	คำถาม	ไม่เลย	เล็กน้อย	มาก	มากที่สุด	\bar{X}	(S.D.)
1.	ท่านรู้สึกพอใจในชีวิต	-	43 (28.7)	98 (65.3)	9 (6.0)	2.77	0.54
2.	ท่านรู้สึกสบายใจ	-	48 (32.0)	95 (63.3)	7 (4.7)	2.73	0.54

ตารางที่ 3 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขต
อำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี (ต่อ)

n=150

ข้อ	คำถาม	ไม่เคย	เล็กน้อย	มาก	มากที่สุด	\bar{X}	(S.D.)
3.	ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายท้อแท้กับการดำเนินชีวิตประจำวัน	33 (22.0)	97 (64.7)	18 (12.0)	2 (1.3)	1.93	0.62
4.	ท่านรู้สึกผิดหวังในตนเอง	51 (34.0)	89 (59.3)	10 (6.7)	- -	1.73	0.57
5.	ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์	58 (38.7)	80 (53.3)	12 (8.0)	- -	1.69	0.61
6.	ท่านสามารถทำใจยอมรับได้สำหรับปัญหาที่อยากจะแก้ไข (เมื่อมีปัญหา)	1 (0.7)	58 (38.7)	88 (58.7)	3 (2.0)	2.62	0.53
7.	ท่านมั่นใจว่าจะสามารถควบคุมอารมณ์ได้ เมื่อมีเหตุการณ์คับขันหรือร้ายแรงเกิดขึ้น	- -	63 (42.0)	86 (57.3)	1 (0.7)	2.59	0.50
8.	ท่านมั่นใจที่จะเผชิญเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต	- -	60 (40.0)	84 (56.0)	6 (4.0)	2.64	0.55
9.	ท่านรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์	- -	57 (38.0)	76 (50.7)	17 (11.3)	2.73	0.65
10.	ท่านรู้สึกเป็นสุขในการช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหา	- -	61 (40.7)	70 (46.7)	19 (12.7)	2.72	0.67
11.	ท่านให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นเมื่อมีโอกาส	- -	67 (44.7)	71 (47.3)	12 (8.0)	2.63	0.62
12.	ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง	1 (0.7)	37 (24.7)	94 (62.7)	18 (12.0)	2.86	0.61
13.	ท่านรู้สึกมั่นคงปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัว	1 (0.7)	19 (12.7)	100 (66.7)	30 (20.0)	3.06	0.59

ตารางที่ 3 จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี (ต่อ)

n=150

ข้อ	คำถาม	ไม่เคย	เล็กน้อย	มาก	มากที่สุด	\bar{X}	(S.D.)
15.	สมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี	1 (0.7)	39 (26.0)	79 (52.7)	31 (20.7)	2.9 3	0.70

จากตารางที่ 3 พบว่าระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีมีระดับค่าเฉลี่ยสูงที่สุด คือ รู้สึกมั่นคง ปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัว (ค่าเฉลี่ย 3.06) รองลงมา คือ สมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี (ค่าเฉลี่ย 2.93) และท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง (ค่าเฉลี่ย 2.86) ตามลำดับ

ระดับค่าเฉลี่ยที่ต่ำที่สุด คือ ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์ (ค่าเฉลี่ย 1.69)

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบของระดับความสุขในของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีโดยรวม

ตารางที่ 4 การเปรียบเทียบจำนวนร้อยละค่าเฉลี่ย ของระดับความสุข โดยรวมของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน ประจวบคีรีขันธ์ และอำเภอชะอำ เพชรบุรี ตามเกณฑ์มาตรฐานของกรมสุขภาพจิต

ระดับความสุขตามเกณฑ์มาตรฐาน	ผู้ประกอบการหัวหิน n =150		ผู้ประกอบการชะอำ n =150	
	จำนวน (คน)	Mean (การแปรผล)	จำนวน (คน)	Mean (การแปรผล)
มีสุขภาพจิตดีกว่าคนทั่วไป	25 (16.6)	44.78 (มีสุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป)	11 (7.3)	42.78 (มีสุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป)
มีสุขภาพจิตเท่ากับคนทั่วไป	56 (37.3)		50 (33.3)	
มีสุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไป	69 (46)		89 (59.3)	

จากตารางที่ 4 พบว่า ผู้ประกอบการอำเภอหัวหินและอำเภอชะอำ ส่วนใหญ่มีระดับความสุขอยู่ในเกณฑ์ต่ำกว่าคนทั่วไป คิดเป็นร้อยละ 44.78 และ 42.78 ตามลำดับ (ค่าเฉลี่ย = 44.78 และ 42.78 ตามลำดับ)

ตารางที่ 5 การเปรียบเทียบ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

ข้อ	คำถาม	ผู้ประกอบการ			
		หัวหิน n=150		ชะอำ n=150	
		\bar{X}	(S.D.)	\bar{X}	(S.D.)
1.	ท่านรู้สึกพอใจในชีวิต	2.85	0.61	2.77	0.54
2.	ท่านรู้สึกสบายใจ	2.85	0.63	2.73	0.54
3.	ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายต่อเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตประจำวัน	1.73	0.64	1.93	0.62
4.	ท่านรู้สึกผิดหวังในตนเอง	1.65	0.63	1.73	0.57
5.	ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์	1.55	0.68	1.69	0.61
6.	ท่านสามารถทำใจยอมรับได้สำหรับปัญหาที่ยากจะแก้ไข (เมื่อมีปัญหา)	2.49	0.58	2.62	0.53
7.	ท่านมั่นใจว่าจะสามารถควบคุมอารมณ์ได้ เมื่อมีเหตุการณ์คับขันหรือร้ายแรงเกิดขึ้น	2.49	0.55	2.59	0.50
8.	ท่านมั่นใจที่จะเผชิญเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต	2.54	0.58	2.64	0.55
9.	ท่านรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์	3.00	0.65	2.73	0.65
10.	ท่านรู้สึกเป็นสุขในการช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหา	2.92	0.69	2.72	0.67
11.	ท่านให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นเมื่อมีโอกาส	2.83	0.71	2.63	0.62
12.	ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง	2.98	0.67	2.86	0.61
13.	ท่านรู้สึกมั่นคง ปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัว	3.33	0.59	3.06	0.59
14.	หากท่านป่วยหนัก ท่านเชื่อว่าครอบครัวจะดูแลท่านเป็นอย่างดี	3.09	0.73	2.85	0.70
15.	สมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี	3.33	0.62	2.93	0.70
	ความสุขในภาพรวม	2.64	0.032	2.57	0.029

จากตารางที่ 5 พบว่าระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ในภาพรวมอยู่ในระดับต่ำมีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.64. เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ การรู้สึกมั่นคง ปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัวและสมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี (ค่าเฉลี่ย = 3.33) รองลงมา คือ หากป่วยหนักมีความเชื่อว่าครอบครัวจะดูแลเป็นอย่างดี(ค่าเฉลี่ย = 3.09) และรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์ (ค่าเฉลี่ย = 3.00) ตามลำดับระดับค่าเฉลี่ยที่ต่ำที่สุด คือ ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์ (ค่าเฉลี่ย = 1.55)

ระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีในภาพรวมอยู่ในระดับต่ำ มีค่าเฉลี่ยรวมเท่ากับ 2.57 เมื่อจำแนกเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ รู้สึกมั่นคง ปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัว (ค่าเฉลี่ย 3.06) รองลงมา คือ สมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี (ค่าเฉลี่ย 2.93) และท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง (ค่าเฉลี่ย 2.86) ตามลำดับ ข้อที่มีค่าเฉลี่ยที่ต่ำที่สุด คือ ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์ (ค่าเฉลี่ย = 1.69)

ตารางที่ 6 การวิเคราะห์ความแตกต่างของระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี โดยใช้สถิติที

ผู้ประกอบการ	n	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ค่าผลต่างของความสุข (Mean Difference)	t	P
หัวหิน	150	2.64	0.032	0.07	2.165	0.119*
ชะอำ	150	2.57	0.029			

* ระดับนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ .05

จากตารางที่ 6 พบว่า ผู้ประกอบการอำเภอหัวหินและอำเภอชะอำมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ($t=2.165$, $sig=0.119$)

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษาเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี การศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสุขและศึกษาความแตกต่างของความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีรวมทั้งสิ้น 300 คน แบ่งเป็นแห่งละ 150 คน โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป และแบบประเมินความสุขของกรมสุขภาพจิต ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความแตกต่างของความสุขโดยใช้ค่าสถิติที (t-test)

สรุปผลการวิจัย

การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี ผู้ศึกษามุ่งศึกษาระดับของความสุขของผู้ประกอบการในอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และผู้ประกอบการในอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี จึงนำเสนอผลการศึกษาดังนี้

ผลงานวิทยานิพนธ์ศึกษา ระดับปริญญาตรี

ผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน และอำเภอชะอำ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 31 - 40 ปี มีสถานภาพสมรส การศึกษาระดับปริญญาตรี/เทียบเท่า มีระยะเวลาในการประกอบการ 1-5 ปี ลักษณะการประกอบการส่วนใหญ่เป็นธุรกิจเจ้าของคนเดียว โดยผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน ส่วนใหญ่มีรายได้ 10,001 - 20,000 บาทต่อเดือน ส่วนผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ ส่วนใหญ่มีรายได้ 20,001 - 30,000 บาทต่อเดือน

จากการศึกษาพบว่า ระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์มีระดับค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ รู้สึกมั่นคง ปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัวและสมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี (ค่าเฉลี่ย 3.33) รองลงมา คือ หากป่วยหนักมีความเชื่อว่า

ครอบครัวจะดูแลท่านเป็นอย่างดี (ค่าเฉลี่ย 3.09) และรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์ (ค่าเฉลี่ย 3.00) ตามลำดับ ระดับค่าเฉลี่ยที่ต่ำที่สุด คือ ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์ (ค่าเฉลี่ย 1.55)

ระดับความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีมีระดับค่าเฉลี่ยสูงสุด คือ รู้สึกมั่นคง ปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัว (ค่าเฉลี่ย 3.06) รองลงมา คือ สมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี (ค่าเฉลี่ย 2.93) และท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง (ค่าเฉลี่ย 2.86) ตามลำดับ ระดับค่าเฉลี่ยที่ต่ำที่สุด คือ ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์ (ค่าเฉลี่ย 1.69)

จากการศึกษาเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี โดยรวมมีภาวะสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ระดับต่ำ (Poor) โดยมีคะแนนอยู่ต่ำกว่าเกณฑ์ปกติของกรมสุขภาพจิต เมื่อวิเคราะห์ความแตกต่างของระดับความสุขของผู้ประกอบการทั้งสองแหล่งพบว่าระดับความสุขของผู้ประกอบการอำเภอหัวหิน และอำเภอชะอำมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($t=2.165, sig=0.119$)

การอภิปรายผล

จากการศึกษาเรื่อง “การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี” ผู้วิจัยได้ทำสรุปผลการศึกษาข้อมูลข้างต้นแล้ว สามารถอภิปรายได้ดังนี้

ผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน และอำเภอชะอำ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 31 - 40 ปี มีสถานภาพสมรส การศึกษาระดับปริญญาตรี/เทียบเท่า มีระยะเวลาในการประกอบการ 1-5 ปี ลักษณะการประกอบการส่วนใหญ่เป็นธุรกิจเจ้าของคนเดียว โดย

ผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน ส่วนใหญ่มีรายได้ 10,001 – 20,000 บาทต่อเดือน ส่วนผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ ส่วนใหญ่มีรายได้ 20,001 – 30,000 บาทต่อเดือน

จากการศึกษาเรื่อง“การศึกษาการศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี”โดยส่วนใหญ่พบว่าผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์มีความสุขต่ำ (Poor) คือผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์มีความสุขต่ำกว่าคนทั่วไป จากการวิเคราะห์ด้านความสุขในการทำงานของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ พบว่า ระดับค่าเฉลี่ยความสุขในการทำงานสูงสุดคือ รู้สึกมั่นคง ปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัวและสมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี (ค่าเฉลี่ย 3.33) รองลงมาคือ หากป่วยหนักมีความเชื่อว่าครอบครัวจะดูแลท่านเป็นอย่างดี (ค่าเฉลี่ย 3.09) และรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์ (ค่าเฉลี่ย 3.00) ตามลำดับ และโดยส่วนใหญ่พบว่าผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีมีความสุขต่ำ (Poor) คือ ในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีมีความสุขต่ำกว่าคนทั่วไป จากการวิเคราะห์ด้านความสุขในการทำงานของผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี พบว่า ระดับค่าเฉลี่ยความสุขในการทำงานสูงสุดคือ รู้สึกมั่นคง ปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัว (ค่าเฉลี่ย 3.06) รองลงมา คือ สมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี (ค่าเฉลี่ย 2.93) และท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง (ค่าเฉลี่ย 2.86) ตามลำดับ แสดงให้เห็นว่าผู้ประกอบการที่ทำงานในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี ส่วนมากยังมีความรู้สึกในทางที่ดี แต่ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขโดยรวมของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรีมีความสุขต่ำกว่าคนทั่วไป จึงส่งผลต่อความสุขในการทำงานของผู้ประกอบการที่ทำงานในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี อยู่ในความทุกข์เกณฑ์ระดับต่ำ (Poor) คือ มีความสุขต่ำกว่าคนทั่วไป ตามเกณฑ์ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ

การวิเคราะห์ความแตกต่างของระดับความสุขของผู้ประกอบการทั้งสองแหล่งพบว่าระดับความสุขของผู้ประกอบการอำเภอหัวหินและอำเภอชะอำมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05($t=2.165, sig=0.119$) สอดคล้องกับผลการศึกษา คือพบว่ารายได้ของ

ผู้ประกอบการในอำเภอหัวหินนั้นต่ำกว่ารายได้ของผู้ประกอบการอำเภอชะอำด้วย นอกจากนี้จากการสังเกตนักท่องเที่ยวในเขตอำเภอหัวหินและอำเภอชะอำ พบว่านักท่องเที่ยวแตกต่างกัน พบว่านักท่องเที่ยวในหัวหินส่วนใหญ่เป็นนักท่องเที่ยวต่างชาติ ส่วนนักท่องเที่ยวในอำเภอชะอำเป็นนักท่องเที่ยวชาวไทย อาจเป็นไปได้ว่าลักษณะการบริโภคสินค้าของสองกลุ่มนี้แตกต่างกัน ผู้บริโภคในเขตอำเภอชะอำน่าจะซื้อสินค้าได้ง่ายกว่าอำเภอหัวหิน จึงทำให้ผู้ประกอบการในเขตอำเภอชะอำมีความสุขมากกว่าอำเภอหัวหิน

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาความสุขในเรื่องการศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี ผลการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะเป็นข้อมูลเบื้องต้นแก่ผู้ประกอบการ เพื่อนำไปประกอบการวางแผนการดำเนินงาน ปรับปรุงสภาพแวดล้อมต่างๆ ให้เหมาะสม และเกิดความสะดวกในการปฏิบัติงานและการใช้ชีวิตประจำวันของผู้ประกอบการยิ่งขึ้น ข้อเสนอแนะ ดังนี้ จากการศึกษาพบว่า ความสุขของผู้ประกอบการส่วนใหญ่มีความสุขต่ำกว่าคนทั่วไป ผู้ประกอบการควรมีการจัดให้มีกิจกรรมเพื่อเพิ่มความสุขให้มากยิ่งขึ้น เช่น ส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการเพื่อการผ่อนคลายความเครียดในระหว่างเวลาพักและหลังเลิกงาน เช่น กิจกรรมกีฬา การจัดกิจกรรมด้านส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเป็นการส่งผลต่อการใช้ชีวิตประจำวันที่ดีเพิ่มขึ้นและความพึงพอใจในงาน เพื่อเป็นประโยชน์ในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพและมีคุณภาพมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไป

จากผลการศึกษาวิจัย เรื่องการศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี สามารถแบ่งข้อเสนอแนะในการศึกษาครั้งต่อไปดังนี้

1. ควรมีการศึกษาเรื่องความต้องการของผู้ประกอบการ เพื่อส่งเสริมให้เกิดความสุขในการปฏิบัติงานเพิ่มมากขึ้น
2. ควรมีการศึกษาการเปรียบเทียบพฤติกรรมผู้บริโภคของนักท่องเที่ยวทั้งสองแหล่งที่ส่งผลต่อความสุขของผู้ประกอบการ เพื่อนำมาใช้ในการพัฒนาธุรกิจการประกอบการให้มีความสุขสอดคล้องกับผู้บริโภคมากขึ้นและสนับสนุนการใช้ชีวิตประจำวันของผู้ประกอบการมากขึ้น

รายการอ้างอิง

กรปรียา วิจิตภาพ . “ความพึงพอใจในการทำงานของพนักงานบริษัทกรุงเทพคลังเอกสารจำกัดและบริษัทในเครือ .” วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกธุรกิจศึกษามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

กระทรวงสาธารณสุข. กรมการแพทย์. กองสุขภาพจิต. (2527). **สุขภาพจิต 7**. นนทบุรี: กองสุขภาพจิต กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.

กัญญา สุวรรณแสง. (2544). **จิตวิทยาทั่วไป**, พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: รวมสาสน์.

กัญยรัตน์ อ่องคณา. (2549). “ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การรับรู้คุณค่าในตน สภาพแวดล้อมในงาน กับความสุขในการทำงานของพยาบาลประจำการ โรงพยาบาลเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร.” วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

คณะกรรมการข้าราชการพลเรือน ราชบัณฑิตยสถาน. (2542). **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์.

จงจิต เลิศวิบูลย์มงคล. (2546). “ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การได้รับการเสริมสร้างพลังอำนาจในงาน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ กับความสุขในการทำงานของพยาบาลประจำการโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยของรัฐ.” วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการพยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

จิรนนท์ สุวรรณสินชัย. (2554). “การศึกษาความสุขในการทำงานของบุคลากรของ โรงพยาบาลภาครัฐในจังหวัดประจวบคีรีขันธ์.” ปริญญาศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร.

จิระศักดิ์ ทัพพา. (2550). “ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของภาคประชาชนในจังหวัดเพชรบูรณ์.” วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบูรณ์.

ชุตติกาญจน์ เปาทุย. (2553). “ศึกษาระดับความสุขในการทำงานของพยาบาล: กรณีศึกษาพยาบาล
โรงพยาบาลศิริราช.” ปรินญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการภาครัฐและ
ภาคเอกชนบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.

นภัชชล รอดเที่ยง. (2550). “ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสุขในการทำงานของบุคลากรที่สังกัดศูนย์
อนามัยในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.”
วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเอกอนามัยครอบครัว บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยมหิดล.

นุสรานามเดช และคณะ. (2547). “ความสุขของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี
สระบุรี.” งานวิจัยวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สระบุรี.

เนตรสวรรค์ จินตนาวดี. (2553). “ความสุขในการปฏิบัติงานของพยาบาลวิชาชีพในโรงพยาบาล
จังหวัดสมุทรสาคร.” ปรินญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาชุมชน
ภาควิชาจิตวิทยาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.

ปทุมทิพย์ สุภานันท์ และคณะ. (2550). ความสุขของบุคลากรโรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์.
ขอนแก่น: โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์.

ประเวศ ะสี. (2548). การจัดการความรู้:กระบวนการปลดปล่อยมนุษย์สู่ศักยภาพ เสรีภาพ และ
ความสุข. กรุงเทพฯ: สถาบันส่งเสริมการจัดการความรู้เพื่อสังคม (สคส.).

พรรณิภา สืบสุข. (2548). “ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ลักษณะงาน ภาวะการเปลี่ยนแปลงของ
หัวหน้าหรือผู้ช่วยกับความสุขในการทำงานของพยาบาลประจำการโรงพยาบาล
มหาวิทยาลัยของรัฐ.” วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาการบริหาร
พยาบาล บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พุทธทาสภิกขุ. (2549). การงานที่เป็นสุข. กรุงเทพฯ:ธรรมสภา.

วุฒิพงษ์ ถายะพิงค์. (2549). อยู่อย่างไรให้เป็นสุข. กรุงเทพมหานคร: มติชน.

สมชาย สักดาเวทีอิสร์. (2544). การพัฒนาเครื่องชี้วัดความอยู่ดีมีสุข. กรุงเทพฯ: ชัคเชตมีเดีย.

สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ. (2548). สมัชชาสุขภาพแห่งชาติ ว่าด้วยความอยู่เย็นเป็นสุข. กรุงเทพฯ: สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ.

สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. สำนักประเมินผลและเผยแพร่การพัฒนา. (2549). การพัฒนาดัชนีชี้วัด. กรุงเทพฯ: สำนักประเมินผลและเผยแพร่การพัฒนา สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.

สิริลักษณ์ ภัคคีศรี. (2550). “ความสุขมวลรวมของประชากรในกรุงเทพมหานคร.” ปริญญาเศรษฐศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเศรษฐศาสตร์การพัฒนามนุษย์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สุนันทา ศรีคาภู. (2546). “การเปรียบเทียบความสุขและประสิทธิผลในการทำงานของข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการที่มีจริยธรรมในการทำงาน และการกำกับแสดงออกของตนแตกต่างกัน.” วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาอุตสาหกรรมและองค์การ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

อภิชาติ ภูพานิช. (2551). “การใช้ดัชนีวัดระดับความสุขในการทำงานของบุคลากรสังกัดสำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.” วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี



ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

แบบสอบถาม

เรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการทำวิจัยในระดับปริญญาตรี หลักสูตร
หลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาการจัดการธุรกิจทั่วไป คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัย
ศิลปากร โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเปรียบเทียบความสุขของผู้ประกอบการในเขตอำเภอหัวหิน
จังหวัดประจวบคีรีขันธ์และอำเภอชะอำ จังหวัดเพชรบุรี

แบบสอบถามนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคล

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความสุขคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นอื่นๆ

แบบสอบถามนี้มิได้สร้างขึ้นมาเพื่อเป็นการทดสอบ ดังนั้นจึงไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด
ท่านสามารถตอบคำถามทุกข้อให้ตรงกับความเป็นจริง หรือความคิดเห็นของท่านให้มากที่สุด
คำตอบของท่านจะมีคุณค่าต่องานวิจัยเป็นอย่างยิ่ง ผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลที่ได้จากท่านเป็นความลับและ
จะนำผลที่ได้ไปสรุปผลในภาพรวมเท่านั้น

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณทุกท่านที่ให้ความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถามและให้
ความร่วมมือในการวิจัยครั้งนี้เป็นอย่างดี ผู้วิจัยจึงใคร่ขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ด้วย

นางสาวภัศราภรณ์ โพธิ์งาม

ผลงานวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาตรี
นางสาวภัทร์ศรัณย์ จันทร์ฉาย

นักศึกษาปริญญาตรี สาขาการจัดการธุรกิจทั่วไป

คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตามความเป็นจริง
กรุณาตอบให้ครบทุกข้อ

1. เพศ ชาย หญิง
2. อายุ 20-30 ปี 31-40 ปี 41-50 ปี
 51-60 ปี 60 ปีขึ้นไป
3. สถานภาพ โสด สมรส หย่า/หม้าย สมรสแต่แยกกัน
อยู่
4. ระดับการศึกษา ประถมศึกษา/เทียบเท่า มัธยมศึกษา/เทียบเท่า
 ปวช./ปวส. ปริญญาตรี/เทียบเท่า
 สูงกว่าปริญญาตรี
5. ระยะเวลาในการประกอบการ น้อยกว่า 1 ปี 1-5 ปี
 6-10 ปี มากกว่า 10 ปี
6. รูปแบบการประกอบธุรกิจ ธุรกิจเจ้าของคนเดียว ห้างหุ้นส่วน
 บริษัท อื่นๆ.....
7. จำนวนพนักงานในกิจการ ระบุ.....คน
8. รายได้ ต่ำกว่า 5,000 บาท/เดือน 5,001 – 10,000 บาท/เดือน
 10,001 – 20,000 บาท/เดือน 20,001 – 30,000 บาท/เดือน
 มากกว่า 30,000 บาท/เดือน

ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

ตอนที่ 2 แบบประเมินดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างที่มีข้อความตรงกับตัวท่านมากที่สุด และขอความร่วมมือตอบคำถามทุกข้อ โดยคำตอบจะมี 4 คำตอบให้เลือก คือ

ไม่เลย หมายถึง ไม่มีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึก หรือไม่เห็นด้วยกับเรื่องนั้นๆ

เล็กน้อย หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึกกับเรื่องนั้นเพียงเล็กน้อย หรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้นๆเพียงเล็กน้อย

มาก หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึกกับเรื่องนั้นๆมาก หรือเห็นด้วยมาก

มากที่สุด หมายถึง เคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึกกับเรื่องนั้นๆมากที่สุด หรือเห็นด้วยกับเรื่องนั้นๆมากที่สุด

ข้อ	คำถาม	ไม่เลย	เล็กน้อย	มาก	มากที่สุด
1.	ท่านรู้สึกพอใจในชีวิต				
2.	ท่านรู้สึกสบายใจ				
3.	ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายต่อวิถีการดำเนินชีวิตประจำวัน				
4.	ท่านรู้สึกผิดหวังในตนเอง				
5.	ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านมีแต่ความทุกข์				
6.	ท่านสามารถทำใจยอมรับได้สำหรับปัญหาที่ยากจะแก้ไข (เมื่อมีปัญหา)				
7.	ท่านมั่นใจว่าจะสามารถควบคุมอารมณ์ได้ เมื่อมีเหตุการณ์คับขันหรือร้ายแรงเกิดขึ้น				
8.	ท่านมั่นใจที่จะเผชิญเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต				
9.	ท่านรู้สึกเห็นอกเห็นใจเมื่อผู้อื่นมีทุกข์				
10.	ท่านรู้สึกเป็นสุขในการช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหา				
11.	ท่านให้ความช่วยเหลือแก่ผู้อื่นเมื่อมีโอกาส				
12.	ท่านรู้สึกภูมิใจในตนเอง				
13.	ท่านรู้สึกมั่นคง ปลอดภัยเมื่ออยู่ในครอบครัว				
14.	หากท่านป่วยหนัก ท่านเชื่อว่าครอบครัวจะดูแลท่านเป็นอย่างดี				
15.	สมาชิกในครอบครัวมีความรักและผูกพันต่อกันดี				

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นอื่นๆ

.....

.....

.....

.....

.....



ผลงานวิจัยนักศึกษา ระดับปริญญาตรี

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ – สกุล นางสาวภัศราภรณ์ โพธิ์งาม
 ที่อยู่ 3 หมู่ 4 ถนนพระราม 2 ตำบลกะหล่ง อำเภอมือง จังหวัดสมุทรสาคร
 74000

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2551 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนถาวรานุกูล จังหวัด
 สมุทรสงคราม
 พ.ศ. 2555 ศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป คณะ
 วิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร



ผลงานวิทยานักศึกษา ระดับปริญญาตรี

ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ – สกุล นางสาวภัทร์ศรัณย์ จันทร์ฉาย
ที่อยู่ 2022/12 หมู่ 3 ตำบลปากแพรก อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี 71000

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2551 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษา โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์กาญจนบุรี
พ.ศ. 2555 ศึกษาระดับปริญญาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการธุรกิจทั่วไป คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยศิลปากร



ผลงานวิทยานักศึกษา ระดับปริญญาตรี