



ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก
ในส่วนกองทัพนาคที่ ๑ และหน่วยขึ้นตรง



ธนเกียรติ ขอบชื่นชม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญารัฐประศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชารัฐประศาสนศาสตร์
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์

พ.ศ. 2551



**FACTORS AFFECTING HAPPINESS AMONG NONCOMMISSIONED
OFFICERS IN THE 1st ARMY AREA HEADQUATER
AND UNDER COMMANDED UNITS**

THANAKIAT CHOBCHUENCHOM

**A THESIS SUBMITTED IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS
FOR THE DEGREE OF DOCTOR OF PUBLIC ADMINISTRATION IN
PUBLIC ADMINISTRATION
GRADUATE SCHOOL
VALAYA ALONGKORN RAJABHAT UNIVERSITY
UNDER THE ROYAL PATRONAGE**

2008

ใบรับรองวิทยานิพนธ์

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์ ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพนาคที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง
ชื่อนักศึกษา ธนเกียรติ ชอบชื่นชม
รหัสประจำตัว 49B73330209
ปริญญา รัฐประศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชา รัฐประศาสนศาสตร์
ปีการศึกษา 2551
วันที่สอบ 24 พฤศจิกายน 2551

คณะกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์

..... ประธาน
(ศาสตราจารย์ ดร. พิชิต พิทักษ์เทพสมบัติ)
..... กรรมการ
(ศาสตราจารย์ ดร. บุญทัน ดอกไธสง)
..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. วรชัย ทองไทย)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร. สมาน งามสนิท)
..... กรรมการ
(ศาสตราจารย์ ดร. พิชิต พิทักษ์เทพสมบัติ)
..... กรรมการ
(ศาสตราจารย์ ดร. บุญทัน ดอกไธสง)
..... เลขานุการ
(รองศาสตราจารย์ ดร. วรชัย ทองไทย)
..... ผู้ทรงคุณวุฒิ
(รองศาสตราจารย์ ดร. ไพศาล สุริยะมงคล)
..... ผู้ทรงคุณวุฒิ
(ดร. วิมล หอมยิ่ง)

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร. มานะ ขาวเมฆ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

วันที่ 1 เดือน ธันวาคม พ.ศ. 2551

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์

ชื่อเรื่องวิทยานิพนธ์	ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก
	ในส่วนกองทัพบกที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง
ชื่อนักศึกษา	ธนเกียรติ ชอบชื่นชม
รหัสประจำตัว	49B73330209
ปริญญา	รัฐประศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต
สาขาวิชา	รัฐประศาสนศาสตร์
ประธานควบคุมวิทยานิพนธ์	ศาสตราจารย์ ดร. พิชิต พิทักษ์เทพสมบัติ
กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	ศาสตราจารย์ ดร. บุญทัน ดอกไธสง
กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์	รองศาสตราจารย์ ดร. วรชัย ทองไทย
ปีการศึกษา	2551

บทคัดย่อ

การศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพบกที่ ๑ และหน่วยขึ้นตรง มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสุขของนายทหารประทวน เพื่อศึกษาปัจจัยหรือตัวแปรที่มีผล มีอิทธิพล ต่อความสุขของนายทหารประทวน และเพื่อศึกษาว่าปัจจัยหรือตัวแปรใดที่มีความสัมพันธ์ต่อความสุขของนายทหารประทวนมากที่สุด และรองลงมา โดยการใช้การสำรวจโดยการสุ่มตัวอย่าง (Sample Survey) ตัวอย่าง คือ นายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพบกที่ ๑ และหน่วยขึ้นตรง จำนวน 1,126 คน แบ่งเป็น นายทหารประทวนชาย จำนวน 1,000 คน และหญิง ซึ่งทำการเก็บข้อมูลทั้งหมด จำนวน 126 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างโดยอาศัยความน่าจะเป็น (Probability Sampling) จากบัญชีรายชื่อนายทหารประทวนทั้งหมด โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multistage Sampling)

สรุปผลการวิจัย

1. จากการวิเคราะห์ 1 ตัวแปร เพื่อพรรณนา พบว่า ตัวอย่างเป็นชายร้อยละ 88.2 อายุต่ำกว่า 30 ปี ร้อยละ 31.6 โดยมีอายุเฉลี่ย 36.8 ปี มีชั้นยศจ่าสิบเอกร้อยละ 29.0 จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายร้อยละ 57.1 สถานภาพสมรสร้อยละ 62.5 ทำงานอยู่ในส่วนสนับสนุนการรบ ร้อยละ 43.6 มีรายได้อยู่ในช่วง 13,501 - 18,000 บาท/เดือน อายุการทำงาน 20 ปีขึ้นไปร้อยละ 33.8 ตัวอย่างรู้สึกมีความสุขในอาชีพทหารร้อยละ 48.2 พอใจในสวัสดิการร้อยละ 62.2 มีความพอใจในงานร้อยละ 66.1 พอใจในฐานะทางเศรษฐกิจร้อยละ 46.7 มีความรักใคร่ผูกพันของสมาชิกในครอบครัวมาร้อยละ 57.2 มีสุขภาพอยู่ในระดับดีร้อยละ 42.9 เคร่งในศาสนาในระดับปานกลางร้อยละ 65.2 มีเสรีภาพส่วนบุคคลอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 63.4 และเห็นคุณค่าของตนเองอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 48.2 เมื่อวัดด้วยคำถามทางอ้อม 5 ข้อของ Diener พบว่า คำตอบต่อคำถาม

“ข้าพเจ้าพอใจในชีวิต” ที่แสดงว่าตัวอย่างมีความสุข ส่วนอีก 4 คำถาม คำตอบที่ตอบว่า เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ต่ำกว่าร้อยละ 50 ที่แสดงว่าไม่มีความสุข ส่วนจากการถามข้ออื่นอีก 2 ข้อ พบว่า โดยสรุป ตัวอย่างส่วนใหญ่มีความสุขอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 64.8 และมีคะแนนความสุขโดยเฉลี่ยเท่ากับ 7.2

2. จากการวิเคราะห์ 2 ตัวแปร (Bivariate analysis) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ กับความสุข พบว่า การมีหนี้สิน ความภูมิใจในอาชีพทหาร การได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา ความพอใจในงาน ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ การมีเงินออม ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ การให้เวลากับครอบครัว ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว การมีโรคประจำตัว ความถี่ในการออกกำลังกาย ภาวะสุขภาพ ความเคร่งในศาสนา ความสงบในชีวิต การมีเสรีภาพส่วนบุคคล ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว การได้เป็นที่ยอมรับและชื่นชม และการเห็นคุณค่าของตนเอง มีผล มีความสัมพันธ์ ต่อความสุขอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.05 หรือต่ำกว่า

3. จากการวิเคราะห์มากกว่า 2 ตัวแปร (Multivariate analysis) เพื่อศึกษาตัวแปรตัวใดมีผลต่อความสุขมากที่สุดและรองลงมา พบว่า ตัวแปรอิสระทั้ง 16 ตัว กับความสุข สามารถอธิบายความแตกต่างได้ร้อยละ 20.3 ($R^2=0.203$) โดยมีตัวแปรอิสระเพียง 5 ตัว ที่มีความสัมพันธ์ต่อความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยตัวแปรที่มีความสำคัญที่สุดคือ ความสงบในการดำเนินชีวิตประจำวัน รองลงมาคือ ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ การเป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคม ความเคร่งในศาสนา และการมีโรคประจำตัว ตามลำดับ

Thesis Title	Factors Affecting Happiness among Noncommissioned Officers in the 1 st Army Area Headquarter and Under Commanded Units
Student	Thanakiat Chobchuenchorn
Student ID	49B73330209
Degree	Doctor of Public Administration
Field of Study	Public Administration
Thesis Advisor	Professor Dr. Pichit Pitaktepsombat
Thesis Co-Advisor	Professor Dr. Boonton Dockthaisong
Thesis Co-Advisor	Associate Professor Dr. Varachai Thongthai
Academic Year	2008

ABSTRACT

The purpose of this study were : 1) to assess level of happiness among noncommissioned officers; 2) to assess the relationship between various independent variable and the happiness; 3) to assess the impact of the independent variables on the happiness. Survey research was used the probably sample of 1000 men and a census of 126 women were used the data was collected by self-administered questionnaire.

Conclusion

1.The results of univariate analysis showed that majority of the sample was male. Average age was 36.8 years old. Twenty-nine percent was sergeant major 1st class. Majority of the sample was married, high school graduated. Forty-four percent attached to combat support unit. The average monthly income was 13,501 - 18,000 Baht. Forty-eight percent were proud of being a soldier. Sixty - two percent were satisfied with the welfare provided. Majority of them were satisfied with their job, family tie and personal freedom. However, less than majority were satisfied with economic status, health condition. On happiness, using indirect questions of Diener's 5 questions, it seemed that they are not so happy. However, using direct questions, constructed by researcher, the sample seemed to be happy.

2. The results of bivariate analysis showed that the relationship which to assess between 29 independents and the happiness. The percentage difference and X²-test, t-test and ANOVA were used. It was found that only 16 variables were significantly related with the

happiness.

3. The results of multivariate analysis which consist of 16 independent variable, It was found that only 5 variables had significant impacts on the happiness. Tranquility in life, satisfaction in economic status, being admired and accepted by other, religious practice and health condition had impacts respectively. However, these variables can explain only 20.3 percent of the difference in the happiness.

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้ สำเร็จได้ด้วยความกรุณาเป็นอย่างยิ่งของ ศาสตราจารย์ ดร. พิชิต พิทักษ์เทพสมบัติ ประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ศาสตราจารย์ ดร. บุญทัน ดอกไธสง กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร. วรชัย ทองไทย กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะ ชี้แนะแนวทาง และตรวจแก้ไข ข้อบกพร่องต่าง ๆ ของการวิจัยตลอดระยะเวลาในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ในอันที่จะผลักดันให้งานวิจัยฉบับนี้สมบูรณ์

ขอขอบคุณคณาจารย์ หลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรดุษฎีบัณฑิต มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ และคณาจารย์จากสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ ที่ให้การประสิทธิ์วิชาความรู้อันมีค่ายิ่ง ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณผู้บังคับบัญชาในส่วนกองทัพอากาศที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง 5 หน่วย ซึ่งประกอบด้วย กองทัพอากาศที่ 1, กองพลที่ 1 รักษาพระองค์, กองพลพัฒนาที่ 1, กองบัญชาการช่วยรบที่ 1 และมณฑลทหารบกที่ 11 ที่ได้ให้ความร่วมมือในการอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูล และขอขอบคุณนายทหารประทวนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทุก ๆ นาย ที่ได้ให้ความร่วมมือและมีความตั้งใจในการตอบแบบสอบถาม

สุดท้ายนี้ คุณประโยชน์อันพึงมีจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอรำลึกถึงพระคุณบิดา มารดา และผู้มีพระคุณทุก ๆ ท่านของผู้วิจัย ที่เป็นผู้ส่งเสริม สนับสนุน และเป็นกำลังใจที่สำคัญยิ่งของผู้วิจัย ทำให้การศึกษาครั้งนี้บรรลุผลสำเร็จได้ด้วยดี

ธนเกียรติ ชอบชื่นชม

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ค
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	ซ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 คำถามในการวิจัย.....	5
1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	6
1.4 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย.....	6
1.5 ขอบเขตของการวิจัย.....	6
1.6 นิยามศัพท์เฉพาะ.....	6
1.7 โครงสร้างการนำเสนอในการวิจัย.....	8
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	10
2.1 ความหมายของความสุข	10
2.2 ปัจจัยที่มีผลต่อความสุข	19
2.2.1 ตัวแบบ กรอบแนวคิด และทฤษฎีที่ว่าด้วย ปัจจัยที่มีผลต่อความสุข	19
2.2.2 ผลของความสุข	61
2.3 ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข	64
2.4 กรอบแนวคิดในการวิจัย	70
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย.....	72
3.1 วิธีวิจัยที่ใช้.....	72
3.2 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	72
3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	74
3.4 การรวบรวมข้อมูล.....	74

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
3.5 การประมวลผล.....	75
3.6 ตัวแปรและนิยามปฏิบัติ.....	75
3.7 สมมติฐานการวิจัย.....	76
3.8 การวิเคราะห์.....	77
บทที่ 4 ผลการวิจัย.....	78
4.1 ลักษณะทั่วไป และปัจจัยด้านต่าง ๆ ที่ผลต่อความสุข และความสุข.....	78
4.2 ตัวแปรหรือปัจจัยที่มีผลต่อความสุข	108
4.3 ตัวแปรหรือปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขมากที่สุด และรองลงมา	146
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย.....	149
5.1 สรุป.....	149
5.2 สิ่งที่สื่อแสดงจากการวิจัย (Implication).....	152
5.3 ข้อเสนอแนะ.....	152
บรรณานุกรม.....	156
ภาคผนวก	164
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	164
ภาคผนวก ข ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ (Correlation Matrix).....	170
ภาคผนวก ค การวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ กับ ความสุข 5 ข้อ ของDiener.....	172
ประวัติผู้เขียน.....	173

สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
4.1 ร้อยละของเพศ อายุ ชั้นยศ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ของนายทหาร ประทวน.....	79
4.2 ร้อยละของหน่วยที่สังกัด รายได้ การมีหนี้สิน อายุการทำงานของนายทหาร ประทวน	81
4.3 ร้อยละของความพึงพอใจในงานของนายทหารประทวน.....	83
4.4 ร้อยละของความพึงพอใจในสวัสดิการของนายทหารประทวน.....	85
4.5 ร้อยละของความพึงพอใจในงานด้านผู้บังคับบัญชาของนายทหารประทวน.....	88
4.6 ร้อยละของความพึงพอใจในงานของนายทหารประทวน โดยสรุป.....	89
4.7 ร้อยละของความพึงพอใจต่อฐานะเศรษฐกิจของนายทหารประทวน.....	90
4.8 ร้อยละของความพึงพอใจต่อฐานะเศรษฐกิจของนายทหารประทวน โดยสรุป.....	91
4.9 ร้อยละของความคิดเห็นต่อสภาวะแวดล้อมทางครอบครัวของนายทหารประทวน...	92
4.10 ร้อยละของความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวของนายทหารประทวน.....	93
4.11 ร้อยละของสภาวะด้านสุขภาพของนายทหารประทวน.....	94
4.12 ร้อยละของสภาวะสุขภาพของนายทหารประทวน โดยสรุป.....	96
4.13 ร้อยละของความสนใจในด้านศาสนาของนายทหารประทวน.....	98
4.14 ร้อยละของความเคร่งในศาสนาของนายทหารประทวน โดยสรุป.....	99
4.15 ร้อยละของเสรีภาพส่วนบุคคลของนายทหารประทวน.....	100
4.16 ร้อยละของเสรีภาพส่วนบุคคลของนายทหารประทวน โดยสรุป.....	101
4.17 ร้อยละของการเห็นคุณค่าในตนเองของนายทหารประทวน.....	102
4.18 ร้อยละของการเห็นคุณค่าในตนเองของนายทหารประทวน โดยสรุป.....	102
4.19 ร้อยละของความเห็นต่อความสุขของนายทหารประทวน.....	104
4.20 ร้อยละของความสุขของนายทหารประทวน.....	105
4.21 ร้อยละของความสุขของนายทหารประทวน โดยสรุป.....	105
4.22 ร้อยละของความสุข 3 อันดับ จำแนกตามเรื่องที่ทำให้มีความสุขและลำดับคำตอบ...	107
4.23 ร้อยละของความสุข จำแนกตามเพศ.....	110
4.24 ร้อยละของความสุข จำแนกตามช่วงอายุ.....	110
4.25 ร้อยละของความสุข จำแนกชั้นยศ.....	111

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.26 ร้อยละของความสุข จำแนกตามระดับการศึกษา.....	112
4.27 ร้อยละของความสุข จำแนกตามหน่วยที่สังกัด.....	112
4.28 ร้อยละของความสุข จำแนกตามรายได้.....	113
4.29 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการมีหนี้สิน.....	114
4.30 ร้อยละของความสุข จำแนกตามอายุงาน.....	115
4.31 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงาน.....	115
4.32 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการแสดงความคิดเห็นในงาน.....	116
4.33 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความภูมิใจในอาชีพทหาร.....	117
4.34 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา.....	117
4.35 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความพอใจในงาน.....	118
4.36 ร้อยละของความสุข จำแนกตามผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ.....	119
4.37 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการมีรายได้เสริม.....	119
4.38 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการมีเงินออม.....	120
4.39 ร้อยละของความสุข จำแนกความพอใจในฐานะเศรษฐกิจ.....	121
4.40 ร้อยละของความสุข จำแนกการมีเวลาให้กับครอบครัว.....	121
4.41 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว.....	122
4.42 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการมีโรคประจำตัว.....	123
4.43 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความถี่ในการออกกำลังกาย.....	123
4.44 ร้อยละของความสุข จำแนกตามภาวะสุขภาพ.....	124
4.45 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความเคร่งในศาสนา.....	125
4.46 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความสงบในชีวิต.....	125
4.47 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับ.....	126
4.48 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการมีเสรีภาพส่วนบุคคล.....	127
4.49 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น.....	127
4.50 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการเป็นที่ยอมรับและชื่นชม.....	128
4.51 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการเห็นคุณค่าของตนเอง.....	129
4.52 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับเพศ เมื่อทดสอบด้วย t – test.....	129

วิธีการทำงานให้สามารถบรรลุภารกิจ และภาระหน้าที่ที่ทั้งปวงที่ได้รับมอบหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

การขับเคลื่อนกองทัพให้ก้าวไปข้างหน้า นอกจากผู้บังคับบัญชาแล้ว นายทหารประทวนจัดเป็นกำลังที่สำคัญยิ่ง ด้วยเหตุผลที่ว่า นายทหารประทวนจัดว่าเป็นกำลังพลที่อยู่ในระดับปฏิบัติการ ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน นายทหารประทวนยังมีปัญหาในเรื่องค่าครองชีพ ขาดขวัญกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่ ถึงแม้ว่าทางกองทัพได้ดำเนินนโยบายมาตั้งแต่ พ.ศ. 2541 เพื่อช่วยเหลือแก้ปัญหาการครองชีพ และขวัญของทหารในกองทัพบก ที่เสื่อมทรมานระส่ำระสายให้คืนดีขึ้น ตลอดจนได้มีการจัดสวัสดิการต่าง ๆ ให้กับกำลังพลหลาย ๆ ด้าน ได้แก่ สวัสดิการด้านเศรษฐกิจ เช่น ค่าเช่า เงินทุนช่วยเหลือ เงินกู้ เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนบางประการ สวัสดิการด้านการศึกษา เช่น การให้ทุนการศึกษา เพื่อให้ข้าราชการหรือพนักงานมีโอกาสดำเนินการฝึกอบรมรวมทั้งช่วยเหลือการศึกษาของบุตรด้วย สวัสดิการด้านสงเคราะห์ การรับฟัง และพิจารณาเรื่องราวร้องทุกข์ และบริการอื่น ๆ เช่น การจัดสถานที่ทำงานให้ถูกสุขลักษณะอนามัย สวัสดิการนันทนาการ เช่น จัดให้มีสโมสร มีการแข่งขันกีฬา มีห้องพักผ่อนหย่อนใจนอกเวลาทำงาน สวัสดิการด้านการสร้างความมั่นคง ได้แก่ ผลตอบแทนที่สร้างความมั่นคงตามควรแก่อัตราในการดำรงชีวิตของข้าราชการ เช่น เงินบำเหน็จบำนาญ เงินทดแทนการประกันประเภทต่าง ๆ เงินทุนสงเคราะห์ประเภทต่าง ๆ สวัสดิการด้านสุขภาพอนามัย มีการตรวจสุขภาพทุกปี ให้บริการด้วยการแพทย์และพยาบาล สวัสดิการด้านที่พักอาศัย เป็นต้น นอกจากนี้ กรมสวัสดิการทหารบกยังได้ทำการเปลี่ยนแปลงและปรับปรุงแก้ไขอัตราการจัดของสวัสดิการทหารบกใหม่ มาโดยตลอดจนปัจจุบัน ซึ่งเป็นการเปลี่ยนแปลงครั้งที่ 10 โดยมีเหตุผลว่า ความต้องการในด้านสวัสดิการของแต่ละบุคคลเพิ่มขึ้นอย่างมากมาในปัจจุบัน (กรมสวัสดิการทหารบก, 2548) แต่ยังคงพบว่า นายทหารประทวนยังคงมีปัญหาเรื่องค่าครองชีพ และสภาพความเป็นอยู่ ประกอบกับรายได้ประจำ คือเงินเดือนและอัตราเบี้ยเลี้ยง ยังค่อนข้างต่ำเมื่อเทียบกับค่าครองชีพในปัจจุบัน จึงทำให้กำลังพลนายทหารประทวนบางส่วน ประกอบอาชีพหรือทำสิ่งที่ผิดกฎหมาย เช่น มื้อปิ่นรับจ้าง การออกทองหนี้นอกระบบ คຸມสถานบันเทิง ฯลฯ ประกอบกับการใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหาล้วนแต่กระทบต่อการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขของนายทหารประทวนทั้งสิ้น

จากสภาพปัญหาดังกล่าวนี้เอง ทำให้ผู้วิจัยสนใจทำการศึกษาถึง ความสุขนายทหารประทวน ว่ามีปัจจัยหรือตัวแปรใดที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพภาคที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง ว่ามีความสุขอยู่ในระดับใด และมีความคิดเห็นหรือมุมมองอย่างไรเกี่ยวกับความสุข รวมถึงปัจจัยใดที่ส่งผลต่อการมีความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบกในส่วนกองทัพภาคที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง โดยการศึกษาครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อนำ

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.53 ความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	130
4.54 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับชั้นยศ เมื่อทดสอบด้วย t – test	130
4.55 ความสัมพันธ์ระหว่างการศึกษากับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	131
4.56 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับหน่วยที่สังกัด เมื่อทดสอบด้วย t – test.....	131
4.57 ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	132
4.58 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับการมีหนี้สิน เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	132
4.59 ความสัมพันธ์ระหว่างอายุงานกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	133
4.60 ความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงานกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	133
4.61 ความสัมพันธ์ระหว่าง การแสดงความคิดเห็นในงานกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	134
4.62 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับความภูมิใจในอาชีพทหาร เมื่อทดสอบด้วย t – test	134
4.63 ความสัมพันธ์ระหว่างการให้ความเป็นธรรมของผู้บังคับบัญชากับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	135
4.64 ความสัมพันธ์ระหว่าง ความพอใจในงานกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	135
4.65 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ เมื่อทดสอบด้วย t – test.....	136
4.66 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับการมีรายได้เสริม เมื่อทดสอบด้วย t – test.....	136
4.67 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับการมีเงินออม เมื่อทดสอบด้วย t – test.....	137
4.68 ความสัมพันธ์ระหว่างความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	137
4.69 ความสัมพันธ์ระหว่างการมีเวลาให้กับครอบครัวกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	138
4.70 ความสัมพันธ์ระหว่างความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	138
4.71 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับการมีโรคประจำตัว เมื่อทดสอบด้วย t – test.....	139

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่	หน้า
4.72 ความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ในการออกกำลังกายกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	139
4.73 ความสัมพันธ์ระหว่าง ภาวะสุขภาพกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	140
4.74 ความสัมพันธ์ระหว่างความเคร่งในศาสนากับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	140
4.75 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับความสงบในชีวิต เมื่อทดสอบด้วย t –test.....	141
4.76 ความสัมพันธ์ระหว่างการทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ข้อบังคับกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	141
4.77 ความสัมพันธ์ระหว่างการมีเสรีภาพส่วนบุคคลกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	142
4.78 ความสัมพันธ์ระหว่างการที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	142
4.79 ความสัมพันธ์ระหว่างการเป็นที่ยอมรับและชื่นชมกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	143
4.80 ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าของตนเองกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA.....	143
4.81 ตารางแสดงผลความสอดคล้องจากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระ 29 ตัว กับความสุขโดยการทดสอบด้วย χ^2 –test และ Independent Sample t-test.....	144
4.82 ตารางแสดงผลความสอดคล้อง จากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปรกับความสุข โดยการทดสอบด้วย χ^2 –test และ One-Way ANOVA.....	145
4.83 ตารางแสดงผลความสอดคล้อง จากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปรกับความสุข โดยการทดสอบด้วย χ^2 –test และ One-Way ANOVA.....	147

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ตั้งแต่สมัยโบราณ มนุษย์จำนวนมากให้ความสนใจเกี่ยวกับปัญหาว่า “How to live a good life” จะมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุขได้อย่างไร นักปรัชญาเป็นจำนวนมากยอมรับว่าบุคคลไม่สามารถจะอยู่อย่างมีความสุขได้ ถ้าหากไม่เข้าใจโลกที่เขาใช้ชีวิตอยู่ ดังนั้นพวกเขาได้ต่อสู้เกี่ยวกับปัญหาที่จะเข้าใจธรรมชาติของจักรวาล (บุญทัน ดอกไธสง, 2523: 12) เนื่องจาก “ความสุข” คือความต้องการอันสูงสุดของมนุษย์ นักวิชาการในหลากหลายสาขาจึงได้พยายามศึกษาถึงประเด็นต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความสุข ไม่ว่าจะเป็น “ความหมายที่แท้จริงของคำว่าความสุข” “ความสุขคืออะไร” หรือ “ปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลกระทบต่อความสุข” โดยศาสตร์ที่ทำการศึกษานี้ในประเด็นทางด้านความสุขนั้นในระยะแรกเริ่มจะได้รับการศึกษามากจากนักจิตวิทยาและแพทย์ในสาขาจิตเวชก่อน และจึงขยายไปสู่สาขาอื่น ๆ อย่างแพร่หลาย (ปีงปอนด์ รักอำนวยกิจ และพิริยะ ผลพิรุฬห์, 2550: บทนำ)

จากผลการศึกษาในโลกตะวันตกพบว่า เงินสามารถซื้อความสุขได้เพียงเล็กน้อยเท่านั้น และการสร้างความสุขดังกล่าวเป็นไปในลักษณะถดถอย หมายความว่า จะต้องใช้เงินในจำนวนที่มากขึ้นในการเพิ่มความสุขในอัตราเท่าเดิม การศึกษาดังกล่าวได้บ่งชี้ว่า การเพิ่มขึ้นของรายได้จะสัมพันธ์กับการเพิ่มขึ้นของความพึงพอใจในชีวิตแต่เฉพาะในช่วงที่รายได้ยังต่ำกว่าค่าเฉลี่ยเท่านั้น การเพิ่มขึ้นของรายได้ในส่วนที่มากกว่าค่าเฉลี่ยกลับไม่ส่งผลให้คนมีความพึงพอใจในชีวิตมากขึ้น มีเพียงเท่านั้นกลุ่มคนที่มียาได้น้อยที่สุด ก็มีความพึงพอใจในชีวิตน้อยกว่ากลุ่มที่ร่ำรวยที่สุดเพียงเล็กน้อยเท่านั้น การศึกษาอื่น ๆ ในเวลาต่อมาก็ยืนยันผลที่คล้ายคลึงกัน (สุวิทย์ เมษินทรีย์, 2550: 37-38)

จากสถิติการลำดับประเทศ โดยจำแนกตามดัชนีสุขโลก ซึ่งแสดงองค์ประกอบของดัชนีสุขโลก พ.ศ. 2549 พบว่า ประเทศวานูอาตูซึ่งเป็นหมู่เกาะในมหาสมุทรแปซิฟิก ได้ถูกจัดอันดับให้เป็นประเทศที่มีความสุขที่สุดในโลก จาก New Economic Foundation ที่ใช้ตัวชี้วัดความสุข คือ ดัชนีความสุขของโลก (Happy Planet Index) อันประกอบด้วยตัวแปร 3 ตัว ได้แก่ ความพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) อายุคาดหวัง (Life Expectancy) และผลกระทบต่อสภาพแวดล้อม (Ecology Footprint) ดัชนีความสุขของโลก คำนึงถึงการอยู่ร่วมกับธรรมชาติ คือสภาพแวดล้อม โดยถือเป็นหนึ่งในสามของปัจจัยที่ทำให้คนมีความสุขอย่างยั่งยืนที่นอกเหนือไปจากอายุคาดเฉลี่ย ที่เป็นการวัดสถานะสุขภาพอนามัยโดยรวม และความพึงพอใจในชีวิต ที่เป็นการวัดความรู้สึกมีความสุข เมื่อ

พิจารณาถึง “ดัชนีสุขโลก” จะเห็นได้ว่า ภูฏานซึ่งเป็นประเทศที่ใช้ “ผลิตภัณฑ์มวลรวมความสุข” แทน “ผลิตภัณฑ์มวลรวมประชาชาติ” ซึ่งริเริ่มโดยพระราชบิดา Jigme Singye Wang Chuk กษัตริย์แห่งประเทศภูฏาน ได้ถูกนำไปอภิปรายอย่างกว้างขวางในหลายภูมิภาค (เจษฎี สุขจิตต์ติการ, 2547) ได้จัดอยู่ในลำดับที่ 13 ส่วนในกลุ่มเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ประเทศไทยถูกจัดอยู่ในลำดับที่ 32 มีคะแนนความพึงพอใจเท่ากับ 6.5 จากคะแนนเต็ม 10 อายุคาดหวังเฉลี่ยเท่ากับ 70.0 ปี ผลกระทบต่อภาวะแวดล้อมเท่ากับ 1.6 จากคะแนนเต็ม 10 ดัชนีสุขโลกเท่ากับ 55.4 จากคะแนนเต็ม 100 เป็นรองเวียดนาม ฟิลิปปินส์ และอินโดนีเซีย แต่สูงกว่า มาเลเซีย พม่า กัมพูชา ลาว และ สิงคโปร์ (วรชัย ทองไทย, 2549) สำหรับในประเทศไทย (ประเวศ วะสี, 2548) ได้เสนอแนวคิดความอยู่เย็นเป็นสุขของสังคมไทย ซึ่งรวมมิติทางด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคมและจิตใจไว้ด้วย โดยที่มุมมองทางเศรษฐกิจเน้น ไปที่มีปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตแบบพอเพียง

ในการประชุมเพื่อจัดทำแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 พ.ศ. 2550 – 2554 ถูกวางไว้เพื่อให้ก้าวไปสู่สังคมที่มีความสุขแบบยั่งยืน (Green and Happiness Society) และที่สำคัญก็คือ การที่ได้นำแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้เป็นปรัชญาหลักในการทำแผน ตลอดจนเป็นแนวปฏิบัติในการพัฒนาและบริหารประเทศในระยะ 5 ปี เป็นที่น่าสังเกตว่า ถ้าจะทำให้สังคมเป็นสังคมแห่งความสุข จะต้องใช้วิธีการอย่างไรในการวัดความสุขของคนในสังคม ซึ่งจากแผนการพัฒนาระดับชาติของประเทศไทยช่วงก่อนการร่างแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 (ปี พ.ศ. 2540 – 2544) เน้นการพัฒนาโดยการดูจากตัวชี้วัดทางด้านเศรษฐกิจเป็นหลัก เช่น ผลิตภัณฑ์มวลรวมของประเทศ (Gross Domestic Product : GDP) แม้วิธีการดังกล่าวจะทำให้การพัฒนาทางเศรษฐกิจของประเทศเติบโตขึ้น แต่ในขณะเดียวกันก็ก่อให้เกิดปัญหาการขาดแคลนทรัพยากรธรรมชาติ และทำให้คุณภาพชีวิตของประชาชนตกต่ำลง เนื่องมาจากการแข่งขันและการแย่งชิงทรัพยากรธรรมชาติเพื่อนำมาผลิตสินค้าและบริการ ดังนั้นในแผนพัฒนา ฯ ฉบับที่ 8 ประเทศไทยจึงได้ปรับเปลี่ยนการให้ความสำคัญในการพัฒนาด้านเศรษฐกิจมาเป็นการพัฒนาด้านสังคมมากขึ้น โดยให้ “มนุษย์” เป็นศูนย์กลาง และได้พัฒนาต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน ซึ่งอยู่ในแผนพัฒนา ฯ ฉบับที่ 10 และได้มีการเพิ่มเติมและเปลี่ยนแปลงแผน ฯ ให้มีความเหมาะสม เพื่อความสุขที่ยั่งยืนของประชาชนต่อไป แผนพัฒนาดังกล่าวได้ทำให้เศรษฐกิจขยายตัวสูงถึงร้อยละ 6.9 และร้อยละ 6.1 ในปี 2546 และ 2547 ซึ่งเป็นผลมาจากการที่รัฐบาลได้สร้างโอกาสให้ประชาชนสามารถเข้าถึงแหล่งเงินทุนได้ง่ายขึ้นก่อนให้เกิดการกระจายเม็ดเงินลงทุน ตลอดจนการสร้างงานและรายได้ในระดับรากหญ้า (คณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม, 2550)

อย่างไรก็ตาม แม้ว่าการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศจะดำเนินมาอย่างถูกต้องทิศทาง และการบริหารประเทศมีประสิทธิภาพโดยยึดประชาชนเป็นศูนย์กลาง รวมทั้งยังเป็นการ

ดำเนินนโยบายที่มุ่งเน้นการแก้ไขปัญหาและสร้างโอกาสใหม่ให้แก่คนส่วนใหญ่ของประเทศซึ่งประสบความสำเร็จในระดับหนึ่ง แต่ก็ยังมีปัญหาที่จะต้องดำเนินการแก้ไขอย่างต่อเนื่องควบคู่ไป กับความสุขและสภาพความเป็นอยู่ของประชาชน (คณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคม แห่งชาติ, 2548) สำหรับการสำรวจความสุขของคนไทยมีผู้ได้ทำการศึกษาวิจัยอย่างกว้างขวาง ดัง จากรายงานดัชนีความสุขมวลรวม (Gross Domestic Happiness Index) ของประชาชน ภายในประเทศไทยในช่วงเดือนมกราคม 2551 ของศูนย์วิจัยเอแบคโพล พบว่า ความสุขมวลรวม หรือความอยู่เย็นเป็นสุขของประชาชนในช่วงเดือนมกราคมจนถึงกลางเดือนกุมภาพันธ์ที่ผ่านมา ความสุขของประชาชนลดลงจาก 6.99 ในเดือนตุลาคม 2550 มาอยู่ที่ 6.47 หรือระดับความสุขลดลง ร้อยละ 6 เมื่อใช้หลักสถิติวิเคราะห์เชิงลึกแล้ว พบว่า สิ่งที่จะทำให้คนไทยมีความสุขมากที่สุด คือ ความสุขใจสบายใจของประชาชน ส่วนสิ่งที่ทำให้คนไทยไม่มีความสุขมากที่สุดคือ ปัญหาในที่ ทำงาน ปัญหาในครอบครัว ความไม่เป็นธรรมในสังคมและสถานการณ์ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ (เอแบคโพล, 2551)

เมื่อกล่าวถึงกองทัพบกแล้ว ถือว่ากองทัพเป็นเครื่องมือที่มนุษย์ใช้ป้องกันอิสรภาพ มี อำนาจและหน้าที่เกี่ยวกับการป้องกันและรักษาความมั่นคงของราชอาณาจักร จากภัยคุกคามทั้ง ภายนอกและภายในประเทศ โดยจัดให้มีกำลังทหารไว้เพื่อการรบ หรือการสงครามเพื่อปกป้อง สถาบันพระมหากษัตริย์ เพื่อการปราบปรามการกบฏและการจลาจล เพื่อช่วยการพัฒนาประเทศ และเพื่อรักษาประโยชน์ของชาติในประการอื่นตามที่กฎหมายกำหนด (พระราชบัญญัติจัดระเบียบ ราชการกระทรวงกลาโหม, 2503) ซึ่งบทบาทของทหารตามรัฐธรรมนูญนั้น ได้ถูกกำหนดไว้ใน มาตรา 72 คือ รัฐต้องจัดให้มีกำลังทหารไว้เพื่อพิทักษ์รักษาเอกราช ความมั่นคงของรัฐ สถาบัน พระมหากษัตริย์ ผลประโยชน์ของชาติ และการปกครองระบอบประชาธิปไตยอันมี พระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข และเพื่อการพัฒนาประเทศ (รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย, 2540) จากภารกิจดังกล่าวนี้เอง จึงไม่อาจปฏิเสธได้ ถึงความสำคัญ ความเสียสละและความจำเป็น ที่ ต้องมีทหารไว้ดูแลป้องกันประเทศ

กองทัพภาคที่ 1 ถือเป็นหน่วยงานหลัก ซึ่งมีหน้าที่รับผิดชอบกองกำลังในส่วนภาคกลาง ประกอบด้วยพื้นที่รับผิดชอบ จำนวน 26 จังหวัด ได้แก่ กรุงเทพมหานคร กาญจนบุรี ชัยนาท นครปฐม นนทบุรี สุพรรณบุรี สมุทรปราการ สมุทรสาคร สมุทรสงคราม สระบุรี สิงห์บุรี อ่างทอง อุทัยธานี ปทุมธานี ปราจีนบุรี ประจวบคีรีขันธ์ นครนายก ลพบุรี ระยอง ราชบุรี ฉะเชิงเทรา ชลบุรี สระแก้ว จันทบุรี ตรัง และเพชรบุรี ในการปฏิบัติการกิจให้บรรลุดำเนินการในกองทัพภาคที่ ๑ ในการพร้อมรบมีประสิทธิภาพในการปฏิบัติการ สามารถเอาชนะภัยคุกคามได้ในทุกมิติ เป็น องค์การหลักด้านความมั่นคงให้กับประเทศชาติ หน่วยทหารได้รับการพัฒนาปรับปรุงระบบและ

ผลการวิจัยที่ได้ นำไปปรับใช้เป็นแนวทางแก้ไขปัญหาก็เป็นแนวทางในการพัฒนานโยบายในการสร้างความสุขให้กับนายทหารประทวนอันจะส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น และการปฏิบัติงานที่มีประสิทธิภาพมากขึ้นส่งผลต่อการวางยุทธศาสตร์เพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาในกองทัพให้เข้มแข็งต่อไป

1.2 คำถามในการวิจัย

- 1.2.1 ความสุขของนายทหารประทวน คืออะไร
- 1.2.2 นายทหารประทวนมีความคิดเห็นหรือมุมมอง เกี่ยวกับความสุขอย่างไร
- 1.2.3 ตัวแปรหรือปัจจัยใด มีความสัมพันธ์ที่ทำให้เกิดความสุขของนายทหารประทวน

1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1.3.1 เพื่อศึกษาระดับความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพนครที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง
- 1.3.2 เพื่อศึกษาปัจจัยหรือตัวแปร ที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพนครที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง
- 1.3.3 เพื่อศึกษาปัจจัยหรือตัวแปร ที่มีความสัมพันธ์ต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพนครที่ 1 และหน่วยขึ้นตรงมากที่สุด และรองลงมา

1.4 ประโยชน์ที่ได้รับจากการวิจัย

- 1.4.1 ทำให้ทราบระดับความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพนครที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง
- 1.4.2 ทำให้ทราบถึงปัจจัยหรือตัวแปรใด ที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพนครที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง
- 1.4.3 ทำให้ทราบถึงปัจจัยหรือตัวแปรใด ที่มีความสัมพันธ์หรือมีผลต่อความสุข ของนายทหารประทวนในส่วนกองทัพนครที่ 1 และหน่วยขึ้นตรงมากที่สุด และรองลงมา
- 1.4.4 เพื่อใช้เป็นแนวทางในการพัฒนานโยบายในการสร้างความสุข ของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพนครที่ 1 และหน่วยขึ้นตรงต่อไป
- 1.4.5 เพื่อนำผลวิจัยและข้อค้นพบที่เป็นประโยชน์ไปใช้ในการปฏิบัติจริง ในการพัฒนาความสุขให้เกิดผลเป็นเชิงประจักษ์ ซึ่งน่าจะมีแนวโน้มให้ผลลัพธ์เชิงบวกต่อกองทัพต่อไป

1.5 ขอบเขตของการวิจัย

1.5.1 ขอบเขตเนื้อหาที่ศึกษา

ตัวแปรที่ศึกษา คือ ปัจจัยด้านงานและสวัสดิการ เศรษฐกิจ ครอบครัว สุขภาพ ศาสนา การมีเสรีภาพส่วนบุคคล และการเห็นคุณค่าของตนเอง ที่มีผลทำให้นายทหารประทวนมีความสุข โดยทำการสำรวจเฉพาะนายทหารประทวนกองทัพบกที่มีชั้นยศตั้งแต่ สิบตรี สิบโท สิบเอก จำสิบตรี จำสิบโท และจำสิบเอก ที่ปฏิบัติงานราชการอยู่ในส่วนของกองทัพบกที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง

1.5.2 ขอบเขตพื้นที่ที่ศึกษา

การศึกษาครั้งนี้มุ่งเน้นทำการศึกษาเฉพาะนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพบกที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง ซึ่งประกอบด้วยพื้นที่รับผิดชอบ จำนวน 26 จังหวัด ดังต่อไปนี้ กรุงเทพมหานคร กาญจนบุรี ชัยนาท นครปฐม นนทบุรี สุพรรณบุรี สมุทรปราการ สมุทรสาคร สมุทรสงคราม สระบุรี สิงห์บุรี อ่างทอง อุทัยธานี ปทุมธานี ปราจีนบุรี ประจวบคีรีขันธ์ นครนายก ฉะเชิงเทรา ระยอง ราชบุรี หนองบัวลำภู ชลบุรี สระแก้ว จันทบุรี ตรัง และเพชรบุรี

1.5.3 ขอบเขตระยะเวลาที่ศึกษา

ขั้นตอนในการดำเนินการศึกษาเริ่มตั้งแต่ เดือนมกราคม 2551 ถึง สิงหาคม 2551 รวมใช้ระยะเวลาในการศึกษาทุกขั้นตอน 8 เดือน

1.6 นิยามศัพท์เฉพาะ

นายทหารประทวนกองทัพบก หมายถึง ทหารสังกัดกองทัพบกที่มียศ สิบตรี สิบโท สิบเอก จำสิบตรี จำสิบโท และจำสิบเอก

กองทัพบกที่ 1 หมายถึง ส่วนราชการหน่วยหนึ่งของกองทัพบก ซึ่งอยู่ในส่วนกำลังรบ ตามนัยแห่งพระราชกฤษฎีกาแบ่งส่วนราชการและกำหนดหน้าที่ของส่วนราชการกองทัพบก กองบัญชาการทหารสูงสุดกระทรวงกลาโหม พ.ศ. 2544 ตามราชกิจจานุเบกษา ฉบับกฤษฎีกา เล่ม 118 ตอนที่ 28 ก วันที่ 10 พฤษภาคม 2544 โดยมีเขตพื้นที่รับผิดชอบจำนวน 26 จังหวัด ได้แก่ กรุงเทพมหานคร กาญจนบุรี ชัยนาท นครปฐม นนทบุรี สุพรรณบุรี สมุทรปราการ สมุทรสาคร สมุทรสงคราม สระบุรี สิงห์บุรี อ่างทอง อุทัยธานี ปทุมธานี ปราจีนบุรี ประจวบคีรีขันธ์ นครนายก ฉะเชิงเทรา ระยอง ราชบุรี หนองบัวลำภู ชลบุรี สระแก้ว จันทบุรี ตรัง และเพชรบุรี

หน่วยขึ้นตรง หมายถึง หน่วยที่เรียกตามสายการบังคับบัญชา คือ หน่วยที่ไปขึ้นการบังคับบัญชากับอีกหน่วยหนึ่งโดยตรงเป็นการถาวร ประกอบด้วย พท.1, ทน.1, พล.1 รอ., พล.ร.2 รอ., พล.ร.9, พล.พัฒนา 1, บชร.1, มทบ.11, มทบ.12, มทบ.13 และมทบ.14

ปัจจัย หมายถึง สาเหตุที่เกี่ยวข้องซึ่งมีผล หรือความสัมพันธ์กับความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบกในส่วนกองทัพบกที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง

ความสุข หมายถึง นายทหารประทวนได้รับความพึงพอใจ และมีความสมหวังจากสิ่งต่าง ๆ ที่ต้องการในชีวิต

งาน หมายถึง ภารกิจ (Task) หรือหน้าที่ (Duties) ที่นายทหารประทวนพึงปฏิบัติ ซึ่งหากได้ทำงานที่ตนปรารถนาแล้ว จะส่งผลให้เกิดความสุขในการทำงาน

เศรษฐกิจ หมายถึง งานหรือกิจกรรมเกี่ยวกับการผลิต การซื้อขายแลกเปลี่ยนและการบริโภคการใช้สอย เพื่อให้ได้รับการตอบสนองความต้องการในชีวิต โดยไม่จำเป็นที่จะต้องเป็นตัวแทนเพียงเท่านั้น ซึ่งความมั่นคงทางเศรษฐกิจและการดำรงชีวิตอย่างเหมาะสมจะเป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญที่จะส่งผลให้นายทหารประทวนดำรงชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขได้

ครอบครัว หมายถึง กลุ่มคนตั้งแต่ 2 คนขึ้นไปมาเกี่ยวพันกัน โดยการแต่งงาน และสืบสายโลหิต ได้แก่ พ่อ แม่ ลูก อาจจะมีบุคคลอื่น ที่เป็นญาติหรือมิใช่ญาติอาศัยอยู่ด้วยกัน แต่ละคนถือว่าเป็นสมาชิกในครอบครัว ทุกคนมีความสำคัญในอันที่จะสร้างให้ครอบครัวของนายทหารประทวนมีความอบอุ่นหรือมีความสุข

สุขภาพ หมายถึง สภาวะความสมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจ และสามารถทำให้นายทหารประทวนอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มิใช่เพียงแต่ปราศจากโรค และความพิการเท่านั้น สุขภาพมีหลายองค์ประกอบ เช่น ไม่มีอาการเจ็บไข้รุนแรง มีกำลังใจและอารมณ์ดี จิตใจผ่องใส

ศาสนา หมายถึง การที่นายทหารประทวนนำหลักคำสอนอันเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางใจ เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติ เพื่อให้รอดพ้นจากความทุกข์ และประสบแต่ความสุข

เสรีภาพส่วนบุคคล หมายถึง การที่นายทหารประทวนมีอำนาจเบ็ดเสร็จ มีความสามารถ มีอิสระในการกระทำสิ่งที่ตนเองต้องการตามที่ตนปรารถนา แต่ต้องไม่ละเมิดหรือกระทบต่อสิทธิของผู้อื่น

การเห็นคุณค่าของตนเอง หมายถึง การที่นายทหารประทวนเห็นความสำคัญในตนเอง ซึ่งเป็นการประเมินตนเองจากบุคคลรอบข้างในสิ่งที่ตนทำ หากสิ่งที่ตนทำเป็นสิ่งที่ดีและประสบความสำเร็จโดยเป็นสิ่งที่บุคคลรอบข้างให้คุณค่าและเห็นความสำคัญสิ่งนั้น บุคคลจะได้รับการยอมรับนับถือและเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองจะส่งผลต่อความรู้สึกนึกคิด การแสดงออก ความสามารถในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมและการทำงานตามบทบาทหน้าที่ อันจะส่งผลต่อการประสบความสำเร็จในการทำสิ่งต่าง ๆ ในอนาคต และประสบกับความสุข

1.7 โครงสร้างการนำเสนอในการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย

บทที่ 1 บทนำ ในบทนี้ประกอบไปด้วย 7 ส่วน ซึ่งได้แก่ ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา คำถามในการวิจัย วัตถุประสงค์ ประโยชน์ที่ได้รับ ขอบเขตในการศึกษา นิยามศัพท์เฉพาะ และโครงสร้างการนำเสนอในการวิจัย

บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ในบทนี้ได้ทำการศึกษาดัชนี กรอบแนวคิด ทฤษฎี และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความสุข และกรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย ในบทนี้อธิบายเกี่ยวกับวิธีวิจัยที่ใช้ ประชากรและการสุ่มตัวอย่าง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การรวบรวมข้อมูล การประมวลผล ตัวแปรและนิยามปฏิบัติ สมมติฐาน การวิจัย และการวิเคราะห์

บทที่ 4 ผลการวิจัย ในบทนี้อธิบายถึงผลการศึกษาหรือผลการวิเคราะห์ เพื่อตอบสนอง วัตถุประสงค์ และอธิบายการใช้สถิติที่ใช้ในการรายงานการวิจัย

บทที่ 5 สรุป สิ่งที่สื่อแสดง (Implication) และข้อเสนอแนะ หลังจากทำการศึกษา วิเคราะห์ ในบทนี้ทำการสรุป สิ่งที่สื่อแสดงจากผลวิจัย และข้อเสนอแนะที่ได้จากผลการวิจัย



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษา เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบกในส่วนกองทัพนครที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง ได้ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี เอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อกำหนดกรอบแนวคิดในครั้งนี้ โดยเฉพาะตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับเรื่องความสุข ไว้ดังรายละเอียดต่อไปนี้

- 2.1 ความหมายของความสุข
- 2.2 ปัจจัยที่มีผลต่อความสุข โดยแบ่งเป็น
 - 2.2.1 ตัวแบบ กรอบแนวคิด และทฤษฎี ที่ว่าด้วยปัจจัยที่มีผลต่อความสุข
 - 2.2.2 ผลของความสุข
- 2.3 ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข
- 2.4 กรอบแนวคิดในการวิจัย

2.1 ความหมายของความสุข

ในการศึกษาเกี่ยวกับคำว่า “ความสุข” หรือ “Happiness” ได้มีผู้ให้ความหมายไว้ดังต่อไปนี้

Webster's New Collegiate Dictionary (1979) ได้ให้ความหมายของ “ความสุข” ไว้

3 ความหมาย คือ

1. เป็นความหมายที่เคยใช้ในอดีตนานมาแล้วหมายถึง “ความมั่งคั่ง” (Prosperity) เป็นความหมายที่สะท้อนถึงสถานะของการประสบความสำเร็จในชีวิตหรือการเติบโตของงาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในทางความเป็นอยู่ทางเศรษฐกิจ

2. “ความสุข” คือ สถานะที่ความเป็นอยู่ที่ดีและมีความสำราญใจ ซึ่งความสำราญใจนี้แสดงออกได้สองลักษณะ คือ ความปิติราเริง (Joy) และความปิติยินดี (Delight)

3. “ความสุข” คือ ความอุดมสมบูรณ์ (Felicity) และความพร้อม ความเต็มใจ (Aptness) ซึ่งในคำขยายความของคำว่า Felicity นี้มี 4 ความหมายคือ

3.1 ภาวะของการมีความสุข โดยเฉพาะอย่างยิ่งความสุขอย่างสิ้นเหลือ และความสุขอย่างแท้จริง

3.2 สิ่งที่ทำให้เกิดความสุข

3.3 พฤติกรรมที่มีแต่ความรื่นรมย์หรือมีคุณภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านศิลปะและภาษา

3.4 การแสดงออกซึ่งความปิติยินดี ส่วนคำขยายความของคำว่า ความชอบ (Aptness) นั้นมีถึง 4 ความหมายคือ 1. มีคุณภาพที่พอเหมาะพอดีอย่างไม่ปกติ 2. (ก) มีแนวโน้ม (ข) ไม่เป็นปกติ 3. สมดังที่ตั้งใจ และ 4. ขาญฉลาดฉับไวและตอบสนอง

Diener (1984, 542-575) ได้กล่าวถึงความสุขโดยสามารถสรุปได้ 3 ประเภท ดังนี้

1. เป็นความรู้สึกที่ดี เรียกว่า สุขภาวะ (Well being) ได้ให้คำจำกัดความมาจากเกณฑ์ภายนอก เช่น ความดีงาม (Virtue) หรือความศักดิ์สิทธิ์ (Holiness) เป็นการให้คำจำกัดความสุขที่ไม่ได้พิจารณาถึงสภาพความรู้สึกส่วนตัวแต่คำนึงถึงคุณลักษณะอันพึงปรารถนา

2. เป็นความพึงพอใจในชีวิต เป็นการประเมินรวมถึงคุณภาพชีวิตทั้งหมดของบุคคลตามเกณฑ์ที่บุคคลนั้นเลือกเอง หรือจะกล่าวว่าความสุขในความหมายนี้คือ “ทัศนคติ” ที่บุคคลมีต่อชีวิตของตนเอง (Veenhoven, 1991: 2) Andrews and Withey (1976. อ้างใน Diener, 1984 : 543) ศึกษาพบว่า 99% ของกลุ่มตัวอย่างจะมีการประเมินความสุขในลักษณะนี้ กล่าวคือ ประเมินความสุขในแง่ความพึงพอใจ

3. เป็นการเน้นที่อารมณ์ที่เป็นสุข หมายถึง การมีความรู้สึกทางบวกมากกว่าความรู้สึกทางลบ Bradburn (อ้างใน Fordyce, 1983: 484) ให้คำนิยามว่า ความสุขเป็นผลของความรู้สึกทางบวก และการไม่มีความรู้สึกทางลบ นั่นคือ บุคคลมีความสุขที่มากตลอดช่วง

การวัดความสุขในชาติเอเชีย พบว่ามีความหลากหลายและแตกต่างกันมาก บางชาติในเอเชียมีความสุขมากกว่า และบางชาติมีความสุขน้อยกว่า (ที่ผู้วิจัยคาดคิดไว้) และพบว่าความมั่นคงทางเศรษฐกิจและการเมือง สามารถทำให้ความสุขลดลงกว่า (ที่คาดคิดไว้) หรือไม่ได้ทำให้มีความสุขเพิ่มขึ้น ปัจจัยทางด้านวัฒนธรรม อารมณ์ที่พึงปรารถนา หรือการดิ้นรนตนเอง มีอิทธิพลต่อการรายงานเกี่ยวกับความสุข อย่างไรก็ตาม ผลของการวัดความสุขที่ต่างมาจากความแตกต่างของปัจจัยที่นำมาใช้วัดความสุข ระดับการวัดความสุขจะสูงถ้ามีการบรรลุความพึงพอใจ หรือความต้องการพื้นฐานของแต่ละคน การวัดความสุขนำมาซึ่งความสำเร็จในหลายส่วนของชีวิต มากกว่าการเติบโตทางเศรษฐกิจ เสถียรภาพทางการเมือง

Diener et al. (1985: 71 -75) ได้สร้างเครื่องมือที่ใช้วัดความสุข เรียกว่า แบบวัดความพึงพอใจในชีวิต (The Satisfaction with Life Scale) ซึ่งเป็นเครื่องมือพื้นฐานที่นักวิจัยนำมาใช้กันอย่างกว้างขวาง โดยในแบบวัดความพึงพอใจในชีวิตจะมีคำถาม 5 ข้อที่ให้ผู้ตอบแสดงความคิดเห็นต่อคำถามว่า ตนเองมีระดับความคิดเห็นและความพึงพอใจเป็นอย่างไร ดังรายละเอียดต่อไปนี้

คำถามข้อ 1 แทบทุกมุมมองชีวิตของข้าพเจ้าเกือบจะถึงระดับตามที่ต้องการ

คำถามข้อ 2 สภาพชีวิตของข้าพเจ้าเรียกได้ว่ายอดเยี่ยม

คำถามข้อ 3 ข้าพเจ้าพอใจในชีวิต

คำถามข้อ 4 จนถึงจุดนี้ ข้าพเจ้าได้รับสิ่งสำคัญ ๆ ที่ต้องการ

คำถามข้อ 5 ถ้าเริ่มต้นชีวิตใหม่ได้ ข้าพเจ้าแทบจะไม่อยากเปลี่ยนแปลงอะไรเลย

ซึ่งผู้ตอบจะต้องให้คะแนน 1 – 7 (สูงสุด 7 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง ต่ำสุด 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง) สุดท้าย ผู้ตอบจะรวมคะแนนเองและแปลคะแนนเทียบกับเกณฑ์จากคะแนนเต็ม 35 คะแนน ซึ่ง Diener ให้ไว้ดังนี้ คะแนน 31 – 35 ระดับความพึงพอใจในชีวิตมากที่สุด คะแนน 26–30 ระดับความพึงพอใจในชีวิตมาก คะแนน 21 – 25 ระดับความพึงพอใจในชีวิตเล็กน้อย คะแนน 20 ระดับความพึงพอใจในชีวิตปานกลาง คะแนน 15 – 19 ระดับความไม่พึงพอใจในชีวิตเล็กน้อย คะแนน 10 – 14 ระดับความไม่พึงพอใจในชีวิตมาก และคะแนน 5 – 9 ระดับความไม่พึงพอใจในชีวิตมากที่สุด

จากการวิจัย พบว่า แบบวัดความพึงพอใจในชีวิตนี้มีความสอดคล้องกับตัววัดความสุขอื่น ๆ เช่น ความประทับใจจากเพื่อนและครอบครัว การแสดงออกทางอารมณ์ในด้านบวก และมีเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกเศร้าหดหู่ต่ำ

Diener et al. (2002) ได้นิยามความเป็นสุข (Well – being) นั้นประกอบด้วย 3 ส่วน คือ การตอบสนองทางอารมณ์ (Emotional Responses) ความพอใจในชีวิตโดยรวม (Global Life Satisfaction) และความพอใจในส่วนต่าง ๆ ของชีวิต ได้แก่ ความพอใจในงาน ครอบครัว การใช้เวลาว่าง สุขภาพ ตนเองและกลุ่มเพื่อน

Diener and Lucas (2002, 325 - 337) เสนอว่า ความสุขทางอารมณ์สามารถนำมาพิจารณาได้หลากหลายมิติ โดยในสาขาของ Subjective Emotional Well-Being ได้มีการนำมาทดสอบในเรื่องของความสุข ความพึงพอใจในชีวิต และศีลธรรมประจำใจ จากการศึกษา พบว่า ความร่ำรวยนั้นมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของคนก็จริง แต่คนที่ร่ำรวยก็ไม่ได้หมายความว่า จะเป็นคนที่มีความสุขเสมอไป เนื่องจากคนแต่ละคนจะมีความสุขหรือไม่ขึ้นอยู่กับความคาดหวัง ค่านิยม และประสบการณ์ที่คน ๆ นั้นได้รับมา

Easterlin (2003) ได้เสนอทฤษฎีใหม่ เพื่ออธิบายการมีชีวิตที่มีความสุข โดยทฤษฎีเดิมได้อธิบายถึงการมีชีวิตที่มีความสุขว่า คนเราจะให้ความสำคัญกับแต่ละสิ่งไม่เท่ากัน แล้วแต่ว่าเขาจะเห็นว่ามันมีความสำคัญต่อตนเองมากน้อยเพียงไร นอกจากนี้คนเรายังจะอยากมีเหมือน ๆ กับที่คนอื่นมี และอยากมีมากเท่าที่คนอื่นมีด้วย ซึ่งหากตนเองได้รับตามแบบที่ต้องการก็就会有ความพึงพอใจ และนำไปสู่การมีชีวิตที่ดี และมีความสุขนั่นเอง อย่างไรก็ตาม ทฤษฎีใหม่ที่เสนอ คือ การที่คนเราต้องการจะบริโภคอะไรนั้น ความพึงพอใจไม่ได้มาจากสาเหตุข้างต้น แต่มาจากการใช้จ่ายเงินเพื่อ

การบริโภคน้อยกว่าที่ตนเองคาดหวังไว้ ซึ่งการจ่ายเงินนี้เป็นไปเพื่อการเปลี่ยนแปลงตนเองไปสู่ระดับที่สูงขึ้น มีการใช้ชีวิตที่ดีขึ้น รวมทั้งตนเองยังต้องการให้ผู้อื่นปรับปรุงชีวิตของพวกเขาให้ดีขึ้น เทียบกับตนเองด้วย (แต่ต้องไม่ดีกว่าตนเอง)

Frey and Stutzer (2002) ได้กล่าวถึงความสุขว่า เป็นเรื่องที่อยู่คู่กับประวัติศาสตร์ของมนุษยพร้อม ๆ กับเรื่องของความดี โดยบางคนมองความสุขเป็นทั้งหมดของชีวิต ในขณะที่บางคนมองว่าเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตเท่านั้น ความสุขเกิดขึ้นได้จากหลายปัจจัย เช่น การได้รับความจริงใจ การนับถือตนเอง การปราศจากความทุกข์ทางกาย ความพอใจในชีวิตครอบครัว และความสำเร็จในอาชีพการงาน เป็นต้น ซึ่งคนเรามีขีดจำกัดในการประเมินความสุขของความเป็นอยู่ต่างกันไป ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ และทัศนคติของคนนั้น ๆ ที่มีต่อเหตุการณ์ หรือสภาพการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเอง

Layard (2005: 12, 223) กล่าวว่า ความสุข หมายถึง ความรู้สึกดี มีความสนุกสนานในชีวิต ต้องให้ความรู้สึกนั้นยังคงอยู่ พร้อมกันนั้นได้กล่าวถึงความจริง 12 ข้อของความสุข คือ

1. ความสุขเป็นประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรม และสามารถวัดได้ด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การสอบถาม การวัดกระแสคลื่นไฟฟ้าในสมอง เป็นต้น นอกจากนั้นความสุข คือสิ่งที่ผูกพันโดยตรงกับความทุกข์ เมื่อความสุขมากขึ้นความทุกข์ลดลง
2. การแสวงหาความสุขเป็นธรรมชาติของคน โดยคนจะหาวิธีสร้างความสุขโดยเปรียบเทียบต้นทุน และผลที่จะได้รับจากวิธีต่าง ๆ
3. สังคมที่ดีที่สุด คือสังคมที่มีความสุขมากที่สุด ดังนั้นนโยบายสาธารณะควรมีเป้าหมายเพื่อสร้างความสุข และลดความทุกข์ให้มากที่สุด
4. สังคมจะไม่มีความสุขเพิ่มขึ้น ยกเว้นคนในสังคมมีเป้าหมายร่วมกันว่าต้องการให้สังคมมีความสุขเพิ่มขึ้น เนื่องจากความสุขของคนขึ้นกับพฤติกรรมของผู้อื่น ถ้าทุกคนยอมรับเป้าหมายของความสุขในสังคม จึงจะสามารถร่วมกันจัดระบบของสังคม ให้เกิดประโยชน์สาธารณะขึ้นได้
5. คนเป็นสัตว์สังคม การมีเพื่อน มีครอบครัว มีงานทำ เป็นความสุขที่นอกเหนือจากเรื่องเงิน ดังนั้น ปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลไม่ใช่เพียงกระบวนการสู่เป้าหมาย แต่เป็นสิ่งที่สร้างความสุขของคนด้วย
6. คนต้องการไว้ใจผู้อื่น ความสุขของสังคมโดยเปรียบเทียบระหว่างสังคมต่าง ๆ สามารถวัดได้โดยเครื่องชี้ 6 ตัว ได้แก่ 1) สัดส่วนประชากรที่เห็นว่าสามารถไว้ใจคนอื่นในสังคมได้ 2) สัดส่วนประชากรที่เป็นสมาชิกของกลุ่ม/องค์กรต่าง ๆ ที่รวมตัวกัน 3) อัตราการหย่าร้าง 4) อัตราการว่างงาน 5) คุณภาพของรัฐบาล 6) ความเชื่อถือในศาสนา นโยบายที่สามารถส่งเสริมความ

ไว้ใจให้เกิดขึ้นในสังคมจึงเป็นสิ่งสำคัญมาก นโยบายดังกล่าว ได้แก่ การให้การศึกษาด้านจริยธรรม การสร้างครอบครัว ชุมชน และที่ทำงานที่อบอุ่นมั่นคง

นอกจากนั้นต้องคำนึงถึงผลดีและผลเสียของการปรับสภาพการทำงาน ให้มีความยืดหยุ่นและเปลี่ยนแปลง (Flexibility and Change) เทียบกับความคงที่และแน่นอน (Inflexibility and Predictability) ให้ดี โดยเฉพาะการนำมาใช้กับภาครัฐ เนื่องจากคนจะมีความสุขและความภูมิใจในงานของตน และการช่วยเหลือผู้อื่นเป็นแรงจูงใจที่สำคัญในการทำงาน (Satisfaction of professional norm) การตั้งเป้าหมายและดึงดูดใจให้ทำงานโดย pay for performance อาจทำให้แรงจูงใจเดิมตกลง และอาจไม่ใช่วิธีที่ดีที่สุดของการเพิ่มปฏิรูปภาครัฐ

7. คนมีความยึดติดกับสถานภาพปัจจุบัน การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ต้องคำนึงว่าคนมีความทุกข์กับสิ่งที่สูญเสียไปมากกว่าดีใจกับสิ่งที่ได้มาใหม่ นอกจากนั้นคนชอบสภาพแวดล้อมที่คุ้นเคย ดังนั้นการเคลื่อนย้ายแรงงานและถิ่นฐานอาจทำให้เกิดประสิทธิภาพของประเทศมากขึ้นแต่คนมีความสุขน้อยลง เพราะข้อเท็จจริงบ่งชี้ว่าความปลอดภัยในสังคมและสุขภาพจิตจะด้อยลงในสภาพสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงสูง

8. คนใส่ใจกับสถานะทางสังคมอย่างยิ่ง คนมีธรรมชาติที่ต้องการจะดีกว่าคนอื่น นี่คือสาเหตุสำคัญที่ทำให้สังคมไม่ได้มีความสุขเพิ่มขึ้น ถึงแม้จะมีความก้าวหน้าในการพัฒนาไปมาก เมื่อมีคนรู้สึกดีขึ้นจะมีคนอื่นที่รู้สึกแย่ลงโดยเปรียบเทียบ การที่คนทำงานเพิ่มขึ้นมีรายได้เพิ่มขึ้นก็ทำให้คนอื่นมีความทุกข์มากขึ้น นโยบายสำคัญที่จะช่วยลดปัญหานี้มี 2 เรื่อง คือ 1) ภาษีจะช่วยบรรเทาการแข่งขันอย่างไม่หยุดหย่อน (rat race) ได้ และอาจเป็นสิ่งที่ดีที่คนจะลดการทำงานลงบ้าง ถ้าสังคมโดยรวมจะมีความสุขมากขึ้น 2) การศึกษา จำเป็นต้องสอนเยาวชนให้มีค่านิยมที่ถูกต้องในเรื่องของสถานะทางสังคม และปลูกฝังให้มีความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น

9. คนมีการปรับตัวกับสิ่งใหม่อยู่เสมอ เมื่อได้สิ่งที่ดีขึ้นแล้วระยะหนึ่งก็จะรู้สึกเคยชิน ดังนั้น การเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจจึงไม่ทำให้คนรู้สึกมีความสุขยาวนาน รายได้ในปีต่อไปจะต้องเพิ่มขึ้นมากกว่าที่เคยได้รับคนจึงจะรู้สึกมีความสุข คนจึงเสพติดการหาเงินเช่นเดียวกับเสพติดบุหรี่ ภาษีเป็นเครื่องมือที่สามารถลดพฤติกรรมทำงานหนักจนเกินไป ที่เป็นผลเสียระยะยาวต่อความสุขของบุคคลลงได้

10. คนยิ่งรวยยิ่งมีความสุขกับเงินน้อยลง เงินจำนวนเท่ากันจะสร้างความสุขให้กับคนจนได้มากกว่าคนรวย ดังนั้น นโยบายลดช่องว่างของรายได้ระหว่างชนชั้นในสังคม และระหว่างประเทศร่ำรวยกับประเทศยากจนจะช่วยเพิ่มความสุขของสังคมโดยรวม

จิตใจ เป็นอิสระเป็นไทแก่ตัว อย่างนี้เรียกว่า “ปกติ” ใจที่เป็นปกติ คือไม่มีอะไร รู้ว่าอะไรเกิดขึ้น อะไรตั้งอยู่ อะไรดับไป แล้วควรจะแก้ไขสิ่งนั้นอย่างไร อย่างนี้จิตใจก็สบาย ไม่ค่อยมีปัญหา รวมความว่า ชีวิตของเราต้องการความสุขทั้งกาย ทั้งใจ อารมณ์ เราต้องมีสติ มีปัญญา พยายามที่จะรักษาใจไว้ให้ปกติอยู่ตลอดเวลา รู้จักประมาณในการกิน การอยู่ การนุ่งห่มใช้สอย การปฏิบัติหน้าที่ และพักผ่อน สภาพร่างกายจิตใจก็จะมีความสุขสมบูรณ์ปรารถนา

พระไพศาล วิสาโล (2527 : 16, 20) กล่าวว่า ความสุขเป็นรากฐานที่สำคัญประการหนึ่งของชีวิตที่ดีงาม ปราศจากซึ่งความสุขแล้ว ชีวิตย่อมคลอนแคลน ร้อนรน กระวนกระวาย แต่ความสุขไม่จำเป็นต้องได้มาจากการหมกมุ่นในวัตถุอย่างหยาบ ๆ ปรนเปรอด้วยลาภ ยศ เกียรติ อำนาจเสมอไป แม้ความสุขเช่นนี้จะมีคุณค่าอยู่บ้าง แต่ก็มากไปด้วยโทษ มิได้เอื้อต่อชีวิตที่ดีงามอย่างแท้จริง และความสุขในการทำงานเป็นสิ่งจำเป็น ชีวิตที่ต้องการความเจริญงอกงาม ไม่อาจตัดขาดจากการทำงานได้ การงานจึงนับเป็นชีวิตส่วนที่สำคัญของเราเลยทีเดียว ความสุขในการงานมีขึ้นได้เมื่อเราแลเห็นคุณค่าของสรรพสิ่งรอบตัว แม้ภาวะอันไม่พึงปรารถนาที่สามารถมองเห็นด้านกลับของมัน ในทางพุทธศาสนา สุขประณีตอันเป็นเลิศ ย่อมได้แก่ ความสุขที่เป็นภาวะภายในล้วน ๆ ที่ไม่ต้องอาศัยปัจจัยหรือวัตถุภายนอกมาเป็นองค์ประกอบหรือตัวเสริม เรียกได้ว่า นิรามิสสุข คือสุขจากปัญญาหรือจิตที่ได้รับการอบรม จนเกิดความสงบ สะอาด สว่างและอิสระ ตามลำดับ

พระสุริยชัย ชูช่วย (2545) ได้ค้นหาคำแสวงหาความสุขและคุณค่าของชีวิตตามคำสอนศาสนา และสามารถสรุปได้ความหมายของ “ความสุข” ที่ต่างกัน ดังนี้

ศาสนาพุทธ “ความสุข” คือ การดำเนินชีวิตอย่างมีสติรู้เท่าทันความคิดของตนที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น

ศาสนาคริสต์ “ความสุข” คือ การดำเนินชีวิตที่มีความรักต่อพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์ที่ก่อให้เกิดสันติภาพ

ศาสนาอิสลาม “ความสุข” คือ การดำเนินชีวิตด้วยการทำความดีที่มีหลักศรัทธาและหลักการปฏิบัติต่อพระเป็นเจ้าที่ก่อให้เกิดสันติสุข

ฉก ณะศิริ (2527: 82) กล่าวถึง ความสุขว่าคนส่วนใหญ่จะมองความสุขเฉพาะในด้านรูปธรรมมากกว่าในด้านนามธรรม ความสุขในด้านรูปธรรมนั้นจะวัดกันด้วยวัตถุเพราะมองเห็นด้วยตา จับต้องได้ด้วยมือ เช่น ทรัพย์สิน เงินทอง ยศศักดิ์ เครื่องประดับ บริวาร เครื่องใช้สอย บ้านเรือน แล้วยึดหลงติดอยู่กับสิ่งเหล่านี้จนเกิดกิเลสตัณหา ความอยากได้ เกิดความโลภ ความหลง ความไม่รู้จักพอ หนัก ๆ เข้าก็ต้องคอร์ปชั่นตลอดจนต้องไปคดโกงเขา และสุดท้ายเกิดเป็นคดีฟ้องร้องขึ้นโรงขึ้นศาลกัน ฉะนั้นสิ่งที่เราเข้าใจผิดคิดว่านั้นเป็นความสุข แท้จริงแล้วมันคือ

1. ความสุขในทางโลก (สุขระดับชาวบ้าน) ได้แก่ ผู้ที่อยู่ในสัมมาอาชีพและประพฤติปฏิบัติธรรมพื้นฐานระดับทั่วไป คือ มีคุณธรรม มีศีล มีสัจจะ หรือเรียกว่าปฏิบัติตนในแนวของโลกียธรรมก็จะประสบผลคือ โลกียสุข

2. ความสุขในทางธรรม (สุขระดับมรรคผล-นิพพาน) ได้แก่ ผู้ประพฤติปฏิบัติธรรมในระดับที่แก่กล้าเห็นสังขารอย่างแท้จริงแล้ว บุคคลผู้มีความสุขสมบูรณ์สูงสุดก็ย่อมเข้าถึงโลกุตระธรรมแล้วก็จะประสบผลคือ โลกุตระสุข ซึ่งเป็นเป้าหมายสูงสุดของความสุขทางพระพุทธศาสนา

วรชัย ทองไทย (2548) ได้พิสูจน์ด้วยข้อมูลเชิงประจักษ์ว่า สุขเกิดจากการมีทรัพย์ และสุขเกิดจากการไม่เป็นหนี้

เจษฎี สุขจิรัตติการ (2547) ได้กล่าวว่า Gross National Happiness หรือ ความสุขมวลรวมประชาชาติ ใช้ในประเทศภูฏาน ในปี 2517 โดยพระราชาธิบดีและพระราชปณิธานของพระราชบิดา Jigma Singye Wang Chuk คือ Gross National Happiness is more importance than Gross National Product ซึ่งน่าจะเทียบเคียงได้กับพระปฐมบรมราชโองการของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่ของไทยที่ว่า “เราจะปกครองแผ่นดินโดยธรรม เพื่อประโยชน์สุขแห่งมหาชนชาวสยาม” ซึ่ง Gross National Happiness มีแนวทางการปฏิบัติ ที่สำคัญ 4 ประการ คือ

1. การพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมอย่างยั่งยืน เท่าเทียม และพึ่งพาตนเองได้
2. การอนุรักษ์ดูแลทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
3. การรักษาส่งเสริมคุณค่าทางวัฒนธรรม
4. การบริหารการจัดการบ้านเมืองที่ดี

ประโยชน์ของการแต่งงานหรือการอยู่กินด้วยกันนั้นเห็นได้ชัดมาก เราให้ความรักความเข้าใจการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เราแบ่งปันทรัพยากรซึ่งกันและกันจนเกิดการประหยัดจากขนาด คนที่แต่งงานแล้วโดยทั่วไปจะมีชีวิตเรื่องเพศดีกว่าคนโสด คือมีเพศสัมพันธ์บ่อยกว่าและน่าพึงพอใจมากกว่า มีสุขภาพดีกว่าและอายุยืนกว่าด้วย ส่วนการอยู่กินด้วยกันนั้นแม้ว่าจะเป็นพฤติกรรมที่แพร่หลายมากขึ้น แต่ก็ยังไม่ปรากฏว่ายังยืนเท่าการแต่งงานอยู่ดี

อย่างไรก็ตาม สิ่งที่สำคัญที่สุดนั้นไม่ใช่รูปแบบของความสัมพันธ์ แต่เป็นคุณภาพและความมั่นคงของความสัมพันธ์ต่างหาก เราต้องการคนอื่นและเราก็ต้องการให้คนอื่นต้องการเรา มีการวิจัยจำนวนมากขึ้นเรื่อย ๆ ที่ยืนยันถึงความสำคัญอันยิ่งใหญ่ของความรัก คนที่มีความสัมพันธ์กับคนอื่นจะมีฮอร์โมนสมมูลกว่าและมีสุขภาพดีกว่า และแน่นอนว่ามีความสุขกว่าด้วย เช่นเดียวกับวรรณกรรมชิ้นเอกของโลก ล้วนว่าด้วยเรื่องของความรักทั้งสิ้น

นอกจากนี้ยังมีงานเขียน และผู้ที่ได้ทำศึกษาด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว ที่มีผลกับความสุข ดังต่อไปนี้

Diener (อ้างใน Time Magazine, 2005: 33) The U.S. Centers for Disease Control and Prevention สํารวจพบว่า คนที่มีอายุระหว่าง 20 – 24 ปี มักจะมีช่วงเวลาโศกเศร้า หดหู่จำนวน 3.4 วัน ในหนึ่งเดือน ซึ่งตรงกันข้ามกับคนในช่วงอายุ 65 – 74 ปี ที่พบว่ามีเพียง 2.3 วันเท่านั้นในการแต่งงาน

ฟณ แสงสิงแก้ว (2541: 25-28) ได้อธิบายความสำคัญของความสัมพันธ์ในครอบครัวจากความหมายของความผูกพันรักใคร่ในครอบครัวว่า “ความผูกพันรักใคร่ในครอบครัวนั้นนับเป็นรากฐานของความสุข ชีวิตสังคมย่อมตั้งต้นมาจากครอบครัว ถ้าครอบครัวแตกแยก หรือครอบครัวขาดความรักความผูกพันรักใคร่กันในชีวิต ในสังคมย่อมแตกแยกประดุจเงาตามตัว”

พระธรรมปิฎก (2544) ความสุขของครอบครัว คือ สันติสุขของสังคม พบว่าความสุขในครอบครัวจะมีมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับพ่อและแม่ทำหน้าที่ตามฐานะทั้ง 3 ประการนี้ คือเป็นพระพรหม เป็นอาจารย์คนแรกและเป็นพระอรหันต์ของลูกได้สมบูรณ์เพียงใด

พัทธา สายหู (2526) กล่าวว่า “ครอบครัวแสนสุข คือครอบครัวที่สมาชิกทุกคนมีความสุข ความพอใจที่ได้อยู่ร่วมกันในครอบครัวนั้น ทุกคนต้องการกันและกัน ทุกคนรักใคร่ห่วงใยกันและกัน ไม่ต้องการขัดใจกัน ไม่ทำความทุกข์ให้กัน”

สีใบทอง บุญประดับ (2544) กล่าวว่าไว้ว่า “ครอบครัวเหนียวรัก ของบ้านเถื่อรัก” พบว่าครอบครัวเหนียวรักนั้นมีพื้นฐานมาจากการรักษาศีล 5

เสนอ อินทรสุขศรี (2515) เสนอแนะว่า บ้านที่มีความสุขนั้น คือบ้านที่ผู้อาศัยรู้สึกได้ว่าตัวนี้เป็นที่รักที่ปรารถนาอื่น ๆ ภายในบ้าน แต่คนที่อยู่ในบ้านนั้นมีสิทธิ์ของตัวเอง มีอิสระในการที่จะทำ

อื่น ๆ มากกว่าปัจจัยที่บ่งชี้ถึงความเจริญก้าวหน้าทางด้านเศรษฐกิจ การศึกษาในระดับข้อมูลมหภาค นี้ได้ข้อสรุปว่า ความสุขเกิดขึ้นจากการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมและสภาพแวดล้อมที่ดี ไม่มีการเอารัดเอาเปรียบ มีความช่วยเหลือเกื้อกูลกัน เป็นต้น

ในแนวทางที่สองคือ การใช้ข้อมูลในระดับจุลภาค (Micro Level) อธิบายว่า รายได้เป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบทางบวกต่อระดับความสุขของคน โดยพบว่าคนรวยที่มีฐานะที่ดีกว่า โดยเฉลี่ยจะมีความสุขมากกว่าคนจน เนื่องจากการไม่มีรายได้ทำให้คนยากจนกลุ่มนั้นไม่มีโอกาสที่จะบริโภคสินค้าที่สร้างความสุขให้แก่ตน มีระดับของการบริโภคที่ต่ำ และไม่มีระดับสวัสดิการที่ดีในการรองรับแก่ประชาชนที่มีฐานะยากจนเหล่านั้น ซึ่งผลที่ได้นี้ กลับตรงกันข้ามกับผลที่ได้จากการใช้ข้อมูลในระดับมหภาค

เดชรัต สุขกำเนิด (2550) เสนอแนวคิดใหม่ของ Max-Neef ต่อการสร้างความเข้าใจใหม่เรื่องเศรษฐศาสตร์แห่งความสุข มีอยู่ด้วยกันอย่างน้อย 2 ประการ คือ

ประการแรก เป็นการคัดค้านความเชื่อเดิม ตามแนวคิดของ Maslow (1954) ที่ว่ามนุษย์จะต้องบรรลุความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ขั้นแรกก่อนที่จะบรรลุความต้องการขั้นสูงขึ้นไป และกลายเป็นความเข้าใจคลาดเคลื่อนต่อ ๆ กันมา ว่าระบบและกระบวนการทางเศรษฐกิจจำเป็นที่จะต้องทำให้มนุษย์บรรลุความต้องการในขั้นแรก ๆ นั่นคือ การบริโภคและมีรายได้ให้เพียงพอต่อการยังชีพและการสร้างความสะดวกสบายเสียก่อนแล้วจึงค่อยคิดถึงความต้องการหรือคุณค่าพื้นฐานอื่น ๆ ต่อไป แต่ Max-Neef เห็นว่ามนุษย์ต้องการคุณค่าพื้นฐานทั้ง 9 ประการนั้นไปพร้อม ๆ กัน โดยมีได้จำเป็นต้องรอการบรรลุความต้องการพื้นฐานไปทีละขั้น ขณะเดียวกัน การมีคุณค่าพื้นฐานในแต่ละด้านก็จะช่วยเสริมหนุนคุณค่าพื้นฐานในด้านอื่น ๆ ด้วย (เช่น ความสามารถในการยังชีพ และการได้รับการคุ้มครองช่วยให้มนุษย์มีอิสรภาพในการสร้างสรรค์ ผ่อนคลาย และมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ บนพื้นฐานของความเข้าใจ ความรัก และการตระหนักในอัตลักษณ์ของตนเองและผู้อื่น) ดังนั้น ระบบและกระบวนการทางเศรษฐกิจจึงควรจะเอื้อให้เกิดคุณค่าพื้นฐานทั้ง 9 ประการนั้นด้วย มิใช่มุ่งเน้นเพียงการยังชีพหรือความสะดวกสบายเท่านั้น

ประการที่สอง เป็นการตอบคำถามที่ต่อเนื่องมาจากความสำคัญประการแรกในประเด็นที่ว่า “ระบบและกระบวนการทางเศรษฐกิจจะเอื้อให้เกิดคุณค่าพื้นฐานทั้ง 9 ประการนั้นได้อย่างไร” เพราะแนวคิดใหม่ของ Max-Neef ได้เสนอว่า คุณค่าพื้นฐานสำหรับมนุษย์ทั้ง 9 ประการนั้น ควรจะบังเกิดขึ้นในทั้ง 4 กระบวนการด้วยกันคือ การได้รับ การเป็นอยู่ การลงมือทำ และการปฏิสัมพันธ์ มิใช่เกิดขึ้นหรือวัดผลจากการได้รับ (ซึ่งก็คือการบริโภคสินค้าและบริการ) เพียงอย่างเดียวตามแนวคิดของเศรษฐศาสตร์กระแสหลัก ดังนั้น การจัดการหรือจัดสรรในระบบและกระบวนการทางเศรษฐกิจจึงจำเป็นต้องตั้งโจทย์หรือปรับฐานคิดกันใหม่หมด เช่น จะต้องตั้งคำถามว่า กระบวนการ

ผลของการว่างงานที่วัดได้อาจสะท้อนให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลที่มีอยู่แล้ว โดยคนที่มีความสุขน้อยกว่า ตกลงานบ่อยครั้งมากกว่า แต่ German Socio-Economic Panel ได้แสดงให้เห็นว่า สำหรับใครก็ตามที่มีความเจ็บปวดที่เกิดจากการว่างงานมากกว่า เมื่อเปรียบเทียบกับความเจ็บปวดที่เกิดจากการสูญเสียรายได้

การสำรวจดังกล่าวยังตอบคำถามสำคัญอีกคำถามหนึ่ง บางคนคิดว่าสิ่งที่เลวร้ายที่สุดนั้นไม่ใช่การว่างงานแต่เป็นการไม่สามารถทำงาน กล่าวคือ “การหลุดจากตลาดงาน” และไม่หางานทำนั้นเพียงพอ ๆ กับการว่างงาน คุณไม่หางานทำเพราะคุณหมดกำลังใจ ข้อมูลที่ได้จากการสำรวจดังกล่าวปฏิเสธประเด็นนี้อย่างสิ้นเชิง การเปลี่ยนสถานะจากการทำงานเป็น “การหลุดจากตลาดงาน” นั้น ก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงในระดับความสุขน้อยกว่าการเปลี่ยนสถานะจากการทำงานเป็นการว่างงานมาก และการเกษียณอายุก็ไม่กระทบกระเทือนระดับความสุขด้วย

ดังนั้นการว่างงานจึงเป็นปัญหาที่พิเศษมาก แม้เวลาจะผ่านไปหนึ่งหรือสองปี ความเจ็บปวดยังคงอยู่เหมือนตอนเพิ่งว่างงานใหม่ ๆ คุณจะไม่เกิดความเคยชินกับการว่างงาน (แม้ว่าเจ็บปวดน้อยกว่าหากคนอื่นตกงานด้วย) และเมื่อกลับไปทำงานใหม่ผลของการว่างงานนั้นก็ยังรู้สึกได้เหมือนเป็นแผลเป็นทางใจ

แม้คนที่มียางงาก็ยังกลัวการว่างงาน อัตราการว่างงานที่เพิ่มสูงขึ้นมีผลต่อความสุขของทุกคนรวมถึงคนที่มียางงาด้วย อัตราการว่างงานเพิ่มสูงขึ้นส่งผลสองประการด้วยกัน ประการที่หนึ่ง คือ ผลโดยตรง เนื่องจากจำนวนคนที่ไม่มีงานทำจะมากขึ้น ประการที่สอง คือ ผลทางอ้อมที่กระทบทุกคน ดังนั้น ทุกสังคมจึงพยายามมุ่งหวังให้อัตราการว่างงานอยู่ในระดับที่ต่ำและมีเสถียรภาพ

การทำงานเป็นสิ่งที่จำเป็น ถ้านั่นคือสิ่งที่คุณต้องการ แต่การชอบงานที่ทำก็สำคัญด้วย บางครั้งสิ่งที่สำคัญที่สุด ก็คือ ความสามารถควบคุมงานที่ทำ ทุก ๆ คนล้วนแล้วแต่มีความคิดสร้างสรรค์ในตัว แต่ถ้าไม่ได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์ที่มีก็จะรู้สึกไม่ดี ซึ่งมีข้อค้นพบที่ตรงอย่างน่าสนใจว่า ข้าราชการชาวอังกฤษไม่ว่าทำงานในระดับใดก็ตามที่ทำงานแบบซ้ำซากที่สุด จะมีอัตราการเกิดเส้นเลือดอุดตันเร็วที่สุดด้วย

นอกจากนี้ยังมีงานเขียน และผู้ที่ได้ทำการศึกษาด้านงาน ที่มีผลต่อความสุข ดังต่อไปนี้

Diener and Seligman (2004) ได้กล่าวถึงความสัมพันธ์ในที่ทำงานว่า เป็นส่วนสำคัญยิ่งของความเป็นอยู่ดีมีสุขในที่ทำงาน (Well-being in workplace) กล่าวคือ ความเป็นอยู่ที่ดีนำไปสู่การสร้างสัมพันธ์ที่ดีในที่ทำงาน ผลการทดสอบของเขาบ่งชี้ว่า ส่วนหนึ่งของความทุกข์ หรือความเศร้าของมนุษย์ที่เกิดขึ้น เกิดจากการถูกตัดออกจากสังคมที่เขาคนนั้นอยู่ หรือเกิดจากการมีสัมพันธ์ที่ไม่ดีกับคนในสังคมหรือกลุ่มที่คนนั้นดำรงอยู่ มนุษย์เรามีความต้องการในการได้รับการสนับสนุนจาก

วัฒนา สุตรสุวรรณ (2512 : 1-2) กล่าวว่า การที่คนทำงานในห้องเครื่องการใดองค์การหนึ่ง นั้น ไม่ใช่เพื่อเงินหรือหาเงินเลี้ยงชีพครอบครัวอย่างเดียว เงินเป็นเพียงส่วนหนึ่งที่คนอยากได้เท่านั้น นอกเหนือไปจากเงิน คนยังต้องการความสุขและสิ่งอื่น ๆ เงินอย่างเดียวไม่สามารถดึงดูดหรือผูกมัดจิตใจให้คนทำงานได้ตามที่ผู้จัดตั้งองค์การปรารถนา คนจะทำงานก็ต่อเมื่อเขามีความสุข มีความสบายใจและพอใจที่จะทำ ถ้าไม่มีความสุข ไม่มีความสบายใจและไม่มีความพอใจแล้วจะเอาเงินมาล่อมาหลอกให้อยู่ทำงานต่อไปสักมากมายเพียงใด โดยคิดจะให้ตกเป็นทาสของเงินนั้น ย่อมไม่มีทาง กลับกันถ้าคนมีความสุข มีความสบายใจและพอใจที่จะทำงานแล้ว จะให้เงินเป็นการตอบแทนหรือสมนาคุณหรือไม่ คนก็รักจะอยู่ทำงานให้หรือทำงานต่อไป

ความสุข ความสบายใจ และความพอใจของคนในการทำงานจะมีหรือไม่ ขึ้นอยู่หรือสืบเนื่องมาจากบทบาท ท่าที และความสัมพันธ์ระหว่างผู้บังคับบัญชากับผู้ใต้บังคับบัญชา หรือระหว่างผู้ใต้บังคับบัญชากับผู้บังคับบัญชา ถ้าทั้ง 2 ฝ่ายรู้จักกันและกัน รู้ความต้องการของกันและกัน และเข้าใจซึ่งกันและกันอย่างถูกต้องแล้ว ความสุข ความสบายใจ และความพอใจซึ่งเป็นบรรยากาศที่ทุกคนปรารถนาในการที่ได้มาทำงานร่วมกันจึงจะเกิดขึ้น ถ้าตรงข้าม บรรยากาศที่ปรารถนาจะถูกบั่นทอนลงและแตกหักในที่สุด

เดชรัตน์ สุขกำเนิด (2550 : 95) กล่าวว่า แง่มุมของเศรษฐศาสตร์แห่งความสุข การทำงานจึงไม่ใช่ต้นทุนของความสุขต่อไป เพราะการทำงานที่ทำให้เกิดความพอใจเพียงและมีความมั่นคง ก็สามารถเป็นสะพานที่จะนำพามนุษย์ให้เข้าถึงความสุข การทำงานที่มีความรัก ความเข้าใจ และมีความคิดสร้างสรรค์ และการทำงานที่มีศักดิ์ศรี มีความภูมิใจ และเอื้อให้เกิดความสัมพันธ์ที่เท่าเทียม ได้เช่นเดียวกับการบริโภค และน่าจะเป็นสะพานที่มีความยั่งยืนและมั่นคงมากกว่าด้วยซ้ำไป การพัฒนาระบบและกระบวนการทางเศรษฐกิจต่าง ๆ จึงไม่ควรมองการทำงานเป็นเพียงการสร้างรายได้ เพื่อนำไปใช้ในการบริโภคอีกต่อไป แต่ควรมองและให้ความสำคัญกับการพัฒนาการทำงานในฐานะของสะพานไปสู่ความสุขของมนุษย์อย่างแท้จริงมากกว่า

ยังมีงานเขียนและผู้ทีศึกษาสวัสดิการหรือผลตอบแทน ที่มีผลต่อความสุข ดังต่อไปนี้

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2534 : 126) กล่าวว่า ความรู้สึกรวมของบุคคลที่มีต่อการทำงานในทางบวก เป็นความสุขของบุคคลที่เกิดจากการปฏิบัติงาน และได้ผลตอบแทน คือ ผลที่เป็นความพึงพอใจที่ทำงานให้บุคคลเกิดความรู้สึกกระตือรือร้น มีความมุ่งมั่นที่จะทำงาน มีขวัญและกำลังใจ สิ่งเหล่านี้จะมีผลต่อประสิทธิภาพและประสิทธิผลของการทำงาน

ณรงค์ เพ็ชรประเสริฐ (2546) เขียนแนวคิดด้านสวัสดิการสังคม (social welfare) จากรัฐสมัยใหม่ว่า กำลังแรงงานเป็นปัจจัยการผลิตหลักของชาติ จึงจำเป็นที่ “รัฐ” จะต้องดูแลแก้ไขให้กำลังแรงงานเหล่านี้มีศักยภาพในทางการผลิต และมีโครงการที่จะสร้างผลผลิตให้แก่สังคมได้ หรือ

ถ้ากำลังแรงงานนี้ไม่สามารถที่จะทำงานได้ตลอดชีวิต รัฐก็จำเป็นต้องดูแลให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ โดยไม่ให้เป็นปัญหาต่อสังคม เพื่อป้องกันมิให้เกิดผลกระทบต่อความสงบสุขของสังคมโดยรวม รัฐจึงจำเป็นต้องจัดระบบการให้บริการและการดูแลปัญหาดังกล่าวของกำลังแรงงานในประเทศ

ระพีพรรณ คำหอม (2549: 1-5) เขียนความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับสวัสดิการสังคมว่า หน้าที่สำคัญของรัฐประการหนึ่งคือ การดูแลรับผิดชอบให้ประชาชนที่เดือดร้อนให้ได้รับบริการสังคมขั้นพื้นฐานหรือบริการสวัสดิการสังคมจากรัฐ ฉะนั้นสิทธิของประชาชนในฐานะที่เป็นพลเมืองของรัฐ (Civil Right) ก็ควรจะได้รับบริการพื้นฐานที่จำเป็นต่อการดำรงชีวิตของรัฐ รัฐในฐานะผู้ปกครองที่มีอำนาจซึ่งมีหน้าที่โดยชอบธรรมที่จะจัดสรรทรัพยากรให้กับประชาชน ในอดีตรัฐกับประชาชนได้สร้างพันธะสัญญาร่วมกันที่เรียกว่า “สัญญาประชาคม” อำนาจของรัฐจึงเป็นอำนาจที่ชอบธรรม รัฐบาลจึงมีหน้าที่หลักโดยมีนโยบายการดูแลทุกข์และสุขของประชาชนให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ตามอัตภาพของตน ประชาชนส่วนใหญ่จึงมีความศรัทธาเชื่อถือต่ออำนาจรัฐว่าเป็นผู้ที่เหมาะสมต่อการจัดบริการสวัสดิการสังคมได้เป็นอย่างดี

วรเทพ ไวกงวิโรจน์ (2532) กล่าวถึง “ความสุขของมวลสมาชิกสหกรณ์” ว่าเป็นความสุขที่เกิดจากการดำเนินชีวิตที่ราบรื่น รื่นรมย์ ซึ่งต้องอาศัยบริการจากสหกรณ์เป็นพื้นฐานในการสร้างความเอื้ออำนวยแก่ชีวิต สมาชิกสหกรณ์สามารถพิจารณาด้านความสุขได้จากปัจจัยหลายประการ เช่น การได้รับสวัสดิการต่าง ๆ จากสหกรณ์ การได้รับการคุ้มครองในรูปแบบต่างๆ จากสหกรณ์ การได้รับการปกป้องต่าง ๆ จากสหกรณ์ การได้รับการช่วยเหลือทางการเงินจากสหกรณ์ การได้รับบริการที่ดีและเท่าเทียมสม่ำเสมอจากสหกรณ์ การมีเงินออม การมีหุ้นที่สม่ำเสมอ การไม่มีหนี้สิน ฯลฯ

สัญญา บุญยะโทตระ (2538: 25) ให้ความหมายของสวัสดิการว่า “เป็นสิ่งที่จัดให้มีขึ้นเพื่อบรรเทาความเดือดร้อนของบุคลากร เพื่อให้บุคลากรมีขวัญและกำลังใจในการทำงานอย่างมีความสุข มีความผูกพันต่อองค์กรไม่คิดที่จะเปลี่ยน”

นอกจากนั้นแล้ว กรมสวัสดิการทหารบก (2548) ได้มีการจัดสวัสดิการให้แก่กำลังพลภายในกองทัพไว้ ดังต่อไปนี้

1) สวัสดิการทั่วไป

หน่วยงานที่มีหน้าที่ดำเนินการในเรื่องสวัสดิการของกองทัพบกได้เริ่มต้นขึ้นเป็นครั้งแรกในปี 2491 คือ “องค์การสงเคราะห์ทหารบก” เพื่อช่วยเหลือแก้ปัญหาการครองชีพและขวัญของทหารในกองทัพบกที่เสื่อมทรามระส่ำระสายให้ดีขึ้น โดยตั้งนโยบายเพื่อดำเนินการไว้ 8 ประการ คือ

1.1 ดำเนินการช่วยเหลือ ส่งเสริมการครองชีพของ ทหาร ข้าราชการ และครอบครัว ในกองทัพบก ให้อยู่ดีกินดี ใช้อุปโภค บริโภคราคาค่าต่ำกว่าท้องตลาด

1.2 ส่งเสริมอาชีพ เพื่อให้สามารถประกอบอาชีพได้ และหารายได้เพิ่มให้แก่ ครอบครัว

1.3 ให้มีการอบรมศีลธรรมแก่ทหารให้ทั่วถึง โดยจัดเจ้าหน้าที่อนุศาสนาจารย์เป็นผู้ดำเนินการ

1.4 ส่งเสริมการศึกษา เพื่อให้ทหารมีพละนามัยสมบูรณ์ มีน้ำใจนักกีฬา เสียสละ และ ให้อภัยแก่กัน มีความสามัคคีเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกัน

1.5 จัดการบันเทิงให้แก่ทหาร เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ เกิดความเบิกบาน สดชื่น หลังจากการปฏิบัติหน้าที่การงานแล้ว

1.6 ช่วยเหลือความเดือดร้อนด้านการเงิน เพื่อใช้จ่ายในกิจจำเป็น

1.7 ช่วยเหลือจัดให้ทหารมีกรรมสิทธิ์ในที่ดิน หรือที่ดินพร้อมบ้านเป็นกรรมสิทธิ์ ของตนเองตามสมควรแก่อัธยาศัย

1.8 จัดให้มีฌาปนกิจสงเคราะห์สำหรับทหาร ข้าราชการ และครอบครัว

การจัดสวัสดิการตามนโยบายดังกล่าวแล้ว ได้มีการปรับปรุงในต่อ ๆ มา ทั้งการจัดหน่วย และแก้ไขภารกิจ เพื่อให้การสวัสดิการเป็นไปด้วยความเรียบร้อย เหมาะสมกับสภาพการให้การ สนับสนุน ปัจจุบันได้จัดเป็น “กรมสวัสดิการทหารบก” ฝ่ายกิจการพิเศษขึ้นตรงกองทัพบก

2) กรมสวัสดิการทหารบก

กรมสวัสดิการทหารบก เป็นหน่วยปฏิบัติงานฝ่ายกิจการพิเศษ อยู่ในสายกำลังพล ขึ้น ตรงกับกองทัพบกโดยตรง โดยมีสายการดำเนินงาน ดังนี้

2.1 คณะกรรมการสวัสดิการข้าราชการกองทัพบก (คณะกรรมการ อสท.) เป็นผู้ กำหนดนโยบายด้านสวัสดิการของกองทัพบก

2.2 กรมสวัสดิการทหารบก รับผิดชอบดำเนินการนำนโยบายของคณะกรรมการ อำนวยการสวัสดิการของกองทัพบก เพื่ออนุมัติกำหนดเป็นนโยบายสวัสดิการของกองทัพบก ต่อไป

2.3 กรมสวัสดิการทหารบก นำนโยบายสวัสดิการของกองทัพบกมาพิจารณากำหนด เป็นหลักการ ระเบียบ และคำสั่งเพื่อแจกจ่ายให้หน่วยต่าง ๆ ถือปฏิบัติ รวมทั้งควบคุมการปฏิบัติให้ เป็นไปตามนโยบาย

2.4 หน่วยต่าง ๆ ของกองทัพบกจะมีเจ้าหน้าที่สวัสดิการประจำอยู่ ได้แก่ นายทหารฝ่ายสวัสดิการประจำหน่วย หากหน่วยใดไม่มีก็จะแต่งตั้งนายทหารหรือเจ้าหน้าที่ภายในหน่วยให้ทำหน้าที่ด้านสวัสดิการของหน่วยขึ้น

2.5 ในกรณีที่หน่วยมีปัญหาด้านสวัสดิการและไม่สามารถแก้ไขในระดับหน่วยได้ หน่วยจะเสนอปัญหาผ่านกรมสวัสดิการ กรมสวัสดิการทหารบกจะดำเนินการให้ตามลำดับจนกว่าปัญหานั้น ๆ จะได้รับการแก้ไข

3) งานสวัสดิการที่บริการให้แก่ข้าราชการ

- 3.1 การทำสมุดประจำตัวสำหรับครอบครัวผู้ไปทำการรบนอกราชอาณาจักร
- 3.2 การให้สวัสดิการในเรื่องกิจการเงินออมทรัพย์
- 3.3 การช่วยเหลือข้าราชการที่ประสบภัยธรรมชาติ
- 3.4 การให้สวัสดิการในเรื่องที่อยู่อาศัย
- 3.5 การส่งเสริมการกีฬาของกองทัพบก
- 3.6 การดำเนินกิจการสโมสร
- 3.7 การจัดสถานที่พักผ่อนให้แก่ข้าราชการต่างจังหวัด
- 3.8 การดำเนินกิจการฌาปนกิจ
- 3.9 การส่งเสริมการศึกษา
- 3.10 การขายสิ่งอุปโภคและบริโภคในราคาถูก

งานทั้ง 10 ประการดังกล่าวนี้ การดำเนินการอยู่ในความควบคุมของคณะกรรมการในระดับกองทัพบก

4) การจัดการสวัสดิการทหารบก

- 4.1 พังการจัดการสวัสดิการทหารบก (ผังอยู่หน้า 40 ในต้นฉบับ)
- 4.2 การกิจกรรมสวัสดิการทหารบก

กรมสวัสดิการทหารบก มีหน้าที่

4.2.1 ดำเนินการเกี่ยวกับสวัสดิภาพและบำนาญทุกข บำรุงสุข ทั้งในด้านทรัพย์สินและสิ่งอุปโภคบริโภค

4.2.2 แนะนำและส่งเสริมวิชาชีพและการศึกษา ทั้งที่เกี่ยวกับทหาร ข้าราชการและครอบครัว มีเจ้ากรมสวัสดิการเป็นผู้บังคับบัญชารับผิดชอบ

4.2.3 การแบ่งส่วนราชการและหน้าที่
กรมสวัสดิการทหารบกแบ่งส่วนราชการออกเป็นดังนี้

1) แผนกธุรการ มีหน้าที่เกี่ยวกับการสารบรรณ การธุรการ และการรักษาความปลอดภัย รวมทั้งดำเนินการเรื่องเกี่ยวกับเบี้ยหวัด บำเหน็จ และการสวัสดิการของข้าราชการ และลูกจ้างในสังกัดกรมสวัสดิการทหารบก

2) แผนกการเงิน มีหน้าที่ให้คำปรึกษา เสนอแนะผู้บังคับบัญชาในเรื่องที่เกี่ยวกับการเงิน ทำการเบิกจ่าย และเก็บรักษาเงินของทางราชการ อำนาจการและกำกับเกี่ยวกับการจ่ายเงิน การเก็บหลักฐานการเงิน และการบัญชี เงินราชการ รวมทั้งกำกับดูแลเงินสโมสร เงินร้านค้าสวัสดิการกลาง เงินออมทรัพย์ และเงินฌาปนกิจสงเคราะห์

3) แผนกพลาริการ มีหน้าที่ให้คำปรึกษา เสนอแนะและดำเนินการเกี่ยวกับการจัดหาเก็บรักษา และแจกจ่ายสิ่งอุปกรณ์ทุกประเภทของกรมสวัสดิการทหารบก รวมทั้งดำเนินการเกี่ยวกับการสาธารณูปโภคและการซ่อมบำรุงสิ่งอุปกรณ์ในความรับผิดชอบ

4) แผนกขนส่ง มีหน้าที่ให้คำปรึกษา เสนอแนะและดำเนินการเกี่ยวกับการขนส่ง การเคลื่อนย้าย ตลอดจนการซ่อมบำรุงยานพาหนะของกรมสวัสดิการทหารบก

5) กองแผนและโครงการ มีหน้าที่วางแผน อำนาจการ ประสานงานกำกับการและดำเนินการในด้าน การกำลังพล การข้าว การฝึกศึกษา การส่งกำลังบำรุง และกิจการเกี่ยวกับแผนโครงการและงบประมาณของกรมสวัสดิการ

6) กองการออมทรัพย์ มีหน้าที่วางแผน อำนาจการ และดำเนินการในเรื่องการออมทรัพย์ และการช่วยเหลือข้าราชการของกองทัพบกในระยะยาว ซึ่งได้แก่การฝาก การถอน และการกู้เงินออมทรัพย์ รวมทั้งการจ่ายทุนสวัสดิการแก่ผู้ประสบภัยธรรมชาติ การจัดสรรที่ดินที่พักอาศัยส่วนตัว ตลอดจนริเริ่มปรับปรุงและพัฒนาการดำเนินงานให้ทันสมัยตามความเหมาะสม

เงินออมทรัพย์ข้าราชการกองทัพบก (อทพ.) เป็นเงินที่เกิดขึ้นจากการสะสมเงินรายได้คนละเล็กน้อยตามที่ทางราชการกำหนด เงิน อทพ. ได้เริ่มดำเนินการมาตั้งแต่ปี 2496 ด้วยความมุ่งหมายที่จะส่งเสริมให้ข้าราชการกองทัพบกมีนิสัยรักการประหยัดและเป็นการวางรากฐานของครอบครัวในอนาคต หากจำเป็นก็สามารถกู้ได้ในอัตราดอกเบี้ยต่ำ และสุดท้ายก็จะสามารถนำไปใช้ประโยชน์ของตนและครอบครัวในโอกาสที่ออกจากราชการไปแล้ว

ได้มีการวางระเบียบการออมทรัพย์ไว้และปรับปรุงแก้ไขให้เหมาะสมมาหลายครั้ง โดยหลักการแล้วการออมทรัพย์มีระบบการดำเนินการในเรื่องต่าง ๆ ดังนี้

6.1 การฝากเงิน

อัตราการฝากเงินกำหนดให้มีการฝากดังนี้

1. การฝากประจำ

1) ข้าราชการต่ำกว่าสัญญาบัตรฝากคนละ 20.00 บาทต่อเดือน

- 2) ข้าราชการสัญญาบัตรชั้นนายร้อยฝากคนละ 50.00 บาทต่อเดือน
- 3) ข้าราชการสัญญาบัตรชั้นนายพันฝากคนละ 100.00 บาทต่อเดือน
- 4) ข้าราชการสัญญาบัตรชั้นพันเอกพิเศษขึ้นไปฝากคนละ 200.00 บาทต่อเดือน

2. การฝากสมทบ

นอกจากการฝากประจำเดือนแล้ว หากข้าราชการผู้ใดมีความประสงค์จะฝากเงินเพิ่มจากอัตราการฝากประจำก็สามารถฝากได้ แต่ขอให้ฝากเงินเป็นจำนวนหลักร้อยและฝากต่อเนื่องครบตามปีงบประมาณ

3. หลักฐานการฝากเงิน

ใช้สมุดคู่มือออมทรัพย์ (แบบ จ.1) เป็นหลักฐาน สมุดนี้กองทัพบกจะจ่ายให้ข้าราชการกองทัพบกตั้งแต่เริ่มรับราชการ

รวมเงินฝากทั้งสิ้น (นับถึงเดือนพฤษภาคม 2548) ประมาณ 436,858,400 บาท (สี่ร้อยสามสิบหกล้านแปดแสนห้าหมื่นแปดพันสี่ร้อยบาทถ้วน)

4. อัตราดอกเบี้ย

- 1) เมื่อครบปี ผู้ฝากจะได้รับดอกเบี้ยตามอัตราร้อยละ 13
- 2) เงินที่ฝากในระหว่างปี ทั้งฝากประจำเดือนและฝากสะสม เมื่อสิ้นปีงบประมาณ กองทัพบกคิดดอกเบี้ยให้เป็นรายปี
- 3) การฝากเงินออมทรัพย์นี้เป็นการฝากเช่นเดียวกับธนาคารทั่วไป แต่ไม่ถูกหักดอกเบี้ยเช่นเดียวกับธนาคาร คงคิดให้เต็มตามจำนวนเงินที่ฝากไว้

6.2 การถอนเงิน

1. ข้าราชการที่ฝากเงินไว้กับกองทัพบกแล้วนั้น จะสามารถถอนเงินที่ฝากไว้พร้อมด้วยดอกเบี้ยจนถึงเดือนที่ถอน (หลังวันที่ 20 ของเดือน) ได้ในกรณีที่ข้าราชการผู้นั้นไม่ได้รับรายได้จากกองทัพบกอีกต่อไป ตามรายการต่อไปนี้

2. เกษียณอายุราชการ
3. ถูกปลด
4. ลาออกจากราชการ
5. ย้ายไปรับราชการหน่วยงานภายนอกกองทัพบก
6. หายสาบสูญโดยมีหลักฐาน
7. ถึงแก่กรรม

6.3 การให้กู้เงินออมทรัพย์ข้าราชการกองทัพบก

การกู้เงินออมทรัพย์ของกองทัพบก แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

ก. การกู้เงินประเภทบำบัดทุกข์

1. กู้โดยการใช้นเงินที่ผู้กู้ฝากเป็นมูลฐาน
2. ผู้กู้จะต้องมีเงินฝากไม่ต่ำกว่า 500 บาท
3. การกู้จัดให้กู้เป็นหลักพัน
4. การผ่อนชำระจะต้องให้เสร็จสิ้นภายใน 30 เดือน ในกรณีที่ผ่านชำระไม่เสร็จสิ้น ผู้กู้จะต้องปรับร้อยละ 7 ของเงินที่เหลือ

ข. การกู้ประเภทเงินกู้พิเศษ

เป็นการกู้เพื่อสร้างหลักฐาน ได้แก่การซื้อที่ดินปลูกบ้านพักอาศัย การต่อเติมอาคาร ใต้ถุนบ้านเอง เป็นการกู้วงเงินสูงและมากกว่าจำเนินที่ฝากไว้ หลักเกณฑ์การกู้มีดังนี้

1. ผู้กู้ต้องมีเงินฝากออมทรัพย์ข้าราชการกองทัพบก
2. มีหลักทรัพย์ประกันเงินกู้
3. ผ่อนชำระให้เสร็จสิ้นภายใน 10 ปี
4. มีรายได้สุทธิเป็น 3 เท่าของเงินที่ผ่อนชำระแต่ละเดือน

7) กองการกีฬา

กองกีฬามีหน้าที่วางแผน อำนวยการ และดำเนินการในเรื่องการกีฬาของกองทัพบก การแนะนำส่งเสริมการกีฬาแก่ข้าราชการและครอบครัวในกองทัพบก ตลอดจนการจัดการแข่งขันกีฬาของกองทัพบก

การแบ่งหน่วยกีฬาของกองทัพบก คือ หน่วยระดับกองพลเป็นหลักและมอบภารกิจ การฝึกกีฬาให้แก่หน่วยต่าง ๆ จำนวน 35 หน่วย ทำการฝึกกีฬาให้แก่กำลังพลในหน่วยตน และคัดเลือกนักกีฬาเข้าแข่งขันในกองทัพบกต่อไป

ประเภทกีฬาที่กำหนดให้มีการแข่งขันภายในกองทัพบก คือ ฟุตบอล บาสเกตบอล มวยปล้ำ ยูโด ยิงปืน แบดมินตัน วอลเลย์บอล ตะกร้อ ข้ามตาข่าย รักบี้ฟุตบอล บริดจ์ วายน้ำ มวย คาราเต้ กอล์ฟ ขกน้ำหนัก เทนนิส เทเบิลเทนนิส กอล์ฟ

กีฬาประเภทต่าง ๆ ที่กำหนดให้นี้อาจกำหนดเพิ่มเติมได้ เพื่อให้หน่วยทำการฝึกภายในหน่วย และคัดเลือกผู้ที่มีความสามารถส่งเข้าแข่งขันในระดับกองทัพบก ซึ่งกำหนดให้มีปีละหนึ่งครั้ง

นอกจากนี้ยังมีการแข่งขันระหว่างเหล่าทัพ เพื่อคัดเลือกนักกีฬาเป็นผู้แทนไปแข่งขันในกรีฑาทหารระหว่างชาติ และการแข่งขันกับประชาชนต่อไป

กีฬากองทัพไทยมี 13 ประเภท คือ กรีฑา ยิงปืน ฟุตบอล บาสเกตบอล มวยสากล วายน้ำ วอลเลย์บอล ยูโด โครม เทเบิลเทนนิส จักรยาน แบดมินตัน คาราเต้

กีฬาการท่องเที่ยวระหว่างชาติมีประมาณ 21 ชนิด ได้กีฬาประเภทต่าง ๆ ดังนี้ ปิณจิกิพา ทหารบก ปิณจิกิพาทหารเรือ ปิณจิกิพาทหารอากาศ การเดินทางในภูมิประเทศ การเดินทาง ประกอบเข็มทิศ กระโดดร่ม ปิณจิกิพาสากล สัปดาห์หัดสกี ลู่อะลาน วายน้ำ มวยสากล ยูโด ฟันดาบ มวยปล้ำ ฟุตบอล บาสเกตบอล ยิงปืน สอกกี วอลเลย์บอล ฟุตบอลมือ สัปดาห์ทะเล

ประเภทกีฬาประเภทต่าง ๆ นี้ อาจเพิ่มหรือลดลงได้ตามความเหมาะสมแก่การแข่งขันแต่ละครั้ง

8) กองกิจการสโมสร

มีหน้าที่เกี่ยวกับกิจการสโมสรของกองทัพบกโดยส่วนรวม และมีหน้าที่ดำเนินกิจการสโมสรส่วนกลางของกองทัพบก

สโมสรทหารบกตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2501 เป็นแหล่งสมาคมของข้าราชการกองทัพบกและครอบครัว อยู่ในความอำนวยการของกรมสวัสดิการทหารบก โดยกองทัพบกได้กำหนดระเบียบสโมสรทหารบกว่าด้วยการเข้าเป็นสมาชิกและการเก็บเงินค่าบำรุงสโมสรทหารบก (ส่วนกลาง) พ.ศ.2517 ไว้เป็นหลักปฏิบัติ

8.1 วัตถุประสงค์ในการจัดตั้งสโมสรฯ 4 ประการ

1. เพื่อเชื่อมความสัมพันธ์
2. เพื่อบำรุงเพิ่มพูนความรู้
3. เพื่อการกีฬาและบันเทิง
4. เพื่อก่อให้เกิดการเกื้อกูลซึ่งกันและกัน

8.2 สมาชิกสโมสรมีประเภทต่าง ๆ ดังนี้

1. สมาชิกสามัญ เป็นข้าราชการกองทัพบกประจำการชั้นสัญญาบัตร
2. สมาชิกวิสามัญ เป็นข้าราชการสังกัดหน่วยของกองทัพบกหรือนอก

ประจำการสัญญาบัตร

8.3 การบริการ

1. บริการขายอาหารถูก
2. ใช้เป็นสถานที่จัดงานสังสรรค์ แต่งงาน การประชุม และการเลี้ยงต่าง ๆ

จุประมาณ 200 คน ค่าบริการใช้สถานที่ผู้เป็นสมาชิกได้ลดราคาพิเศษ

3. บริการทางการกีฬา ได้แก่ สนามเบดมินตัน 3 คอร์ต โต๊ะปิงปอง 3 โต๊ะ
4. ห้องบิลเลียด มีโต๊ะบิลเลียด 3 โต๊ะ
5. สนามเทนนิส 2 สนาม
6. สระว่ายน้ำ 1 สระ

8.4 การจัดที่พักสำหรับข้าราชการที่มาจากต่างจังหวัด

เพื่อเป็นการช่วยเหลือข้าราชการต่างจังหวัดที่มาราชการในกรุงเทพฯ เรื่องที่พัก กองทัพบกได้จัดหอพักเป็นอาคารตึกแถว 3 ชั้น ดังนี้ หอขนายพล 2 หอ หอสำหรับนายทัพ 25 หอ หอสำหรับนายร้อย 21 หอ และผู้ติดตาม 10 หอ ข้าราชการสามารถเข้าพักอาศัยได้โดยไม่ต้องเสียค่าบริการใด ๆ

9) กองการฦาปนกิจ

กองการฦาปนกิจ มีหน้าที่อำนวยการและดำเนินการในเรื่องกิจการฦาปนกิจของกองทัพบก ทั้งนี้รวมถึงการจัดทำงบประมาณและบัญชีรับ-จ่ายเงินในการฦาปนกิจของกองทัพบกด้วย

เพื่อแก้ไขปัญหาให้ข้าราชการผู้ถึงแก่กรรมได้รับการจัดการศพอย่างสมเกียรติและไม่เป็นเรื่องเดือดร้อนต่อทายาทผู้มีชีวิตอยู่ต่อไป จึงได้จัดมีระบบการฦาปนกิจในกองทัพบกขึ้น มีการดำเนินการต่าง ๆ ดังนี้

9.1 การเข้าเป็นสมาชิก

กองทัพบกแบ่งสมาชิกฦาปนกิจออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. สมาชิกสามัญส่วนสัญญาบัตร รวมทั้งตัวข้าราชการผู้สมัครและผู้ที่ย้ายราชการนำมาสมัครด้วย
2. สมาชิกสามัญต่ำกว่าสัญญาบัตร รวมทั้งตัวข้าราชการผู้สมัครและผู้ที่ย้ายราชการนำมาสมัครด้วย

1) การพิธีศพ

ฦาปนสถานกองทัพบกตั้งอยู่ที่วัดโสมนัสวิหาร กรุงเทพฯ ฦาปนสถานมีอาคารและอุปกรณ์ในการฦาปนกิจศพแก่สมาชิก และประชาชนทั่วไป ดังนี้ ศาลาตั้งศพสด อภิธรรม 10 ศาลา เมรุเผาศพ 2 เตา ฦาที่เก็บศพ 365 ฦา รถบรรทุกศพ 2 คัน ทางกองทัพบกได้กำหนดอัตราค่าบริการไว้ สำหรับสมาชิกจะได้รับเกณฑ์ลดพิเศษ

2) การเงินของกิจการฦาปนกิจ

อัตราค่าสมัคร

1. ข้าราชการสัญญาบัตร ค่าสมัครคนละ 20.00 บาท
2. ข้าราชการต่ำกว่าสัญญาบัตร ค่าสมัครคนละ 10.00 บาท เงินค่าสมัครนี้ใช้ในการบริหารกิจการสำหรับอัตราการหักเงินเพื่อจ่ายให้แก่ทายาทของสมาชิกเมื่อสมาชิกถึงแก่กรรมมีดังนี้

3. สมาชิกส่วนสัญญาบัตร ศพละ 1.00 บาท

4. สมาชิกส่วนต่ำกว่าสัญญาบัตร สพละ 50 สตางค์

การปฏิบัติเมื่อสมาชิกถึงแก่กรรม กรมสวัสดิการทหารบกจะใช้เงินกิจกรรม ฌาปนกิจรองจ่ายให้ทายาทก่อน แล้วหักจากสมาชิกมาคืนสมาชิก ของหน่วยต่างจังหวัด กรมสวัสดิการทหารบกจะโอนเงินไปให้หน่วยต้นสังกัดจ่ายได้เมื่อรับทราบไม่เกิน 7 วัน สำหรับสมาชิก ในกรุงเทพมหานครจ่ายได้ภายใน 1 วัน (เฉพาะเวลาราชการ)

ปัจจุบันกิจการฌาปนกิจของกองทัพบกมีความมั่นคง พอเป็นที่พึงของข้าราชการ และครอบครัว

10) กองกิจการร้านค้าสวัสดิการกลาง

กองกิจการร้านค้าสวัสดิการกลาง มีหน้าที่ดำเนินการค้าเพื่อการสวัสดิการของ ข้าราชการและลูกจ้าง คณงาน ในกองทัพบก รวมทั้งการจัดทำงบดุลประจำปี

เพื่อบริการขายอาหารและเครื่องใช้ เครื่องนุ่มห่ม ในราคาถูก ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญ ของการดำรงชีวิต เป็นการลดรายจ่ายของข้าราชการทหารบกและครอบครัว กองทัพบกจึงได้จัดตั้ง ร้านค้าสวัสดิการกลางขึ้น มีการดำเนินการโดยคณะกรรมการคณะหนึ่ง ซึ่งมีเจ้ากรมสวัสดิการทหารบกเป็นประธาน ทำหน้าที่กำหนดนโยบายและแก้ปัญหา ปรับปรุงกิจการร้านค้าสวัสดิการกลาง ร้านค้าแบ่งการดำเนินการเป็นแผนก ๆ มี 3 แผนก ด้วยกันคือ

10.1 แผนกขายส่ง

เป็นการดำเนินการขายครั้งละมาก ๆ จำนวนเงินมาก ๆ การขายส่งนี้ส่วนใหญ่ทำการขายให้แก่ร้านสาขาต่าง ๆ ที่อยู่ในหน่วยต่าง ๆ โดยให้มีการเปิดให้เครดิตไว้

10.2 แผนกขายปลีก

การขายปลีกกระทำที่ร้านค้าสวัสดิการกลาง ซึ่งตั้งอยู่ที่อาคารสโมสรของ อาคารสงเคราะห์กองทัพบกริมคลองประปา แบ่งแผนกย่อยออกเป็น 5 แผนก คือ แผนกซูเปอร์มาเกต แผนกเสื้อผ้าและเครื่องสำอาง แผนกเครื่องกีฬา แผนกเครื่องไฟฟ้า แผนกเครื่องเขียน

การค้าขายสินค้าต่าง ๆ นี้ได้เปิดดำเนินการค้าสำหรับข้าราชการและครอบครัว ในกองทัพบก และประชาชนทั่วไปด้วย

การขายสินค้าเพิ่มเติม ได้แก่การจัดสินค้าราคาถูกตามเทศกาลต่าง ๆ เช่นใน โอกาสโรงเรียนจะเปิดเทอมการศึกษา ก็จะเปิดขายเครื่องแต่งกายนักเรียน เครื่องเขียน และ อุปกรณ์การศึกษาในราคาถูก

ในกรณีที่ข้าวสารขาดแคลน ร้านค้าจะรับเป็นตัวแทนจำหน่ายข้าวสารของ กรมการค้าภายในอีกหน่วยหนึ่ง

เพื่อความสะดวกแก่ครอบครัวข้าราชการ นอกจากเปิดสาขาไปตามที่ต่าง ๆ แล้ว ยังจะพิจารณาจัดร้านค้าเคลื่อนที่ไปตามหมู่บ้านของข้าราชการ ได้แก่ บริเวณสี่แยกเกียกกาย กองพลทหารปืนใหญ่ต่อสู้อากาศยาน และสะพานแดงบางซื่อ

10.3 แผนขยายผ่อนส่ง

สิ่งอุปโภคบางชนิดมีราคาสูงมากเกินกำลังที่ข้าราชการจะซื้อได้ด้วยเงินสด เช่น วิทยุ เตารีดไฟฟ้า โทรทัศน์ พัดลม เตาแก๊ส ฯลฯ ซึ่งปัจจุบันนี้ไม่ใช่สิ่งฟุ่มเฟือยแล้ว จึงเปิดโอกาสให้ข้าราชการของกองทัพบกที่ปฏิบัติราชการในหน่วยพื้นที่กรุงเทพฯ และนนทบุรี ซื้อผ่อนส่งสินค้าดังกล่าวในกำหนดเวลาอันสมควรได้

11) กองการสงเคราะห์

กองการสงเคราะห์มีหน้าที่ดำเนินการในเรื่องการสงเคราะห์ข้าราชการในกองทัพบกและครอบครัว ซึ่งได้แก่ การแนะนำส่งเสริมวิชาชีพ การส่งเสริมการศึกษา การดำเนินงานสาธารณูปโภค การบำรุงขวัญ รวมทั้งการเผยแพร่กิจกรรมด้านการสวัสดิการของกองทัพบกด้วย

11.1 การให้ความช่วยเหลือผู้ประสบภัยทางธรรมชาติ

ภัยที่เกิดขึ้นจากธรรมชาติหรือสิ่งที่คาดไม่ถึง ซึ่งมีผลกระทบกระเทือนต่อทรัพย์สินและชีวิต เช่น อัคคีภัย ภัยแล้ง อุทกภัย ฯลฯ เพื่อให้สามารถช่วยเหลือบรรเทาความเดือดร้อนแก่ข้าราชการที่ต้องประสบภัยดังกล่าว กองทัพบกจึงได้จัดสรรเงินนอกงบประมาณจำนวนหนึ่ง เรียกว่าเงินทุนสวัสดิการข้าราชการกองทัพบก ใช้จ่ายจากเงินต้นนี้มาช่วยเหลือผู้ประสบภัยธรรมชาติ โดยได้กำหนดเป็นคำสั่งกองทัพบกไว้คือ คำสั่งกองทัพบกที่ 249/24857 ลงวันที่ 19 พฤศจิกายน 2497 และประกาศกรมสวัสดิการทหารบก เรื่องการช่วยเหลือข้าราชการ เสนิยน พนักงาน และคนงานที่ประสบภัยธรรมชาติ ลงวันที่ 2 ธันวาคม 2508 กำหนดขั้นการช่วยเหลือไว้ดังนี้

การช่วยเหลือขั้นแรก รายละ 1,000.00 บาท จ่ายให้เปล่า

การช่วยเหลือขั้นที่สอง จ่ายให้เป็นเงินกู้ โดยไม่ต้องเสียดอกเบี้ย ผ่อนชำระให้เสร็จสิ้นภายใน 5 ปี ตามวงเงินดังนี้ ต่ำกว่าสัญญาบัตร 10,000.00 บาท นายร้อย 15,000.00 บาท นายพัน 30,000.00 บาท นายพล 50,000.00 บาท

11.2 การให้สวัสดิการเรื่องที่พักอาศัยแก่ข้าราชการกองทัพบกส่วนกลาง

การให้สวัสดิการเรื่องบ้านพักอาศัยแก่ข้าราชการกองทัพบก จัดแบ่งบ้านพักออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ข้าราชการผู้มีหนี้สิน โดยการสนองคุณบุพการีในการรักษาพยาบาล หรือหนี้สินจากการให้การศึกษาบุตร เฉพาะในส่วนที่ทางราชการมิได้ให้การช่วยเหลือ
2. หนี้สินที่เกิดจากภัยของธรรมชาติ
3. หนี้สินที่ผูกพันกับเอกชน ซึ่งต้องเสียดอกเบี้ยในอัตราสูง เป็นความเดือดร้อน หากไม่ให้การสงเคราะห์แล้ว อาจเกิดความเสียหาย (กรณีนี้ต้องสอบสวนให้ได้ข้อเท็จจริง)

2) หลักเกณฑ์การให้การสงเคราะห์

1. ให้ทำการปลดเปลื้องหนี้สินกันต่อหน้าคณะกรรมการของหน่วย เพื่อให้ได้ข้อเท็จจริงและความเป็นธรรม
2. ให้การสงเคราะห์ โดยไม่คิดดอกเบี้ย
3. พิจารณาให้ความช่วยเหลือจากข้าราชการผู้น้อยก่อน
4. ผู้ได้รับการสงเคราะห์ต้องผ่อนชำระเงินคืนภายในกำหนดไม่เกิน 24 เดือน

5. ผู้ได้รับการสงเคราะห์จะต้องทำทัณฑ์บนต่อหน้าคณะกรรมการของหน่วยว่าจะไม่ก่อหนี้สินขึ้นใหม่อีก ถ้าประพฤติดังทัณฑ์บนเมื่อใดจะต้องยินยอมให้ผู้บังคับบัญชาลงทัณฑ์ฐานผิดวินัยทหารทันที

6. สำหรับหนี้ที่ผูกพันกับทางราชการ หรือองค์การใด ๆ ไม่อยู่ภายใต้จะได้รับการช่วยเหลือสงเคราะห์

7. หนี้สินที่เกิดขึ้นจะต้องเป็นหนี้สินที่ผูกพันกับข้าราชการโดยตรง หากหนี้เกิดขึ้นกับ ภรรยา หรือสามี ไม่อยู่ในข่ายที่จะได้รับการสงเคราะห์

8. ผู้ที่จะได้รับการสงเคราะห์ ให้ได้รับการสงเคราะห์จากผู้บังคับบัญชาเพียงทางเดียว

ในกรณีที่ผู้ได้รับการสงเคราะห์ “เงินทุนสงเคราะห์ปลดเปลื้องหนี้สิน” ไม่อาจอยู่ในหน่วยเดิมได้จนครบวาระการผ่อนชำระเงินคืน เช่น ย้าย หรือถึงแก่กรรมให้ปฏิบัติดังนี้

9. ให้หน่วยที่ไปสังกัดใหม่ หักเงินรายได้ประจำเดือนให้ต่อไปจนครบ
10. ถ้าเป็นการย้ายออกนอกกองทัพบก ให้ทำสัญญาใหม่ โดยมีผู้ค้าประกันและแจ้งหน่วยใหม่ให้หักเงินให้ หรือหักเงินออมทรัพย์ของผู้ยืมคืนให้ครบถ้วน
11. ในกรณีถึงแก่กรรม ให้หน่วยต้นสังกัดหักเงินยืมจากเงินออมทรัพย์กองทัพบก หรือเงินที่ทายาทจะได้รับให้ครบถ้วน

3) กำหนดเวลารายงานและส่งเงินคืนกองทัพบก

1. เมื่อหน่วยใดดำเนินการให้การสงเคราะห์ข้าราชการของตนไปแล้ว ให้สรุปรายงานทุก ๆ 2 เดือน

2. ให้คณะกรรมการตรวจสอบการดำเนินการสงเคราะห์ข้าราชการตามคำสั่งกองทัพบก รายงานผลการตรวจสอบ แนะนำ รวมทั้งข้อเสนอแนะต่อกองทัพบก (ผ่านกรมกำลังพลกองทัพบก) ภายในวันที่ 15 ของเดือนถัดจากเดือนที่ทำการตรวจสอบหน่วย

3. หน่วยที่ได้รับการยืดเวลาการรับสงเคราะห์ ต่อจากครั้งที่ 1 และให้หน่วยที่ได้รับการสงเคราะห์ใหม่ (ครั้งที่ 2) นำเงินส่งคืนกองทัพบกภายในเดือนกันยายน

การช่วยเหลือเพื่อปลดปล่อยหนี้สินนี้ได้ดำเนินการเสร็จสิ้นไปแล้ว ปรากฏผลว่าได้ช่วยเหลือปัญหาความเดือดร้อนไปได้มาก แต่ก็เป็นการช่วยเหลือที่ได้เป็นครั้งคราวเท่านั้น

4) การส่งเสริมการฝึกอาชีพให้แก่ครอบครัว

การฝึกอาชีพให้แก่ครอบครัว เป็นการดำเนินการของสมาคมแม่บ้านกองทัพบก ได้แก่การเชิญผู้ทรงคุณวุฒิมาบรรยายและฝึกสอนสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่สามารถนำไปใช้ประกอบอาชีพได้ เช่น การทำดอกไม้ ไม้ประดับ การทำหรีด ดอกไม้จันทน์ การทำของชำร่วย เมื่อผู้อยู่ในกลุ่มนี้มีความสามารถฝึกสอนต่อไปได้แล้ว ก็จะแยกกระจายความรู้ออกไปยังหน่วยต่าง ๆ ทั้งในกรุงเทพฯ และต่างจังหวัดต่อไป

5) การสวัสดิการแก่ทหารที่ไปปฏิบัติการรบในสนาม

กองทัพบกจัดตั้งบพิเศษ เพื่อให้สวัสดิการแก่ทหารที่ไปปฏิบัติราชการสนามไว้ที่หน่วย งานสวัสดิการในเรื่องนี้ก็คือ การจัดของขวัญเพื่อไปเยี่ยมเยียนทหาร การกล่อมขวัญทหาร การเยี่ยมผู้เจ็บป่วยที่โรงพยาบาล การขอสิทธิ กรณีทุพพลภาพหรือถึงแก่กรรม การแก้ไขความเดือดร้อนของครอบครัว การจัดตั้งสถานพักฟื้นของทหารเจ็บป่วย

ปัจจัยที่ 4 สังคมและเพื่อนฝูง

Layard (2005: 67-68) กล่าวถึง Epicurus นักปรัชญาชาวกรีก ไว้ว่า “ในบรรดาสรรพสิ่งที่ช่วยให้ชีวิตของคนเราเป็นสุขนั้น มิตรภาพเป็นสิ่งที่ยิ่งใหญ่ที่สุดแล้ว” มิตรภาพเป็นสิ่งที่ดีที่สุดในชีวิต มิตรภาพที่แน่นแฟ้นที่สุด บางครั้งก็เกิดขึ้นตั้งแต่วัยเยาว์ แต่เราก็ยังมีเพื่อนมากขึ้นอีกในภายหลัง ในที่ทำงานหรือในสังคมที่เราอยู่อาศัย

คุณภาพของสังคมเป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้เรามีเพื่อนใหม่หรือไม่มี และกำหนดว่าเรารู้สึกปลอดภัยเพียงใด นักวิจัยเรียกคุณภาพของสังคมนี้ว่า “ต้นทุนทางสังคม” ซึ่งต้นทุนทางสังคมนี้

World Health Organization (1986) ได้ให้ความหมายของ สุขภาพไว้ในธรรมนูญขององค์การอนามัยโลกเมื่อปี ค.ศ.1948 ไว้ดังนี้ “สุขภาพ หมายถึง สภาวะแห่งความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ รวมถึงการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข และมีได้หมายความว่าเฉพาะเพียงแต่การปราศจากโรคและทุพพลภาพเท่านั้น” ต่อมาในที่ประชุมสมัชชาขององค์การอนามัยโลกเมื่อเดือนพฤษภาคม พ.ศ.2541 ได้มีมติให้เพิ่มคำว่า “Spiritual well-being” หรือสุขภาวะทางจิตวิญญาณเข้าไปในคำจำกัดความของสุขภาพเพิ่มเติม ดังนั้น เมื่อกล่าวถึงสุขภาพในปัจจุบันจะต้องครอบคลุมสิ่งสำคัญ 4 ประการคือ 1. ภาวะทั่วไปของร่างกายและจิตใจจะต้องแข็งแรงสมบูรณ์ 2. มีสุขภาวะทางจิตวิญญาณ 3. จะต้องปราศจากโรคหรือความทุพพลภาพ 4. จะต้องเป็นผู้ที่สามารถดำรงตนและปฏิบัติภารกิจต่าง ๆ ในสังคมได้เป็นปกติสุข

กระทรวงสาธารณสุข (2544: 8) ได้ให้ความหมายว่า “สุขภาพดี หมายถึง สภาวะแข็งแรงสมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งไม่ใช่เพียงแต่ปราศจากโรคหรือไม่มีความพิการเท่านั้น แต่หมายถึงการมีชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุขด้วย”

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2546) ได้ให้ความหมายของ “สุขภาพ” ไว้ว่า “ความสุขปราศจากโรค, ความสบาย” ก่อน พ.ศ. 2500 เราใช้คำสุขภาพกันน้อยมาก เพราะขณะนั้นเราใช้คำว่า “อนามัย” (อน + อามัย) ซึ่งหมายถึง ‘ความไม่มีโรค’ ซึ่งเมื่อเปรียบกันแล้วจะเห็นว่า คำว่า “สุขภาพ” มีความหมายกว้าง และสมบูรณ์กว่า “อนามัย” เพราะสุขภาพเน้นสุขภาวะคือ ภาวะที่ทำให้เกิดความสุขปราศจากโรคซึ่งเกี่ยวข้องกับหลาย ๆ ปัจจัย และมีความหมายในเชิงบวก ส่วนอนามัยนั้นเน้นที่โรค ซึ่งเป็นความทุกข์ มีความหมายในเชิงลบ

เกษม วัฒนชัย (2548) กล่าวถึงสุขภาพว่า ในอดีตคำว่า “สุขภาพ” หมายถึง สุขภาพกายเป็นหลัก ต่อมาจึงได้กล่าวถึงสุขภาพจิตร่วมไปด้วย เพราะเห็นว่าคนที่มีสุขภาพกายสมบูรณ์แข็งแรง แต่สุขภาพจิตเสื่อมโทรมหรือเป็นโรคจิตก็ไม่สามารถดำเนินชีวิตเป็นปกติสุขได้ ชำร่วยอาจจะทำร้ายผู้อื่นได้อีกด้วย ในปัจจุบัน คำว่า “สุขภาพ” มิได้หมายความว่าเฉพาะสุขภาพกายและสุขภาพจิตเท่านั้น แต่ยังหมายถึงสุขภาพสังคม และสุขภาพศีลธรรมอีกด้วย สรุปว่าในความหมายของ “สุขภาพ” ในปัจจุบันมีองค์ประกอบ 4 ส่วน ด้วยกันคือ (1) สุขภาพกาย (2) สุขภาพจิต (3) สุขภาพสังคม และ (4) สุขภาพศีลธรรม

ประเวศ วะสี (2551) ได้กล่าวปาฐกถาพิเศษ ในงาน “รวมพล คนสร้างสุข” ไว้ว่า คนไทยสามารถรวมพลังกันสกัดตัวออกจากทุกภาวะสู่สุขภาวะได้ เราสามารถพันทุกข์ร่วมกันได้ คนไทยสามารถสร้างชีวิตที่อยู่เย็นเป็นสุข และบ้านเมืองที่ร่มเย็นเป็นสุข หรือคนทั้งชาติสร้างสรรค์ความสุขได้เป็นสุขภาวะของคนทั้งชาติ การสร้างสรรค์สุขภาวะให้เกิดขึ้นทั้งชาตินั้น อาจมีองค์ประกอบในการทำงาน 12 ประการ ดังต่อไปนี้

1. รวมตัว ร่วมคิด ร่วมทำทั้งแผ่นดิน ถ้าคนไทยรวมตัวร่วมคิดร่วมทำกันทั้งแผ่นดิน ก็จะสามารถแก้ไขปัญหาน้อยใหญ่ต่างๆ ได้เป็นลำดับ และสามารถสร้างสรรค์สุขภาวะขึ้นได้ทั้งชาติในที่สุด ควรสนับสนุนการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำของคนไทยทั้งแผ่นดิน เช่น มีชมรมคนรักสุขภาพทุกตำบล ทุกอำเภอ ทุกจังหวัด มีสมาชิสุขภาพจังหวัด และสมาชิสุขภาพแห่งชาติ อันเป็นกลไกที่คนไทยทั่วประเทศจะรวมตัวร่วมคิดร่วมทำกันทั้งประเทศ ทั้งในเรื่องความคิด กิจกรรม นโยบาย และการสร้างความรู้ นี่คือนวัตกรรมแผ่นดิน

2. มีระบบการสื่อสาร ให้คนไทยรู้ความจริงโดยทั่วถึงกัน เช่น โดยเอกสาร โดยวิทยุ โดยโทรทัศน์ โดยอินเทอร์เน็ต โดยวิทยุชุมชน การสื่อสารจะเชื่อมโยงคนไทยเข้ามามากัน จะเกิดมวลมหาศาลทางกำลังใจ กำลังทางสังคม และกำลังทางปัญญาทั้ง 2 ประการนี้ คือการรวมตัวร่วมคิดร่วมทำทั้งแผ่นดิน และการมีการสื่อสารให้รู้ความจริงโดยทั่วถึง เป็นเรื่องสำคัญที่สุดที่จะทำให้วัตถุประสงค์ข้ออื่นๆ ที่จะกล่าวต่อไปเป็นผลสำเร็จ

3. การบังเกิดขึ้นแห่งสัมมาทิฐิ หรือ สัมมาทรรศนะ การรวมตัวร่วมคิดร่วมทำ และการสื่อสารที่กล่าวถึงในข้อ 1 และข้อ 2 ต้องนำไปสู่การบังเกิดขึ้นแห่งสัมมาทิฐิ หรือสัมมาทรรศนะ อันจะนำไปสู่สัมมาปฏิบัติ มิฉะทิฐิยอมนำไปสู่มิฉะปฏิบัติสัมมาทิฐิจึงเป็นเรื่องที่สำคัญยิ่งนัก ความเห็นชอบ ในที่นี้คือการเห็นว่า สุขภาพมีความสำคัญสูงสุด เพราะสุขภาพหมายถึงสุขภาวะทั้งทางกาย ทางจิต ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นที่สุดแห่งความเจริญ ทั้งทางวัตถุ ทางจิต ทางสังคมและทางจิตวิญญาณหรือทางปัญญาเมื่อมีความถูกต้องทุก ๆ ประการก็เกิดเป็นสุขภาวะ ซึ่งเป็นยอดปรารถนาของมนุษย์ เพราะความไม่รู้หรืออวิชชา มนุษย์มักไม่ปรารถนาสิ่งต่างๆ อย่างใดอย่างหนึ่งอย่างแยกส่วน แล้วก็ไปไม่ถึงสุขภาวะ แต่เกิดทุกข์ภาวะและวิกฤตการณ์ต่างๆ สุขภาพหรือสุขภาวะเกิดจากปัญญารวบรวมที่จะนำไปสู่ความสุขกาย สบายใจ และการอยู่ร่วมกันด้วยความสุข สุขภาพหรือสุขภาวะเป็นเป้าหมายสูงสุดของชีวิต ทุกคนควรใส่ใจและปรารถนาในการเป็นผู้มีสุขภาพดี แทนที่การเร่งร่ำรอนอยากทางกิเลสตัณหาต่างๆ อันนำไปสู่ความทุกข์

4. ความเข้าใจว่า สุขภาพคือดุลยภาพ ถ้ากาย ใจ สังคม สิ่งแวดล้อมของเราสัมพันธ์กันได้อย่างดีสุด จะเกิดความเป็นปกติและความยั่งยืนนั่นคือสุขภาพ ความไม่สบายหรือการเจ็บป่วยทุกชนิดเกิดจากการเสียดุลยภาพ ถ้าเสียมากขึ้นก็เข้าไอซียู ถ้าเสียมากขึ้นอีกชีวิตก็สิ้นสุด ประคองเรือที่ได้ดุลย่อมวิ่งไปได้ไกล แต่เรือที่เสียดุลย่อมพลิกคว่ำล่มจมหายได้ง่าย เราต้องดูแลชีวิตของเราให้ได้ดุลอยู่เสมอ ทั้งในเรื่องการออกกำลังกาย อาหารการกิน การนอน การคิด การระวังพิษภัยจากสิ่งแวดล้อม การลดความเครียด ความเครียดคือการเสียดุล และเป็นเครื่องบั่นทอนชีวิต เพราะนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ เช่น โรคความดันโลหิต โรคหัวใจ โรคสมอง โรคกระเพาะ โรคติดเชื้อ และโรคอื่นไม่ปรากฏมูลเหตุต่าง ๆ เป็นอันมาก เรื่องเหล่านี้เราตามตรวจตามเช็คไม่หวาดไหว แต่การดูแล

ให้ชีวิตเราอยู่ในสภาวะสมดุลเสมอ ราคาถูกกว่าและได้ผลดีกว่าเหลือคณานับ คนส่วนใหญ่ไม่สนใจรักษาคุณภาพชีวิต แม้แต่คนที่มีการศึกษาสูง และพระสงฆ์องค์เจ้า แล้วพากันเข้าไปสู่ความไม่สบาย และความเจ็บป่วยนานาประการ เป็นภาระหนักต่อการตรวจรักษา การเสียเวลาเสียเงินเสียทองเสียโอกาส ชีวิตพิการและเสียชีวิตอย่างน่าเสียดาย ฉะนั้นจึงต้องช่วยกันให้สนใจในการรักษาคุณภาพชีวิต ถ้าคนไทยทั้งหมดสนใจรักษาคุณภาพชีวิต เราจะตัดความสูญเสียด้านเศรษฐกิจและชีวิตไปได้อย่างมหาศาล และเป็นหัวใจของการสร้างเสริมสุขภาพให้เกิดขึ้นเต็มแผ่นดิน การรักษาคุณภาพชีวิตนี้มีส่วนที่เราควบคุมและทำได้เอง เช่น การออกกำลังกาย อาหารการกิน การนอน การพัฒนาจิตใจ แต่บางเรื่องก็เป็นเรื่องใหญ่ ๆ ที่กระทบเข้ามาให้ชีวิตเสียสมดุลอย่างแรง เช่น เรื่องสิ่งแวดล้อม เรื่องเศรษฐกิจ เรื่องนโยบาย ในการสร้างเสริมสุขภาพเราจึงจำเป็นต้องคำนึงถึงเรื่องใหญ่ๆ เหล่านี้ด้วย

5. การงดเว้นและลดละ ซึ่งการเสพของที่ทำให้ชีวิตเสียสมดุลต่าง ๆ เช่น บุหรี่ สุรา ฟิน มอร์ฟิน โคเคน ยาบ้า และอื่นๆ

6. การระมัดระวัง อุบัติเหตุ และอุบัติเหตุทุกชนิด ทำให้เกิดการเสียสมดุลอย่างรุนแรง ทำให้เจ็บป่วย พิกการทุพพลภาพ สูญเสียชีวิต และสูญเสียด้านเศรษฐกิจมหาศาล ทุกคน ทุกพื้นที่ ทุกองค์กรจะต้องมีสติรำลึกว่าอุบัติเหตุและอุบัติเหตุมีอะไรบ้าง เกิดจากอะไร และทำอย่างไรจะป้องกันได้

7. การเจริญวิปัสสนากรรมฐาน เป็นปัจจัยที่สำคัญที่สุดที่ทำให้เกิดคุณภาพชีวิตและเกิดความสุขสูงสุด และทำให้เกิดการอยู่ร่วมกันด้วยสันติเป็นไปง่ายขึ้น การเจริญวิปัสสนากรรมฐานจึงควรเป็นวิถีชีวิตของทุกคน

8. การรักษาสิ่งแวดล้อม สิ่งแวดล้อม มีผลกระทบต่อสุขภาพอย่างแรง เช่น ถ้าป่าหมดไป ดินน้ำลำธารเหือดแห้ง มีการใช้สารเคมีจนดินเป็นพิษ น้ำเป็นพิษ มีการใช้ยาฆ่าแมลงกันอย่างสุด ๆ จนแผ่นดินประดุจอาบด้วยสารพิษ เหล่านี้เป็นเรื่องที่จะต้องใส่ใจ และหาทางแก้ไขอย่างไม่ทอดทิ้งกัน ถ้าคนในเมืองเอาเปรียบคนชนบท คนชนบทผลิตอาหารที่ปนเปื้อนด้วยสารพิษให้คนในเมืองกิน ย่อมทำลายสุขภาพของทั้งคนในเมืองและชนบท ในทางตรงข้าม หากมีการเชื่อมโยงระหว่างผู้ผลิตในชนบทกับผู้บริโภคในเมืองอย่างเกื้อกูลกัน กล่าวคือ ผู้ผลิตรับผิดชอบการผลิตอย่างรักษาสิ่งแวดล้อมและปลอดภัยสารพิษ คนในเมืองได้บริโภคอาหารปลอดภัยสารพิษ และทุกครั้งผู้บริโภคก็ไปส่งเสริมเศรษฐกิจและการรักษาสิ่งแวดล้อมในชนบท ถ้าเชื่อมโยงพลังผู้บริโภคกับผู้ผลิตได้ จะเป็นพลังมหาศาลในการรักษาคุณภาพและสร้างเสริมสุขภาพ ในการนี้ต้องมีกลไกการเชื่อมโยง

9. การพัฒนาอย่างบูรณาการในพื้นที่ คุณภาพหรือสุขภาพ เกิดจากการเชื่อมโยงองค์ประกอบต่าง ๆ ทั้งหมดเข้ามามีบูรณาการ การพัฒนาอย่างใดอย่างเดียว หรืออย่างแยกส่วนจะ

นำไปสู่การเสียสมดุลเสมอ การพัฒนาจึงไม่ควรพัฒนาแค่เศรษฐกิจอย่างเดียวและทอดทิ้งอย่างอื่น แต่ควรพัฒนาเศรษฐกิจ จิตใจ ครอบครัว ชุมชน วัฒนธรรม ศาสนธรรม สิ่งแวดล้อมและสุขภาพ พร้อมกันไปอย่างเชื่อมโยง อันจักทำให้เกิดดุลยภาพหรือสุขภาพ

10. การสร้างเสริมสุขภาพะในองค์กรต่าง ๆ ในองค์กรทุกชนิด ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว ชุมชน โรงเรียน โรงงาน บริษัท สถานประกอบการ กองทัพ หรือองค์กรใดอื่น ควรมีการสร้างเสริมสุขภาพให้เป็นองค์กรสุขภาพดี ซึ่งนอกจากจะเป็นสุขภาพะของทุกคนในองค์กรแล้ว ยังก่อให้เกิดการลดการสูญเสียขององค์กร เช่น สูญเสียเวลาทำงาน สูญเสียค่าใช้จ่ายในการรักษาโรค

11. การมีนโยบายสาธารณะที่สร้างเสริมสุขภาพ นโยบายสาธารณะต่างๆ เป็นเรื่องที่กระทบกระเทือนต่อสุขภาพะอย่างรุนแรงได้ เช่น ทำลายสิ่งแวดล้อม ทำให้เกิดปัญหาสังคม สร้างอาชีพที่เสียสมดุลชีวิต งานใหญ่อย่างหนึ่งของการสร้างเสริมสุขภาพ คือ การมีกระบวนการนโยบายสาธารณะที่นำไปสู่การมีสุขภาพดี

12. การมีระบบบริการสุขภาพที่ดี ย่อมเป็นระบบที่ไม่เพียงแต่ให้บริการเมื่อเจ็บป่วย หรือการซ่อมสุขภาพเท่านั้น แต่เป็นระบบที่ส่งเสริมการสร้างสุขภาพด้วย ระบบบริการสุขภาพเป็นระบบที่ใหญ่ มีกำลังมาก มีบารมีมาก หากระบบบริการสุขภาพเป็นระบบที่สมบูรณ์ กล่าวคือหันมาสร้างเสริมสุขภาพด้วย ย่อมอยู่ในฐานะที่จะสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพได้ในทุกข้อ

ปีงปอนด์ รักอำนวยกิจ และพิริยะ ผลพิรุฬห์ (2550) จากผลวิจัยเรื่อง “ความสุขภาพสบายใจของคนเมือง” ในด้านภาวะสุขภาพ พบว่า ประชากรในเขตเมืองโดยเฉลี่ยมีปัญหาทางด้านสุขภาพจากโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ มากกว่าประชากรในเขตชนบท แต่เมื่อพิจารณาถึงระดับของความแตกต่างของสัดส่วนการมีปัญหาสุขภาพ และปัญหาเรื้อรังในเขตเมืองและชนบทแล้ว จะเห็นว่า ประชากรที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองจะประสบปัญหาการเจ็บป่วยโดยรวมที่สูงกว่าประชากรในชนบท มากกว่าความแตกต่างในกรณีของการเป็นโรคเรื้อรัง โดยในกรณีของโรคเรื้อรังนั้นพบว่า โรคความดันโลหิตสูง เป็นโรคที่พบมากถึง ร้อยละ 8 ในประชากรในเขตเมือง และในชนบทพบเพียงร้อยละ 5 ในขณะที่โรคอัมพาตเป็นโรคเรื้อรังที่พบน้อยที่สุดทั้งในเขตเมืองที่พบร้อยละ 0.3 และเขตชนบทร้อยละ 0.2 ซึ่งโดยเปรียบเทียบแล้วจะเห็นได้ชัดเจนว่า ประชากรในเขตเมืองมีการเจ็บป่วยจากโรคเรื้อรังทุกประเภทมากกว่าประชากรในเขตชนบท โดยเฉพาะความดันโลหิตสูง โรคปอด โรคหัวใจ และโรคเบาหวาน ยกเว้นโรคมะเร็งที่พบว่า จากกลุ่มตัวอย่างมีการเจ็บป่วยในอัตราเท่ากันคือ ร้อยละ 0.58

เหตุผลที่คนเมืองมีอัตราเจ็บป่วยมากกว่าคนชนบท พบว่า โดยปกติคนเมืองต้องประสบกับความเสี่ยงต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดโรคนี้ เช่น โรคอ้วน สูบบุหรี่ นอนหลับพักผ่อนไม่เพียงพอ ไม่มีการ

ออกกำลังกาย เป็นต้น ส่วนคนชนบทที่มีความเสี่ยงในเรื่องของโรคข้อเสื่อม โรคกระดูก และความดันโลหิต เนื่องจากปัจจัยจากการทำงาน เช่น นั่งผิดวิธี เดินมากเกินไป หรือการยกของหนัก เป็นต้น

ท่านว.วชิรเมธี (2550 : 122) กล่าวว่า จากการสังเกตชีวิตของบุคคลหลายคนที่มีสุขภาพดี มีความสุขและอายุยืนมาเป็นเวลานาน ได้บทสรุปว่า หากเราปรารถนาจะเป็นบุคคลเช่นนั้นบ้าง เราก็สามารถเป็นได้ ด้วยการปฏิบัติตามสูตร “อารมณ์ดีเพราะมีความสุข” ดังต่อไปนี้ มีสัมมาทิฐิ ดำริถูกทาง วางตนเหมาะสม ชื่นชมคนอื่น ไม่ฝืนสังขาร ทำงานสุจริต ฝึกจิตให้สูง ไม่ปรุงความคิด และไม่ยึดติดโลกธรรม จากทั้ง 9 ข้อนี้หากเข้าใจและตีประเด็นให้แตก รับรองได้ว่ามีความสุข เมื่อมีความสุขแล้วสิ่งหนึ่งที่สะท้อนออกมาอย่างเห็นได้ชัด คือ การเป็นคนอารมณ์ดี สีสหน้าแจ่มชื่น ผ่องใส เพราะมีความสุข ความสุขนี้เป็นรากฐานให้อารมณ์ดี มันจะเกิดภาวะสองอย่างนี้ได้เพราะว่ามันมีเหตุ และเหตุคือทั้ง 9 ข้อที่กล่าวมาทั้งหมด

วิจารณ์ พานิช (2545: 5) กล่าวว่า “สุขภาพจะไม่มอบแก่ความสุขหรือสุขภาวะทางกายที่ไม่เป็นโรคไม่เจ็บป่วยเท่านั้น แต่ยังหมายรวมถึงสุขภาวะทางจิต และสุขภาวะทางสังคมด้วย”

สุชาติ โสมประยูร และสุพัฒน์ ชีเวลเจริญชัย (2546: 3) กล่าวว่า คนที่มีสุขภาพดีคือ คนที่มีความหวังและคนที่มีความคาดหวัง คือคนที่มีทุกสิ่งทุกอย่าง (He who has health has hope and he who has hope has everything) ซึ่งนั่นก็หมายความว่า สุขภาพคือ วิถีแห่งชีวิต (Health is a way of life) สุขภาพจะเป็นเสมือนหนึ่งวิถีทาง อันจะนำบุคคลไปสู่ความสุขและความสำเร็จต่าง ๆ นานา ในชีวิต มิใช่เป็นเพียงแต่ยอดปรารถนาหรือจุดหมายปลายทางของบุคคลแล้วก็เป็นที่สุดเท่านั้น (Health is a means to an end, not an end to itself) หรืออีกนัยหนึ่ง สุขภาพไม่ใช่เป็นดอกกุหลาบของชีวิต แต่สุขภาพเป็นเสมือนปุ๋ยในดิน ซึ่งจะช่วยให้ต้นกุหลาบในกระถางเจริญงอกงามเติบโต จนกระทั่งผลิดอกออกช่อเป็นดอกกุหลาบหรือความสำเร็จแห่งชีวิตนั้นต่างหาก จึงอาจกล่าวได้ว่า “สุขภาพ คือคุณภาพอย่างหนึ่งของชีวิต” นั่นเอง

อำพล จินดาวัฒนะ (2546: 16-17) ได้ให้ความหมายว่า “สุขภาพ หมายถึงสุขภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางกาย ทางใจ ทางสังคม และทางจิตวิญญาณสังคม ดังนั้นผลรวมของสังคมที่เกิดจากปัจจัยและผลกระทบจากระบบย่อยต่าง ๆ ทั้งหมดที่มีอยู่ในสังคม”

ปัจจัยที่ 6 เสรีภาพส่วนบุคคล (Personal freedom)

Layard (2005:69-71) อธิบายว่า ความสุขนั้นขึ้นอยู่กับคุณภาพของรัฐบาลด้วย ชาวตะวันตกมักจะลืมนึกถึงคุณค่าของปัจจัยสำคัญสองประการที่โลกอีกครึ่งหนึ่งไม่มี นั่นก็คือ เสรีภาพของบุคคลและสันติภาพ เมื่อเราพิจารณาความสุขของประเทศต่าง ๆ กัน สิ่งหนึ่งที่เราจะเห็นได้ก็คือ คนเรามีความโศกเศร้าเพียงใด เมื่อต้องอยู่ภายใต้การปกครองระบอบคอมมิวนิสต์

โดยมีการใช้เกณฑ์ที่ซับซ้อนในการวัดคุณภาพของรัฐบาลในหกด้านด้วยกัน ได้แก่ การปกครอง โดยหลักกฎหมาย เสถียรภาพและการปราศจากความรุนแรง การมีสิทธิมีเสียงและความรับผิดชอบ ประสิทธิภาพของบริการภาครัฐ การปราศจากการฉ้อราษฎร์บังหลวง และประสิทธิผลของระบบการควบคุม ดังนั้นจึงครอบคลุมทั้งสามมิติหลักของเสรีภาพ คือ เสรีภาพส่วนบุคคล เสรีภาพทางการเมือง และเสรีภาพด้านเศรษฐกิจ ผลที่ได้แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างในระดับ ความสุขภายใต้รัฐบาล เช่น ประเทศเบลารุสซึ่งยังเป็นคอมมิวนิสต์อยู่เมื่อเปรียบเทียบกับประเทศฮังการียุคหลังคอมมิวนิสต์แล้ว เราจึงไม่ควรลืมคำนึงถึงความสำคัญของเสรีภาพที่เรามีในโลกตะวันตก

การศึกษาหนึ่งเมื่อไม่นานมานี้เกี่ยวกับประชาธิปไตยในประเทศสวีเดนได้แสดงผลที่น่าสนใจยิ่งนัก นโยบายต่าง ๆ ในทุกรัฐของสวีเดนล้วนจะกำหนดโดยการลงประชามติ แต่ประชาชนในบางรัฐจะมีสิทธิเรียกร้องให้มีการลงประชามติมากกว่าบางรัฐ เมื่อเราเปรียบเทียบรัฐที่ประชาชนมีสิทธินี้มากที่สุด และรัฐที่ประชาชนมีสิทธินี้น้อยที่สุดก็จะพบว่าความสุชนั้นต่างกันอย่างมากกับรายได้ต่างกันเท่าตัวทีเดียว ข้อค้นพบว่าสอดคล้องกับบทบาทของประชาธิปไตยในท้องถิ่นเป็นอย่างมาก

สิ่งที่เลวร้ายในสังคมสามารถก่อให้เกิดความโศกเศร้าได้มากที่สุดคือ สงคราม ความน่าสะพรึงกลัวและความสูญเสียที่เกิดขึ้นกับแต่ละคนอันเกิดจากสงครามนั้นเกินกว่าจะประเมินได้ คนกว่า 100 ล้านคนต้องเสียชีวิตเพราะสงครามในช่วงศตวรรษที่ผ่านมา ดังนั้นเราจึงไม่ได้รวมเอาผลที่เกิดขึ้นจากสงครามเข้าไว้ด้วยกัน

การอธิบายความแตกต่างเรื่องความสุขในประเทศต่าง ๆ นั้น เมื่อพิจารณาความสุขของคนโดยรวมทั้งประเทศ แทนที่จะพิจารณาเป็นรายบุคคล ความสุขโดยเฉลี่ยของแต่ละประเทศนั้นไม่เท่าเทียมกัน แล้วปัจจัยต่าง ๆ ที่เราได้พิจารณากันไปแล้วจะช่วยอธิบายตรงจุดนี้ได้อย่างไร เราสามารถใช้ World Values Survey เพื่อเปรียบเทียบความสุขในห้าสิบประเทศในเวลาสี่ปี ผลการสำรวจพบว่า มีอยู่หกปัจจัยด้วยกันที่มีส่วนสัมพันธ์กับปัจจัยสำคัญทั้งเจ็ดประการเป็นอย่างมาก และสามารถอธิบายถึงสาเหตุของระดับความสุขที่แตกต่างกันได้ถึงร้อยละ 80 ปัจจัยดังกล่าวนี้ได้แก่ อัตราการหย่าร้าง อัตราการว่างงาน ระดับความเชื่อใจ การเป็นสมาชิกในองค์กรทางศาสนา คุณภาพของรัฐบาล และจำนวนคนที่เชื่อในพระเจ้า

ถึงกระนั้นยังมีคนที่สงสัยว่า ความแตกต่างในระดับความสุขของแต่ละประเทศนั้นจะมีความหมายอะไรหรือไม่ คำตอบหนึ่งก็คือว่า อะไรที่สามารถอธิบายได้โดยง่าย และอย่างมีเหตุผล เช่นนี้มีอยู่จริงแน่ ๆ แต่ก็ยังมีหลักฐานมากไปกว่านั้นอีก อัตราการฆ่าตัวตายเป็นสถิติที่เป็นรูปธรรมมากกว่าคำตอบต่อคำถามเกี่ยวกับความสุข หากปัจจัยทั้งหกสามารถอธิบายถึงความสุขได้ก็น่าจะ

อธิบายถึงการฆ่าตัวตายได้ด้วยเช่นกัน และปัจจัยดังกล่าวก็สามารถอธิบายถึงความแตกต่างได้ถึงร้อยละ 57

นอกจากปัจจัยดังกล่าวยังอธิบายถึงอัตราการเสียชีวิตบนท้องถนนด้วย ดังที่ทุกคนทราบกันอยู่แล้วว่าใจที่สงบจะทำให้คนนั้นมีสมาธิในการขับรถดีกว่า ดังนั้น จึงไม่น่าแปลกใจเมื่อเราเปรียบเทียบประเทศต่าง ๆ แล้ว ปัจจัยเหล่านี้เองที่อธิบายถึงความแตกต่างเล็กน้อยในอัตราการเสียชีวิตบนท้องถนนด้วย

นอกจากนี้ยังมีงานเขียนและผู้ที่ได้ทำศึกษาปัจจัยด้านเสรีภาพส่วนบุคคลที่มีผลต่อความสุข ดังต่อไปนี้

Marar (2003:38) กล่าวว่า เสรีภาพ ความคือซับซ้อน และประกอบด้วยความคิดเห็นหรือความเชื่อที่มีการเชื่อมช้อนกัน นั่นคือเสรีภาพและประกอบด้วยความคิดเห็นหรือความเชื่อที่มีการเชื่อมช้อนกัน นั่นคือเสรีภาพประกอบด้วยการค้นพบ การมีอำนาจเบ็ดเสร็จในตนเอง ความเป็นอิสระ การสร้างสรรค์งานศิลปะ การหลีกเลี่ยง ความสุข ความเป็นเอกลักษณ์ การยับยั้ง ความตั้งใจพลังอำนาจ ความสามารถในการทำสิ่งที่ตนเองต้องการ เพื่อฝัน การละเมิดหรือฝ่าฝืนกฎระเบียบ การทำเรื่องที่น่าขบขัน ความต้องการ อัจฉริยะ หรือที่รู้จักกันโดยทั่วไปว่าความแปลกประหลาด

ปัจจัยที่ 7 การเห็นคุณค่าของตนเอง (Personal values)

Layard (2005: 71-72) อธิบายว่า สิ่งสำคัญที่สุดก็คือ ความสุขของเราขึ้นอยู่กับตัวคนภายใน และปรัชญาแห่งชีวิตของเราเอง สิ่งหนึ่งที่เห็นได้ชัดคือ คนเราจะมีมีความสุขมากกว่าถ้าเขาสามารถพึงพอใจในสิ่งที่เขามีอยู่ ไม่ว่าสิ่งนั้นจะเป็นอะไร ถ้าเขาไม่เปรียบเทียบตนเองกับคนอื่นอยู่ตลอดเวลา และถ้าเขาสามารถเรียนรู้ที่จะควบคุมอารมณ์ของตนได้ นักจิตวิทยา Goleman (1996) เข้าใจถูกต้องแล้วเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ที่ว่า ความฉลาดทางอารมณ์นั้นมีอยู่จริง และพ่อแม่และครูสามารถสอนให้เด็กมีความฉลาดทางอารมณ์ได้ Sir Henry Wotton เคยบรรยายถึงคนที่มีความสุขโดยจบด้วยประโยคที่ว่า “คนผู้นี้หลุดพ้นแล้วจากพันธะที่สิ้นคิดใด ๆ ไม่หวังที่จะยิ่งใหญ่และไม่กลัวที่จะตกต่ำ เป็นเจ้าแห่งตนเองแม้ไม่เป็นเจ้าแห่งแผ่นดิน และไม่มีอะไรสักอย่างก็เหมือนมีทุกอย่าง” แต่ละคนต่างมีวิธีการจัดการกับใจและอารมณ์ของตนต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นการบำบัดความคิดและอารมณ์ การเจริญสติตามวิถีพุทธ วิธีการแบบสิบสองขั้นตอนของ Alcoholics Anonymous หรือ Spiritual Exercises ตามแบบของ Saint Ignatius เราต้องการการปลดปล่อยจิตใจจากภายในไม่ว่าในรูปแบบใด ๆ ซึ่งโดยทั่วไปแล้วจะเป็นการพึ่งพาส่วนลึกในใจที่มองอะไรในแง่ดีมากกว่าที่จะพึ่งพาความพยายามของอัตตาที่มีสติ

บางคนก็เรียกการปลดปล่อยจิตใจในลักษณะนี้ว่า เป็นไปในทางที่ “ศักดิ์สิทธิ์” และผลสำรวจก็แสดงให้เห็นถึงข้อค้นพบที่สำคัญที่สุดประการหนึ่งของการวิจัยเรื่องความสุข นั่นคือคนที่

Socrates เห็นว่า ปัญญาคืออำนาจที่นำมนุษย์เข้าถึงสัจธรรมได้ มนุษย์มิใช่มาตรวัดทุกสิ่งทุกอย่าง สิ่งที่ทำให้เกิดความสุขไม่ต้องเป็นสิ่งที่ถูกต้อง และสิ่งที่ทำให้ความทุกข์ก็ไม่จำเป็นต้องเป็นสิ่งเลวเสมอไป ร่างกายและความพอใจของร่างกายมิใช่เครื่องวัดความจริงและความดี ความเป็นสิ่งที่แตกดับ มันจะวัดความเป็นจริงอันเป็นนิรันดร์ไม่ได้ จิตเป็นอมตะพร้อมกับอำนาจแห่งเหตุผลเท่านั้นที่จะวัดความเป็นจริงได้ มนุษย์มีควรสนใจกิจกรรมทางกาย แต่เป็นกิจกรรมทางจิตมากกว่า คือ การใช้ปัญญาไตร่ตรองเพื่อว่าตายไปและจิตจะได้เข้าถึงโลกแห่งความเป็นจริง

ส่วนหลักจริยธรรมที่ Socrates เน้นย้ำมาก คือ “วิชาคือธรรม” (Knowledge is Virtue) ไม่มีใครเป็นคนดีได้โดยปราศจากความรู้ ความรู้ในที่นี้ หมายถึง ความรู้ที่เกี่ยวกับการดำเนินชีวิต ความดีและความชั่ว ดังนั้นชีวิตที่ประเสริฐตามทัศนะของโสคราตีส คือ ชีวิตที่ใช้ปัญญาแสวงหาสัจธรรมและคุณธรรม และเมื่อเหตุผลนำไปสู่สิ่งนั้นก็ต้องดำเนินไปตามหลักการอันนั้น โดยไม่มีเงื่อนไขอันใดทั้งสิ้น และมนุษย์ทำอย่างนี้ได้ก็ต่อเมื่อไม่กังวลในเรื่องของร่างกาย

Plato เห็นว่าวิญญาณของมนุษย์มี 3 ภาค คือ ตัณหา น้ำใจ ปัญญา ภาคตัณหาเป็นภาคที่ต่ำสุด ทำให้มนุษย์รู้จักอยาก หิว สืบพันธุ์ และอื่น ๆ ซึ่งพืชและสัตว์ก็สามารถมีได้ ภาคน้ำใจเป็นภาคกลาง ๆ ทำให้มนุษย์รู้จักชื่อเสียง เกียรติยศ และรู้จักชื่นชมกับความกล้าหาญ เป็นต้น และภาคปัญญาเป็นภาคสูงสุด เป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์แสวงหา และเข้าถึงความจริงได้

Aristotle เห็นว่า การกินอาหาร การเติบโต และการสืบพันธุ์ เป็นลักษณะที่สิ่งมีชีวิตทั้ง 3 มีร่วมกันได้ แต่ลักษณะเฉพาะที่ทำให้สิ่งมีชีวิตต่างกับสิ่งไม่มีชีวิต คือ การมีประสาทสัมผัสรับรู้ การเคลื่อนไหว ความรู้สึกต้องการ ความอยาก ฯลฯ ส่วนลักษณะเฉพาะที่เป็นคุณสมบัติที่แยกมนุษย์ออกจากสัตว์คือ ปัญญา หมายถึงความสามารถในการใช้เหตุผลเพื่อแสวงหาความจริง

สำหรับกลุ่มปัญญานิยม ความสุขมิได้มีค่าในตัวเอง ค่าของมันเป็นเพียงวิธีนำมนุษย์ให้เข้าถึงกิจกรรมทางปัญญาได้ มันมีความดีที่เอื้ออำนวยให้สิ่งที่ดีกว่าเกิดขึ้นได้เท่านั้นเอง Plato และ Socrates ให้ความสำคัญแก่ความสุขสบายน้อยมาก เพราะถือว่าเป็นสิ่งทำให้มนุษย์ห่างไกลจากการใช้ปัญญา แต่ Aristotle ให้ความสำคัญแก่ความสุขมากกว่า เพราะเห็นว่าถ้าปราศจากความสุขเป็นฐานแล้วกิจกรรมทางปัญญาจะเป็นไปมิได้

ดังนั้น ทฤษฎีปัญญานิยมนี้ ถือว่าความรู้มีค่าในตัวเอง ซึ่งต่างจากสุขนิยมที่เชื่อว่าความรู้เป็นเพียงวิธีที่นำให้มนุษย์ไปสู่ความสุข ความรู้ในทัศนะปัญญานิยมมี 2 อย่าง คือ (1) ความรู้ที่เกี่ยวกับความจริงของโลกภายนอก เช่น ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ ฯลฯ ที่ช่วยให้มนุษย์มีความสุขสำราญ และช่วยให้มนุษย์เสพความพึงพอใจแก่ร่างกาย (2) ความรู้เพื่อความรู้ เป็นความรู้ที่บริสุทธิ์ที่ทำให้คนเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ ความรู้ทั้ง 2 อย่างนี้ อย่างแรกทำให้มนุษย์มีมากกว่าสัตว์ แต่ความรู้อย่างหลังทำให้มนุษย์แยกออกจากสัตว์

2) วิมุตินิยม ถือว่า ความสงบของจิตและการหลุดพ้นจากความต้องการเป็นสิ่งที่ดีที่สุด วิมุตินิยมแบ่งออกเป็น 2 แนวคิดย่อย ๆ ได้แก่ Cynicism และ Stoicism

Cynicism เห็นว่า คำอันแท้จริงของชีวิตอยู่ที่การดำรงชีวิตอย่างง่าย ๆ มีสิ่งจำเป็นในชีวิตให้น้อยที่สุด ชีวิตง่าย ๆ มีจุดหมายในตัวเอง เป็นสิ่งมีคุณค่าในตัว เช่น สอนว่ามนุษย์ควรอยู่อย่างสุขุม หิวก็หากิน คำที่โหดเกินอนที่นั่น ฯลฯ Cynic ปฏิเสธความสุข เห็นว่าความสุขมิใช่สิ่งที่ดีที่สุดในชีวิต ทักษะ Cynic เป็นลักษณะที่ปฏิเสธความเจริญรุ่งเรืองของบ้านเมืองหนีจากสิ่งที่ตนเองไม่เห็นด้วย และก็มีได้มีอุดมการณ์หรือจุดหมายอันใด แต่เพื่อหน่าย สิ่งต่าง ๆ เท่านั้นเอง

Stoicism เชื่อว่าจักรวาลดำรงอยู่ดำเนินไปอย่างมีกฎเกณฑ์ที่แน่นอนตายตัว ในธรรมชาติทุกสิ่งทุกอย่างเป็นไปตามทางของมันเอง เป็นเหตุและเป็นผลซึ่งกันและกัน หากมนุษย์ใช้เหตุผลก็จะเข้าใจธรรมชาติและต้องไม่ใช้อารมณ์ ทุกสิ่งทุกอย่างต้องดำเนินไป คุณธรรมเกิดจากปัญญา ถ้ามนุษย์เข้าใจว่าอะไรเป็นเหตุให้มนุษย์ทำอย่างนั้น เท่ากับเข้าใจธรรมชาติและก็จะวางเฉยเสีย ส่วนความโกรธและความรักเกิดจากความไม่เข้าใจ ซึ่งความไม่เข้าใจนั้นมียารมณอยู่เหนือเหตุผล ความรักและความเมตตาไม่ใช่สิ่งเดียวกัน ความรักมีจุดมุ่งหมายมาที่ตัวเอง แต่ความเมตตาพุ่งไปที่ผู้อื่น อิสรภาพเป็นสิ่งที่มนุษย์ปรารถนา อิสรภาพคือ ความสงบของจิตใจ ความสงบมิได้เกิดจากความสมอยาก แต่เกิดจากการระงับความอยากและความอยากจะระงับได้ก็ต่อเมื่อมนุษย์มีเหตุผล stoic สอนว่า มนุษย์ควรเอาชนะใจตัวเอง และมนุษย์เราก็จะมีความสุขที่แท้จริง หากมนุษย์ยังหลงอยู่กับวัตถุภายนอก ก็จะมีคามผิดหวัง มนุษย์ควรฝึกฝนคุณธรรม 3 ประการ คือ ความอดทน ความอดกลั้น และความยุติธรรม เพราะสิ่งทั้ง 3 ประการนี้ จะทำให้มนุษย์มีเมตตาต่อผู้อื่น รักสงบ แต่มิได้แนะนำให้มนุษย์ออกไปอยู่ป่าหรือหลีกหนีสังคม แต่ให้รับภาระช่วยเหลือผู้อื่น และสังคมตามความสามารถของตน

1. มนุษยนิยม (Humanism) เห็นว่า มนุษย์มีทั้งร่างกายและวิญญาณ ซึ่งมีความสำคัญเท่า ๆ กัน เพราะถ้าขาดอย่างหนึ่งอย่างใด มนุษย์ก็ไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้ ถ้าร่างกายปราศจากวิญญาณก็เหมือนท่อนไม้ท่อนหนึ่ง และจิตวิญญาณก็ไม่สามารถดำรงอยู่ได้ถ้าปราศจากร่างกาย ดังนั้นจึงต้องให้ความสำคัญกับร่างกายและจิตใจอย่างเท่าเทียมกัน ความสุขสบายเป็นอาหารทางกายฉันใด ปัญญาความรู้และความสงบของจิตก็เป็นอาหารทางใจฉันนั้น มนุษยนิยมจึงถือว่าทั้งความสุข ปัญญาความรู้ ความสงบของจิต การชื่นชมความงามต่าง ๆ มิตรภาพ เสรีภาพ ฯลฯ ต่างก็มีค่าในตัวเอง มนุษยนิยมสอนว่า สิ่งที่ตอบสนองความต้องการของมนุษย์ทุกด้าน ทั้งทางกายและจิต คือ สิ่งที่มีคุณค่าและควรแสวงหา

บุญทัน ดอกไธสง (2523 : 58-67) ได้เขียนปรัชญาทางจริยศาสตร์แนวความคิดเกี่ยวกับปรัชญาทางจริยะของชาวกรีก ที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดด้านความสุข ดังนี้

1) ปรัชญาของ Socrates กล่าวว่า จักรวาลมีคุณค่าเป็นสองรองจาก Socrates มักจะถามว่า Do you know yourself นั้นหมายถึง คุณเพียงรู้จักชื่อตนเองเท่านั้น ท่านกล่าวต่อไปว่า ถ้าหากเราต้องการจะรู้จักมัน เราต้องถามอายุความแข็งแรงและสุขภาพของมัน เพื่อที่จะรู้ว่ามันวิ่งเร็วหรือช้า มันสามารถทำงานได้หรือไม่ ในทำนองเดียวกันเราสามารถเปรียบได้กับมนุษย์ในการรู้จักตนเอง นั้น หมายถึงบุคคลจะต้องรู้จักสาเหตุที่มีความสัมพันธ์ระหว่างความรู้จักตนเอง ที่เรียกว่า “พื้นฐานแห่งความดี” คุณธรรมคือ คุณความดี สำหรับ Socrates แล้ว ถ้าหากใครรู้จักสิ่งที่ถูกต้องที่จะกระทำ แล้วปฏิบัติเป็นคุณธรรม บุคคลที่แสดงออกอย่างผิดพลาด เพราะเป็นคนโง่ บุคคลที่ไม่กระทำในสิ่งที่ถูกต้อง เพราะว่าเขาไม่รู้ว่า อะไรคือความถูกต้อง บุคคลที่ไม่รับรู้ต่อการกระทำต่อตัวเอง ถ้าหากว่าเขาทำร้ายตัวเองมันเป็นความผิดและเป็นการกระทำที่ไม่ตั้งใจ ไม่มีใครอยากจะทำ ความผิด การกระทำที่ทำความชั่วเป็นอันตรายต่อตัวเอง เช่น การฉกฉกรหาเงินจากผู้มีจิตเสื่อมทราม ดังนั้นหากจะหลีกเลี่ยงสิ่งเหล่านั้น บุคคลจะต้องรู้ว่ามันไม่มีประโยชน์ในการกระทำชั่ว ดังนั้นคุณธรรมนำมาซึ่งความสุข ไม่เพียงแต่ความรู้คือ คุณธรรม แต่คุณธรรมคือความสุข เมื่อบุคคลกระทำการใด ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อคนอื่นอย่างถูกต้อง ผลก็คือ “ความสุข”

2) ปรัชญาของ Aristotle กล่าวว่า ความดีที่ยิ่งใหญ่ของชีวิตคือ Happiness ซึ่งมนุษย์ได้พยายามแสวงหาเพื่อบรรลุจุดประสงค์นั้น คือ แสวงหาความสุข ส่วนวิธีอื่น ๆ นั้นเป็นเพียงนโยบายที่จะได้รับความสุขที่เป็นความต้องการของตนเอง วิธีแห่งความสุข (The path to happiness) ตามแนวคิดของ Aristotle การที่จะได้รับความสุข ต้องเกิดจากพลังความฉลาดของแต่ละบุคคล ขบวนการรู้จักพัฒนาความสามารถตนเอง ทำให้เกิดชีวิตที่มีความสุขอย่างสูง ดังนั้น บุคคลผู้มีความสามารถที่จะสนุกสนานเป็นผู้มีโอกาสดีคือ ความสุข ถ้าหากแต่ละบุคคลไม่มีความสามารถเขาจะรู้สึกผิดหวังและไม่มีความสุข พระเจ้าสร้างมนุษย์เพื่อมีจุดมุ่งหมาย แต่ก็ล้มเหลวที่จะติดตามหาข้อมูลว่ามนุษย์นั้นมีความสุขหรือไม่ ดังนั้นการบรรลุเป้าหมายคือความสุข เป็นสิ่งที่นำมาเพื่อความพอใจ ความสุข และความสวยงาม ยอดของความสุข (The highest form of happiness) ที่ Aristotle พูดถึงนั้น คือ Summum bonum คือ Life's greatest good ดังนั้นความสุขของมนุษย์ที่สูงที่สุด คือการรับรู้ตนเอง ธรรมชาติที่สูงสุดของคนพบอยู่ที่ Mind (ใจ) ลักษณะของจิตใจคือสิ่งที่ทำให้มนุษย์แตกต่างกับนักปรัชญาทางวิทยาศาสตร์ชี้ให้เห็นความสามารถทำให้เกิดความสุข 3 ประการ แต่ว่าความสามารถที่สูงส่งของจิตใจมนุษย์คือ สามารถคิดได้ ดังนั้นความนึกคิดที่มีประสิทธิภาพของจิตใจ จึงเป็นสาเหตุแห่งความรื่นรมย์ที่สูงส่งของชีวิต อำนาจคือธรรมชาติของมนุษย์ประกอบด้วยธรรมชาติ ดังนี้

- | | |
|--------------|-----------------------------------|
| 1. Vegetable | คือ รูปร่าง Physical |
| 2. Animal | คือ ความรู้สึก Emotional, sensual |

3. Rational คือ สภาพที่มนุษย์ Human

ดังนั้น แต่ละอย่างจะต้องมีอย่างสมบูรณ์ ถ้าพัฒนาแต่ละอย่างให้มีประสิทธิภาพ เขาจะพบซึ่งความสุข บุคคลที่มีสุขภาพดี ย่อมผลิตความรู้สึกที่ดี โดยการออกกำลังกายที่ถูกส่วน และเกิดจากรักษาหวัดทรง ความพอใจ เป็นธรรมชาติที่ทำให้คนมีความสุข แต่ความสุขที่แท้จริงนั้นเกิดจากความคิด ความสุขที่ได้ปฏิบัติตามหน้าที่ของมนุษย์อย่างมีเหตุผล คือได้มีสามัญสำนึกที่เกิดจากแนวความคิด ชีวิตที่อยู่ว่าง ๆ เป็นเพียงช่วงแห่งความสุขชั่วคราวเท่านั้น แต่ชีวิตที่มีเหตุผลทำให้เป็นมนุษย์สมบูรณ์ เช่น ใช้เวลาในการศึกษาดนตรี วาดเขียน ศิลปะ ทำงาน ศึกษา ปรัชญา วรรณคดี วิทยาศาสตร์ การเมือง สังคม ศาสนา และความขบขัน ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะทำให้เกิดประโยชน์ทางปัญญาที่ทำให้มนุษย์สามารถเข้าใจความสุขและสนุกสนานเกินกว่าสัตว์อื่น ๆ

ปรัชญากระสัน (Hedonism) เป็นนักปรัชญาที่เรียกว่า กระสันหรือสุขนิยม เป็นระบบของปรัชญาที่ประกาศ การแสวงหาความสุขโดยการหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดนั้นคือจุดประสงค์เบื้องต้นแรกของปรัชญานี้ มนุษย์มีเพียงข้อผูกพันทางศีลธรรมอันเดียวเท่านั้น ข้อผูกพันนั้นคือความกระสันหาความสุข และการขจัดความเจ็บปวดออกไปให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ มีปรัชญาหลายสำนักที่มีความคิดเกี่ยวกับปรัชญาอันนี้ บางสำนักเน้นถึงความสัมพันธ์ของความสุขทางเนื้อหนัง แต่บางสำนักก็ประกาศหาความสุขทางวิญญาณ และความสุขทางเนื้อหนังให้เท่าเทียมกัน บางสำนักแสวงหาความต้องการของตนเองไม่สนใจว่าใครจะได้รับโทษอย่างไร แม้มีสำนัก (Ideal Utilitarian) เป็นพวกที่เรียกว่า พวกประโยชน์นิยมอุดมคติ คือพวกประโยชน์นิยมอุดมการณ์ยอมรับความสุขสันต์ของแต่ละบุคคลเป็นสิ่งที่ถูกต้อง และประกาศถึงเป้าหมายเป็นประโยชน์ที่ยิ่งใหญ่ของมนุษยชาติ

Aristippus เป็นปรัชญาที่ก่อตั้งด้วยปรัชญากระสันคือ เป้าหมายที่สำคัญของชีวิต (Cyrenaic Hedonism) เขาประกาศว่า จงกินดื่มหาความสนุกสนานเต็มที่ ถ้าหากเราไม่แสวงหาความสุขเราจะเป็นผู้เสียตลอดกาล นัก Hedonism ไม่สนใจในอนาคต แต่แสวงหาความสุขในชีวิตนี้ และยืนยันว่าความสุขสันต์เท่านั้นคือความดี ดังนั้นทุกคนต้องแสวงหาโอกาสเพื่อสุขสันต์ธรรมดาเสีย

Epicureanism คือ Epicurus (เกิด ปี.ซี. 342 – 270) ไม่เห็นด้วยกับ Cyrenaic Hedonism ที่กล่าวถึงการยอมรับความสุขทั้งหมด เพราะเขาเห็นว่าความสุขสันต์บางประการควรจะหลีกเลี่ยงและมีคนไม่น้อยที่พยายามปฏิบัติตาม ปรัชญาที่ว่า กิน ดื่ม สนุกสนานเพราะพรุ่งนี้เราจะต้องตาย จะกลายเป็นสิ่งชั่วร้าย เพราะว่าเขาไม่ตายในวันพรุ่งนี้ แต่เขาจะต้องรับความลำบากจากการเลือกความสุขดังกล่าว การเลือกหาความสุขนั้น ควรจะแบ่งแยกเพราะคุณค่าบางอย่างไม่เท่าเทียมกัน และความต้องการบางอย่างก็ไม่เหมือนกัน เช่นการแสวงหาความสุข ด้วยการทดลองบาง

ประการควรคัดค้าน และการทดลองเกี่ยวกับความเจ็บปวดบางประการ แต่ควรจะให้คำมั่นสัญญาว่าเพื่อนำเขาไปหาอนาคตที่ดีกว่า Epicureanism แนะนำบุคคลที่เจ็บปวดเพื่อรับประทานยาและการผ่าตัด เพื่อเพื่อนมนุษย์จะดีมากกว่า และกล่าวต่อไปว่าความดีสูงสุดคือ ปัญญาเป็นคุณสมบัติ ความดี และเห็นว่าปัญหาเป็นความดีอันยิ่งใหญ่ เป็นสิ่งที่ดีที่สุด และเป็นสิ่งที่ให้ได้รับความสุข เพราะมันเป็นสิ่งที่แนะนำความสุขที่เหมาะสม เพื่อบุคคลที่ไม่เหมาะสม ปัญญาจะทำให้เขาต่อสู้กับความเจ็บปวด เพื่ออนาคตที่ดี มนุษย์ไม่ควรที่จะมีส่วนร่วมในการแสวงหาความสุขในสิ่งที่ไม่เหมาะสม เพราะการแสวงหาเหล่านั้นจะนำไปสู่สภาพที่เจ็บปวด เช่น การแสวงหาอาหารบางประการ ถ้าหากเกิดไปชอบขึ้นจะทำให้เกิดทุกข์ ความเป็นผู้ทันสมัยเท่านั้น จะทำให้บุคคลบรรลุความสุข Epicureanism เน้นถึงการหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดมากกว่าการแสวงหาความหรูหราชีวิต โดยธรรมชาติเกิดขึ้นมาพบแต่ความเจ็บปวด ป่วยไข้ และความกลัวต่อการตายก็หนีไม่พ้น เขาเห็นว่าการกลัวหรือความกลัวตายจะทำให้ชีวิตมีความสุข เพื่อที่จะเรียกร้องให้ประชาชนไม่กลัวต่อการตายเป็นสิ่งที่ลำบาก ไม่มีความตายที่จะต้องกลัว แต่เมื่อเราตายเราก็ไม่มีชีวิตอยู่ แต่มีชีวิตหลังจากตาย เพราะถ้าหากการตายเป็นสิ่งอมตะ การนั้นเราไม่เห็นจะต้องกลัว ถ้าหากไม่มีชาติหน้าพวกเราก็ยังไม่กลัวความตายเป็นสิ่งที่ไม่มีประโยชน์

3) ปรัชญาสำนัก Stoics

Epictetus (เกิด เ.ศ. 50 – 120) เป็นนักปรัชญาที่ยิ่งใหญ่ของสำนักนี้ คุณค่าที่ยิ่งใหญ่ของชีวิตคือ ความเยียบสงบ ความสุขแห่งจิตใจเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ สันติสุขของวิญญาณได้รับจาก (Self control or mastery) นั่นคือความสามารถที่จะระงับความต้องการควบคุมมันแทนที่จะอนุมัติให้มันควบคุมเรา ถ้าท่านอนุมัติให้ใครทำร้าย (Mental equilibrium) คุณภาพทางใจนั้น หมายถึงถ้าท่านยอมเป็นทาสของเขาและร้ายยิ่งกว่านั้น ทาสมีเพียงแต่ร่างกายเท่านั้น แต่ท่านไม่ควรให้วิญญาณของท่านเป็นทาสของเขา บางคนโกรธคุณเพราะคุณเป็นนายเขาเขาจะโกรธคุณ เมื่อคุณอนุญาตตัวของคุณให้เขาครอบงำ ถ้าหากคนบางคนต้องการตั้งคุณให้อำนาจโดยคุณทำตามเขาบอก คุณก็เหมือนกับขี้ผึ้ง แต่ถ้าหากคุณเข้าใจอำนาจและปฏิบัติต่อบุคคลที่คุณพบ เขาก็จะนับถือคุณ ถ้าหากคุณปล่อยให้เขาครอบงำเป็นสิ่งที่น่าละอาย เราไม่ควรทำตัวให้เป็นผู้รับใช้ใคร เช่นเดียวกับสิ่งที่คุณปรารถนา คุณก็แสวงหาเมื่อเป็นนั้น คุณต้องการ คืออิสระ คุณต้องตัดความต้องการทั้งหมดออก เพราะชีวิตเป็นสิ่งที่ดี เช่น ถ้าหากขโมย ๆ นาฬิกาของคุณ คุณก็จะเสียใจ เพราะคุณมีความรักต่อนาฬิกานั้น แต่ถ้าขโมย ๆ นาฬิกาเก่าที่ไม่มีค่า คุณก็จะไม่เสียใจ ดังนั้นคุณสามารถเข้าใจถึงความสงบของธรรมชาติที่เป็นจริงได้ ถ้าหากคุณหุบเมื่อดเพชรที่งาม ๆ ออกเป็นชิ้น ๆ แล้วกล่าวกับตัวเองว่า โดยแท้ที่จริงเพชรก็เกิดจากวัตถุที่แตกได้ ดังนั้นมันจึงแตก ถ้าหากคุณทำนมหมกที่คุณกำลังเตรียมมัน แต่ตัวคุณรู้สึกเสียใจ แต่ที่จริงแล้ว นมเป็นสิ่งที่หกลได้ เพราะที่เสียคือการเกิด

จากความรัก (Epictetus) กล่าวว่าถ้าหากลูกของคุณตาย ก็จงคิดเสียว่าเด็กนั้นประกอบด้วยเนื้อและเลือด และเป็นสิ่งที่แตกหักได้ ดังนั้นท่านจะต้องชะงักอารมณ์ เพื่อระงับสิ่งต่าง ๆ ไม่ให้มันเกิดขึ้นกับตัวของคุณได้ เพื่อต้องการความสุขแห่งจิตใจที่เรียกว่าความว่างหรือ (Mental equilibrium) รู้จักปล่อยวาง

4) ปรัชญาประโยชน์นิยม (Utilitarian)

Bentham เป็นนักปรัชญาสมัยใหม่ คือ ประโยชน์นิยม ซึ่งมีลักษณะคล้ายกันกับ Hedonism การวัดความสุขเชิงปริมาณของ Bentham (Quantitative Hedonism) เชื่อว่ามีความสุขเพียงอย่างเดียวเท่านั้น ความสุขนั้นแตกต่างกันทางปริมาณ เช่น จำนวน ระยะเวลา และความถี่ ความสุขไม่ใช่สิ่งที่มีจำนวนมาก ไม่มีความแตกต่างกันระหว่างความสุขทางเนื้อหนังและความสุขทางวิญญาณ ความสุขทั้งหมดเกิดจากรูปร่าง และเกิดจากอารมณ์ The summum bonum ของ Bentham ซึ่งเป็นนักสสารนิยม ปฏิเสธความสุขทางวิญญาณ

พูดถึงความสุขอันเกิดจากรูปร่างเป็นความดีที่สุดในชีวิต ถ้าหากบุคคลใดบุคคลหนึ่งถูกปฏิเสธความสุขอันเกิดจากอารมณ์จะพบชีวิตไม่มีค่า ความเป็นมนุษย์เบื้องต้น เพราะมนุษย์โดยธรรมชาติมีเป้าหมายของชีวิต และแสวงหาความสุข

เขามีเครื่องมือในการวัดความสุข ที่เรียกว่า Hedonist calculus ซึ่งมีอยู่ 7 จุดในการเป็นข้อมูลเพื่อที่จะตรวจสอบความถูกต้องอันเกิดจากความสุข บุคคลอาจจะไม่สามารถถึงซึ่งความสุขได้ ถ้าหากเขาไม่มีเครื่องวัดความสุข จุดทั้ง 7 จุด ที่เป็น

คือเป็นความเข้มและความเข้มข้นหรือกำลังของความสุข (Intensity)

1. คือจำนวนของเวลาที่ได้รับความสุข (Duration)

2. คือขั้นที่ประกันความชำนาญเฉพาะที่จะนำมาประกอบให้เกิดความสุข

(Certainty or uncertainty)

3. คือกาลเวลาแห่งความสุข เข้าไปให้ใกล้ความสุข ในโอกาสและตรงตามเวลา

(Remateness)

4. คือความสุขชนิดหนึ่ง ทำให้เพิ่มความสุขบ่อย ๆ (Fecundity)

5. คือความสุขที่บริสุทธิ์ปราศจากความเจ็บปวด (Purity)

6. คือความสุขที่เกิดจากการที่มีส่วนร่วมซึ่งกันและกัน

สิ่งที่ขัดขวางความสุข 4 ประการ เพื่อประกันไม่ให้บุคคลใดบุคคลหนึ่งสูญเสียความสุขที่แต่ละบุคคลแสวงหา คือ

1. การขัดขวางทางร่างกาย ถ้าหากบุคคลกินมากเขาจะเป็นบุคคลที่ไม่สบายหรือป่วยไข้ เรียกว่า การขัดขวางทางสุขภาพ

2. การขัดขวางทางการเมือง ถ้าหากบุคคลขโมยความสุขของเขา เขาจะถูกลงโทษ นั่นคือการขัดขวางทางการเมือง

3. การขัดขวางทางมวลชนหรือศีลธรรม ถ้าหากบุคคลประกอบความสุขที่ไม่บังควร เขาจะถูกวิพากษ์วิจารณ์จากสังคม เขาจะถูกประกาศห้ามจากเรื่องส่วนมาก นั่นคือการขัดขวางทางศีลธรรม

4. การขัดขวางทางศาสนา ถ้าหากบุคคลแสวงหาความสุขที่ถูกห้าม ที่ผิดศีลธรรม ดังนั้นพระเจ้าจะทำโทษเขาในโลกนั้นและโลกหน้า นั่นคือการขัดขวางทางศาสนา”

ปัจจัยที่ 8 ศาสนา

Mishra (2005: 47) ได้เขียนถึงเรื่อง ศาสนากับความสุขในบทความเรื่อง Deeper sense of happiness โดยกล่าวว่า ทุกสิ่งในโลกไม่มีอะไรยั่งยืน และความจริงของความต้องการ ความปรารถนาจะทำให้คนเรามีความสับสนและทนทุกข์ทรมานไม่จบสิ้น ชาวพุทธได้กล่าวถึงสิ่งหนึ่งว่าการเปลี่ยนแปลงความสุขธรรมดา ให้เป็นความสุขที่ยั่งยืนนั่นก็คือ การก้าวไปสู่ความเป็นจริง โดยการมีสติและการคิดใคร่ครวญ ไตร่ตรอง สำหรับชาวพุทธสิ่งที่สูงสุดของความสุข ก็คือ ความอิสระเสรี มิใช่ความอยากได้อะไร ความสุขเกิดขึ้นได้ด้วยจิตกำหนด

พระธรรมปิฎก (2539: 3) กล่าวว่า การเจริญคุณธรรม เช่น มีเมตตา กรุณา มีศรัทธา เราก็มีความสุขเพิ่มขึ้นอีกประเภทหนึ่ง แต่ก่อนนี้ชีวิตเคยต้องได้วัตถุมหาเสพต้องได้ ต้องเอา เมื่อได้จึงจะมีความสุข ถ้าคือเสียก็ไม่มีความสุข แต่คราวนี้ คุณธรรมทำให้ใจเราเปลี่ยนไป เหมือนพ่อแม่ที่มีความสุขเมื่อให้แก่ลูก เพราะรักลูก ความรักคือเมตตา ทำให้อยากให้ลูกมีความสุขพอให้แก่ลูกแล้วเห็นลูกมีความสุข ตัวเองก็มีความสุข เมื่อพัฒนาเมตตา กรุณา ขยายออกไปถึงใคร ให้แก่คนนั้น ก็ทำให้ตัวเองมีความสุข ศรัทธาในพระศาสนาในการทำความดี และในการบำเพ็ญประโยชน์เป็นต้น ก็เช่นเดียวกัน เมื่อให้ด้วยศรัทธา ก็มีความสุขจากการให้นั้น ดังนั้นคุณธรรมที่พัฒนาขึ้นมาในใจ เช่น เมตตา กรุณา ศรัทธา จึงทำให้เรามีความสุขจากการให้ การให้กลายเป็นความสุข พระธรรมปิฎกกล่าวถึงความสุข 5 ชั้นไว้ ดังนี้

ขั้นที่ 1 คือ ความสุขจากการเสพวัตถุ หรือสิ่งบำรุงบำเรอภายนอกที่นำมาปรนเปรอ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ของเรา ข้อนี้เป็นความสุขสามัญที่ทุกคนในโลกปรารถนา กันมาก เราจะต้องพัฒนาความสามารถที่จะมีความสุขได้ด้วยคู่กัน เป็นคนที่สุขได้ง่ายก็เป็นอย่างน้อยก็ฝึกตัวเองไว้ อย่าให้ความสุขต้องขึ้นกับวัตถุมากเกินไป คิด 5 เป็นตัวอย่างของวิธีฝึกไม่ให้เราสูญเสียอิสรภาพ โดยไม่เอาความสุขไปขึ้นต่อวัตถุมาก เพราะฉะนั้น จะต้องทำตัวให้มีความสุขด้วยตนเอง ดำรงไว้ให้ได้ ด้วยวิธีฝึกรักษาอิสรภาพของชีวิต และรักษาความสามารถที่จะมีความสุขไว้

ขั้นที่ 2 ความสุขอีกประการหนึ่ง เกิดจากการเจริญคุณธรรม เช่น มีเมตตา กรุณา มีศรัทธา พอเจริญคุณธรรมมากขึ้น คุณธรรมทำให้ใจเราเปลี่ยนไป เมื่อใจด้วยศรัทธา ก็มีความสุขจากการให้ นั้น ดังนั้นคุณธรรมที่พัฒนาขึ้นมาในใจ เช่น เมตตา กรุณา ศรัทธา จึงทำให้เรามีความสุขจากการให้ การให้กลายเป็นความสุข

ขั้นที่ 3 ความสุขเกิดจากการดำเนินชีวิตถูกต้องสอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ ไม่หลงอยู่ในโลกของสมมติ คนที่ปรับชีวิตได้ เข้าถึงความจริงของธรรมชาติ จึงสามารถหาความสุขจากการดำเนินชีวิตที่ถูกต้องตามความเป็นจริงของธรรมชาติ ได้เสมอ พอปัญญามาบรรจบให้วางใจถูก ชีวิตและความสุขก็ถึงความสมบูรณ์

ขั้นที่ 4 ความสุขจากความสามารถปรุงแต่ง คนเรานี้มีความสามารถในการปรุงแต่ง ซึ่งเป็นลักษณะพิเศษของมนุษย์ ปรุงแต่งทุกข์ก็ได้ ปรุงแต่งสุขก็ได้ โดยเฉพาะที่เห็นเด่นชัดก็คือปรุงแต่งความคิดมาสร้างสิ่งประดิษฐ์ จนมีเทคโนโลยีต่าง พระพุทธเจ้าตรัสว่า ตโต ปาโมหุชพหุโล ทุกขสฺสन्दํ กริสฺสตี แปลว่า ภิกษุปฏิบัติถูกต้องแล้ว มากด้วยปราโมทย์ มีจิตใจร่าเริงเบิกบานอยู่ เสมอ จักทำทุกข์ให้หมดสิ้นไป ดังนั้นท่านผู้เกษียณอายุนั้น ควรจะใช้เวลาให้เป็นประโยชน์ เป็นโอกาสดีมาปรุงแต่งใจ แต่ก่อนนี้ปรุงแต่งแต่ทุกข์ทำให้ใจเครียด ขุ่นมัว เศร้าหมอง ตอนนี้ปรุงแต่งใจให้มีธรรม 5 อย่างนี้ คือ ปราโมทย์ มีความร่าเริงเบิกบานใจ ปีติ ความอิ่มใจ ปัสสัทธิ ความผ่อนคลาย สงบเย็นกายใจ สุข โล่งโปร่งใจ สมานี สงบใจตั้งมั่น ไม่มีอะไรมารบกวน ทำใจให้ได้แบบนี้ อยู่เสมอ

ขั้นที่ 5 ความสุขเหนือการปรุงแต่ง คืออยู่ด้วยปัญญา ที่รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต การเข้าถึงความจริงด้วยปัญญาเห็นแจ้ง ทำให้วางจิตวางใจลงตัวสนิทสบาย กับทุกสิ่งทุกอย่าง อยู่อย่างผู้เฒ่าจบชีวิต เพราะไม่ต้องห่วงกังวลถึงความสุขของตนและไม่มีอะไรที่จะต้องทำเพื่อตัวเองอีกต่อไป จะมองโลกด้วยปัญญาที่รู้ความจริง และด้วยใจที่กว้างขวางและรู้สึกไม่มีอะไร รบกวนให้ขุ่นข้องหมองมัว

พระพรหมคุณาภรณ์ (2549 : 380) กล่าวว่า ความสุขเป็นสิ่งที่สำคัญและจำเป็นยิ่งในทางจริยธรรม และพระพุทธศาสนาก็สนับสนุนให้ปฏิบัติเพื่อเข้าถึงภาวะที่จะเสวยความสุขได้ในระดับต่าง ๆ มากมายหลายระดับ โดยเฉพาะเน้นให้พยายามบรรลุความสุขประณีตด้านในที่ไม่ต้องอิงอาศัยภายนอก ซึ่งมีประโยชน์ในทางจริยธรรมมาก (ความสุขไม่จำเป็นต้องสนับสนุน) เพราะคนคอยแต่จะหมกมุ่นกันกินพอกอยู่แล้ว แต่กระนั้นก็ไม่สนับสนุนให้ติดพันในความสุขชนิดใด ๆ เลย ยิ่งกว่านั้น พุทธศาสนาสนใจการสร้างความพร้อมที่จะมีความสุข หรือการทำตนให้พร้อมที่จะมีความสุข มากกว่าการสร้างภาวะแห่งการเสวยสุขต่างระดับต่างประเภทนั้นเสียอีก ภาวะพร้อมที่จะมีความสุขนี้ เมื่อบรรลุถึงแล้ว ผู้บรรลุสามารถเลือกเสวยความสุขระดับต่าง ๆ ที่ตนเองสร้างไว้

ก่อนแล้วได้ตามที่พอใจ หนึ่งภาวะที่จะเสวยสุขนี้ เป็นความสุขเองด้วยในตัวและเป็นความสุขที่เหนือกว่าสุขอื่นทั้งหมด ทั้งนี้เพราะมันไม่มีสิ่งที่เป็นเชื้อมูลของความทุกข์เหลือติดอยู่เลย และเพราะการที่ไม่มีเชื้อทุกข์เหลืออยู่นี้เอง จึงกลับทำให้ผู้บรรลุสามารถเสวยความสุขอย่างอื่นได้อย่างดีโดยสมบูรณ์คือทำให้ความสุขเหล่านั้นไม่เป็นทางก่อโทษก่อทุกข์แก่ผู้เสวยมันหรือผู้อื่นใดได้อีก ภาวะพร้อมที่จะเสวยสุขซึ่งเป็นความสุขด้วยในตัวของมันเองนี้ คือลักษณะสำคัญอย่างหนึ่งของนิพพาน

ท่านว.วชิรเมธี (2550 : 117) กล่าวว่า ความสุขตามหลักพุทธเศรษฐศาสตร์มองว่า การบริโภคเป็นเพียง “สภาพเอื้อ” ให้เกิดความสุขเท่านั้น ยังไม่ใช่ความสุขแท้ ความสุขแท้ต้องก้าวให้สูงขึ้นไปจากการคอยสนองตัณหา (ความอยาก) จนกระทั่งสามารถอยู่เหนือตัณหาได้

บุญชนะ อัคราการ (2533: 1) พบว่า คำสอนพระพุทธศาสนาเป็นของดีและมีประโยชน์ที่จะนำไปใช้ช่วยแก้ปัญหาของชีวิตได้ เมื่อได้ทดลองนำมาปฏิบัติก็ได้ผลดี เกิดความสุขกายสบายใจเป็นอันมาก ซึ่งได้กล่าวถึงหลักธรรมะที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ที่มนุษย์พึงเดินตามเพื่อแก้ปัญหาชีวิต มองว่า ความสุข ความทุกข์ เป็นเรื่องของใจ บางคนทำใจได้ง่าย บางคนก็ทำใจได้ยาก ผู้ใดทำใจหักห้ามใจได้ง่ายก็มีทุกข์น้อย

ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ (2540) กล่าวว่า ความเชื่อทางพุทธศาสนา หมายถึง การรับรู้ และการยอมรับของบุคคลในเรื่องที่เกี่ยวกับพุทธศาสนา สำหรับชาวพุทธที่ดีจะต้องมีความเชื่อ 3 บัณฑิตต่อเนื่องกัน คือ 1) ไตรสรณคม หรือ พระรัตนตรัย ได้แก่ ความเชื่อในพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ 2) กฎแห่งกรรม อนกขาติ นรก และสวรรค์ และ 3) นิพพาน ซึ่งพุทธศาสนิกชนสามารถนำความเชื่อเหล่านี้ไปปฏิบัติ เพื่อให้ตนเองดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

2.2.2 ผลของความสุข

Layard (2005 , 23-24) เขียนไว้ว่า ความสุขเป็นเหตุให้สุขภาพดีขึ้น ในเดือนกันยายน ค.ศ. 1932 คุณแม่อธิการแห่ง American School Sisters of Notre Dame ตัดสินใจให้แม่ชีใหม่ทุกคนเขียนเรื่องเล่าเกี่ยวกับตนเอง แล้วเก็บข้อมูลนี้ไว้จนเมื่อไม่นานมานี้ได้นำไปให้นักจิตวิทยาประเมินค่าความรู้สึก จากนั้นจึงนำผลการประเมินไปเปรียบเทียบกับอายุขัยของแม่ชี ผลออกมาเป็นที่น่าสนใจว่า ระดับความรู้สึกดีของแม่ชีที่ปรากฏจากการเขียนของตนในช่วงอายุยิ่งสืบทอด เป็นเครื่องพยากรณ์ได้อย่างดีว่าแม่ชีนั้นจะมีอายุยืนเพียงใด

ในจำนวนแม่ชีที่ยังคงมีชีวิตอยู่ในปี ค.ศ. 1991 แม่ชีจำนวนหนึ่งในสี่ที่อารมณ์ดีที่สุด มีเพียงร้อยละ 21 และเสียชีวิตภายในเวลาเก้าปีต่อมา ในขณะที่แม่ชีจำนวนหนึ่งในสี่ที่อารมณ์ดีน้อยที่สุด มีอัตราการเสียชีวิตถึงร้อยละ 55 สถิตินี้แสดงให้เห็นว่าความสุขสามารถยืดอายุขัยของคนได้

ความรู้สึกที่ยั่งยืนส่วนมากเป็นสิ่งที่ดีสำหรับมนุษย์ ความสุขไม่ว่าจะวัดอย่างไรก็ดูเหมือนว่าจะส่งเสริมให้สุขภาพกายดี (หากปัจจัยอื่น ๆ เท่าเทียมกัน) คนที่มีความสุขมักจะมีระบบภูมิคุ้มกันเข้มแข็งกว่า และมีระดับของคอร์ติซอลที่ก่อให้เกิดความเครียดต่ำกว่า คนที่มีความสุขมีโอกาสเสี่ยงต่อการติดโรคหัดต่ำกว่า และมีโอกาสพ้นจากการผ่าตัดใหญ่ได้เร็วกว่าด้วย

ในขณะเดียวกัน เมื่อใครก็ตามที่มีประสบการณ์ที่มีความสุข ระดับสารเคมีในร่างกายก็จะดีขึ้น แรงดันเลือดและอัตราการเต้นของหัวใจมีแนวโน้มที่จะลดลง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการมีประสบการณ์ที่ดีต่างๆ นั้นสามารถส่งผลที่ดีต่อสุขภาพในระยะยาวด้วย ถ้าพวกเรานำนักแสดงชายและหญิงจำนวน 750 คน ที่เคยได้รับการเสนอชื่อเข้าชิงรางวัลออสการ์ พวกเราสามารถเห็นได้ว่า ก่อนที่คณะกรรมการตัดสินรางวัลออสการ์จะประกาศรางวัลนั้น ผู้ได้รับรางวัลหรือผู้ที่ไม่ได้รับรางวัลจะมีภาวะสุขภาพที่อยู่ในระดับเดียวกันโดยเฉลี่ย แต่ผู้ที่ได้รับรางวัลนั้นจะมีอายุยืนยาวกว่าผู้ที่ไม่ได้รับรางวัลอีก 4 ปี และนี่คือผลแห่งการได้รับกำลังใจจากการชนะรางวัลนั่นเอง

Lyobomirsky (1980, อ้างใน Wallis, 2005) กล่าวว่า ความรู้สึกมีความสุขสามารถช่วยให้สุขภาพร่างกายดีขึ้น ช่วยเพิ่มระดับของพลังงาน พลังใจ และช่วยบรรเทาความเจ็บปวดหรืออ่อนเพลียให้กับผู้ป่วยได้ ทั้งนี้ วิธีการเพิ่มระดับความสุขในทางจิตวิทยานั้น ยังเป็นการแสดงออกถึงลักษณะที่คำนึงถึงผู้อื่น ไม่เห็นแก่ตัวและมีน้ำใจต่อผู้อื่นด้วย เช่น การไปเยี่ยมคนชราตามบ้านพักคนชรา, การช่วยเหลือเด็กหรือเพื่อนบ้าน และการเขียนจดหมายไปหาปู่ย่าตายาย เป็นต้น

Wallis (2005: 30 – 36) ได้อ้างถึงการศึกษาของ Seligman นักจิตวิทยาแห่งมหาวิทยาลัยเพนซิลเวเนีย ซึ่งได้ทำการศึกษาร่วมกับนักวิจัยอีก 2 คน คือ Fowler ซึ่งเป็นผู้บริหารสถาบันจิตวิทยาแห่งสหรัฐอเมริกา และ Mihaly นักจิตวิทยาชาวฮังการี โดยการศึกษาและอยู่ร่วมกับผู้ป่วยทางจิต ส่วนหนึ่งของผลการวิจัยได้กล่าวถึงการมีสุขภาพกายที่ดี มีภาวะเครียดน้อย โดยมุ่งเน้นไปที่การมองโลกในแง่ดีและมีความคิดในทางบวก จะส่งผลให้มีชีวิตที่ยืนยาวและมีความสุข

ท่านพุทธทาสภิกขุ (2529 : 31 - 33) กล่าวว่า มนุษย์จะรู้จักความสุขเพียงแค่อามิสสุข ซึ่งควรเรียกว่า ความเพลิดเพลินแห่งใจมากกว่า แล้วก็ยึดถือเอาว่า นั่นคือความสุขที่แท้จริง โลกนี้มีเหยื่อคือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสที่ยวนใจ เรียกว่า ยังอยู่ในวิสัยโลกียะอย่างเต็มที่ รู้จักความสุข แต่สิ่งที่ตนชอบหรือกำหนดจึงไม่ได้รับความสุขที่แท้จริง เราจะค่อย ๆ รู้จักและชนะความสุขที่หลอกลวงได้ที่ละเล็กทีละน้อย ก็ด้วยการปฏิบัติธรรม ผู้ปฏิบัติจนมรรคเกิดขึ้นได้ ย่อมมีความสุขแจ่มแจ้งต่อชีวิต รู้จักทุกข์สุขตามที่เป็นจริง รู้จักตัวของตัวถูกต้องตามเป็นจริง รู้จักหน้าที่ของชีวิต และ

มองเห็นแนวแห่งความหลงมกมายที่ผ่านมาแล้ว แล้วได้รับผลคือ ความสงบสุขแห่งใจเป็นเครื่องตอบแทน

ท่านพุทธปัญญา (2548 : 30 -31 , 62) พูดถึงคำว่า “ความสุข” ทุกคนล้วนมีจินตนาการในความคิดของตัวเองเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว กรอบแห่งความสุขของแต่ละคนจะแตกต่างกันออกไป และความสุขของแต่ละวัยก็มีความซับซ้อนต่างกันอีกชั้นหนึ่ง กล่าวคือ เด็กน้อยมีความสุขจากการได้เล่นกิจกรรมที่ตนเองชอบ วัยหนุ่มสาวมีความสุขจากการได้เล่นกิจกรรมที่ตนเองชอบ วัยหนุ่มสาวมีความสุขจากการได้แสวงหาความรักและความฝัน วัยกลางคนความสุขเริ่มลงมาที่การทำงาน แต่พอชีวิตอย่างเข้าสู่วัยชรา ความสุขก็วกกลับมาอยู่ที่อดีตของวันวาน มีความสุขทุกครั้งที่เกิดถึงอดีตอันเป็นวีรกรรมของชีวิต เมื่อพิจารณาเหตุปัจจัยที่เกิดขึ้น จึงกล่าวได้ว่า ความสุขโดยพื้นฐานของคนเรานั้นแตกต่างกัน แต่ในความแตกต่างนั้น ก็บ่งบอกความรู้สึกของความสุขว่า มีรสเดียว คือ รสแห่งความสบายใจ อิ่มเอมใจทุกครั้งที่ได้รับสนองตอบตามที่ประสงค์ไว้ ทุกครั้งที่ได้สัมผัสสุขใจของเราจะรู้ทันทีว่าอะไรที่หล่อเลี้ยงชีวิตให้ปริ่มปรามไพบูลย์ เช่นเดียวกับความทุกข์ที่มาเยือนก็จะสัมผัสถึงความอึดอัดทางอารมณ์ได้เช่นกัน

ประเวศ วะสี (2551 : 18 – 20) การมองเห็นความคิดของคนใกล้ชิดและเพื่อนมนุษย์บวกกับความเมตตากรุณาจะทำให้เกิดสัมพันธภาพที่ดี สัมพันธภาพที่ดีเป็นบ่อเกิดของความสุขและความสร้างสรรค์อย่างยิ่ง การจะหลุดพ้นจากอำนาจมายาคติซึ่งทำให้เราติดอยู่ในมุมมองเก่า ๆ ความคิดเก่า ๆ อันก่อให้เกิดความทุกข์ความขัดแย้ง คือ การดูใจของตนเอง ปกติเราจะดูแต่ของอื่นนอกกาย แต่ไม่ดูใจของตนเอง จึงตกเป็นเหยื่อของเหตุที่ทำให้เกิดทุกข์ทุกวันทุกเวลา ความพอใจหรือไม่พอใจที่เราไม่รู้ตัวนั้นแหละพาเราไปสู่ความทุกข์ เพราะความพอใจทำให้เราเกิดความโลภอยากได้อีก เกิดความกลัวที่จะสูญเสีย เกิดความกีดกันและความโกรธที่คนอื่นจะมาแย่ง ความไม่พอใจก็ทำให้เกิดความโกรธ การทำร้าย เป็นต้น เหล่านี้คือเหตุให้เกิดทุกข์โดยเราไม่รู้ตัว ถ้าเราฝึกดูใจของเราบ่อย ๆ ให้เห็นว่กำลังพอใจแล้ว กำลังไม่พอใจแล้ว การรู้เท่าทันความพอใจหรือไม่พอใจที่กำลังเกิดขึ้นทำให้ความรู้สึกนั้น ๆ ไม่กำเริบกลายเป็นเหตุก่อทุกข์ จิตใจของเราจะสงบและมีความสุข

วิทยากร เขียงกุล (2551 : 157 -158) เขียนในเรื่อง การเปรียบเทียบทำให้เป็นทุกข์ ของ Schwartz ซึ่งถึงการวิจัยที่แสดงให้เห็นว่า การที่ต้องเลือกอย่างใดอย่างหนึ่งแทนอย่างใดอย่างหนึ่ง ทำให้คนลังเลและไม่มีความสุข การมีทางเลือกมากขึ้น ทำให้คุณต้องมีความรับผิดชอบเพิ่มขึ้น การวิจัยชี้ให้เห็นว่ามนุษย์เราจะมีสุขมากกว่า ถ้าการตัดสินใจของเราไม่สามารถเปลี่ยนไปในทางตรงกันข้ามได้ (Not Reversible) เพราะเรารู้ว่า เมื่อเราตัดสินใจในสิ่งที่เรารู้ว่าเราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้อีกแล้ว เราจะเตรียมจิตใจของเราเพื่อสนับสนุนความชอบธรรมในการตัดสินใจนั้น

นั่น แต่ถ้าเราเลือกสิ่งที่ดีกว่าเราสามารถเปลี่ยนใหม่ได้ เราจะมีจิตใจที่วอกแวก โลเล ชอบเปรียบเทียบในเชิงรักพี่เสียดายน้อง สงสัยว่าที่เราเลือกมาอาจจะไม่ใช่ทางเลือกที่ดีที่สุด สิ่งที่เราไม่ได้เลือกอาจจะดีกว่า คนที่มีทัศนคตินี้ย่อลง เพราะการมีทัศนคติชอบเปรียบเทียบว่า ถ้าเขาเลือกคู่ครองเป็นคนอื่นแทนคนนี้ เขาน่าจะได้คู่ครองที่ดีกว่านี้ ในสมัยก่อนที่ยังไม่มีโทรทัศน์ อินเทอร์เน็ต และการติดต่อสื่อสารในสังคมอย่างสะดวกรวดเร็ว คนเรามักจะเปรียบเทียบตัวเองกับเพื่อนบ้านในละแวกเดียวกัน ในสมัยก่อนถ้าคุณทำงานเป็นแค่เสมียนและใช้ชีวิตอยู่ในละแวกบ้านที่คุณมีเพื่อนฝูงทำงานระดับไม่แตกต่างกันมาก คุณจะมีความสุขมากพอสมควร แต่ในยุคปัจจุบันที่คุณมีโอกาสเปรียบเทียบกับคนอื่น ๆ อีกจำนวนมากในประเทศนี้หรือในโลกนี้ ที่มีงานดีกว่าคุณ รวยมากกว่าคุณ การเปรียบเทียบดังกล่าวมีโอกาสนำให้คุณมีความสุขลดลง แม้ว่า你会ประสบความสำเร็จในชีวิต และมีชีวิตที่มั่งคั่งสะดวกสบาย แต่ก็ยังมีคนที่รวยกว่าคุณอยู่เสมอ การเปรียบเทียบตัวเองกับคนที่รวยกว่าหรือประสบความสำเร็จมากกว่ามีโอกาสนำให้เราอิจฉา รู้สึกเป็นศัตรู เครียด และทำให้ความภาคภูมิใจในตัวเราลดลงได้ ในทางตรงกันข้าม หากเรารู้จักการเปรียบเทียบตัวเรากับคนที่จนกว่า โชคดีน้อยกว่าเราจะช่วยเพิ่มความภาคภูมิใจในตัวเอง และลดความกังวลใจของเรา ดังนั้น การรู้จักเปรียบเทียบแบบนี้จะมีผลดีต่อจิตใจเรามากกว่า

2.3 ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุข

Blanchflower and Oswald (2005 : 176 -184) ได้โต้แย้งว่าการใช้ดัชนี 3 ตัว ไม่น่าจะเพียงพอในการวัดความสุขของคนได้ ในงานวิจัยเรื่อง Happiness and the Human Development Index: the Paradox of Australia (NBER working paper 11416) ทั้ง 2 ได้พยายามพิสูจน์โดยใช้กรณีของประเทศออสเตรเลีย ซึ่งถูกจัดอยู่อันดับ 3 ของโลกในปี 2004 โดยดัชนี HDI ประเทศที่อยู่อันดับหนึ่งคือ นอร์เวย์ตามด้วยสวีเดน ส่วนสหรัฐอเมริกาอยู่อันดับ 8 และญี่ปุ่นอันดับ 9 โดยใช้ข้อมูลการสำรวจของ International Social Survey Program ซึ่งจัดทำข้อมูลในปี 2002 โดยสำรวจประเทศจำนวน 35 ประเทศ ด้วยจำนวนตัวอย่างรวมแล้วประมาณ 50,000 ตัวอย่าง มีคำถามที่ให้ผู้ตอบแบบสอบถามตอบที่สำคัญประมาณ 5 เรื่องด้วยกันคือ

1. ให้ประเมินว่าระดับความสุขของตนเองโดยทั่วไปอยู่ตรงไหน คะแนนอยู่ในช่วง 1-7
2. ให้ประเมินว่าระดับความพึงพอใจต่อชีวิตครอบครัวเป็นอย่างไร คะแนนอยู่ในช่วง 1-7
3. ให้ประเมินว่าระดับความพึงพอใจในงานที่ทำเป็นอย่างไร คะแนนอยู่ในช่วง 1-7
4. ให้ประเมินว่าระดับความตึงเครียดของงานอยู่ที่ระดับไหน คะแนนอยู่ในช่วง 1-5

5. ให้ประเมินว่าระดับความเหนื่อยจากการทำงานในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมาเป็นอย่างไร
คะแนนอยู่ในช่วง 1-4

ผู้ศึกษาทั้ง 2 ท่านสมมติว่า ถ้าให้ดัชนีทั้ง 5 ข้อ เป็นดัชนีที่ชี้วัดถึงความสุข เขาพบว่า ออสเตอร์เลียเกือบจะอยู่อันดับท้ายในเรื่องความพึงพอใจต่องาน ส่วนดัชนีระดับความสุขโดยทั่วไป อยู่ระดับตรงกลางๆ ทั้ง 2 ท่านได้แสดงให้เห็นว่าการศึกษารองความสุขของมนุษย์นั้นจะต้องมีการศึกษาเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะปัจจัยทางด้านสังคม ทั้งนี้ เพราะปัจจัยทางสังคมไม่ได้มาพร้อมกับ ป้ายราคา การศึกษาเพิ่มเติมในเรื่องนี้น่าจะช่วยให้รัฐบาลในประเทศต่าง ๆ สามารถดำเนินนโยบาย ที่สอดคล้องกับการสร้างความสุขของคนในสังคมได้

Davis and Smith (2002) ได้ทำการศึกษารองความสุข พบว่าคนเราจะมีความสุขที่สุดในช่วงวัยกลางคน และจะค่อย ๆ เพิ่มขึ้นเล็กน้อย พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุค่อนข้างมากจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่มีอายุน้อย แต่ส่วนหนึ่งเป็นเพราะการที่เลือกสำรวจกลุ่มตัวอย่างเพียงไม่กี่กลุ่ม เท่านั้นด้วย ทำให้มีความหลากหลายของอายุมีไม่มาก เขาพบว่าความสุขของคนเราสามารถเปลี่ยนแปลงได้ ขึ้นอยู่กับความพึงพอใจในชีวิตในแต่ละช่วงอายุ ไม่ว่าจะทั้งทางด้านชีวิตครอบครัว (โดยวัดจากความสมบูรณ์/ความอบอุ่นของครอบครัว) ทั้งนี้ความพอใจในชีวิตของครอบครัวจะค่อย ๆ เพิ่มขึ้นในช่วงอายุ 40 ปี แล้วจะค่อย ๆ ลดลง ส่วนความพึงพอใจด้านการทำงาน พบว่า จะค่อย ๆ เพิ่มขึ้นจนถึงช่วงอายุ 58 ปี และจะค่อย ๆ ลดลง ส่วนทางด้านสถานะทางการเงินนั้น พบว่า จะค่อย ๆ ลดลงเมื่อผ่านช่วงอายุ 36 ปี แต่จะเพิ่มขึ้นเมื่ออายุเพิ่มขึ้นมา

นอกจากนี้ ยังพบอีกว่า ความพอใจในชีวิตครอบครัวจะเพิ่มขึ้น เมื่อความสัมพันธ์ในครอบครัวเป็นไปด้วยดี และจะลดลงเมื่อเกิดการหย่าร้างหรืออยู่เป็นหม้าย ความพอใจในงานก็จะเพิ่มขึ้นเมื่อได้เลื่อนตำแหน่ง ความพอใจในสุขภาพจะเพิ่มขึ้นเมื่อร่างกายไม่เจ็บป่วย และความพอใจด้านการเงินจะเพิ่มขึ้นเมื่อมีรายได้ที่มั่นคง และลดลงเมื่อมีรายได้ที่ลดลงตาม

โดยรวมแล้ว ความสุขมีความสำคัญต่อชีวิตมาก และส่วนมากสิ่งที่มีอิทธิพลต่อความสุข นั้นก็คือ สถานะภาพทางเศรษฐกิจ, ชีวิตครอบครัว, สุขภาพ และหน้าที่การงาน ดังนั้น ถ้าคนเรามีปัจจัยดังกล่าวที่ดีแล้วก็จะทำให้มีความสุขตามไปด้วย คนส่วนมากมักมีความสุขในช่วงวัยกลางคน และเริ่มมีความสุขน้อยลงในช่วงวัยทอง คนวัยกลางคนพึงพอใจในชีวิตครอบครัวและการทำงาน แต่ไม่ได้สนใจด้านสุขภาพเท่าที่ควร แต่พอล่วงเลยวัยนั้นมาแล้วก็หันกลับมาสนใจเรื่องสุขภาพ โดยที่ จะสนใจเรื่องการทำงานลดลงเช่นกัน แต่ทั้ง 3 ปัจจัยดังกล่าว ก็มีผลกระทบโดยรวมต่อความสุขทั้งสิ้น ทั้งนี้รวมถึงสถานะภาพทางเศรษฐกิจด้วยเช่นกัน ซึ่งใจความสำคัญของเรื่องความสุข ส่วนใหญ่แล้ว น่าจะมีเหตุผลมาจากเรื่องทางจิตศาสตร์ ความสุขถูกกำหนดมาโดยพันธุกรรมและบุคลิกภาพส่วนบุคคล แต่ก็อาจเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมของบุคคลนั้นด้วย เพราะสิ่งแวดล้อมย่อมส่งผลต่อพฤติกรรม

ของคนโดยตรง นโยบายของรัฐบาลก็มีส่วนสำคัญและมีอิทธิพลต่อความสุข เพราะเมื่อมีนโยบายที่ดี ก็จะทำให้เศรษฐกิจดี คนมีสุขภาพที่แข็งแรง ประชากรก็จะมีความสุข แท้จริงแล้ว ไม่มีกฎเกณฑ์ใดตายตัวที่กำหนดและบ่งบอกไว้ว่า คนเราจะมีความสุขตลอดไปได้

Graney (1975) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “Happiness and Social Participation in aging” โดยการศึกษาใช้ระยะเวลาถึง 4 ปี กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุหญิงจำนวน 60 คน ที่มีช่วงอายุระหว่าง 62 – 89 ปี เครื่องมือที่ใช้คือ 1. มาตรวัดสมดุลทางอารมณ์ (The Affect Balance Scale) แบ่งเป็น 2 ด้าน คือ อารมณ์ทางบวกและอารมณ์ทางลบ 2. มาตรวัดทางสังคมทางด้านกิจกรรม 3. มาตรวัดปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ผลจากการศึกษาพบว่า ความสุขมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมของกลุ่มของผู้สูงอายุ ถ้าได้มีการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมมาก ผู้สูงอายุก็น่าจะมีความสุขมาก ตรงกันข้ามถ้าการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมน้อย ผู้สูงอายุก็น่าจะมีความสุข

Frankel and Hewitt (1994: 33-62) พบว่า นักศึกษาในประเทศแคนาดาที่เป็นสมาชิกชมรมความเชื่อทางคริสเตียนมีความสุขดีกว่า มีความสุขมากกว่าและสามารถจัดการกับความเครียดได้ดีกว่านักศึกษาที่ไม่ได้เป็นสมาชิกชมรมทางศาสนา

Fray and Stutzer (2002 : 8-10) ทำการศึกษาถึงความสัมพันธ์ของการเพิ่มขึ้นของรายได้ต่อหัวกับความพึงพอใจในชีวิตของชาวญี่ปุ่น ตั้งแต่ปี ค.ศ.1958-1991 ปรากฏว่าในช่วงเวลากว่า 30 ปี รายได้ต่อหัวของชาวญี่ปุ่นเพิ่มขึ้นกว่า 6 เท่า แต่ชาวญี่ปุ่นกลับมีความรู้สึว่าตนเองไม่ได้มีความพึงพอใจในชีวิตเพิ่มขึ้นเลยตลอดช่วงเวลาสามทศวรรษที่ผ่านมา ขณะเดียวกันในแง่ของการบริโภค การสำรวจในสหรัฐอเมริกาพบว่า แม้ว่าร้อยละของครัวเรือนอเมริกันที่มีเครื่องปรับอากาศจะเพิ่มขึ้น 5 เท่า ร้อยละของครัวเรือนที่มีเครื่องล้างจานจะเพิ่มขึ้น 7 เท่า ร้อยละของครัวเรือนที่มีรถยนต์มากกว่าหนึ่งคันจะเพิ่มขึ้น 3 เท่า แต่ชาวอเมริกันยังรู้สึกว่ตนเองยากจนลงอย่างเห็นได้ชัดเมื่อเปรียบเทียบกับสองทศวรรษก่อน

การศึกษาที่สำคัญอีกเรื่องหนึ่งคือ การเปรียบเทียบความสุขหรือความพอใจในชีวิตของคนกว่า 80,000 คนใน 51 ประเทศ ในช่วงทศวรรษที่ 1990 ซึ่งผลการศึกษาพบว่า ในหลายประเทศประชาชนมีความพึงพอใจในชีวิตสูงมากคือ สูงอยู่ในระดับเดียวกับประเทศที่มีรายได้มากกว่าตนถึง 5 เท่า ดังนั้น ความสัมพันธ์ระหว่างเงิน การบริโภค และความสุขจึงมีความซับซ้อนกว่าความเชื่อหรือรหัสของเศรษฐศาสตร์กระแสหลัก อาจกล่าวโดยสรุปได้ว่า ความเชื่อเรื่อง “เงินซื้อความสุข” หรือ “การบริโภคนำมาซึ่งความสุข” มิได้เป็นความจริงเสมอไป

Easterlin (2003) ได้ทำการศึกษาและพยายามสร้างทฤษฎีที่ดีกว่าเกี่ยวกับความสุข (Building a Better Theory of Well-Being) โดยมีแนวทางการศึกษาแบ่งออกเป็น 2 แนวทางใหญ่ ๆ

คือ 1. แนวทางด้านจิตวิทยา และ 2. แนวทางด้านเศรษฐศาสตร์ ซึ่งผู้เขียนจะมุ่งเน้นแนวทางด้านเศรษฐศาสตร์ (เกี่ยวกับการใช้จ่ายเงิน) เป็นสำคัญ ประกอบกับการสำรวจทางสังคม โดยใช้แบบสอบถามแบบเปิดโดยมีคำถาม คือ คุณอยากจะมีอะไรเมื่อคุณคิดถึงชีวิตที่มีความสุข และในรายการเหล่านั้นคุณมีอะไรบ้างแล้ว ผลที่ได้คือ คนส่วนใหญ่มีรายการที่คล้ายคลึงกัน 10 รายการ ดังนี้ 1. บ้าน 2. รถ 3. โทรศัพท์ 4. การไปเที่ยวต่างประเทศ 5. สระว่ายน้ำ 6. บ้านพักตากอากาศ 7. การมีเงินมาก 8. การมีชีวิตสมรสที่มีความสุข 9. การมีบุตรทั้งจำนวนและคุณภาพตามที่ต้องการ 10. การมีสุขภาพดี ซึ่งความต้องการในรายการเหล่านี้จะแตกต่างกันไปตามแต่ละช่วงอายุ และระดับการศึกษา

Layard (2005) การตอบแบบสอบถามของประชาชน 900 คนในมลรัฐเท็กซัสยืนยันว่าระดับของความสุขเปลี่ยนแปลงได้ตามกิจกรรมที่เราทำ กิจกรรมที่ทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามมีความสุขมากที่สุดคือ การมีเพศสัมพันธ์ รองลงมาคือ การเข้าสังคม การพักผ่อน การสวนมนต์ อธิษฐาน การรับประทานอาหาร การออกกำลังกายและการดูโทรทัศน์ กิจกรรมทั้ง 6 อย่างนี้ทำให้พวกเขามีระดับความสุขพอๆ กัน ส่วนกิจกรรมที่ทำให้เกิดความสุขน้อยที่สุดคือ การทำงาน ทั้งงานภายในบ้านและงานนอกบ้าน

Lykken and Tellegen (1996) ได้ศึกษาเรื่องความพึงพอใจในชีวิต และได้ข้อสรุปว่าความพึงพอใจของคนนั้น 50% มาจากอิทธิพลของยีนและพันธุกรรม เช่น การมีอุปนิสัยร่าเริง บุคลิกภาพ ความเครียด ระดับความกังวล และความกดดัน ส่วนปัจจัยอื่น ๆ ที่นอกเหนือจากพันธุกรรม ได้แก่ รายได้ สถานภาพการสมรส ศาสนา และการศึกษา ซึ่งล้วนส่งผลต่อความสุข และพบว่าไม่มีการจำกัดว่าคนเราจะต้องสุขหรือทุกข์ไปตลอด เมื่อมีความสุขก็ไม่ได้หมายความว่าจะต้องมีความสุขไปตลอด เมื่อมีความทุกข์ ก็ไม่ได้หมายความว่าจะต้องทุกข์ไปตลอดเช่นกัน ยกตัวอย่างผู้ที่สูญเสียแขนขาจากอุบัติเหตุ ก็ยังสามารถกลับมากระโดดโลดเต้นได้ แม้ว่า 1 สัปดาห์หลังจากประสบอุบัติเหตุ ผู้ที่ได้รับบาดเจ็บจะรู้สึกโกรธและมีความกังวลอย่างมาก แต่พบว่า 8 สัปดาห์หลังจากนั้น ก็สามารถกลับมามีความสุขได้เหมือนเดิม

วรชัย ทองไทย (2548) ได้กล่าวถึงเรื่องความสุขที่วัดได้ : ฐานคิดใหม่ในการวัดได้ว่าการสำรวจความสุขของบุคคลโดยใช้แบบสอบถาม เป็นที่ยอมรับว่าสามารถเชื่อถือได้ แต่ผลการสำรวจที่ได้ไม่สามารถนำมาเปรียบเทียบในช่วงเวลาที่ต่างกัน ซึ่งงานวิจัยดังกล่าวพยายามจะเสนอตัวชี้วัดความสุขตัวใหม่ที่สามารถใช้ได้ในทุกสถานการณ์ โดยใช้ฐานแนวคิดตามแบบทุนนิยมและฐานแนวคิดทางพุทธศาสนา โดยงานวิจัยนี้จะใช้ตัวชี้วัดเพียง 2 ตัว คือ อรรถิสุข (สุขจากการมีทรัพย์) และ อนณสุข (สุขจากการไม่เป็นหนี้) ส่วนตัวชี้วัดทางอ้อมใช้การนอนหลับเป็นตัวชี้วัดความสุข และการเจ็บป่วยเป็นตัวชี้วัดทางอ้อมของการไม่มีความสุข สถิติที่ใช้คือ ค่าไขว้และค่า

สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ในการวิเคราะห์แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ ชายและหญิง ซึ่งมีสมมติฐาน คือ รายได้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการหลับนอน รายได้มีความสัมพันธ์ทางลบกับการเจ็บป่วย หญิงมีความสัมพันธ์ทางลบกับการนอนหลับ และหญิงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเจ็บป่วย โดยแหล่งข้อมูลมีการสำรวจข้อมูลในจังหวัดกาญจนบุรี ตั้งแต่ปี พ.ศ.2543 ซึ่งการเก็บข้อมูลประกอบด้วยข้อมูลหมู่บ้าน เก็บเฉพาะข้อมูลในชนบท และข้อมูลส่วนบุคคลที่เก็บทุกคนมีอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไป ผลการวิเคราะห์ได้ยอมรับสมมติฐานทั้ง 4 ข้อ คือ รายได้มีความสัมพันธ์ทางบวกกับนอนหลับ รายได้มีความสัมพันธ์ทางลบกับการเจ็บป่วย หญิงมีความสัมพันธ์ทางลบกับการนอนหลับ และหญิงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเจ็บป่วย ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า อรรถิสุขหรือความสุขจากการมีทรัพย์สิน ละ อนุสนุข หรือความสุขจากการไม่เป็นหนี้ จึงเป็นตัวชี้วัดความสุขของบุคคลได้ดี

ปีงปอนด์ รักอำนวยกิจ และพิริยะ ผลพิรุฬห์ (2550) ทำการวิจัยเรื่อง “ความสุขกายสบายใจของคนเมือง” ซึ่งเป็นการสำรวจระดับประเทศของประชากรอายุ 15-60 ปี ที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองและเขตชนบทจาก 5 ภาค พบว่า ระดับความสุขเฉลี่ยของประชากรในเขตเมืองใกล้เคียงกับในชนบท ภาคที่ระดับความเป็นเมืองสูงกว่าชนบทอย่างภาคกลางและภาคตะวันออกมีระดับความสุขน้อยกว่าภาคที่มีความเป็นชนบทมากกว่าอย่างภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ข้อมูลจากการสำรวจยังแสดงว่าประชากรที่อยู่อาศัยในเขตเมืองมีแนวโน้มจะเจ็บไข้ได้ป่วยมากกว่าประชากรที่อาศัยอยู่ในชนบท ถึงแม้ว่าอยู่ในเขตเมืองจะได้รับความสะดวกสบาย โอกาสในการทำงานและการศึกษา รวมทั้งทางเลือกในการบริโภคที่มากขึ้น แต่ต้องประสบกับภาวะปัจจัยที่บั่นทอนทั้งทางด้านสุขภาพจิตสุขภาพกายมากกว่า นอกจากนี้คนเมืองยังพบประสบกับความเสี่ยงในการทำงานมลภาวะ การแข่งขันในการทำงานและการศึกษา ส่งผลให้เกิดความสบายใจน้อยกว่าคนชนบท ที่การดำรงชีวิตไม่เร่งรีบ การทำงานที่ไม่ต้องแข่งขันกับใคร มีธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อมที่ดี มีความเสี่ยงน้อยกว่าคนเมือง ส่งผลให้ใช้ชีวิตอย่างสบายใจมากกว่า

พระสุริยัญ ชูช่วย (2545) ได้ศึกษาเกี่ยวกับ “การแสวงหาความสุขและคุณค่าของชีวิต ทัศนศึกษาทัศนะกลุ่มคนต่างวัยในกรุงเทพมหานคร” พบว่าในทัศนะของสุขนิยม ความสุข คือ ความสุขสบายทางกายและทางใจ ในทัศนะอสุขนิยม ความสุขคือ การมีปัญญาความรู้หรือ ความสงบทางจิต ในทัศนะมนุษย์นิยม ความสุขคือ การดำเนินชีวิตที่มีความรักต่อพระเจ้าและเพื่อนมนุษย์ ในทัศนะศาสนาอิสลาม ความสุขคือ การดำเนินชีวิตด้วยการทำความดีตามหลักศรัทธาต่อพระผู้เป็นเจ้า ทั้งสามศาสนาล้วนแต่เน้นความสุขทางด้านจิตวิญญาณมากกว่าความสุขทางโลก ด้านทัศนะเกี่ยวกับชีวิตที่ดีพบว่า กลุ่มตัวอย่างทุกวัยให้ความสำคัญกับการมีความสุขทางกายและทางใจเป็นอันดับหนึ่ง วัยรุ่นให้ความสำคัญกับการเรียนรู้และแสวงหาความรู้ อยู่เสมอเป็นอันดับที่สอง วัย

ผู้ใหญ่ว่าความสำคัญกับการมีสติเท่าทันความคิดและความรู้สึกของตนเองในลำดับที่สอง วิทยาลัยคนให้ความสำคัญกับการมีจิตใจสงบปราศจากความทุกข์และความทุกข์เป็นอันดับสอง นอกจากนี้ยังพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีวัยต่างกันจะมีทัศนะเกี่ยวกับการแสวงหาความสุขและทัศนะเกี่ยวกับคุณค่าของชีวิตแตกต่างกัน แต่กลุ่มตัวอย่างที่มีวัยต่างกันไม่มีทัศนะเกี่ยวกับชีวิตที่ดีที่แตกต่างกัน

พัชรพร เดชะศิริพงษ์ (2549) ได้ทำการศึกษาเรื่อง “ความสุขของบุคลากรด้านสาธารณสุข” โดยทำการศึกษาบุคลากรด้านสาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรี จำนวน 470 คน โดยผลการศึกษาปัจจัยด้านความเห็น/ทัศนคติต่อมุมมองของความสุข พบว่า กลุ่มตัวอย่าง มีความคิดเห็น/ทัศนคติในระดับ พอใจ-พอใจมาก ในด้านของความพอใจในชีวิต มากที่สุด ร้อยละ 86.8 รองลงมาคือ การได้รับในสิ่งสำคัญๆ ที่ต้องการ ร้อยละ 67.2 แทบทุกมุมมองของชีวิตเกือบจะถึงระดับอุดมคติ ร้อยละ 64.1 และสภาพชีวิตของข้าพเจ้าเรียกได้ว่ายอดเยี่ยม ร้อยละ 42.4 เรียงตามลำดับ ส่วนในด้านของเริ่มต้นชีวิตใหม่ได้ แทบจะไม่อยากเปลี่ยนแปลงอะไรเลย น้อยที่สุด ร้อยละ 54.4 ผลร้อยละของความสุขกลุ่มตัวอย่างคิดว่าตนเองมีความสุขระดับกลางมากที่สุด ร้อยละ 57 รองลงมาคือมีความสุขมาก ร้อยละ 41.5 มีความสุขน้อย ร้อยละ 1.1 ไม่มีความสุขเลยและไม่ตอบร้อยละ 0.2 ส่วนความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างต่อความสุขของเพื่อนบ้านอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุดร้อยละ 59.4 รองลงมาคือ มาก ร้อยละ 18.3 ไม่แน่ใจ ร้อยละ 19.4 และมีความสุขน้อย ร้อยละ 3.0 ตามลำดับ มีผู้ที่ให้คะแนนความสุข 8 คะแนนมากที่สุด (คะแนน 1-10) คิดเป็นร้อยละ 36.4 ส่วนปัจจัยที่มีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์ต่อความสุข คือ รายได้สุทธิ ความพึงพอใจในการทำงาน ฐานะทางเศรษฐกิจ ความอบอุ่นในครอบครัว สุขภาพ เสรีภาพส่วนบุคคล การเห็นคุณค่าในตนเอง และความสุขของเพื่อนบ้าน ปัจจัยที่ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์ต่อความสุข คือ เพศ อายุ ระดับการศึกษา สถานภาพ และความสนใจธรรมะ

สำนักวิจัยเอแบคโพลล์ (2551) เผยว่า หลังจากได้ทำวิจัยความสุขคนไทยกับเครือข่ายวิชาการทั้งในและต่างประเทศมานานกว่า 2 ปี โดยมีบทบาทสำคัญคือค้นหาปัจจัยสำคัญที่จะทำให้มีความสุข เป็นข้อมูลเชิงนโยบายสาธารณะมากกว่าความสุขของปัจเจกบุคคล เผยผลวิจัยเชิงสำรวจเรื่อง รายงานดัชนีความสุขมวลรวม (Gross Domestic Happiness Index) ของคนไทยแสดงแนวโน้มค่าเฉลี่ยความสุขมวลรวมของคนไทยภายในประเทศ พบว่า ค่าเฉลี่ยความสุขตั้งแต่เดือนตุลาคม 2549 – มกราคม 2551 มีคะแนนค่าเฉลี่ย 4.86 5.74 5.68 5.66 5.11 5.02 5.94 6.90 และ 6.47 ตามลำดับ และเปิดเผยผลสำรวจภายในประเทศประจำเดือนมกราคม 2551 : กรณีศึกษาประชาชนในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ปริมณฑล และหัวเมืองใหญ่ (นนทบุรี สมุทรปราการ ปทุมธานี เชียงใหม่ ชลบุรี ขอนแก่น สงขลา) จำนวนทั้งสิ้น 3,246 คน ซึ่งดำเนินโครงการ ระหว่าง

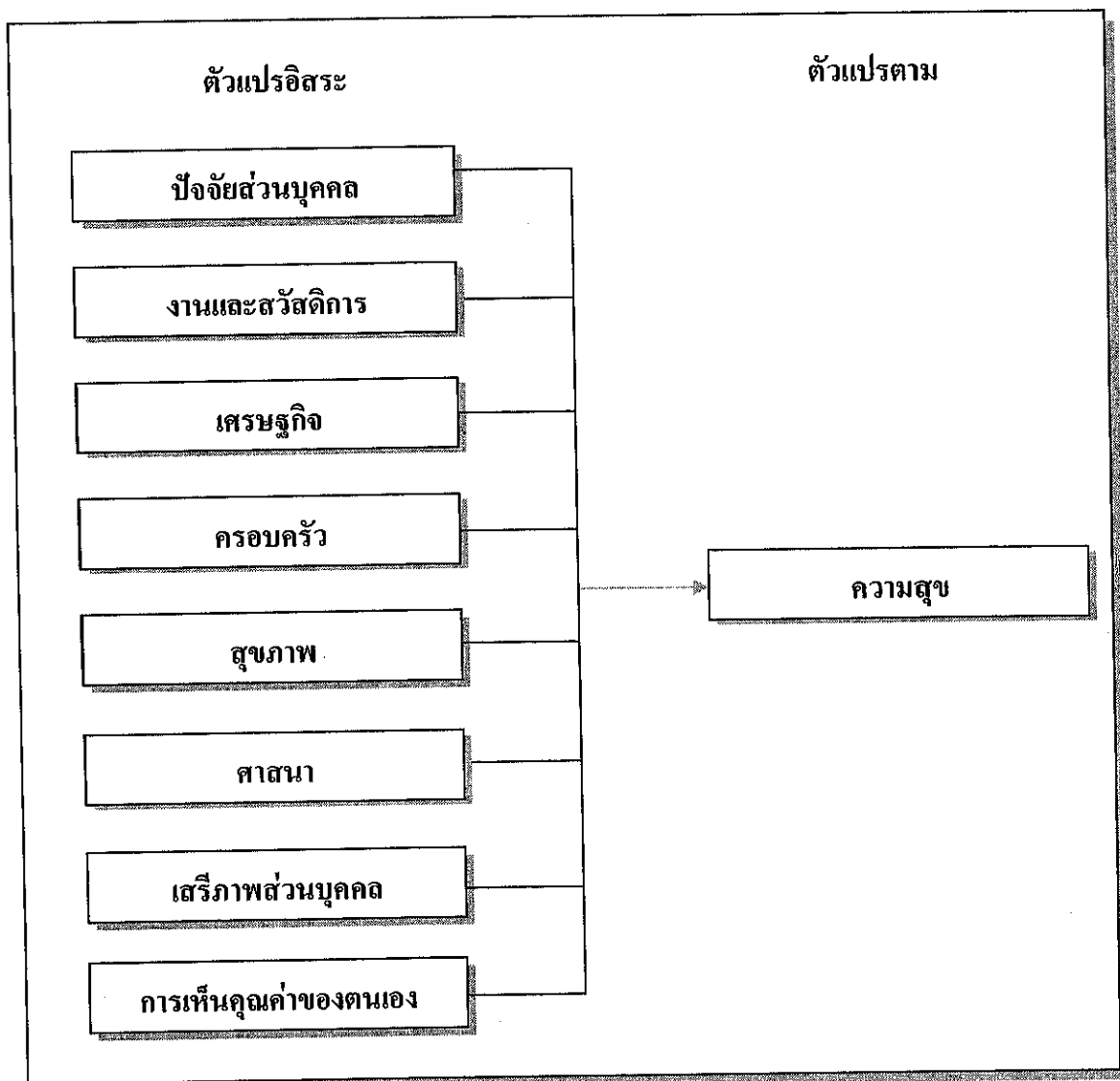
วันที่ 30 มกราคม 2551 - 2 กุมภาพันธ์ 2551 ประเด็นสำคัญที่ค้นพบมีดังนี้ เมื่อสอบถามถึงความสุข โดยภาพรวม พบว่า ความสุขมวลรวม (GDH) ของคนไทยในพื้นที่ที่ถูกศึกษาอยู่ที่ 6.47 คะแนน ซึ่งน้อยกว่าค่าคะแนนความสุขมวลรวมของคนทั้งประเทศในเดือนก่อน

ปัจจัยสำคัญที่ค้นพบค่าความสุขสูงสุด คือ 9.31 คะแนนเป็นเรื่องความจงรักภักดี รองลงมาคือ 7.38 คะแนนคือบรรยากาศภายในครอบครัว เช่น ความรัก ความอบอุ่น การร่วมทุกข์ ร่วมสุข เข้าใจซึ่งกันและกัน และทำกิจกรรมร่วมกัน เป็นต้น อันดับถัดมาได้คะแนนเท่ากัน คือ 6.87 คะแนนได้แก่เรื่องความสุขต่อวัฒนธรรมประเพณี เช่น วิถีชีวิตและแนวปฏิบัติของคนไทย และเรื่องสุขภาพกาย อันดับห้าคือ 6.76 เป็นเรื่องหน้าที่การงาน ความพึงพอใจในงาน อันดับหกคือ 6.70 เป็นเรื่องสุขภาพใจ ความไม่เครียด ไม่วิตกกังวล ไม่ถูกกดดัน และความสบายใจ อันดับเจ็ดคือ 6.34 ได้แก่สภาพแวดล้อมที่พื้กายอาศัย เช่น ความสะอาดด้านคมนาคม ไฟฟ้า น้ำประปา โทรศัพท์ และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ อันดับแปดคือ 5.98 ได้แก่บรรยากาศภายในชุมชน เช่น การช่วยเหลือซึ่งกันและกัน มีน้ำใจให้เก้กัน เกื้อกูลกัน เป็นต้น อันดับเก้า คือ 5.29 ได้แก่ ความเป็นธรรมในสังคม และอันดับสิบคือ 2.56 ได้แก่สถานการณ์ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้

แต่เมื่อใช้หลักสถิติวิเคราะห์เชิงลึกแล้ว พบว่า สิ่งที่จะทำให้คนไทยมีความสุขมากที่สุด คือ ความสุขใจสบายใจของประชาชน ส่วนสิ่งที่ทำให้คนไทยไม่มีความสุขมากที่สุดคือ ปัญหาในที่ทำงาน ปัญหาในครอบครัว ความไม่เป็นธรรมในสังคมและสถานการณ์ 3 จังหวัดชายแดนภาคใต้ และประเด็นที่น่าพิจารณาอย่างยิ่งอีกประการ ผลวิเคราะห์ทางสถิติพบว่า คนที่ประยุกต์ใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงในชีวิตประจำวันระดับมากถึงระดับมากที่สุดมีค่าคะแนนความสุขสูงสุด คือ 6.99 ซึ่งผลวิจัยชี้ชัดหลายครั้งแล้วว่า คนที่ใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงมากก็สุขมากขึ้นตามไปด้วย

2.4 กรอบแนวคิดในการวิจัย

การศึกษา เรื่อง “ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบกในส่วนกองทัพอากาศที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง” ครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำฐานกรอบแนวคิดของ Layard (2005) ที่ได้กล่าวถึง ปัจจัยสำคัญ 7 ประการที่มีผลกระทบต่อความสุข (The Big Seven factors affecting happiness) และปัจจัยด้านศาสนา ซึ่งผู้วิจัยมีความสนใจในการศึกษาปัจจัยทุกด้าน เพื่อให้ครอบคลุมและบรรลุวัตถุประสงค์ในการวิจัย โดยกำหนดกรอบแนวคิด แสดงดังภาพที่ 2.2



ภาพที่ 2.2 กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

3.1 วิธีวิจัยที่ใช้

การศึกษาการวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ฯ ได้ใช้วิธีการสำรวจโดยการสุ่มตัวอย่าง (Sample Survey)

3.2 ประชากรและการสุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ได้แก่ นายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพนครที่ ๑ และหน่วยขึ้นตรงทั้งหมด จำนวนทั้งสิ้น 22,178 คน ซึ่งแบ่งเป็นชาย จำนวน 22,052 คน และหญิง จำนวน 126 คน

การสุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างถูกสุ่มมาจากบัญชีรายชื่อ นายทหารประทวนทั้งหมด โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบ Multistage Sampling มีขั้นตอน ดังนี้

1. กำหนดขนาดตัวอย่างที่เป็นประชากร โดยใช้กฎของ Neuman กล่าวคือ ขนาดประชากรยิ่งเล็กละเอียดส่วนของตัวอย่างที่สุ่มจะสูงขึ้น ถ้าจำนวนประชากรต่ำกว่า 1,000 คน ต้องการสัดส่วนของตัวอย่างประมาณร้อยละ 30 จำนวนประชากรกว่าพัน ต้องการสัดส่วนร้อยละ 20 จำนวนประชากรใหญ่กว่าหนึ่งหมื่น ต้องการสัดส่วนร้อยละ 10 ประชากรจำนวนกว่า 150,000 คน ต้องการสัดส่วนร้อยละ 1 สำหรับประชากรจำนวนกว่า 10 ล้านคน ต้องการสัดส่วน 0.025 ถือว่าเป็นการเพียงพอ (พิชิต พิทักษ์เทพสมบัติ, 2548)

จากจำนวนประชากรนายทหารประทวน 22,178 คน คิดสัดส่วนร้อยละ 10 ได้ตัวอย่าง 2,217 ตัวอย่าง แต่เนื่องจาก ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์เห็นว่า ขนาดตัวอย่างมีจำนวนมาก จึงลดขนาดตัวอย่างลง ได้กลุ่มตัวอย่างชาย 1,000 คน ส่วนหญิงเก็บข้อมูลทั้งหมดคือ 126 คน รวมขนาดตัวอย่างทั้งสิ้น 1,126 คน

2. การสุ่มเลือกหน่วยที่สังกัดในกองทัพนครที่ ๑ และหน่วยขึ้นตรง โดยผู้วิจัยจัดเตรียมบัญชีรายชื่อ นายทหารประทวนทุกคน จำนวนทั้งสิ้น 22,052 คน และกำหนดหมายเลขให้กับรายชื่อสมาชิกแต่ละหน่วย โดยทำการสุ่มตัวอย่างให้ได้ตามขนาดที่กำหนด โดยการสุ่มตัวอย่างชายครั้งนี้เป็นการสุ่มตัวอย่างแบบ Multistage Sampling ซึ่งมีทั้งหมด 3 ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 เลือกหน่วยปัจจัยด้านงานระดับกองทัพนาคที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง
จำนวนทั้งหมด 10 หน่วย คือ หน่วยในอัตราและหน่วยขึ้นตรง ซึ่งมีลักษณะการจัดหน่วยเหมือนกัน
โดยแบ่งเป็น 5 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 ประกอบด้วย 1 หน่วย คือ ทก.1

กลุ่มที่ 2 ประกอบด้วย 3 หน่วย คือ พล.1 รอ., พล.ร.2รอ., พล.ร.9 ได้ทำการสุ่ม
ตัวอย่างแบบ Simple Random Sampling ขึ้นมา 1 หน่วย คือ พล.1 รอ.

กลุ่มที่ 3 ประกอบด้วย 1 หน่วย คือ พล.พัฒนา 1

กลุ่มที่ 4 ประกอบด้วย 1 หน่วย คือ บชร.1

กลุ่มที่ 5 ประกอบด้วย 4 หน่วย คือ มทบ.11, มทบ.12, มทบ.13, มทบ.14 ได้ทำการ
สุ่มตัวอย่างแบบ Simple Random Sampling มา 1 หน่วย คือ มทบ.11

ขั้นตอนที่ 2 ทำการสุ่มตัวอย่างแบบ Simple Random Sampling ในแต่ละกลุ่มโดยทำ
การเลือกกลุ่มตัวอย่างมา 4 หน่วยย่อย ๆ ละ 50 คน มีดังต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 ทก.1 ประกอบด้วย 7 หน่วยย่อย เลือกโดยวิธี Simple Random Sampling มา
4 หน่วยย่อย คือ บก.และร้อย.บก.ทก.1, บก.และร้อย.บก.ทก.1, ส.พัน.21 และ กรม ทพ.12

กลุ่มที่ 2 พล.1รอ.ประกอบด้วย 39 หน่วยย่อย เลือกโดยวิธี Simple Random Sampling
มา 4 หน่วยย่อย คือ ม.พัน.4 รอ., ข.พัน.1 รอ., ส.พัน.1 รอ. และ ร.1 พัน.2 รอ.

กลุ่มที่ 3 พล.พัฒนา 1 ประกอบด้วย 11 หน่วยย่อย เลือกโดยวิธี Simple Random
Sampling มา 4 หน่วยย่อย คือ กรมพัฒนา 1, ข.1 รอ., ข.พัน.52 และ ข.พัน.112

กลุ่มที่ 4 บชร.1 ประกอบด้วย 7 หน่วยย่อย เลือกโดยวิธี Simple Random Sampling
มา 4 หน่วยย่อย คือ บก.1 และร้อย.บก., พัน.สปร. 21, ศกบ. บชร 1 และ พัน.สพ.กระสุน 21

กลุ่มที่ 5 มทบ.11 ประกอบด้วย 6 หน่วยย่อย เลือกโดยวิธี Simple Random Sampling
มา 4 หน่วยย่อย คือ พัน.ร.มทบ.11, พัน.สท.11, จทบ.ก.จ. และ จทบ.พ.บ.

ขั้นตอนที่ 3 เนื่องจากผู้วิจัยมีบัญชีรายชื่อนายทหารประทวน จึงทำการเลือกกลุ่ม
ตัวอย่างหน่วยย่อยละ 50 คน จะได้ขนาดตัวอย่างกลุ่มละ 200 ตัวอย่าง โดยเลือกใช้วิธีการสุ่ม
ตัวอย่างแบบ Systematic Random Sampling ตามลำดับหมายเลขบัญชีรายชื่อแต่ละหน่วยที่มีอยู่ เมื่อ
สุ่มตัวอย่างครบทั้งหมด 5 กลุ่มแล้ว ได้ขนาดตัวอย่างชาย 1,000 ราย

3.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) โดยแบ่งแบบสอบถามออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นต่อปัจจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความสุข ซึ่งผู้วิจัยได้สร้างขึ้นตามวิธีการดังต่อไปนี้

3.3.1 ศึกษาแนวคิดทฤษฎีต่าง ๆ และทบทวนองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับความสุขจากเอกสารทางวิชาการ ตำรา บทความ งานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ และวิทยานิพนธ์จากสถาบันการศึกษาต่าง ๆ

3.3.2 นำร่างแบบสอบถามเสนออาจารย์ที่ปรึกษา และผู้เชี่ยวชาญพิจารณาความถูกต้องของเนื้อหา (Content Validity) และความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม

3.3.3 นำแบบสอบถามที่มีการปรับปรุงเรียบร้อยแล้วไปทดสอบกับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ราย และนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม 30 ชุดมาทดสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล (Reliability) โดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) ของ Cronbach (1951) เพื่อทำการวิเคราะห์แบบสอบถาม โดยได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha Coefficient) เท่ากับ 0.81 แล้วจึงนำแบบสอบถามไปทำการเก็บข้อมูลจริงกับกลุ่มตัวอย่าง

3.4 การรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลตั้งแต่วันที่ 17 เมษายน 2551 – 21 พฤษภาคม 2551 รวมระยะเวลาเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งสิ้น 35 วัน ตามลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

3.4.1 ขอนหนังสือจากคณะรัฐประศาสนศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ ส่งถึงผู้บังคับบัญชาในกองทัพนาคที่ ๑ และหน่วยขึ้นตรง ที่เป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขออนุญาตในการเก็บรวบรวมข้อมูล

3.4.2 ส่งหนังสือขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูลถึงผู้บังคับบัญชาในหน่วยต่าง ๆ ที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ได้เสนอโครงร่างวิทยานิพนธ์และเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยผ่านความเห็นชอบจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ของมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์

3.4.3 ส่งแบบสอบถามไปยังหน่วยต่าง ๆ พร้อมคำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์ในการวิจัย และขอความร่วมมือจากผู้บังคับหน่วยในแต่ละหน่วย เป็นผู้รับผิดชอบในการแจกและเก็บแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่าง (Self-administered Survey) จำนวน 1,126 ชุด และชี้แจงผู้บังคับหน่วย ในการแจกแบบสอบถามตามบัญชีรายชื่อที่ผู้วิจัยได้ทำการกำหนด

หมายเลขไว้ แต่เนื่องจากมีตัวอย่างจำนวน 28 ตัวอย่าง ที่ไม่สามารถเก็บข้อมูลได้ อันเนื่องจากสาเหตุบางประการ ผู้วิจัยจึงกำหนดตัวอย่างในหมายเลขลำดับต่อมาแทน จากนั้นผู้วิจัยรวบรวมแบบสอบถามคืนด้วยตนเอง

4. ผู้วิจัยได้ทำการรวบรวมแบบสอบถาม ซึ่งส่งไปทั้งสิ้น 1,126 ชุด ได้รับกลับมาครบตามจำนวน และมีความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม คิดเป็นร้อยละ 97.3

3.5 การประมวลผล

ประมวลผลข้อมูลโดยใช้โปรแกรม SPSS for Windows Version 10.0.5 (ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์)

3.6 ตัวแปรและนิยามปฏิบัติ

ตัวแปรตาม คือ

ความสุข ประกอบด้วย การมีชีวิตที่ถึงในระดับที่ต้องการ มีชีวิตที่ขยันขันแข็ง มีความพอใจในชีวิต การได้ในสิ่งที่ต้องการ การไม่ต้องการเปลี่ยนแปลงสิ่งใดในชีวิต ความรู้สึกว่าเร้าใจเบิกบานใจ และการมีใจสงบมั่นคงกับสิ่งที่คิดและทำ

ตัวแปรอิสระ คือ

ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย คุณลักษณะของนายทหารประทวน ซึ่งเกี่ยวข้องกับเรื่องเพศ อายุ ชั้นยศ ระดับการศึกษา สถานภาพ หน้าที่สังกัด รายได้ การมีหนี้สิน และอายุการทำงาน

งาน ประกอบด้วย การรับราชการทหาร โดยมีเพื่อนร่วมงานที่เป็นมิตร สามารถทำหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายได้มีประสิทธิภาพ แสดงความคิดเห็นได้ตามต้องการ มีความภูมิใจในอาชีพ และมีสิ่งที่ทำให้เกิดความพอใจที่ได้รับจากหน่วยงาน ได้แก่ ค่ารักษาพยาบาล ค่าเล่าเรียนบุตร ความช่วยเหลือด้านการเงิน สิทธิการเบิกต่าง ๆ การลดหย่อนค่ายานพาหนะ ที่อยู่อาศัย กองทุนและวันลาต่าง ๆ รวมถึงความพอใจจากการได้รับการดูแลเอาใจใส่จากผู้บังคับบัญชา การให้อิสระในการทำงาน และการได้รับความเป็นธรรมต่อผู้บังคับบัญชา

เศรษฐกิจ ประกอบด้วย การไม่มีผลกระทบทางการเงิน การมีรายได้เสริม และการมีเงินออม

ครอบครัว ประกอบด้วย การอยู่ร่วมกันของคนที่เป็นญาติกัน ถ้าเป็นครอบครัวใหญ่จะมีปู่ตายายและหลานอยู่ด้วยหรือมีคนต้องรับผิดชอบดูแล สมาชิกในครอบครัวมีเวลาให้กัน มีญาติพี่น้องไปมาหาสู่กัน มีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน และมีความรักใคร่ผูกพันให้แก่กัน

สุขภาพ ประกอบด้วย การไม่มีโรคประจำตัวที่ร้ายแรงต่อการดำรงชีวิต การนอนหลับสนิท การไม่หงุดหงิดง่าย ระบบขับถ่ายปกติ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ การไม่เหนื่อยง่าย ไม่เวียนศีรษะมึนงง และไม่มีภาวะวิตกกังวล

ศาสนา ประกอบด้วย การปฏิบัติตามหลักธรรมคำสอน เช่น การสวดมนต์ไหว้พระ ใ้บาตร หรือการทำพิธีทางศาสนา อ่านหนังสือธรรม ความคิดต่อความเชื่อเพื่อแผ่การบำเพ็ญประโยชน์ และความเคร่งในหลักธรรมคำสอน

เสรีภาพส่วนบุคคล ประกอบด้วย การมีชีวิตที่มีความสงบสุข และสามารถทำตามสิ่งที่ต้องการได้

การเห็นคุณค่าของตนเอง ประกอบด้วย การที่บุคคลรอบตัวเชื่อฟังความคิดเห็น การยอมรับผลการกระทำของตัวเอง มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตน สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งต่าง ๆ ได้ และการได้เป็นที่ยอมรับชื่นชมจากสังคม

3.7 สมมติฐานการวิจัย

1. หญิงน่าจะมีผลต่อความสุขมากกว่าชาย
2. อายุน่าจะมีผลต่อความสุขของนายทหารประทวน
3. ชั้นยศน่าจะมีผลทางบวกต่อความสุขของนายทหารประทวน
4. ระดับการศึกษาน่าจะมีผลทางบวกต่อความสุขของนายทหารประทวน
5. ผู้ที่สังกัดหน่วยที่ไม่ใช่กำลังรบน่าจะมีสุขมากกว่าผู้ที่สังกัดหน่วยกำลังรบ
6. รายได้ น่าจะมีผลทางบวกต่อความสุขของนายทหารประทวน
7. การมีหนี้สินน่าจะมีผลทางลบต่อความสุขของนายทหารประทวน
8. อายุการทำงานน่าจะมีผลต่อความสุขของนายทหารประทวน
9. งานน่าจะมีผลในทางบวกต่อความสุขของนายทหารประทวน
10. ฐานะทางเศรษฐกิจน่าจะมีผลในทางบวกต่อความสุขของนายทหารประทวน
11. ครอบครัวน่าจะมีผลต่อความสุขของนายทหารประทวน
12. สุขภาพน่าจะมีผลในทางบวกต่อความสุขของนายทหารประทวน
13. ศาสนาน่าจะมีผลในทางบวกต่อความสุขของนายทหารประทวน
14. เสรีภาพส่วนบุคคลน่าจะมีผลในทางบวกต่อความสุขของนายทหารประทวน
15. การเห็นคุณค่าในตนเองน่าจะมีผลในทางบวกต่อความสุขของนายทหารประทวน

3.8 การวิเคราะห์

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจะนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในรูปของตาราง โดยใช้สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

3.8.1 การวิเคราะห์ปัจจัยส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษา และคุณสมบัติของตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม โดยใช้สถิติการแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

3.8.2 การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ 2 ตัวแปร ได้แก่ การหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระคือ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านงาน ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสุขภาพ ปัจจัยด้านศาสนา ปัจจัยด้านเสรีภาพส่วนบุคคล และปัจจัยด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง กับตัวแปรตามคือ ความสุข โดยใช้การทดสอบ Chi-square, χ^2 - test, t - test statistic, ANOVA

3.8.3 การวิเคราะห์ถดถอยพหุ (Multiple Regression Analysis) เพื่อวัดขนาดและทิศทางของผลกระทบของตัวแปรอิสระคือ ปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยด้านงาน ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านครอบครัว ปัจจัยด้านสุขภาพ ปัจจัยด้านศาสนา ปัจจัยด้านเสรีภาพส่วนบุคคล และปัจจัยด้านการเห็นคุณค่าในตนเอง ที่มีต่อตัวแปรตามคือ ความสุข และสามารถใช้ในการพยากรณ์ค่าของตัวแปรตามได้

บทที่ 4

ผลการวิจัย

การนำเสนอผลการวิจัยในส่วนนี้ จะเป็นการตอบสนองวัตถุประสงค์ในการวิจัย โดยจะนำเสนอเป็น 3 ส่วนในรูปของตารางและสมการ สถิติที่ใช้คือ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย เพื่อการพรรณนาความแตกต่างของร้อยละ χ^2 - test และ Multiple Regression เพื่อการอธิบาย ประกอบด้วย

4.1 ลักษณะส่วนบุคคล ตัวแปรหรือปัจจัยต่าง ๆ ซึ่งประกอบด้วย งานและสวัสดิการ เศรษฐกิจ ครอบครัว สุขภาพ ศาสนา เสรีภาพส่วนบุคคล การเห็นคุณค่าของตนเอง และความสุข ซึ่งจะเป็นการพรรณนา และเป็นการวิเคราะห์ตัวแปรตัวเดียว (Univariate analysis) เพื่อตอบสนองวัตถุประสงค์ข้อ 1

4.2 ตัวแปรหรือปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุข ซึ่งจะเป็นการวิเคราะห์เพื่อให้ทราบว่า มีตัวแปรหรือปัจจัยใดมีผล มีอิทธิพล กับความสุข เป็นการวิเคราะห์ 2 ตัวแปร (Bivariate analysis) เพื่อตอบสนองวัตถุประสงค์ข้อ 2

4.3 ตัวแปรหรือปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขมากที่สุด และรองลงมา เป็นการวิเคราะห์ตัวแปรอิสระทุกตัวกับความสุข (Multivariate analysis) เพื่อตอบสนองวัตถุประสงค์ข้อ 3 โดยมีตัวแบบในการวิเคราะห์เช่นเดียวกับกรอบแนวคิดในการวิจัย

4.1 ลักษณะส่วนบุคคล ตัวแปร หรือปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อความสุข และความสุข ปัจจัยส่วนบุคคล

เพศ ตัวอย่างเป็นชายร้อยละ 88.8 หญิงร้อยละ 11.2

อายุ ตัวอย่างมีช่วงอายุมากที่สุดคือ อายุต่ำกว่า 30 ปีร้อยละ 31.9 รองลงมาคือ อายุ 40-49 ปี ร้อยละ 30.9 อายุ 30-39 ปีร้อยละ 27.3 และช่วงอายุน้อยที่สุดคือ อายุ 50 - 59 ปีร้อยละ 9.9 อายุโดยเฉลี่ยเท่ากับ 36.9 ปี

ชั้นยศ ตัวอย่างมีชั้นยศจำสิบเอกร้อยละ 55.0 รองลงมาคือสิบเอกร้อยละ 29.0 สิบตรีร้อยละ 5.3 สิบโทร้อยละ 5.2 จำสิบตรีร้อยละ 2.7 และชั้นยศที่น้อยที่สุดคือ จำสิบโทร้อยละ 2.3

ระดับการศึกษา ตัวอย่างจบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายร้อยละ 57.1 รองลงมาคือระดับอนุปริญญาร้อยละ 20.9 ระดับปริญญาตรีหรือสูงกว่าร้อยละ 13.3 ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นร้อยละ 7.9 และน้อยที่สุดคือ ระดับประถมศึกษาร้อยละ 0.3

สถานภาพ ตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสร้อยละ 62.5 รองลงมาคือ โสดร้อยละ 29.9 หย่าร้างร้อยละ 3.0 และน้อยที่สุดคือ หม้ายร้อยละ 0.9

ตารางที่ 4.1 ร้อยละของเพศ อายุ ชั้นยศ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส ของนายทหาร
ประทวน

ปัจจัยส่วนบุคคล	ร้อยละ (จำนวน)
เพศ	
ชาย	88.8 (1,000)
หญิง	11.2 (126)
รวม	100.0 (1,126)
อายุ	
ต่ำกว่า 30 ปี	31.9 (356)
31-39 ปี	27.3 (311)
40-49 ปี	30.9 (347)
50-59 ปี	9.9 (112)
รวม	100.0 (1,126)
$\bar{X} = 36.9$ SD = 9.10 Min = 19 Max = 59	
ชั้นยศ	
สิบตรี	5.3 (60)
สิบโท	5.2 (58)
สิบเอก	29.0 (327)
จ่าสิบตรี	2.7 (30)
จ่าสิบโท	2.3 (26)
จ่าสิบเอก	55.5 (625)
รวม	100.0 (1,126)
ระดับการศึกษา	
ประถมศึกษา	0.3 (3)
มัธยมศึกษาตอนต้น	7.9 (89)
มัธยมศึกษาตอนปลาย	57.1 (643)

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	ร้อยละ (จำนวน)
ระดับการศึกษา	
อนุปริญญา	20.9 (235)
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	13.3 (150)
ไม่ตอบ	0.5 (6)
รวม	100.0 (1,126)
สถานภาพสมรส	
โสด	29.9 (337)
สมรส	62.5 (704)
หม้าย	0.9 (10)
หย่าร้าง	3.0 (34)
ไม่ตอบ	3.7 (41)
รวม	100.0 (1,126)

หน่วยที่สังกัด ตัวอย่างอยู่สังกัดหน่วยสนับสนุนการรบมากที่สุดร้อยละ 43.6 รองลงมาคือหน่วยภูมิภาคร้อยละ 19.7 หน่วยกำลังรบร้อยละ 14.3 หน่วยส่งกำลังร้อยละ 14.2 หน่วยบังคับบัญชาร้อยละ 6.7 หน่วยอื่น ๆ ร้อยละ 0.5 และที่น้อยที่สุดคือ หน่วยการศึกษาร้อยละ 0.2

รายได้ ตัวอย่างมีช่วงรายได้มากที่สุดคือ 13,501-18,000 บาทร้อยละ 24.8 รองลงมาคือช่วงรายได้ 18,001-22,500 บาทร้อยละ 23.0 ช่วงรายได้ 9,001-13,500 บาทร้อยละ 21.5 ช่วงรายได้ 4,501-9,000 บาท ร้อยละ 18.7 รายได้มากกว่า 22,500 บาทร้อยละ 9.6 และช่วงรายได้ที่น้อยที่สุดคือ ต่ำกว่า 4,500 บาทร้อยละ 2.4 รายได้โดยเฉลี่ยเท่ากับ 15,485.7 บาท

การมีหนี้สิน ตัวอย่างมีหนี้สินร้อยละ 58.3 และไม่มีหนี้สินร้อยละ 41.7

อายุการทำงาน ตัวอย่างมีอายุงานตั้งแต่ 20 ปีขึ้นไปมากที่สุดร้อยละ 33.8 รองลงมาคืออายุงานต่ำกว่า 5 ปีร้อยละ 18.0 อายุงาน 5-9 ปีร้อยละ 17.6 อายุงาน 15-19 ปีร้อยละ 15.2 และอายุงานที่น้อยที่สุดคือ 10-14 ปีร้อยละ 14.7 โดยมีอายุงานเฉลี่ยเท่ากับ 14.9 ปี

ตารางที่ 4.2 ร้อยละของหน่วยที่สังกัด รายได้ การมีหนี้สิน อายุการทำงานของนายทหารประทวน

ปัจจัยส่วนบุคคล	ร้อยละ (จำนวน)
หน่วยที่สังกัด	
บังคับบัญชา	6.7 (76)
กำลังรบ	14.3 (161)
สนับสนุนการรบ	43.6 (491)
ส่งกำลัง	14.2 (160)
ภูมิภาค	19.7 (222)
การศึกษา	0.2 (2)
หน่วยอื่น ๆ	0.5 (6)
ไม่ตอบ	0.8 (8)
รวม	100.0 (1,126)
รายได้	
ต่ำกว่า 4,500 บาท/เดือน	2.4 (27)
4,501-9,000 บาท/เดือน	18.7 (211)
9,001-13,500 บาท/เดือน	21.5 (242)
13,501-18,000 บาท/เดือน	24.8 (279)
18,001-22,500 บาท/เดือน	23.0 (259)
มากกว่า 22,500 บาท/เดือน	9.6 (108)
รวม	100.0 (1,126)
$\bar{X} = 15,485.7$ $SD = 6,803.5$ $Min = 1,000$ $Max = 70,000$	
การมีหนี้สิน	
มี	58.3 (657)
ไม่มี	41.7 (469)
รวม	100.0 (1,126)

ตารางที่ 4.2 (ต่อ)

ปัจจัยส่วนบุคคล	ร้อยละ (จำนวน)
อายุงาน	
ต่ำกว่า 5 ปี	18.0 (203)
5 - 9 ปี	17.6 (198)
10 - 14 ปี	14.7 (165)
15 - 19 ปี	15.2 (171)
20 ปีขึ้นไป	33.8 (381)
ไม่ตอบ	0.7 (8)
รวม	100.0 (1,126)
$\bar{X} = 14.9$ $SD = 9.4$ $Min = 1$ $Max = 58$	

ปัจจัยด้านงานและสวัสดิการ

ทำงานอื่นนอกจากการรับราชการทหาร ตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงานอื่นนอกจากรับราชการทหารร้อยละ 73.7 และทำงานอื่นร้อยละ 26.3

ประเภทอาชีพ ตัวอย่างที่ทำงานอื่นนอกจากการรับราชการทหาร ประกอบอาชีพค้าขายมากที่สุดร้อยละ 10.2 รองลงมาคือ อาชีพรับจ้างทั่วไปร้อยละ 3.7 ขับรถรับจ้างร้อยละ 3.2 รักษาความปลอดภัยร้อยละ 2.2 ประกอบธุรกิจส่วนตัวร้อยละ 2.0 ทำการเกษตรร้อยละ 1.3 อาชีพช่างร้อยละ 0.7 ทำปศุสัตว์ร้อยละ 0.4 และครูสอนพิเศษร้อยละ 0.3

ความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงาน ตัวอย่างมีเพื่อนร่วมงานส่วนใหญ่เป็นมิตรร้อยละ 77.0 รองลงมาคือเฉย ๆ ร้อยละ 14.8 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 6.5 และน้อยที่สุดคือ ไม่เป็นมิตรร้อยละ 1.7

ประสิทธิภาพในการทำงาน ตัวอย่างสามารถทำงานได้มีประสิทธิภาพอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุดร้อยละ 50.5 รองลงมาคือ ระดับมากร้อยละ 44.1 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 3.6 และน้อยที่สุดคือมีทำงานประสิทธิภาพน้อยร้อยละ 1.5

การแสดงความคิดเห็นในที่ทำงาน ตัวอย่างส่วนใหญ่สามารถแสดงความคิดเห็นในที่ทำงานอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 67.9 รองลงมาคือ ได้น้อยร้อยละ 18.1 ได้มากร้อยละ 9.8 และน้อยที่สุดคือ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 4.2

ความภูมิใจในอาชีพทหาร ตัวอย่างมีความภูมิใจในอาชีพทหารร้อยละ 48.2 รองลงมาคือ ภูมิใจมากร้อยละ 45.3 ภูมิใจน้อยร้อยละ 4.5 และน้อยที่สุดคือ ไม่ภูมิใจร้อยละ 0.4

ตารางที่ 4.3 ร้อยละของความพึงพอใจในงานของนายทหารประทวน

ความพึงพอใจในงาน	ร้อยละ (จำนวน)
ทำงานอื่นนอกจากการรับราชการทหาร	
ทำ	26.3 (296)
ไม่ได้ทำ	73.7 (830)
รวม	100.0 (1,126)
ประเภทอาชีพ	
ทำการเกษตร	6.4 (19)
ค้าขาย	39.2 (116)
จับรถรับจ้าง	12.2 (36)
รับจ้างทั่วไป	14.2 (42)
รักษาความปลอดภัย	8.4 (25)
ธุรกิจส่วนตัว	6.4 (19)
อาชีพช่าง	2.7 (8)
ครูสอนพิเศษ	1.0 (3)
ไม่ตอบ	9.5 (28)
รวม	100.0 (296)
ความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงาน	
ไม่เป็นมิตร	1.7 (19)
เป็นมิตร	77.0 (867)
เฉย ๆ	14.8 (167)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	6.5 (73)
รวม	100.0 (1,126)

ตารางที่ 4.3 (ต่อ)

ความพึงพอใจในงาน	ร้อยละ (จำนวน)
ประสิทธิภาพในการทำงาน	
น้อย	1.5 (17)
ปานกลาง	50.8 (572)
มาก	44.1 (497)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	3.6 (40)
รวม	100.0 (1,126)
การแสดงความคิดเห็นในที่ทำงาน	
ได้ตามที่ต้องการ	18.1 (204)
ได้บ้างไม่ได้บ้าง	67.9 (765)
ไม่ได้เลย	9.8 (110)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	4.2 (47)
รวม	100.0 (1,126)
ความภูมิใจในอาชีพทหาร	
ไม่ภูมิใจ	0.4 (4)
ภูมิใจน้อย	4.5 (51)
ภูมิใจ	48.2 (543)
ภูมิใจมาก	45.3 (510)
ไม่ตอบ	1.6 (18)
รวม	100.0 (1,126)

จากคำถามข้อ 15-22 ในแบบสอบถาม ตามตารางที่ 4.4 เป็นคำถามเกี่ยวกับความพึงพอใจ
ด้านงาน ในส่วนของสวัสดิการ

สิทธิประโยชน์ค่ารักษาพยาบาล ค่าเล่าเรียนบุตร ระดับความพอใจมากที่สุดคือ พพอใจ
ร้อยละ 58.3 รองลงมาคือ พพอใจมากร้อยละ 25.1 พพอใจน้อยร้อยละ 10.8 ไม่พอใจร้อยละ 3.1 และไม่
แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 2.7

การให้ความช่วยเหลือด้านการเงิน ระดับความพอใจมากที่สุดคือ พอใจร้อยละ 57.9 พอใจมากร้อยละ 17.5 พอใจน้อยร้อยละ 15.9 ไม่พอใจร้อยละ 6.2 และไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 2.5

ความพึงพอใจของเครื่องบินที่ทางราชการจัดให้ ตัวอย่างตอบว่า ไม่เพียงพอร้อยละ 47.1 รองลงมาคือ เพียงพอ 46.2 ร้อยละ และไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 6.7

การลดหย่อนค่าโดยสาร ระดับความพอใจมากที่สุดคือ พอใจร้อยละ 50.4 รองลงมาคือ พอใจน้อยร้อยละ 17.9 พอใจมากร้อยละ 15.4 ไม่พอใจร้อยละ 13.1 และไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 3.2

การจัดที่พักอาศัยและสาธารณูปโภค ระดับความพอใจส่วนใหญ่พอใจร้อยละ 62.8 รองลงมาคือ พอใจน้อยร้อยละ 17.8 พอใจมากร้อยละ 11.4 ไม่พอใจร้อยละ 6.7 และไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 1.5

กองทุนช่วยเหลือเมื่อบาดเจ็บหรือเสียชีวิต ระดับความพอใจ ส่วนใหญ่พอใจร้อยละ 60.8 รองลงมาคือ พอใจน้อยร้อยละ 18.4 พอใจมากร้อยละ 13.4 ไม่พอใจร้อยละ 4.0 และไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 3.4

การจัดวันลาพักและลากิจ ระดับความพอใจ ส่วนใหญ่พอใจร้อยละ 65.0 รองลงมาคือ พอใจน้อยร้อยละ 16.4 พอใจมากร้อยละ 11.3 ไม่พอใจร้อยละ 5.4 และไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 1.9

ระดับความพอใจในสวัสดิการ ส่วนใหญ่ตอบว่าพอใจร้อยละ 62.1 รองลงมาคือ พอใจน้อย ร้อยละ 19.7 พอใจมากร้อยละ 10.8 ไม่พอใจร้อยละ 5.1 และไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 2.1

ตารางที่ 4.4 ร้อยละของความพึงพอใจในสวัสดิการของนายทหารประทวน

ความพึงพอใจในสวัสดิการ	ร้อยละ (จำนวน)
สิทธิประโยชน์ค่ารักษาพยาบาล ค่าเล่าเรียนบุตร	
ไม่พอใจ	3.1 (35)
พอใจน้อย	10.8 (122)
พอใจ	58.3 (656)
พอใจมาก	25.1 (283)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	2.7 (30)
รวม	100.0 (1,126)

ตารางที่ 4.4 (ต่อ)

ความพึงพอใจในสวัสดิการ	ร้อยละ (จำนวน)
การให้ความช่วยเหลือด้านการเงิน	
ไม่พอใจ	6.2 (70)
พื่อน้อย	15.9 (179)
พอใจ	57.9 (652)
พอใจมาก	17.5 (197)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	2.5 (28)
รวม	100.0 (1,126)
ชุดเครื่องแบบที่ทางราชการจัดให้	
เพียงพอ	47.1 (530)
ไม่เพียงพอ	46.2 (520)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	6.7 (76)
รวม	100.0 (1,126)
การลดหย่อนค่าโดยสาร	
ไม่พอใจ	13.1 (148)
พื่อน้อย	17.9 (202)
พอใจ	50.4 (567)
พอใจมาก	15.4 (173)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	3.2 (36)
รวม	100.0 (1,126)
ที่พักอาศัยและสาธารณูปโภค	
ไม่พอใจ	6.7 (75)
พื่อน้อย	17.7 (200)
พอใจ	62.7 (707)
พอใจมาก	11.4 (128)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	1.4 (16)
รวม	100.0 (1,126)

ตารางที่ 4.4 (ต่อ)

ความพึงพอใจในสวัสดิการ	ร้อยละ (จำนวน)
กองทุนช่วยเหลือเมื่อบาดเจ็บ	
ไม่พอใจ	4.0 (45)
พื่อน้อย	18.4 (207)
พอใจ	60.8 (685)
พอใจมาก	13.4 (151)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	3.4 (38)
รวม	100.0 (1,126)
การจัดวันลาพักและลากิจ	
ไม่พอใจ	18.4 (207)
พื่อน้อย	60.8 (685)
พอใจ	13.4 (151)
พอใจมาก	3.4 (38)
ไม่แน่ใจ /ไม่ทราบ	1.9 (21)
รวม	100.0(1,126)
ระดับความพอใจในสวัสดิการ	
ไม่พอใจ	5.1 (58)
พื่อน้อย	19.7 (222)
พอใจ	62.1 (700)
พอใจมาก	10.8 (122)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	2.1 (24)
รวม	100.0 (1,126)

การดูแลเอาใจใส่และการให้ความช่วยเหลือจากผู้บังคับบัญชา ตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่า ได้ปานกลางร้อยละ 55.6 รองลงมาคือ ได้มากร้อยละ 22.5 ได้น้อยร้อยละ 15.4 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ ร้อยละ 3.7 และน้อยที่สุดคือ ไม่ได้รับร้อยละ 2.8

การเปิดโอกาสให้แก้ปัญหาในงานอย่างอิสระจากผู้บังคับบัญชา ตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่า ให้ปานกลางร้อยละ 54.5 รองลงมาคือ ให้มากร้อยละ 23.2 ให้น้อยร้อยละ 14.6 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 4.2 และน้อยที่สุดคือ ไม่ให้ร้อยละ 3.5

การได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา ตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่า ให้ปานกลางร้อยละ 53.1 รองลงมาคือ ให้มากร้อยละ 27.4 ให้น้อยร้อยละ 11.5 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 4.7 และน้อยที่สุดคือ ไม่ให้ร้อยละ 3.3

ตารางที่ 4.5 ร้อยละของความพึงพอใจในงานด้านผู้บังคับบัญชาของนายทหารประทวน

ความพึงพอใจด้านงาน	ร้อยละ (จำนวน)
การดูแลเอาใจใส่และให้ความช่วยเหลือจากผู้บังคับบัญชา	
ไม่ได้เลย	2.8 (31)
ได้น้อย	15.4 (174)
ได้ปานกลาง	55.6 (626)
ได้มาก	22.5 (253)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	3.7 (42)
รวม	100.0 (1,126)
ผู้บังคับบัญชาเปิดโอกาสให้ทำงานและแก้ปัญหาอย่างอิสระ	
ไม่เปิดโอกาส	3.5 (39)
เปิดน้อย	14.6 (165)
เปิดปานกลาง	54.5 (614)
เปิดมาก	23.2 (261)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	4.2 (47)
รวม	100.0 (1,126)
การให้ความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา	
ไม่ให้	3.3 (37)
ให้น้อย	11.5 (130)
ให้ปานกลาง	53.1 (598)
ให้มาก	27.4 (309)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	4.7 (52)
รวม	100.0 (1,126)

ระดับความพอใจในงาน โดยสรุปพบว่า ตัวอย่างส่วนใหญ่พอใจในงานร้อยละ 66.1 รองลงมาคือพอใจในงานมากร้อยละ 20.6 พพอใจในงานน้อยร้อยละ 9.3 และน้อยที่สุดคือ ไม่พอใจและไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 2.0

ตารางที่ 4.6 ร้อยละของความพึงพอใจในงานของนายทหารประทวน โดยสรุป

ความพึงพอใจในงาน โดยสรุป	ร้อยละ (จำนวน)
ไม่พอใจ	2.0 (23)
พพอใจน้อย	9.3 (105)
พอใจ	66.1 (744)
พอใจมาก	20.6 (232)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	2.0 (22)
รวม	100.0 (1,126)

ปัจจัยเสริมธุรกิจ

ในเรื่องเสริมธุรกิจมีคำถาม 4 คำถาม และตัวอย่างได้ตอบคำถาม ดังต่อไปนี้

ผลกระทบจากภาวะทางเสริมธุรกิจในปัจจุบัน ตัวอย่างตอบว่า ได้รับผลกระทบมากร้อยละ 49.5 รองลงมาคือ ได้รับผลกระทบบ้างร้อยละ 45.7 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 2.7 และน้อยที่สุดคือ ไม่กระทบเลยร้อยละ 2.1

รายได้จากการประกอบอาชีพเสริม ตัวอย่างตอบว่า มีรายได้จากการประกอบอาชีพเสริมร้อยละ 44.7 และไม่มีรายได้จากการประกอบอาชีพเสริมร้อยละ 42.7 ไม่ตอบอีกร้อยละ 13.1

เงินออม ตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่า มีเงินออมร้อยละ 64.0 และไม่มีเงินออมร้อยละ 35.4 ไม่ตอบอีกร้อยละ 0.6

ตารางที่ 4.7 ร้อยละของความพึงพอใจต่อฐานะเสริมธุรกิจของนายทหารประทวน

ความพึงพอใจต่อฐานะเสริมธุรกิจ	ร้อยละ (จำนวน)
ผลกระทบที่ได้รับจากภาวะเสริมธุรกิจในปัจจุบัน	
ไม่กระทบเลย	2.1 (24)
กระทบบ้าง	45.7 (515)

ตารางที่ 4.7 (ต่อ)

ความพึงพอใจต่อฐานะเศรษฐกิจ	ร้อยละ (จำนวน)
กระทบมาก	49.5 (557)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	2.7 (30)
รวม	100.0 (1,126)
รายได้จากการประกอบอาชีพเสริม	
มี	44.2 (498)
ไม่มี	42.7 (481)
ไม่ตอบ	13.1 (147)
รวม	100.0 (1,126)
เงินออม	
มี	64.0 (720)
ไม่มี	35.4 (399)
ไม่ตอบ	0.6 (7)
รวม	100.0 (1,126)

ระดับความพอใจในฐานะเศรษฐกิจ โดยสรุปพบว่า พอใจในฐานะเศรษฐกิจร้อยละ 46.7 รองลงมาคือ พอใจในฐานะเศรษฐกิจน้อยร้อยละ 34.2 ไม่พอใจในฐานะเศรษฐกิจร้อยละ 15.3 พอใจในฐานะเศรษฐกิจมากร้อยละ 2.8 และน้อยที่สุดคือ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 1.0

ตารางที่ 4.8 ร้อยละของความพึงพอใจต่อฐานะเศรษฐกิจของนายทหารประทวน โดยสรุป

ระดับความพึงพอใจในฐานะเศรษฐกิจ โดยสรุป	ร้อยละ (จำนวน)
ไม่พอใจ	15.3 (172)
พอใจน้อย	34.2 (385)
พอใจ	46.7 (526)
พอใจมาก	2.8 (31)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	1.0 (12)
รวม	100.0 (1,126)

ปัจจัยครอบครัวยุค

ในเรื่องครอบครัวยุคมีคำถาม 6 ข้อ ตาราง 4.9 และ 4.10 เป็นผลจากการตอบคำถาม 6 ข้อนี้
ครอบครัวยุคมีปู่ย่า ตายาย หรือหลานอยู่ด้วย ตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่า ไม่มีร้อยละ 72.9
และมีร้อยละ 27.1

ภาระที่ต้องรับผิดชอบเลี้ยงดูในครอบครัวยุค ตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่า มีภาระร้อยละ 74.3
และไม่มีภาระร้อยละ 25.7

การให้เวลากับครอบครัวยุค ตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่า มีเวลาให้ปานกลางร้อยละ 51.7
รองลงมาคือ มีเวลาให้มากร้อยละ 30.6 มีเวลาให้น้อยร้อยละ 14.4 และน้อยที่สุดคือ ไม่แน่ใจ/ไม่
ทราบร้อยละ 3.4

การไปมาหาสู่กันระหว่างญาติพี่น้องหรือเพื่อน ตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่า มีบางครั้งบาง
คราวร้อยละ 68.6 รองลงมาคือ มีเป็นประจำร้อยละ 27.5 และน้อยที่สุดคือ ไม่มีเลยร้อยละ 3.7 ไม่
ตอบร้อยละ 0.2

จำนวนญาติพี่น้องหรือเพื่อน ตัวอย่างส่วนใหญ่ตอบว่า มีบ้างร้อยละ 62.2 รองลงมาคือ มี
มากร้อยละ 24.4 ไม่ค่อยมีร้อยละ 12.9 และน้อยที่สุดคือ ไม่มีเลยร้อยละ 0.4 ไม่ตอบร้อยละ 0.2

ตารางที่ 4.9 ร้อยละของความคิดเห็นต่อสภาพแวดล้อมทางครอบครัวยุคของนายทหารประทวน

ความพึงพอใจด้านครอบครัวยุค	ร้อยละ (จำนวน)
ครอบครัวยุคมีปู่ย่า ตายาย หรือหลานอยู่ด้วย	
มี	72.9 (821)
ไม่มี	27.1 (305)
รวม	100.0 (1,126)
ภาระที่ต้องรับผิดชอบเลี้ยงดูในครอบครัวยุค	
มี	74.3 (837)
ไม่มี	25.7 (289)
รวม	100.0 (1,126)
เวลาที่มีให้กับครอบครัวยุค	
น้อย	14.4 (162)
ปานกลาง	51.6 (581)
มาก	30.6 (344)

ตารางที่ 4.9 (ต่อ)

ความพึงพอใจด้านครอบครัว	ร้อยละ (จำนวน)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	3.4 (39)
รวม	100.0 (1,126)
การไปมาหาสู่กันระหว่างญาติพี่น้องหรือเพื่อน	
มีเป็นประจำ	27.5 (309)
มีบางครั้งบางคราว	68.6 (773)
ไม่มีเลย	3.7 (42)
รวม	0.2(2)
จำนวนญาติพี่น้องหรือเพื่อน	
มีมาก	
มีบ้าง	24.4 (275)
มีน้อย	62.2 (700)
ไม่มีเลย	12.9 (145)
รวม	0.4 (5)

ระดับความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว โดยสรุปพบว่า มีความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวระดับมากร้อยละ 57.2 รองลงมาคือ ระดับปานกลางร้อยละ 36.3 ระดับน้อยร้อยละ 5.9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 0.5 และน้อยที่สุดคือ ไม่มีความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวเลยร้อยละ 0.1

ตารางที่ 4.10 ร้อยละของความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวของนายทหารประทวน

ระดับความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว	ร้อยละ (จำนวน)
ไม่เลย	0.1 (1)
น้อย	5.9 (66)
ปานกลาง	36.3 (409)
มาก	57.2 (644)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	0.5 (6)
รวม	100.0 (1,126)

ปัจจัยสุขภาพ

ในเรื่องสุขภาพได้ถามคำถาม 10 ข้อ คำตอบอยู่ในตารางที่ 4.11 และ 4.12

โรคประจำตัว ตัวอย่างส่วนใหญ่ ไม่มีโรคประจำตัวร้อยละ 83.8 และมีโรคประจำตัวร้อยละ 16.2

โรคประจำตัวเป็นอุปสรรคต่อการดำรงชีวิต ตัวอย่างส่วนใหญ่ ไม่มีโรคประจำตัวร้อยละ 70.1 รองลงมาคือ มีผลกระทบร้อยละ 14.6 ไม่มีผลกระทบร้อยละ 9.5 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 4.3 และน้อยที่สุดคือ มีผลกระทบร้ายแรงร้อยละ 1.5

การนอนหลับสนิท ตัวอย่างนอนหลับสนิทเป็นครั้งคราวร้อยละ 42.5 รองลงมาคือ เป็นประจำร้อยละ 32.5 เป็นบ่อย ๆ ร้อยละ 21.7 และน้อยที่สุดคือ ไม่เคยนอนหลับสนิทเลยร้อยละ 1.5

รู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจ ตัวอย่างส่วนใหญ่รู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจเป็นครั้งคราวร้อยละ 83.5 รองลงมาคือ ไม่เคยเลยร้อยละ 7.9 เป็นบ่อย ๆ ร้อยละ 7.0 และน้อยที่สุดคือ รู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจเป็นประจำร้อยละ 1.6

ท้องผูกหรือท้องเสีย ตัวอย่างส่วนใหญ่มีอาการเป็นครั้งคราวร้อยละ 75.4 รองลงมาคือ ไม่เคยเลยร้อยละ 19.3 เป็นบ่อย ๆ ร้อยละ 4.3 และน้อยที่สุดคือ เป็นประจำร้อยละ 1.0

การออกกำลังกายต่อสัปดาห์ ตัวอย่างออกกำลังกายสัปดาห์ละไม่เกิน 2 วันร้อยละ 42.9 รองลงมาคือ สัปดาห์ละ 3 วันขึ้นไปร้อยละ 39.7 และน้อยที่สุดคือ ไม่ได้ออกกำลังกายเลยร้อยละ 15.4 ไม่ตอบร้อยละ 2.0

ความเหนื่อยเหน็ดจากการทำงานมากกว่าปกติ ตัวอย่างส่วนใหญ่มีอาการเหนื่อยเหน็ดเล็กน้อยเป็นครั้งคราวร้อยละ 76.8 รองลงมาคือ เป็นบ่อย ๆ ร้อยละ 13.0 ไม่เคยเลยร้อยละ 7.5 และน้อยที่สุดคือ เป็นประจำร้อยละ 2.6

มีนังหรือเวียนศีรษะ ตัวอย่างส่วนใหญ่มีอาการเป็นครั้งคราวร้อยละ 69.4 รองลงมาคือ ไม่เคยเลยร้อยละ 22.0 เป็นบ่อย ๆ ร้อยละ 7.5 และน้อยที่สุดคือ เป็นประจำร้อยละ 1.1

ความกังวลจะถูกส่งไปปฏิบัติงานที่เสี่ยงอันตราย ตัวอย่างมีความรู้สึกเป็นกังวลเล็กน้อยร้อยละ 39.5 รองลงมาคือ ไม่รู้สึกกังวลเลยร้อยละ 30.9 เป็นกังวลพอสมควรร้อยละ 7.0 เป็นกังวลมากร้อยละ 7.0 และน้อยที่สุดคือ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 6.4

ตารางที่ 4.11 ร้อยละของสถานะด้านสุขภาพของนายทหารประทวน

สถานะด้านสุขภาพ	ร้อยละ (จำนวน)
โรคประจำตัว	
มี	16.2 (182)
ไม่มี	83.8 (944)
รวม	100.0 (1,126)
โรคประจำตัวเป็นอุปสรรคต่อการดำรงชีวิตหรือไม่	
ไม่มี	9.5 (107)
มีผลกระทบ	14.6 (165)
ร้ายแรง	1.5 (17)
ไม่มีโรค	70.1 (789)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	4.3 (48)
รวม	100.0 (1,126)
นอนหลับสนิทเป็นปกติหรือไม่	
ไม่เคยเลย	3.4 (107)
เป็นครั้งคราว	42.5 (479)
เป็นบ่อย ๆ	21.7 (244)
เป็นประจำ	32.4 (365)
รวม	100.0 (1,126)
รู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจเป็นประจำหรือไม่	
ไม่เคยเลย	7.9 (89)
เป็นครั้งคราว	83.5 (940)
เป็นบ่อย ๆ	7.0 (79)
เป็นประจำ	1.6 (18)
รวม	100.0 (1,126)
ท้องผูก หรือท้องเสียเป็นประจำหรือไม่	
ไม่เคยเลย	19.3 (217)
เป็นครั้งคราว	75.4 (850)
เป็นบ่อย ๆ	4.3 (48)

ตารางที่ 4.11 (ต่อ)

สภาวะด้านสุขภาพ	ร้อยละ (จำนวน)
เป็นประจำ	1.0 (11)
รวม	100.0 (1,126)
ออกกำลังกายสัปดาห์ละกี่วัน	
ไม่ได้ออกกำลังกาย	15.4 (173)
ไม่เกิน 2 วัน	42.9 (484)
3 วันขึ้นไป	39.7 (447)
ไม่ตอบ	2.0 (22)
รวม	100.0 (1,126)
เหน็ดเหนื่อยจากการทำงานมากกว่าปกติหรือไม่	
ไม่เคยเลย	7.5 (85)
เป็นครั้งคราว	76.8 (865)
เป็นบ่อย ๆ	13.0 (147)
เป็นประจำ	2.6 (29)
รวม	100.0 (1,126)
มีอาการมึนงงหรือเวียนศีรษะเป็นประจำหรือไม่	
ไม่เคยเลย	22.0 (248)
เป็นครั้งคราว	69.4 (782)
เป็นบ่อย ๆ	7.5 (84)
เป็นประจำ	1.1 (12)
รวม	100.0 (1,126)
กังวลว่าจะถูกส่งไปปฏิบัติงานที่เสี่ยงต่ออันตรายหรือไม่	
ไม่เลย	30.9 (348)
เป็นกังวลเล็กน้อย	39.5 (445)
เป็นกังวลพอสมควร	16.2 (182)
เป็นกังวลมาก	7.0 (79)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	6.4 (72)
รวม	100.0 (1,126)

ภาวะสุขภาพ โดยสรุปพบว่า มีสุขภาพดีร้อยละ 42.9 รองลงมาคือ สุขภาพดีปานกลาง ร้อยละ 35.9 สุขภาพดีมากร้อยละ 11.2 สุขภาพไม่ค่อยดีร้อยละ 8.5 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 1.2 และน้อยที่สุดคือ สุขภาพไม่ดีร้อยละ 0.6

ตารางที่ 4.12 ร้อยละของสภาวะสุขภาพของนายทหารประทวน โดยสรุป

ระดับสภาวะสุขภาพ โดยสรุป	ร้อยละ (จำนวน)
ไม่ดี	0.6 (7)
ไม่ค่อยดี	8.5 (96)
ปานกลาง	35.6 (401)
ดี	42.9 (483)
ดีมาก	11.2 (126)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	1.2 (13)
รวม	100.0 (1,126)

ปัจจัยศาสนา

ในเรื่องนี้ได้มีการถามคำถาม 7 ข้อ ผลปรากฏในตารางที่ 4.13 และ 4.14

สวดมนต์ ไหว้พระ ใส่บาตร หรือทำพิธีทางศาสนา ตัวอย่างส่วนใหญ่ปฏิบัติร้อยละ 72.4 และไม่ปฏิบัติร้อยละ 27.6

อ่านหนังสือธรรมหรือฟังธรรม ตัวอย่างอ่านหนังสือธรรมหรือฟังธรรมน้อยร้อยละ 44.3 รองลงมาคือ ปานกลางร้อยละ 35.2 ไม่ได้ศึกษาเลยร้อยละ 15.4 มากร้อยละ 3.1 และน้อยที่สุดคือ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 2.0

ความสามัคคีจะทำให้สังคมมีความสุข ตัวอย่างส่วนใหญ่คิดว่า ความสามัคคีจะทำให้สังคมมีความสุขมากร้อยละ 61.3 รองลงมาคือ ปานกลางร้อยละ 28.6 น้อยร้อยละ 7.2 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 2.2 และน้อยที่สุดคือ ไม่ทำให้สังคมสุขร้อยละ 0.7

ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกันจะทำให้สังคมมีความสุข ตัวอย่างส่วนใหญ่คิดว่า ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกันจะทำให้สังคมมีความสุขมากร้อยละ 64.1 รองลงมาคือ ปานกลางร้อยละ 28.8 น้อยร้อยละ 4.7 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 2.0 และน้อยที่สุดคือ ไม่ทำให้สังคมสุข ร้อยละ 0.4

การทำบุญ การบริจาคเงินหรือทรัพย์สินเพื่อการกุศลสำคัญต่อชีวิต ตัวอย่างส่วนใหญ่คิด
ว่า การทำบุญ การบริจาคเงินหรือทรัพย์สินเพื่อการกุศลสำคัญต่อชีวิตปานกลางร้อยละ 52.6
รองลงมาคือ สำคัญมากร้อยละ 35.4 สำคัญน้อยร้อยละ 6.9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 3.7 และน้อย
ที่สุดคือ ไม่มีความสำคัญต่อชีวิตเลยร้อยละ 1.4

ตารางที่ 4.13 ร้อยละของความสนใจในด้านศาสนาของนายทหารประทวน

ความสนใจด้านศาสนา	ร้อยละ (จำนวน)
สวดมนต์ ไหว้พระ ใส่บาตร หรือทำพิธีทางศาสนา	
ปฏิบัติ	72.4 (815)
ไม่ปฏิบัติ	27.6 (311)
รวม	100.0 (1,126)
อ่านหนังสือธรรม หรือฟังธรรมอย่างน้อยเพียงใด	
ไม่ได้ศึกษาเลย	15.4 (173)
น้อย	44.3 (499)
ปานกลาง	35.2 (396)
มาก	3.1 (35)
ไม่ตอบ	2.0 (23)
รวม	100.0 (1,126)
ความสามัคคีจะทำให้สังคมมีความสุขได้มากน้อยเพียงใด	
ไม่ได้	0.7 (8)
น้อย	7.2 (81)
ปานกลาง	28.6 (322)
มาก	61.3 (691)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	2.2 (24)
รวม	100.0 (1,126)
ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกันจะทำให้สังคมมีความสุขมากน้อยเพียงใด	
ไม่ได้	0.4 (4)
น้อย	4.7 (53)
ปานกลาง	28.9 (325)

ตารางที่ 4.13 (ต่อ)

ความสนใจด้านศาสนา	ร้อยละ (จำนวน)
มาก	64.1 (722)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	2.0 (22)
รวม	100.0 (1,126)
การทำบุญ การบริจาคเงินหรือทรัพย์สินเพื่อการกุศลสำคัญต่อชีวิต	
ไม่เลย	1.4 (16)
น้อย	6.9 (78)
ปานกลาง	52.6 (592)
มาก	35.4 (399)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	3.7 (41)
รวม	100.0 (1,126)

ความเคร่งในศาสนา โดยสรุปพบว่า ส่วนใหญ่มีความเคร่งในศาสนาระดับปานกลางร้อยละ 65.2 รองลงมาคือมากร้อยละ 19.9 น้อยร้อยละ 12.1 ไม่สนใจในศาสนาเลยร้อยละ 1.4 และน้อยที่สุดคือ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 1.4

ตารางที่ 4.14 ร้อยละของความเคร่งในศาสนาของนายทหารประทวน โดยสรุป

ความเคร่งในศาสนา โดยสรุป	ร้อยละ (จำนวน)
ไม่เลย	1.4 (16)
น้อย	12.1 (136)
ปานกลาง	65.2 (734)
มาก	19.9 (224)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	1.4 (16)
รวม	100.0 (1,126)

ปัจจัยเสริมภาพส่วนบุคคล

ในเรื่องนี้ได้มีการถามคำถาม 3 ข้อ ผลปรากฏในตารางที่ 4.15 และ 4.16

ความรู้สึกสงบในการดำเนินชีวิตประจำวัน ตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้สึกมีเรื่องกวนใจ อยู่บ้างร้อยละ 62.3 รองลงมาคือ รู้สึกสงบดีร้อยละ 23.8 รู้สึกไม่สงบร้อยละ 10.1 และน้อยที่สุดคือ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 3.8

การทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับ ตัวอย่างส่วนใหญ่ต้องทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับระดับปานกลางร้อยละ 60.6 รองลงมาคือ ระดับมากร้อยละ 19.9 ระดับน้อยร้อยละ 12.1 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 5.0 และน้อยที่สุดคือ ไม่ต้องทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับ ร้อยละ 2.5

ตารางที่ 4.15 ร้อยละของเสริมภาพส่วนบุคคลของนายทหารประทวน

การมีเสริมภาพส่วนบุคคล	ร้อยละ(จำนวน)
ในชีวิตประจำวันมีความสงบหรือไม่เพียงใด	
ไม่สงบ	23.8 (268)
มีเรื่องกวนใจอยู่บ้าง	62.3 (701)
สงบดี	10.1 (114)
ไม่แน่ใจ ไม่ทราบ	3.8 (43)
รวม	100.0 (1,126)
ทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ข้อบังคับมากน้อยเพียงใด	
ไม่มี	2.5 (28)
น้อย	12.1 (136)
ปานกลาง	60.6 (682)
มาก	19.9 (224)
ไม่แน่ใจ ไม่ทราบ	4.9 (56)
รวม	100.0 (1,126)

เสริมภาพส่วนบุคคล โดยสรุปพบว่า ส่วนใหญ่มีเสริมภาพส่วนบุคคลในระดับปานกลาง ร้อยละ 63.4 รองลงมาคือ ระดับมากร้อยละ 21.1 ระดับน้อยร้อยละ 9.7 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 4.2 และน้อยที่สุดคือ ไม่มีเสริมภาพส่วนบุคคลเลยร้อยละ 1.6

ตารางที่ 4.16 ร้อยละของเสรีภาพส่วนบุคคลของนายทหารประทวน โดยสรุป

ระดับการมีเสรีภาพส่วนบุคคล โดยสรุป	ร้อยละ(จำนวน)
ไม่มี	1.6(18)
น้อย	9.7(109)
ปานกลาง	63.4(714)
มาก	21.1(238)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	4.2(48)
รวม	100.0(1,126)

ปัจจัยการเห็นคุณค่าของตนเอง

ในเรื่องนี้ได้มีการถามคำถาม 6 ข้อ ผลปรากฏในตารางที่ 4.17 และ 4.18

การที่บุคคลรอบตัวเชื่อฟังความคิดเห็น ตัวอย่างส่วนใหญ่มีบุคคลรอบตัวเชื่อฟังความคิดเห็นปานกลางร้อยละ 61.0 รองลงมาคือ มากร้อยละ 28.1 ปานกลางร้อยละ 5.8 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 4.4 และน้อยที่สุดคือ น้อยร้อยละ 0.7

การยอมรับความผิดพลาดที่เกิดจากการกระทำของตนเอง ตัวอย่างยอมรับการกระทำของตนเองมากร้อยละ 51.8 รองลงมาคือ ปานกลางร้อยละ 38.7 น้อยร้อยละ 4.9 ไม่ยอมรับร้อยละ 0.5 และ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 4.1

ความมั่นใจในการตัดสินใจในการกระทำของตนเอง ตัวอย่างมีความมั่นใจในการตัดสินใจการกระทำของตนเองมากร้อยละ 46.6 รองลงมาคือ ปานกลางร้อยละ 45.4 น้อยร้อยละ 4.2 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 3.4 และน้อยที่สุดคือ ไม่มั่นใจร้อยละ 0.4

การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม ตัวอย่างสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ปานกลางร้อยละ 56.8 รองลงมาคือ มากร้อยละ 38.0 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 2.9 น้อยร้อยละ 1.9 และ น้อยที่สุดคือ ไม่สามารถปรับตัวได้เลยร้อยละ 0.4

การได้เป็นที่ยอมรับและได้รับความชื่นชมจากสังคม ตัวอย่างส่วนใหญ่ได้เป็นที่ยอมรับและได้รับการชื่นชมจากสังคมในระดับปานกลางร้อยละ 67.9 รองลงมาคือ มากร้อยละ 20.6 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ ร้อยละ 6.4 น้อยร้อยละ 4.5 และน้อยที่สุดคือ ไม่ได้รับการยอมรับชื่นชมร้อยละ 0.6

ตารางที่ 4.17 ร้อยละของการเห็นคุณค่าในตนเองของนายทหารประทวน

การเห็นคุณค่าในตนเอง	ร้อยละ(จำนวน)
บุคคลในครอบครัวและคนใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น	
ไม่มี	0.7 (8)
น้อย	5.8 (65)
ปานกลาง	61.0 (687)
มาก	28.1 (316)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	4.4 (50)
รวม	100.0 (1,126)
เมื่อทำสิ่งที่ผิดพลาดท่านยอมรับผลการกระทำที่เกิดขึ้น	
ไม่ยอมรับ	0.5 (6)
น้อย	4.9 (55)
ปานกลาง	38.7 (436)
มาก	51.8 (583)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	4.1 (46)
รวม	100.0 (1,126)
มีความมั่นใจในการตัดสินใจในการกระทำของตนเอง	
ไม่เลย	0.4 (4)
น้อย	4.2 (47)
ปานกลาง	45.4 (512)
มาก	46.6 (525)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	3.4 (38)
รวม	100.0 (1,126)
มีความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม	
ไม่เลย	0.4 (4)
น้อย	1.9 (21)
ปานกลาง	56.8 (640)
มาก	38.0 (428)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	2.9 (33)

ตารางที่ 4.17 (ต่อ)

การเห็นคุณค่าในตนเอง	ร้อยละ(จำนวน)
รวม	100.0 (1,126)
ได้เป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคม	
ไม่เลย	0.6 (7)
น้อย	4.5 (51)
ปานกลาง	67.9 (764)
มาก	38.0 (428)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	6.4 (72)
รวม	100.0 (1,126)

การเห็นคุณค่าของตนเอง โดยสรุปพบว่า มีการเห็นคุณค่าของตนเองปานกลางร้อยละ 48.2 รองลงมาคือ เห็นคุณค่าของตนเองมากร้อยละ 43.7 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 4.7 เห็นคุณค่าของตนเองน้อยร้อยละ 2.9 และน้อยที่สุดคือ ไม่เห็นคุณค่าของตนเองร้อยละ 0.5

ตารางที่ 4.18 ร้อยละของการเห็นคุณค่าในตนเองของนายทหารประทวน โดยสรุป

การเห็นคุณค่าในตนเองโดยสรุป	ร้อยละ(จำนวน)
ไม่เลย	0.5 (6)
น้อย	2.9 (33)
ปานกลาง	48.2 (543)
มาก	43.7 (492)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	4.7 (52)
รวม	100.0 (1,126)

ปัจจัยด้านความสุข

ในการวัดความสุขได้ใช้คำถามทางอ้อม 5 ข้อของ Diener (คำถาม 62.1 –62.5) ผลปรากฏในตารางที่ 4.19

จากการวัดความสุข 5 ข้อของ Diener ถ้ายอมรับคำตอบ เห็นด้วยอย่างยิ่ง หรือเห็นด้วย รวมกันร้อยละ 50.0 ขึ้นไป ถือว่าผู้ตอบมีความสุข คำถามที่ผู้ตอบมีความสุข คือ คำตอบต่อคำถาม “ข้าพเจ้าพอใจในชีวิต” นั่นคือ ร้อยละ 59.7 ส่วนอีก 4 คำถาม แสดงว่าผู้ตอบ ไม่มีความสุข เพราะ มีเพียงร้อยละ 45.0 39.0 35.8 และ 32.1 ต่อคำถาม แทบทุกมุมมองของชีวิตเกือบจะถึงระดับอุดมคติ การได้รับสิ่งสำคัญๆ ที่ต้องการ สภาพชีวิตของข้าพเจ้าเรียกได้ว่ายอดเยี่ยม ถ้าเริ่มต้นชีวิตใหม่ได้ แทบจะไม่อยากเปลี่ยนแปลงอะไรเลย ตามลำดับ

ตารางที่ 4.19 ร้อยละของความเห็นต่อความสุขของนายทหารประทวน

คำกล่าว	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่แน่ใจ/ ไม่ทราบ	รวม
ข้าพเจ้าพอใจในชีวิต	10.1	49.6	23.1	5.5	11.7	100.0
	59.7					
แทบทุกมุมมอง ชีวิต เกือบจะถึงระดับ ตามที่ต้องการ	7.9	37.1	40.6	5.2	9.2	100.0
	45.0					
สภาพชีวิตเรียกว่า ยอดเยี่ยม	30.3	5.5	47.5	6.2	10.5	100.0
	35.8					
จนถึงจุดนี้ ข้าพเจ้า ได้รับสิ่งสำคัญๆ ที่ ต้องการ	5.9	33.1	38.5	6.6	15.9	100.0
	39.0					
ถ้าเริ่มต้นชีวิตใหม่ได้	7.5	24.6	41.1	10.8	16.0	100.0
ข้าพเจ้าแทบจะไม่ อยากเปลี่ยนแปลง อะไรเลย	32.1					

นอกจาก 5 คำถามนี้แล้ว ผู้วิจัยได้พัฒนาคำถามทางอ้อม 2 ข้อ นั่นคือ คำถามข้อ 63 และ 64 ในแบบสอบถาม และคำถามทางตรงอีก 2 ข้อคือ ข้อ 65 และ 66 เพื่อวัดความสุขในแบบสอบถาม ผลปรากฏในตาราง 4.20 และ 4.21

ความรู้สึกร่าเริง เบิกบานใจ ตัวอย่างส่วนใหญ่มีความรู้สึกร่าเริงเบิกบานใจปานกลางร้อยละ 68.5 รองลงมาคือ มากร้อยละ 24.2 น้อยร้อยละ 5.1 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 1.3 และน้อยที่สุดคือ ไม่รู้สึกร่าเริง เบิกบานใจเลยร้อยละ 0.8

การมีใจสงบมั่นคงกับสิ่งที่คิดและทำ ตัวอย่างส่วนใหญ่มีใจสงบมั่นคงกับสิ่งที่คิดและทำ อยู่ปานกลางร้อยละ 63.9 รองลงมาคือ มากร้อยละ 27.0 น้อยร้อยละ 5.7 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 2.6 และน้อยที่สุดคือ รู้สึกจิตใจไม่สงบมั่นคงกับสิ่งที่คิดและทำอยู่ร้อยละ 0.6

ตารางที่ 4.20 ร้อยละของความสุขของนายทหารประทวน

ความสุข	ร้อยละ (จำนวน)
ทุกวันนี้รู้สึกร่าเริง เบิกบานใจมากน้อยเพียงใด	
ไม่เลย	0.8 (9)
น้อย	5.1 (57)
ปานกลาง	68.5 (772)
มาก	24.2 (272)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	1.3 (15)
รวม	100.0 (1,126)
มีใจสงบมั่นคงกับสิ่งที่คิดและทำอยู่ทุกวันนี้มากน้อยเพียงใด	
ไม่เลย	0.6 (7)
น้อย	5.7 (64)
ปานกลาง	63.9 (720)
มาก	27.0 (306)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	2.6 (29)
รวม	100.0 (1,126)

ระดับความสุข ตัวอย่างส่วนใหญ่มีความสุขอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุดร้อยละ 64.8 รองลงมา คือ มีความสุขมากร้อยละ 27.6 มีความสุขน้อยร้อยละ 5.5 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบร้อยละ 1.7 และน้อยที่สุดคือ ไม่มีความสุขเลยร้อยละ 0.4

คะแนนความสุข ตัวอย่างให้คะแนนความสุขสูงสุด 7 คะแนนร้อยละ 29.1 รองลงมาคือ 8 คะแนนร้อยละ 27.2 ส่วนคะแนนที่มีผู้ให้น้อยที่สุด คือ 1 คะแนนร้อยละ 0.2 คะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 7.2

ตารางที่ 4.21 ร้อยละของความสุขของนายทหารประทวน โดยสรุป

ระดับความสุข	ร้อยละ (จำนวน)
โดยสรุป ท่านมีความสุขมากน้อยเพียงใด	
ไม่มี	0.4 (5)
น้อย	5.5 (62)
ปานกลาง	64.8 (730)
มาก	27.6 (311)
ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ	1.7 (17)
รวม	100.0 (1,126)
คะแนนความสุข	
1	0.2 (2)
2	0.2 (2)
3	0.3 (3)
4	1.8 (20)
5	10.0 (113)
6	15.4 (173)
7	29.1 (327)
8	27.2 (303)
9	10.9 (123)
10	4.4 (50)
ไม่ตอบ	0.4 (5)
รวม	100.0 (1,126)
$\bar{X} = 7.2$ $SD = 1.4$ $Min = 1$ $Max = 10$	

นอกจากการถามความสุขทางอ้อมโดยคำถามข้อ 62.1–62.5 ข้อ 63 และ 64 (ในตารางที่ 4.19 และ 4.20) แล้ว ผู้วิจัยยังถามคำถามทางตรงคือ คำถามข้อ 65 และ 66 (ในตารางที่ 4.21) ผู้วิจัยยังได้ตั้งคำถามว่า “อะไรที่จะทำให้ท่านมีความสุขมากที่สุดและรองลงมา 3 อันดับ” (คำถามข้อ 67 ในแบบสอบถาม) ผลปรากฏในตารางที่ 4.22 พบว่า คำตอบที่ทำให้ตัวอย่างตอบว่ามีความสุขมากที่สุด

อันดับ 1 คือ เรื่องเศรษฐกิจ ร้อยละ 34.5 ซึ่งผู้ตอบให้คำตอบดังต่อไปนี้ “การมีฐานะที่มั่นคงไม่มีหนี้สิน” “ขายของได้เงินเยอะ” “ครอบครัวไม่มีหนี้สิน” “ครอบครัวกินอิ่มนอนหลับ” “กินดี อยู่ดี” “ความมั่นคงทางการเงิน” “ความร่ำรวย” “มีเงิน” “ค้าขายดี” “ค่าครองชีพที่จะเลี้ยงครอบครัว” “การมีค่าครองชีพที่ต่ำลง” “เงินเดือนเพิ่มขึ้น” “ได้เบียดเบียนเพิ่ม” “ทำธุรกิจร้านอาหาร” “มีเงินออม” “มีกิจการเป็นของตนเอง” “มีที่ดินเป็นของตนเอง” “มีความมั่นคงเมื่อเกษียณอายุ” “ความเป็นอยู่ประจำวัน” “มีกินพอเพียง” “ที่อยู่อาศัย” “ปัจจัย 4” “สิ่งอำนวยความสะดวก” “มีบ้านเป็นของตนเอง”

รองลงมาคือ เรื่องครอบครัว ร้อยละ 30.9 ซึ่งผู้ตอบให้คำตอบดังต่อไปนี้ “มีคนรักและลูก” “ครอบครัวและญาติมีความสุข” “มีครอบครัวที่อบอุ่น” “ครอบครัวอยู่พร้อมหน้า” “ครอบครัวมีความสุขสามัคคี” “ครอบครัวให้ความสำคัญเท่ากัน” “ความกตัญญูดูแลพ่อแม่” “ความปลอดภัยของพ่อแม่” “ความสำเร็จของบุตร” “ความสุขของครอบครัว” “ความสุขของบิดามารดา” “แต่งงาน” “พาครอบครัวไปทำบุญ” “การศึกษาของบุตร” “บุตรจบการศึกษามีงานทำที่ดี”

การมีอิสระเสรีภาพ ร้อยละ 13.0 ซึ่งผู้ตอบให้คำตอบดังต่อไปนี้ “การมีอิสระทางความคิด” “การได้เล่นดนตรี” “การดูหนังฟังเพลง” “ร้องเพลง” “การคุยกับเพื่อนฝูง” “ไปเที่ยว” “เล่นกีฬา” “เที่ยวเตร่ตามใจตนเอง” “นอน” “ไปพักผ่อนต่างประเทศ” “เขียนหนังสือ” “ถูกล้อตลกตลก” “รางวัลที่ 1” “ความสุขสามัคคี” “ภาคได้สงบสุข” “การมีอิสระภาพ” “การมีอิสระด้านการเงินและท่องเที่ยว” “การมีเป้าหมายที่แน่นอน” “ความสัมพันธ์ทางเพศ” “การไม่มีขีดจำกัดในทุก ๆ เรื่อง” “ขอให้ชาติมีความสุขสงบสุข” “การมีคนที่น่าสนใจ” “คนไทยในชาติรักกัน” “ความสงบ” “ความสบายใจ” “ความสัมพันธ์ทางเพศ” “ความสำเร็จของชีวิต” “ความสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้” “ได้ทำสิ่งที่รักอย่างถูกต้อง” “การมีอิสระภาพ” “การมีอิสระด้านการเงินและท่องเที่ยว” “การไม่เอาเปรียบ” “การไม่เอาเปรียบกัน” “ได้สังคมกับเพื่อนบ้าน”

เรื่องงานและหน้าที่ ร้อยละ 9.7 ซึ่งผู้ตอบให้คำตอบดังต่อไปนี้ “ความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงาน” “ความยุติธรรมของผู้บังคับบัญชา” “ความสุขกับการทำงาน” “งานที่ดี” “งานที่มั่นคง” “เจ้านายเข้าใจ” “การรับราชการ” “ทำงานที่ตนเองชอบ” “ได้เป็นนายทหาร” “ได้เลื่อนยศ” “การปรับย้าย” “ทำงานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จ” “ทำงานเพื่อชาติ” “เป็นทหารของพระเจ้าอยู่หัว”

“ไม่ต้องไปเสี่ยงใน 3 จังหวัดภาคใต้” “มีวันหยุดยาว” “สวัสดิการดี” “ผู้บังคับบัญชาเปิดให้แสดงความคิดเห็น” “การให้เกียรติแก่ทหารชั้นผู้น้อย” “เรียนจบปริญญาตรี”

เรื่องสุขภาพ ร้อยละ 6.8 ซึ่งผู้ตอบให้คำตอบดังต่อไปนี้ “การไม่มีโรคภัย” “แขนขาใช้งานได้ปกติ” “สุขภาพแข็งแรง” “ไม่เป็นโรคร้ายแรง” “อายุยืน” และเรื่องอื่น ๆ ร้อยละ 0.6 ซึ่งผู้ตอบให้คำตอบดังต่อไปนี้ “คนรอบข้างเข้าใจตัวเรา” “เป็นบุคคลที่สังคมยอมรับ” “การมีศักดิ์ศรี” “การช่วยเหลือผู้อื่น” “การร่วมกิจกรรมสังคม” “พัฒนาวิถึและร่วมกิจกรรมทางศาสนา” “ทำบุญ” “พุทธศาสนา” “ฟังธรรม” “การช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์” “การไม่ทำบาป” “การไม่เบียดเบียนผู้อื่น”

อันดับ 2 ซึ่งผู้ตอบได้ให้คำตอบคล้ายอันดับ 1 ส่วนปัจจัยที่ตอบเรื่องแรกคือ เรื่องเศรษฐกิจร้อยละ 28.6 รองลงมาคือ การมีอิสระเสรีภาพร้อยละ 20.1 เรื่องงานและหน้าที่ร้อยละ 17.7 เรื่องครอบครัวร้อยละ 16.7 เรื่องสุขภาพร้อยละ 11.7 และเรื่องอื่น ๆ ร้อยละ 0.8 ตามลำดับ

อันดับ 3 ผู้ตอบได้ให้คำตอบเรื่องการมีอิสระเสรีภาพมากที่สุดร้อยละ 27.9 รองลงมาคือ เรื่องเศรษฐกิจร้อยละ 21.7 เรื่องครอบครัวร้อยละ 15.9 เรื่องงานและหน้าที่ร้อยละ 15.1 เรื่องสุขภาพร้อยละ 9.9 เรื่องอื่น ๆ ร้อยละ 1.1 ตามลำดับ

ตารางที่ 4.22 ร้อยละของความสุข 3 อันดับ จำแนกตามเรื่องที่ทำให้มีความสุขและลำดับคำตอบ

อันดับความสุข	ร้อยละ (จำนวน)
อันดับ 1	
เศรษฐกิจ	34.5 (389)
ครอบครัว	30.9 (347)
อิสระเสรีภาพ	13.0 (147)
งานและหน้าที่	9.7 (109)
สุขภาพ	6.8 (77)
อื่น ๆ	0.6 (7)
ไม่ตอบ	4.5 (50)
รวม	100.0 (1,126)
อันดับ 2	
เศรษฐกิจ	28.6 (321)
อิสระเสรีภาพ	20.1 (226)
งานและหน้าที่	17.7 (188)

ตารางที่ 4.22 (ต่อ)

อันดับความสุข	ร้อยละ (จำนวน)
ครอบครัวยุคใหม่	16.7 (162)
สุขภาพ	11.7 (132)
อื่น ๆ	1.0 (10)
ไม่ตอบ	4.2 (87)
รวม	100.0 (1,126)
อันดับ 3	
อิสระเสรีภาพ	27.9 (314)
เศรษฐกิจ	21.7 (244)
ครอบครัวยุคใหม่	15.9 (179)
งานและหน้าที่	15.1 (171)
สุขภาพ	9.9 (112)
อื่น ๆ	1.1 (12)
ไม่ตอบ	8.4 (94)
รวม	100.0 (1,126)

ลำดับต่อไป ในการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระหรือปัจจัยด้านต่าง ๆ ต่อระดับความสุขอย่างมีนัยสำคัญนั้น ในการคัดเลือกตัวแปรอิสระที่จะนำมาหาความสัมพันธ์ ได้ทำการคัดเลือกตัวแปรจากปัจจัยด้านต่าง ๆ โดยอ้างจากทฤษฎีซึ่งได้อธิบายว่า ตัวแปรเหล่านี้จะมีผลต่อความสุข นอกจากนั้น ยังทำการคัดเลือกตัวแปรที่เป็นคำถามสรุปในแต่ละปัจจัย เพื่ออธิบายถึงผลหรือความสัมพันธ์ต่อระดับความสุข ซึ่งจะนำมาใช้ในการศึกษาและวิเคราะห์ในส่วนต่อไป

4.2 แปรหรือปัจจัยที่มีผลต่อความสุข

การวิเคราะห์ในส่วนนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาตัวแปรต่าง ๆ ที่มีผลต่อความสุข โดยตัวแปรอิสระที่นำมาหาความสัมพันธ์กับความสุข ที่ได้ทำการคัดเลือกมีทั้งหมด 29 ตัว ตามปัจจัยด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นยศ ระดับการศึกษา หน่วยที่สังกัด รายได้ การมีหนี้สิน และอายุงาน ปัจจัยด้านงาน ได้แก่ ความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงาน การแสดงความคิดเห็นในงาน ความภูมิใจในอาชีพทหาร การได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา และความ

พอใจในงาน ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ การมีรายได้เสริม การมีเงินออม และความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ ปัจจัยด้านครอบครัว ได้แก่ การมีเวลาให้ครอบครัว และความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว ปัจจัยด้านสุขภาพ ได้แก่ การมีโรคประจำตัว ความถี่การออกกำลังกาย และภาวะสุขภาพ ปัจจัยด้านศาสนา ได้แก่ ความเคร่งในศาสนา ปัจจัยด้านเสรีภาพส่วนบุคคล ได้แก่ ความสงบในชีวิตการทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ และการมีเสรีภาพส่วนบุคคล ปัจจัยด้านการเห็นคุณค่าของตนเอง ได้แก่ การที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น การได้เป็นที่ยอมรับ และชื่นชม และการเห็นคุณค่าของตนเอง กับความสุข ซึ่งการวิเคราะห์ความสุขครั้งนี้ คือ คำถาม “โดยสรุป ท่านคิดว่าท่านมีความสุขมากน้อยเพียงใด” (คำถามข้อที่ 65 ในแบบสอบถาม) ซึ่งมีคำตอบ “ไม่มี” “น้อย” “ปานกลาง” และ “มาก” แต่เนื่องจากมีผู้ตอบว่า “ไม่มี” มีจำนวนน้อยมาก จึงได้รวมคำตอบเข้ากับคำตอบ “มีน้อย” โดยจะใช้ในการวิเคราะห์ในส่วนที่ 4.2.1 ส่วนการวิเคราะห์ในส่วนที่ 4.2.2 นั้น ตัวแปรตามที่ใช้คือ ความสุข จากคำถาม จากคำถาม “คะแนนความสุข 1-10” (คำถามข้อที่ 66 ในแบบสอบถาม) ซึ่งเป็นตัวแปรระดับ Ratio ผลที่ได้จากการวิเคราะห์ในส่วน 4.2.1 และ 4.2.2 ที่กล่าวมานี้ จะได้เป็นการเปรียบเทียบให้เห็นถึงความสอดคล้องจากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปร 29 ตัว กับความสุข ในลำดับต่อไป

4.2.1 การหาความสัมพันธ์ของ 2 ตัวแปร ระหว่างความสุข ในฐานะที่เป็นค่าตัวแปรระดับ Ordinal กับตัวแปรอิสระ 29 ตัว

ปัจจัยส่วนบุคคล

เพศกับความสุข

จากสมมติฐาน 1 นายทหารประทวนหญิงน่าจะมีความสุขมากกว่านายทหารประทวนชาย สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test จากตารางที่ 4.23 หญิงมีความสุขมากกว่าร้อยละ 29.6 ในขณะที่ชายมีความสุขมากกว่าร้อยละ 27.6 ซึ่งแตกต่างกันเพียงร้อยละ 2.0 เท่านั้น ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า เพศไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.23 ร้อยละของความสุข จำแนกตามเพศ

ความสุข	ชาย	หญิง	รวม
ไม่มี-น้อย	6.2	4.8	6.0 (67)
ปานกลาง	65.9	65.6	65.9 (730)
มาก	27.9	29.6	28.1 (311)
รวม	88.7(983)	11.3(125)	100.0 (1,108)

$$\chi^2 = 0.786 \text{ df} = 2 \text{ p} = .482$$

อายุกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 2 นายทหารประทวนที่มีอายุน่าจะมีความสุขมากกว่านายทหารประทวนที่มีอายุน้อยกว่า ผลจากตารางที่ 4.24 พบว่าไม่เป็นไปตามสมมติฐานวิจัย นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีอายุน้อยกว่า 30 ปีมีความสุขมากร้อยละ 29.7 นายทหารประทวนที่มีอายุตั้งแต่ 30-39 ปีมีความสุขมากร้อยละ 28.1 นายทหารประทวนที่มีอายุตั้งแต่ 40-49 ปีมีความสุขมากร้อยละ 25.7 และนายทหารประทวนที่มีอายุตั้งแต่ 50-59 ปีมีความสุขมากร้อยละ 30.0 ซึ่งแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า ไม่นับสำคัญทางสถิติ แสดงว่า อายุไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.24 ร้อยละของความสุข จำแนกตามช่วงอายุ

ความสุข	ต่ำกว่า 30 ปี	30-39 ปี	40-49 ปี	50-59 ปี	รวม
ไม่มี-น้อย	6.8	6.9	5.6	2.7	6.0 (67)
ปานกลาง	63.5	65.0	68.7	67.3	65.9 (730)
มาก	29.7	28.1	25.7	30.0	28.1 (311)
รวม	31.9 (353)	27.3 (303)	30.9 (342)	9.9 (110)	100.0 (1,108)

$$\chi^2 = 4.826 \text{ df} = 6 \text{ p} = .566$$

ชั้นยศกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 3 นายทหารประทวนที่มีชั้นยศสูงกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่า นายทหารประทวนที่มีชั้นยศต่ำกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบคือ χ^2 - test ผลจากตารางที่ 4.25 พบว่าไม่เป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีชั้นยศสิบตรี-สิบเอกมีความสุขมากกว่าร้อยละ 28.3 ในขณะที่นายทหารประทวนที่มีชั้นยศจำสิบตรี-จำสิบเอกมีความสุขมากกว่าร้อยละ 27.9 ซึ่งแตกต่างกันร้อยละ 0.4 เท่านั้น ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบ χ^2 -test พบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ชั้นยศไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข เนื่องจาก ข้าราชการนายทหารประทวนจัดว่าเป็นประชากรกลุ่มเดียวกัน

ตารางที่ 4.25 ร้อยละของความสุข จำแนกชั้นยศ

ความสุข	สิบตรี - สิบเอก	จำสิบตรี - จำสิบเอก	รวม
ไม่มี - น้อย	7.1	5.3	6.0 (67)
ปานกลาง	64.7	66.7	65.9 (730)
มาก	28.3	27.9	28.1 (311)
รวม	39.3 (435)	60.7 (673)	100.0 (1,108)

$$\chi^2 = 1.571 \text{ df} = 2 \text{ p} = .456$$

ระดับการศึกษากับความสุข

จากสมมติฐานที่ 4 นายทหารประทวนที่มีการศึกษาสูงกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่า นายทหารประทวนที่มีการศึกษาดำกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบ คือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 - test ผลจากตารางที่ 4.26 พบว่าไม่เป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา-ม.ต้น มีความสุขมากกว่าร้อยละ 17.8 นายทหารประทวนที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายมีความสุขมากกว่าร้อยละ 28.9 นายทหารประทวนที่มีการศึกษาระดับปริญญาตรีมีความสุขมากกว่าร้อยละ 29.6 และนายทหารประทวนที่มีการศึกษาระดับสูงกว่าปริญญาตรีมีความสุขมากกว่าร้อยละ 27.5 ซึ่งถือได้ว่าไม่แตกต่างกัน ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ระดับการศึกษาไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.26 ร้อยละของความสุข จำแนกตามระดับการศึกษา

ความสุข	ประถม - ม.ต้น	ม.ปลาย	ปริญญาตรี	สูงกว่า ปริญญาตรี	รวม
ไม่มี - น้อย	6.7	6.5	5.2	5.4	6.1 (67)
ปานกลาง	75.6	64.6	65.2	67.1	66.0 (727)
มาก	17.8	28.9	29.6	27.5	42.1 (195)
รวม	8.2 (90)	57.4 (633)	20.9 (230)	13.5 (149)	100.0 (1,102)

$$\chi^2 = 5.865 \text{ df} = 6 \text{ p} = .438$$

หน่วยที่สังกัดกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 5 ผู้ที่สังกัดหน่วยอื่น ๆ ที่ไม่ใช่กำลังรบน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่สังกัดหน่วยกำลังรบ สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 - test ผลจากตารางที่ 4.27 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารที่สังกัดหน่วยอื่น ๆ ที่ไม่ใช่กำลังรบมีความสุขมากกว่าร้อยละ 29.2 ส่วนนายทหารประทวนที่สังกัดหน่วยงานกำลังรบ มีความสุขมากกว่าร้อยละ 21.7 ซึ่งแตกต่างกันร้อยละ 7.5 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า หน่วยที่สังกัดไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.27 ร้อยละของความสุข จำแนกตามหน่วยที่สังกัด

ความสุข	กำลังรบ	อื่น ๆ	รวม
ไม่มี - น้อย	8.3	5.6	6.0 (66)
ปานกลาง	70.1	65.2	65.9 (725)
มาก	21.7	29.2	28.1 (309)
รวม	14.3 (157)	85.7 (943)	100.0 (1,100)

$$\chi^2 = 4.766 \text{ df} = 2 \text{ p} = .092$$

รายได้กับความสุข

จากสมมติฐานที่ 6 ผู้ที่มีรายได้สูงกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่มีรายได้ต่ำกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.28 พบว่า ไม่เป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีรายได้ต่ำกว่า 4,500 บาท มีความสุขมากร้อยละ 22.2 นายทหารประทวนที่มีรายได้ตั้งแต่ 4,500-9,000 บาท มีความสุขมากร้อยละ 28.8 นายทหารประทวนที่มีรายได้ตั้งแต่ 9,001-13,500 บาท มีความสุขมากร้อยละ 27.8 นายทหารประทวนที่มีรายได้ตั้งแต่ 13,501-18,000 บาท มีความสุขมากร้อยละ 26.9 และนายทหารประทวนที่มีรายได้ตั้งแต่ 18,001-22,500 บาท มีความสุขมากร้อยละ 26.7 และรายได้มากกว่า 22,501 บาท มีความสุขมากร้อยละ 34.6 ซึ่งแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า รายได้ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข ซึ่งเป็นไปตามแนวคิดของ Easterlin และมุมมองของนักเศรษฐศาสตร์ที่ให้ความสนใจในด้านที่เกี่ยวกับเงินทองกลับมีความคิดที่ว่า แม้คนเราจะมีรายได้เพิ่มขึ้นแต่ก็ไม่ได้เป็นหลักประกันว่าจะมีความสุขเพิ่มขึ้นอย่างยั่งยืน เนื่องจากเกิดผลในทางลบต่อการปรับตัวและการเปรียบเทียบทางสังคม

ตารางที่ 4.28 ร้อยละของความสุข จำแนกตามรายได้

ความสุข	ต่ำกว่า 4,500 บาท	4,501 – 9,000 บาท	9,001 – 13,500 บาท	13,501 – 18,000 บาท	18,001 – 22,500 บาท	มากกว่า 22,500 บาท	รวม
ไม่มี - น้อย	-	8.2	5.9	7.4	4.7	3.7	6.1 (67)
ปานกลาง	77.8	63.0	66.2	65.7	68.6	61.7	66.0 (727)
มาก	22.2	28.8	27.8	26.9	26.7	34.6	42.1 (195)
รวม	2.4 (27)	18.8 (208)	21.4 (237)	24.5 (271)	23.3 (258)	9.7 (107)	100.0(1,108)

$$\chi^2 = 9.473 \text{ df} = 10 \text{ p} = .488$$

การมีหนี้สินกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 7 ผู้ที่ไม่มีหนี้สินน่าจะมีสุขมากกว่าผู้ที่มีหนี้สิน สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.29 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่ไม่มีหนี้สินมีความสุขมากร้อยละ 33.0 ในขณะที่นายทหารประทวนที่

มีหนี้สินมีความสุขมากเพียงร้อยละ 24.6 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่าไม่นัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีหนี้สินมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.29 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการมีหนี้สิน

ความสุข	ไม่มี	มีหนี้สิน	รวม
ไม่มี - น้อย	6.1	6.0	6.0 (67)
ปานกลาง	61.0	69.4	65.9 (730)
มาก	33.0	24.6	28.1 (311)
รวม	41.6 (461)	58.4 (647)	100.0 (1,108)

$$\chi^2 = 9.675 \text{ df} = 2 \text{ p} = .008$$

ปัจจัยด้านงาน

อายุงานกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 8 นายทหารประทวนที่มีอายุงานมากกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่า นายทหารประทวนที่มีอายุงานน้อยกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละกับ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.30 พบว่าไม่เป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีอายุงานต่ำกว่า 5 ปี มีความสุขมากร้อยละ 30.7 นายทหารประทวนที่มีอายุงาน 5-9 ปี มีความสุขมากร้อยละ 26.9 นายทหารประทวนที่มีอายุงาน 10-14 ปี มีความสุขมากร้อยละ 27.6 นายทหารประทวนที่มีอายุงาน 15-19 ปี มีความสุขมากร้อยละ 30.2 นายทหารประทวนที่มีอายุงาน 20 ปีขึ้นไป มีความสุขมากร้อยละ 26.2 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า ไม่นัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า อายุงาน ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.30 ร้อยละของความทุกข์ จำแนกตามอายุงาน

ความทุกข์	ต่ำกว่า 5 ปี	5 – 9 ปี	10 – 14 ปี	15 – 19 ปี	20 ปีขึ้นไป	รวม
ไม่มี - น้อย	7.4	5.2	9.2	4.1	5.3	6.1 (67)
ปานกลาง	61.9	67.9	63.2	65.7	68.4	65.9 (726)
มาก	30.7	26.9	27.6	30.2	26.2	28.0 (308)
รวม	18.3 (202)	17.5 (195)	14.8 (163)	15.3 (169)	34.0 (374)	100.0 (1,101)

$$\chi^2 = 7.329 \quad df = 8 \quad p = .502$$

ความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงานกับความทุกข์

จากสมมติฐานที่ 9 ผู้ที่ตอบว่าเพื่อนร่วมงานเป็นมิตรน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่าไม่เป็นมิตร สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.31 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีเพื่อนร่วมงานไม่เป็นมิตรมีความสุขมาร้อยละ 17.6 นายทหารประทวนที่รู้สึกเฉย ๆ กับเพื่อนร่วมงาน มีความสุขมาร้อยละ 29.0 และนายทหารประทวนที่มีเพื่อนร่วมงานเป็นมิตรมีความสุขมาร้อยละ 28.1 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงานไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความทุกข์

ตารางที่ 4.31 ร้อยละของความทุกข์ จำแนกตามความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงาน

ความทุกข์	ไม่เป็นมิตร	เฉย ๆ	เป็นมิตร	รวม
ไม่มี - น้อย	17.6	8.6	5.1	5.9 (61)
ปานกลาง	64.7	52.3	66.8	66.1 (686)
มาก	17.6	29.0	28.1	28.0 (291)
รวม	1.6 (17)	15.6 (162)	82.8 (859)	100.0 (1,038)

$$\chi^2 = 8.076 \quad df = 4 \quad p = .089$$

การแสดงความคิดเห็นในงานกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 10 ผู้ที่ตอบว่าสามารถแสดงความคิดเห็นในงานได้มากกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่าแสดงความคิดเห็นในงานได้น้อยกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.32 พบว่าเป็นไม่ไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่สามารถแสดงความคิดเห็นในงานได้น้อยมีความสุขมากร้อยละ 31.3 นายทหารประทวนที่สามารถแสดงความคิดเห็นในงานได้ปานกลางมีความสุขมากร้อยละ 27.5 และนายทหารประทวนที่สามารถแสดงความคิดเห็นในงานได้มากมีความสุขมากร้อยละ 23.1 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การแสดงความคิดเห็นในงานไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข เนื่องจาก กรอบของกฎระเบียบวินัยของกองทัพ ทำให้นายทหารประทวนยอมรับในความคิดเห็นหรือคำสั่งนั้น ๆ

ตารางที่ 4.32 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการแสดงความคิดเห็นในงาน

ความสุข	ทำได้น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม
ไม่มี-น้อย	3.5	6.1	8.3	5.8 (62)
ปานกลาง	65.2	66.4	68.5	66.4 (707)
มาก	31.3	27.5	23.1	27.2 (296)
รวม	18.9 (201)	71.0 (756)	10.1 (108)	100.0 (1,065)

$$\chi^2 = 5.039 \quad df = 4 \quad p = .283$$

ความภูมิใจในอาชีพทหารกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 11 ผู้ที่ตอบว่ามีความภูมิใจในอาชีพทหารมากน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่าไม่ภูมิใจในอาชีพทหาร สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.33 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่ภูมิใจ-ภูมิใจมากมีความสุขมากร้อยละ 28.8 ในขณะที่ นายทหารประทวนที่ไม่ภูมิใจ- ภูมิใจน้อยมีความสุขมากเพียงร้อยละ 16.7 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติที่ แสดงว่า ความภูมิใจในอาชีพทหารมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข เนื่องจากผู้ที่เข้ารับราชการทหาร มีภารกิจในการป้องกันประเทศซึ่งเป็นภารกิจที่ยิ่งใหญ่ ซึ่งแตกต่างจากอาชีพอื่น ๆ และการได้สวมเครื่องแบบทหารเป็นการแสดงถึงความมีเกียรติและศักดิ์ศรี ทำให้เกิดความภาคภูมิใจ

ตารางที่ 4.33 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความภูมิใจในอาชีพทหาร

ความสุข	ไม่ภูมิใจ - ภูมิใจน้อย	ภูมิใจ - ภูมิใจมาก	รวม
ไม่มี - น้อย	14.8	5.5	6.0 (65)
ปานกลาง	68.5	65.7	65.8 (719)
มาก	16.7	28.8	28.2 (308)
รวม	4.9 (54)	95.1 (1,038)	100.0 (1,092)

$$\chi^2 = 10.239 \text{ df} = 2 \text{ p} = .006$$

การได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชากับความสุข

จากสมมติฐานที่ 12 ผู้ที่ตอบว่าผู้บังคับบัญชาให้ความเป็นธรรมมากกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่าผู้บังคับบัญชาให้ความเป็นธรรมน้อยกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.34 พบว่า เป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่ผู้บังคับบัญชาให้ความเป็นธรรมมากมีความสุขมากร้อยละ 38.4 นายทหารประทวนที่ผู้บังคับบัญชาให้ความเป็นธรรมปานกลางมีความสุขมากร้อยละ 25.9 ส่วนนายทหารประทวนที่ผู้บังคับบัญชาไม่ให้-ให้ความเป็นธรรมน้อยมีความสุขมากเพียงร้อยละ 19.5 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การให้ความเป็นธรรมของผู้บังคับบัญชามีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.34 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา

ความสุข	ไม่ให้ - ให้น้อย	ให้ปานกลาง	ให้มาก	รวม
ไม่มี - น้อย	11.0	5.1	3.9	6.1 (67)
ปานกลาง	69.5	69.0	57.7	66.0 (727)
มาก	19.5	25.9	38.4	42.1 (195)
รวม	15.5 (164)	55.5 (587)	39.7 (307)	100.0 (1,058)

$$\chi^2 = 31.149 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

ความพอใจในงานกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 13 ผู้ที่ตอบว่ามีความพอใจในงานมากน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่าไม่มีความพอใจในงาน สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.35 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่พอใจในงานมากมีความสุขมากร้อยละ 45.6 นายทหารประทวนที่พอใจในงานมีความสุขมากร้อยละ 25.4 ส่วนนายทหารประทวนที่ไม่พอใจ-พอใจในงานน้อยมีความสุขมากเพียงร้อยละ 11.4 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความพอใจในงานมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.35 ร้อยละของความสุขจำแนก ตามความพอใจในงาน

ความสุข	ไม่พอใจ-พอใจน้อย	พอใจ	พอใจมาก	รวม
ไม่มี - น้อย	14.6	5.8	1.8	6.0 (65)
ปานกลาง	74.0	68.8	52.6	66.0 (717)
มาก	11.4	25.4	45.6	28.1 (305)
รวม	11.3 (123)	67.7 (736)	21.0 (228)	100.0 (1,087)

$$\chi^2 = 69.524 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

ด้านเศรษฐกิจ

ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 14 ผู้ที่ตอบว่าได้รับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจน้อยน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่าได้รับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจมาก สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.36 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่ไม่มีผลกระทบ-กระทบภาวะทางเศรษฐกิจน้อยมีความสุขมากร้อยละ 32.6 ในขณะที่นายทหารประทวนที่ได้รับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจมากมีความสุขมากเพียงร้อยละ 22.6 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่ามีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.36 ร้อยละของความสุข จำแนกตามผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ

ความสุข	ไม่กระทบ - กระทบน้อย	กระทบมาก	รวม
ไม่มี - น้อย	4.3	7.8	6.1 (66)
ปานกลาง	63.1	69.5	66.4 (716)
มาก	32.6	22.6	27.5 (297)
รวม	49.2 (531)	50.8 (548)	100.0 (1,079)

$$\chi^2 = 16.836 \text{ df} = 2 \text{ p} = .000$$

การมีรายได้เสริมกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 15 ผู้ที่มีรายได้เสริมน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ไม่ได้เสริม สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตาราง 4.37 พบว่า ไม่เป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่ไม่ได้เสริมมีความสุขมากร้อยละ 28.1 ในขณะที่นายทหารประทวนที่ได้เสริมมีความสุขมากร้อยละ 28.0 ซึ่งแตกต่างกันเพียงร้อยละ 0.1 เท่านั้น ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีรายได้เสริมไม่มีผล ไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.37 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการมีรายได้เสริม

ความสุข	มี	ไม่มี	รวม
ไม่มี - น้อย	4.7	6.5	6.0 (67)
ปานกลาง	67.1	65.4	65.9 (73)
มาก	28.1	28.0	28.1 (311)
รวม	26.6 (295)	73.4 (813)	100.0 (1,108)

$$\chi^2 = 1.219 \text{ df} = 2 \text{ p} = .544$$

การมีเงินออมกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 16 ผู้ที่มีเงินออมน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ไม่ได้เงินออม สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.38 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัย

ที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีเงินออมมีความสุขมากร้อยละ 31.5 ในขณะที่นายทหารประทวนที่ไม่มีเงินออมมีความสุขมากเพียงร้อยละ 21.9 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีเงินออมมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุ

ตารางที่ 4.38 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการมีเงินออม

ความสุข	มี	ไม่มี	รวม
ไม่มี - น้อย	4.6	8.7	6.1 (67)
ปานกลาง	63.8	69.5	65.8 (7 26)
มาก	31.5	21.9	28.1 (31)
รวม	64.4 (710)	35.6 (393)	100.0 (1,103)

$$\chi^2 = 16.318 \text{ df} = 2 \text{ p} = .000$$

ความพอใจในฐานะเศรษฐกิจกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 17 ผู้ที่พอใจในฐานะเศรษฐกิจมากน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ไม่พอใจ ในฐานะเศรษฐกิจ สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.39 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่พอใจ-พอใจมากในฐานะเศรษฐกิจมีความสุขมากร้อยละ 39.1 นายทหารประทวนที่พอใจในฐานะเศรษฐกิจน้อยมีความสุขมากร้อยละ 18.0 ส่วนนายทหารประทวนที่ไม่พอใจในฐานะเศรษฐกิจมีความสุขเพียงร้อยละ 15.7 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test แสดงว่า ความพอใจในฐานะเศรษฐกิจมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุ

ตารางที่ 4.39 ร้อยละของความสุข จำแนกความพอใจในฐานะเศรษฐกิจ

ความสุข	ไม่พอใจ	พอใจน้อย	พอใจ - พอใจมาก	รวม
ไม่มี - น้อย	14.0	6.1	3.6	6.1 (67)
ปานกลาง	70.3	75.9	57.3	66.0 (727)
มาก	15.7	18.0	39.1	42.1 (195)
รวม	15.7 (172)	34.4 (377)	50.0 (548)	100.0 (1,097)

$$\chi^2 = 81.405 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

ด้านครอบครัว

การมีเวลาให้ครอบครัวกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 18 ผู้ที่ตอบว่ามีเวลาให้ครอบครัวมากน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่ามีเวลาให้ครอบครัวน้อย สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.40 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีเวลาให้กับครอบครัวมาก มีความสุขมาร้อยละ 41.2 นายทหารประทวนที่มีเวลาให้กับครอบครัวปานกลาง มีความสุขมาร้อยละ 24.0 ส่วนนายทหารประทวนที่มีเวลาให้กับครอบครัวน้อย มีความสุขเพียงร้อยละ 16.4 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีเวลาให้กับครอบครัวมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.40 ร้อยละของความสุข จำแนกการมีเวลาให้กับครอบครัว

ความสุข	มีเวลาน้อย	ปานกลาง	มีเวลามาก	รวม
ไม่มี - น้อย	6.9	6.8	4.1	6.0 (64)
ปานกลาง	76.7	69.2	54.7	65.7 (705)
มาก	16.4	24.0	41.2	28.3 (304)
รวม	14.8 (159)	53.5 (574)	31.7 (340)	100.0 (1,073)

$$\chi^2 = 44.678 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 19 ผู้ที่ตอบว่ามีความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวมากน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่ามีความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวน้อย สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.41 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวมาก มีความสุขร้อยละ 33.2 นายทหารประทวนที่มีความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวปานกลาง มีความสุขร้อยละ 21.1 ส่วนนายทหารประทวนที่ไม่มีความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวเลย - มีน้อย มีความสุขมากเพียงร้อยละ 21.9 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.41 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว

ความสุข	ไม่มีเลย - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม
ไม่มี - น้อย	29.7	7.0	3.1	6.1 (67)
ปานกลาง	48.4	71.9	63.7	66.0 (727)
มาก	21.9	21.1	33.2	42.1 (195)
รวม	5.8 (64)	36.1 (399)	58.1 (641)	100.0 (1,102)

$$\chi^2 = 88.167 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

ด้านสุขภาพ

การมีโรคประจำตัว

จากสมมติฐานที่ 20 ผู้ที่ไม่มีโรคประจำตัวน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่มีโรคประจำตัว สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.42 พบว่า เป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่ไม่มีโรคประจำตัว มีความสุขมากร้อยละ 29.0 ในขณะที่นายทหารประทวนที่มีโรคประจำตัว มีความสุขมากเพียงร้อยละ 23.2 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีโรคประจำตัวมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.42 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการมีโรคประจำตัว

ความสุข	มี	ไม่มี	รวม
ไม่มี - น้อย	10.7	5.2	6.1 (67)
ปานกลาง	66.1	65.8	65.9 (729)
มาก	23.2	29.0	28.1 (311)
รวม	16.0 (177)	84.0 (930)	100.0 (1,107)

$$\chi^2 = 9.456 \text{ df} = 2 \text{ p} = .009$$

ความถี่ในการออกกำลังกายกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 21 ผู้ที่ออกกำลังกายมากน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ไม่ได้ออกกำลังกายเลย สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.43 พบว่า เป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่ออกกำลังกายสัปดาห์ละ 3 วัน มีความสุขมากร้อยละ 31.0 นายทหารประทวนที่ออกกำลังกายสัปดาห์ละ ไม่เกิน 2 วัน มีความสุขมากร้อยละ 27.2 ส่วนนายทหารประทวนที่ไม่ออกกำลังกายเลย มีความสุขมากเพียงร้อยละ 23.1 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความถี่ในการออกกำลังกายมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.43 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความถี่ในการออกกำลังกาย

ความสุข	ไม่ออกกำลังกาย	ไม่เกิน 2 วัน	3 วันขึ้นไป	รวม
ไม่มี - น้อย	11.2	5.3	4.5	5.9 (64)
ปานกลาง	65.7	67.6	64.5	66.0 (717)
มาก	23.1	27.2	31.0	28.1 (305)
รวม	15.6 (169)	43.7 (475)	40.7 (442)	100.0 (1,086)

$$\chi^2 = 13.255 \text{ df} = 4 \text{ p} = .010$$

ภาวะสุขภาพกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 22 ผู้ที่ตอบว่ามีสุขภาพดีกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่ามีสุขภาพไม่ดี สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.44 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีสุขภาพดี-ดีมาก มีความสุขมากร้อยละ 35.3 นายทหารประทวนที่มีสุขภาพดีปานกลาง มีความสุขมากร้อยละ 19.6 ส่วนนายทหารประทวนที่มีสุขภาพไม่ดี-ไม่ค่อยดี มีความสุขมากเพียงร้อยละ 20.6 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ภาวะสุขภาพมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความ สุข

ตารางที่ 4.44 ร้อยละของความ สุข จำแนกตามภาวะสุขภาพ

ความสุข	ไม่ดี - ไม่ค่อยดี	ปานกลาง	ดี - ดีมาก	รวม
ไม่มี-น้อย	15.7	6.6	3.8	5.9 (65)
ปานกลาง	63.7	73.8	60.9	65.8 (722)
มาก	20.6	19.6	35.3	28.3 (311)
รวม	9.3 (102)	35.8 (393)	54.9 (603)	100.0 (1,098)

$$\chi^2 = 50.553 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

ด้านศาสนา

ความเคร่งในศาสนากับความ สุข

จากสมมติฐานที่ 23 ผู้ที่ตอบว่าเคร่งในศาสนามากกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่าเคร่งในศาสนาน้อยกว่า ผลจากตารางที่ 4.45 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่เคร่งในศาสนามากมีความสุขมากร้อยละ 46.4 นายทหารประทวนที่เคร่งในศาสนาปานกลางมีความสุขมากร้อยละ 24.8 ส่วนนายทหารประทวนที่ไม่เคร่ง-เคร่งในศาสนา น้อย มีความสุขมากเพียงร้อยละ 17.6 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความเคร่งในศาสนามีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความ สุข

ตารางที่ 4.45 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความเคร่งในศาสนา

ความสุข	ไม่สนใจ - น้อย	ปานกลาง	สนใจมาก	รวม
ไม่มี - น้อย	16.2	4.8	3.2	6.0 (66)
ปานกลาง	66.2	70.4	50.5	65.8 (719)
มาก	17.6	24.8	46.4	28.2 (308)
รวม	13.5 (148)	66.1 (723)	20.3 (222)	100.0 (1,093)

$$\chi^2 = 75.510 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

ด้านเสรีภาพส่วนบุคคล

ความสงบในชีวิตกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 24 ผู้ที่ตอบว่ามีความสงบในชีวิตน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่าไม่มีชีวิตความสงบในชีวิต สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.46 พบว่า ปีนไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีความสงบในชีวิตมีความสุขมากร้อยละ 47.6 ในขณะที่นายทหารประทวนที่รู้สึกมีเรื่องกวนใจบ้าง-รู้สึกไม่สงบมีความสุขมากเพียงร้อยละ 21.6 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าความสงบในชีวิตมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.46 ร้อยละของความสุข จำแนกตามความสงบในชีวิต

ความสุข	สงบ	มีเรื่องกวนใจบ้าง - ไม่สงบ	รวม
ไม่มี - น้อย	1.5	7.8	6.3 (67)
ปานกลาง	50.9	70.5	65.6 (703)
มาก	47.6	21.6	28.1 (301)
รวม	24.9 (267)	75.1 (804)	100.0 (1,071)

$$\chi^2 = 75.512 \text{ df} = 2 \text{ p} = .000$$

ด้านเสรีภาพส่วนบุคคล

การทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 25 ผู้ที่ตอบว่าทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับที่น้อยกว่าน่าจะมีสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่าทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับมากกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบคือ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.47 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่ไม่ต้องทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์-ทำน้อยมีความสุขมากร้อยละ 35.4 นายทหารประทวนที่ต้องทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ปานกลางมีความสุขมากร้อยละ 26.3 และนายทหารประทวนที่ต้องทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์มากมีความสุขมากร้อยละ 27.3 ซึ่งแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า ไม่นับสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การต้องทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ไม่มีผลไม่มีอิทธิพล ไม่มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.47 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับ

ความสุข	ไม่มี - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม
ไม่มี - น้อย	8.5	5.9	5.9	6.3 (67)
ปานกลาง	56.1	67.8	66.8	65.8 (696)
มาก	35.4	26.3	27.3	27.9 (295)
รวม	15.5 (164)	63.7 (674)	20.8 (220)	100.0 (1,058)

$$\chi^2 = 8.240 \text{ df} = 4 \text{ p} = .083$$

การมีเสรีภาพส่วนบุคคลกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 26 ผู้ที่ตอบว่ามีเสรีภาพส่วนบุคคลมากกว่าน่าจะมีสุขมากกว่าผู้ที่ตอบว่ามีเสรีภาพส่วนบุคคลน้อยกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบคือ χ^2 -test ผลจากตารางที่ 4.48 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่มีเสรีภาพส่วนบุคคลมากมีความสุขมากร้อยละ 46.6 นายทหารประทวนที่มีเสรีภาพส่วนบุคคลปานกลางมีความสุขมากร้อยละ 23.3 ส่วนนายทหารประทวนที่ไม่มี-มีเสรีภาพส่วนบุคคลน้อยมีความสุขมากเพียงร้อยละ 17.6 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีเสรีภาพส่วนบุคคลมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.48 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการมีเสรีภาพส่วนบุคคล

ความสุข	ไม่มี - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม
ไม่มี - น้อย	15.2	6.4	0.9	6.2 (66)
ปานกลาง	67.2	70.3	52.6	66.1 (705)
มาก	17.6	23.3	46.6	27.7 (296)
รวม	11.7 (125)	66.4 (708)	21.9 (234)	100.0 (1,067)

$$\chi^2 = 75.238 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

ด้านการเห็นคุณค่าของตนเอง

การที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 27 ผู้ที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นมากกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นน้อยกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบคือ χ^2 -test และ One-Way ANOVA ผลจากตารางที่ 4.49 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นมาก มีความสุขมากร้อยละ 38.3 นายทหารประทวนที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นปานกลาง มีความสุขมากร้อยละ 25.0 ส่วนนายทหารประทวนที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นน้อย มีความสุขมากเพียงร้อยละ 18.6 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.49 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น

ความสุข	ไม่มี - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม
ไม่มี - น้อย	14.3	7.2	1.9	6.1 (65)
ปานกลาง	67.1	67.8	59.8	65.4 (695)
มาก	18.6	25.0	38.3	28.4 (302)
รวม	6.6 (70)	64.1 (681)	29.3 (311)	100.0 (1,062)

$$\chi^2 = 35.822 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

การเป็นที่ยอมรับและชื่นชมกับความสุข

จากสมมติฐานที่ 28 ผู้ที่ได้รับการยอมรับและชื่นชมมากกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่ได้รับการยอมรับและชื่นชมน้อยกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 -test ผลจากตาราง 4.50 พบว่าเป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่เป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคมปานกลางมีความสุขมากร้อยละ 47.2 นายทหารประทวนที่เป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคมปานกลางมีความสุขมากร้อยละ 23.6 ส่วนนายทหารประทวนที่ไม่เป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคมเลย-ได้รับการยอมรับน้อยมีความสุขมากเพียงร้อยละ 7.4 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การเป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคมมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.50 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการเป็นที่ยอมรับและชื่นชม

ความสุข	ไม่เลย - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม
ไม่มี - น้อย	31.5	5.7	2.6	6.3 (66)
ปานกลาง	61.1	70.7	50.2	65.7 (684)
มาก	7.4	23.6	47.2	28.0 (291)
รวม	5.2 (54)	72.8 (758)	22.0 (229)	100.0 (1,041)

$$\chi^2 = 114.276 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

การเห็นคุณค่าของตนเองกับความสุข

สมมติฐานที่ 29 ผู้ที่เห็นคุณค่าของตนเองมากกว่าน่าจะมีความสุขมากกว่าผู้ที่เห็นคุณค่าของตนเองน้อยกว่า สถิติที่ใช้ทดสอบคือ ความแตกต่างร้อยละและ χ^2 - test ผลจากตารางที่ 4.51 พบว่า เป็นไปตามสมมติฐานวิจัยที่ตั้งไว้ นั่นคือ นายทหารประทวนที่เห็นคุณค่าของตนเองมากมีความสุขมากร้อยละ 38.1 นายทหารประทวนที่เห็นคุณค่าของตนเองปานกลางมีความสุขมากร้อยละ 19.0 ส่วนนายทหารประทวนที่ไม่เห็นคุณค่าของตนเองเลย-เห็นคุณค่าของตนเองน้อยมีความสุขมากเพียงร้อยละ 13.2 ความแตกต่างนี้เมื่อทดสอบด้วย χ^2 -test พบว่า มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การเห็นคุณค่าของตนเองมีผล มีอิทธิพล มีความสัมพันธ์กับความสุข

ตารางที่ 4.51 ร้อยละของความสุข จำแนกตามการเห็นคุณค่าของตนเอง

ความสุข	ไม่เลย - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม
ไม่มี - น้อย	42.1	6.9	2.7	6.2 (66)
ปานกลาง	44.7	74.1	59.2	66.2 (703)
มาก	13.2	19.0	38.1	27.6 (293)
รวม	3.6 (38)	50.5 (536)	46.0 (488)	100.0 (1,062)

$$\chi^2 = 137.016 \text{ df} = 4 \text{ p} = .000$$

4.2.2 การหาความสัมพันธ์ของ 2 ตัวแปร ระหว่างความสุข ในฐานะที่เป็นตัวแปรระดับ Ratio กับ ตัวแปรอิสระ 29 ตัว

การวิเคราะห์ส่วนนี้ เป็นการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ ที่มีความละเอียดกว่าการวิเคราะห์ ในส่วน 4.2.1 เพราะตัวแปรตามนั้นคือความสุขเป็นตัวแปรระดับ Ratio สามารถหาความสัมพันธ์ กับตัวแปรอิสระ 29 ตัวเดิม แต่จะให้ข่าวสารใหม่เพิ่มเติมจากที่ได้ทำมาแล้วในส่วน 4.2.1 โดยใช้ สถิติ t-test เมื่อตัวแปรอิสระอยู่ระดับกลุ่มและมี 2 รายการและ One-Way ANOVA เมื่อตัวแปร อิสระอยู่ระดับกลุ่มหรืออันดับและมีมากกว่า 2 รายการ

เพศกับความสุข

เมื่อทดสอบด้วย Independent Sample t-test พบว่า ค่าเฉลี่ยความสุขของชายและหญิง เท่ากับ 2.15 และ 2.20 ตามลำดับ ซึ่งแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า เพศไม่มี ความสัมพันธ์ ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.52 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับเพศ เมื่อทดสอบด้วย t – test

ความสุข	ชาย		หญิง		t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ระดับความสุข	2.15	0.71	2.20	0.67	-0.706	0.481

อายุกับความสุข

จากตารางที่ 4.53 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า อายุที่แตกต่างกันมีความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า อายุไม่มีความสัมพันธ์ ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.53 ความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ต่ำกว่า 30 ปี	30-39 ปี	40-49 ปี	50-59 ปี	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	2.16	2.14	2.15	2.25	2.16	0.648	0.584
S.D.	0.74	0.73	0.68	0.59	0.71		

ชั้นยศกับความสุข

จากตารางที่ 4.54 เมื่อทดสอบด้วย Independent Sample t-test พบว่า นายทหารประทวนที่มีชั้นยศสิบตรี-สิบเอก และนายทหารประทวนที่มียศจำสิบเอก-จำสิบเอกมีความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ชั้นยศไม่มีความสัมพันธ์ ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.54 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับชั้นยศ เมื่อทดสอบด้วย t-test

ความสุข	สิบตรี - สิบเอก		จำสิบตรี - จำสิบเอก		t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ระดับความสุข	2.14	0.74	2.17	0.68	-0.740	0.459

ระดับการศึกษากับความสุข

จากตารางที่ 4.55 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า ระดับการศึกษาที่แตกต่างกันมีความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ระดับการศึกษาไม่มีความสัมพันธ์ ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.55 ความสัมพันธ์ระหว่างการศึกษากับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ประถม -ม.ต้น	ม.ปลาย	ปริญญา ตรี	สูงกว่า ปริญญาตรี	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	2.04	2.14	2.19	2.17	2.16	0.958	0.412
S.D.	0.67	0.72	0.69	0.68	0.71		

หน่วยที่สังกัดกับความสุข

จากตารางที่ 4.56 เมื่อทดสอบด้วย Independent Sample t-test พบว่า นายทหารประทวนที่สังกัดหน่วยอื่น ๆ ที่ไม่ใช่กำลังรบและนายทหารประทวนที่สังกัดหน่วยกำลังรบมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า หน่วยที่สังกัดมีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.56 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับหน่วยที่สังกัด เมื่อทดสอบด้วย t – test

ความสุข	กำลังรบ		อื่น ๆ		t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ระดับความสุข	2.05	0.74	2.18	0.70	-2.117	0.034

รายได้กับความสุข

จากตารางที่ 4.57 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า รายได้ที่แตกต่างกันมีความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า รายได้ไม่มีความสัมพันธ์ ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.57 ความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับ ความสุข	ต่ำกว่า 4,500 บาท	4,501- 9,000 บาท	9,001- 13,500 บาท	13,501- 18,000 บาท	18,001- 22,500 บาท	มากกว่า 22,500 บาท	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	2.22	2.13	2.16	2.12	2.17	2.27	2.16	0.85	0.51
S.D.	0.42	0.78	0.70	0.74	0.65	0.65	0.71	5	1

การมีหนี้สินกับความสุข

จากตารางที่ 4.58 เมื่อทดสอบด้วย Independent Sample t-test พบว่า นายทหารประทวนที่ไม่มีหนี้สินและนายทหารประทวนที่มีหนี้สินความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีหนี้สินไม่มีความสัมพันธ์ ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.58 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับการมีหนี้สิน เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ความสุข	ไม่มี		มีหนี้สิน		t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ระดับความสุข	2.21	0.73	2.13	0.69	1.915	0.056

อายุงานกับความสุข

จากตารางที่ 4.59 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า อายุงานที่แตกต่างกันมีมีความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า อายุไม่มีความสัมพันธ์ ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.59 ความสัมพันธ์ระหว่างอายุงานกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ต่ำกว่า 5 ปี	5 – 9 ปี	10 – 14 ปี	15 – 19 ปี	20 ปี ขึ้นไป	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	2.16	2.17	2.09	2.22	2.16	2.16	0.677	0.608
S.D.	0.76	0.67	0.80	0.65	0.67	0.71		

ความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงานกับความสุข

จากตารางที่ 4.60 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่มีเพื่อนร่วมงานเป็นมิตรแตกต่างกันมีความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงานมีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่ออิทธิพลความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตาราง 4.60 ความสัมพันธ์ระหว่างความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงานกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่เป็นมิตร	เฉยๆ	เป็นมิตร	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	1.82	2.18	2.12	2.16	2.556	0.078
S.D.	0.95	0.67	0.79	0.70		

การแสดงความคิดเห็นในงานกับความสุข

จากตารางที่ 4.61 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่สามารถแสดงความคิดเห็นในงานได้แตกต่างกันมีความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การแสดงความคิดเห็นในงานไม่มีความสัมพันธ์ ไม่มีผล ไม่มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.61 ความสัมพันธ์ระหว่าง การแสดงความคิดเห็นในงานกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ทำได้น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	2.24	2.15	2.06	2.16	2.501	0.083
S.D.	0.63	0.70	0.75	0.70		

ความภูมิใจในอาชีพทหารกับความสุข

จากตารางที่ 4.62 เมื่อทดสอบด้วย Independent Sample t-test พบว่า นายทหารประทวนที่ภูมิใจ-ภูมิใจมาก และนายทหารประทวนที่ไม่ภูมิใจ-ภูมิใจน้อยมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความภูมิใจในอาชีพทหารมีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.62 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับความภูมิใจในอาชีพทหาร เมื่อทดสอบด้วย t - test

ความสุข	ไม่ภูมิใจ - ภูมิใจน้อย		ภูมิใจ - ภูมิใจมาก		t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ระดับความสุข	1.87	0.87	2.18	0.69	-3.151	0.002

การได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชากับความสุข

จากตารางที่ 4.63 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่ผู้บังคับบัญชาให้ความเป็นธรรมแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.63 ความสัมพันธ์ระหว่างการให้ความเป็นธรรมของผู้บังคับบัญชากับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่ให้-ให้น้อย	ให้ปานกลาง	ให้มาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	1.98	2.16	2.31	2.16	12.683	0.000
S.D.	0.80	0.66	0.67	0.70		

ความพอใจในงานกับความสุข

จากตารางที่ 4.64 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่มีความพอใจในงานแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความพอใจในงาน มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตาราง 4.64 ความสัมพันธ์ระหว่าง ความพอใจในงานกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่พอใจ-น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	1.82	2.14	2.42	2.16	32.130	0.000
S.D.	0.82	0.69	0.59	0.70		

ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจกับความสุข

จากตารางที่ 4.65 เมื่อทดสอบด้วย Independent Sample t-test พบว่า นายทหารประทวนที่ไม่มีผลกระทบ-กระทบภาวะทางเศรษฐกิจน้อย และที่ได้รับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจมาก มีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.65 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ เมื่อทดสอบด้วย

t-test

ความสุข	ไม่กระทบ - กระทบน้อย		กระทบมาก		t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ระดับความสุข	2.24	0.67	2.07	0.73	3.983	0.000

การมีรายได้เสริมกับความสุข

จากตารางที่ 4.66 เมื่อทดสอบด้วย Independent Sample t-test พบว่า นายทหารประทวนที่มีรายได้เสริม และนายทหารประทวนที่ไม่มีรายได้เสริมมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีรายได้เสริม มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งไม่สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.66 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับการมีรายได้เสริม เมื่อทดสอบด้วย t-test

ความสุข	มี		ไม่มี		t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ระดับความสุข	2.22	0.67	2.09	0.70	3.019	0.003

การมีเงินออมกับความสุข

จากตารางที่ 4.67 เมื่อทดสอบด้วย Independent Sample t-test พบว่า นายทหารประทวนที่มีเงินออม และนายทหารประทวนที่ไม่มีเงินออมมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีเงินออม มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข

ตารางที่ 4.67 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับการมีเงินออม เมื่อทดสอบด้วย t-test

ความสุข	มี		ไม่มี		t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ระดับความสุข	2.22	0.67	2.05	0.75	4.006	0.000

ความพอใจในฐานะเศรษฐกิจกับความสุข

จากตารางที่ 4.68 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่มีความพอใจในฐานะเศรษฐกิจแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่าความพอใจในฐานะเศรษฐกิจ มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.68 ความสัมพันธ์ระหว่างความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่พอใจ	พอใจน้อย	พอใจ -		F	Sig.
			พอใจมาก	รวม		
คะแนนเฉลี่ย	1.88	2.06	2.32	2.16	32.931	0.000
S.D.	0.84	0.65	0.66	0.71		

การมีเวลาให้ครอบครัวกับความสุข

จากตารางที่ 4.69 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่มีเวลาให้กับครอบครัวแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีเวลาให้ครอบครัว มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.69 ความสัมพันธ์ระหว่างการมีเวลาให้กับครอบครัวกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย

ANO VA

ระดับความสุข	มีเวลาน้อย	ปานกลาง	มีเวลามาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	2.03	2.10	2.33	2.16	14.907	0.000
S.D.	0.67	0.71	0.69	0.70		

ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวกับความสุข

ตารางที่ 4.70 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่มีความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.70 ความสัมพันธ์ระหว่างความรักใคร่ผูกพันในครอบครัวกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย

ANOVA

ระดับความสุข	มีเวลาน้อย	ปานกลาง	มีเวลามาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	1.63	2.07	2.27	2.16	30.916	0.000
S.D.	1.13	0.70	0.62	0.71		

การมีโรคประจำตัว

จากตารางที่ 4.71 เมื่อทดสอบด้วย Independent Sample t-test พบว่า นายทหารประทวนที่มีโรคประจำตัว และไม่มีโรคประจำตัว มีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีโรคประจำตัว มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.71 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับการมีโรคประจำตัว เมื่อทดสอบด้วย t-test

ความสุข	มี		ไม่มี		t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ระดับความสุข	2.02	0.82	2.19	0.68	-2.610	0.010

ความถี่ในการออกกำลังกายกับความสุข

จากตารางที่ 4.72 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่มีความถี่ในการออกกำลังกายแตกต่างกันมีความสุขต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความถี่ในการออกกำลังกาย มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตาราง 4.72 ความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ในการออกกำลังกายกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่ออกกำลังกาย	ไม่เกิน 2 วัน	3 วันขึ้นไป	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	2.01	2.17	2.22	2.16	5.742	0.003
S.D.	0.83	0.67	0.67	0.70		

ภาวะสุขภาพกับความสุข

จากตารางที่ 4.73 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่มีภาวะสุขภาพแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ภาวะสุขภาพ มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.73 ความสัมพันธ์ระหว่าง ภาวะสุขภาพกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่ดี - ไม่ค่อยดี	ปานกลาง	ดี - ดีมาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	1.89	2.06	2.28	2.16	20.129	0.000
S.D.	0.91	0.68	0.66	0.70		

ความเคร่งในศาสนากับความสุข

จากตารางที่ 4.74 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่มีความเคร่งในศาสนาแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความเคร่งในศาสนา มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.74 ความสัมพันธ์ระหว่างความเคร่งในศาสนากับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่สนใจ - น้อย	ปานกลาง	สนใจมาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	1.85	2.15	2.40	2.16	28.529	0.000
S.D.	0.90	0.65	0.66	0.71		

ความสงบในชีวิตกับความสุข

จากตารางที่ 4.75 เมื่อทดสอบด้วย Independent Sample t-test พบว่า นายทหารประทวนที่มีความสงบในชีวิตและนายทหารประทวนที่รู้สึกมีเรื่องกังวลใจบ้าง-รู้สึกไม่สงบมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า ความสงบในชีวิต มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.75 ความสัมพันธ์ระหว่างความสุขกับความสงบในชีวิต เมื่อทดสอบด้วย t-test

ความสุข	สงบ		มีเรื่องกวนใจบ้าง - ไม่สงบ		t	Sig.
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
ระดับความสุข	2.45	0.58	2.06	0.73	7.888	0.000

การทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ขอบบังคับกับความสุข

จากตารางที่ 4.76 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่ทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ขอบบังคับแตกต่างกันมีความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ขอบบังคับ มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.76 ความสัมพันธ์ระหว่างการทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ขอบบังคับกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่มี - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	2.18	2.14	2.15	2.15	0.198	0.820
S.D.	0.82	0.69	0.70	0.71		

การมีเสรีภาพส่วนบุคคลกับความสุข

จากตารางที่ 4.77 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่มีเสรีภาพส่วนบุคคลแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การมีเสรีภาพส่วนบุคคล มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.77 ความสัมพันธ์ระหว่างการมีเสรีภาพส่วนบุคคลกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่มี - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	1.87	2.11	2.45	2.15	33.748	0.000
S.D.	0.88	0.69	0.55	0.71		

การที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นกับความสุข

จากตารางที่ 4.78 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.78 ความสัมพันธ์ระหว่างการที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็นกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่มี - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	1.90	2.11	2.34	2.16	17.691	0.000
S.D.	0.87	0.73	0.59	0.71		

การเป็นที่ยอมรับและชื่นชมกับความสุข

จากตารางที่ 4.79 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่ได้รับการยอมรับและชื่นชมแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การเป็นที่ยอมรับและชื่นชม มีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.79 ความสัมพันธ์ระหว่างการเป็นที่ยอมรับและชื่นชมกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย

ANOVA

ระดับความสุข	ไม่มี - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	1.44	2.12	2.42	2.15	46.691	0.000
S.D.	1.02	0.67	0.63	0.71		

การเห็นคุณค่าของตนเองกับความสุข

จากตารางที่ 4.80 เมื่อทดสอบด้วย One-Way ANOVA พบว่า นายทหารประทวนที่เห็นคุณค่าของตนเองแตกต่างกันมีความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงว่า การเห็นคุณค่าของตนเองมีความสัมพันธ์ มีผล มีอิทธิพลต่อคะแนนความสุข ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์โดยใช้ χ^2 -test

ตารางที่ 4.80 ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าของตนเองกับความสุข เมื่อทดสอบด้วย ANOVA

ระดับความสุข	ไม่มี - น้อย	ปานกลาง	มาก	รวม	F	Sig.
คะแนนเฉลี่ย	1.29	2.05	2.33	2.15	53.288	0.000
S.D.	1.16	0.68	0.62	0.71		

สรุปผลจากการวิเคราะห์ในส่วนที่ 4.2.1 และ 4.2.2 เป็นการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของ 2 ตัวแปร โดยใช้การทดสอบ χ^2 -test, Independent Sample t-test และ One-Way ANOVA ในส่วนนี้ เป็นการแสดงถึงความสอดคล้องจากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้ง 29 ตัว กับความสุข ในฐานะตัวแปรระดับ Ordinal, Interval และ Ratio ดังต่อไปนี้

จากตารางที่ 4.81 พบว่า ผลจากการทดสอบความสัมพันธ์ด้วย χ^2 -test และ Independent Sample t-test ตัวแปรที่มีความสอดคล้องกันได้แก่ เพศ ชัยยศ ความภูมิใจในอาชีพทหาร ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ การมีเงินออม การมีโรคประจำตัว และความสงบในชีวิต ส่วนตัวแปรหน่วยที่สังกัด การมีหนี้สิน และการมีรายได้เสริม พบว่า ไม่มีความสอดคล้องกัน ในส่วนของการมี

หนี้สินที่พบว่า ไม่มีความสอดคล้องกัน อาจเป็นเนื่องจาก การวิเคราะห์ในส่วนของผู้แปรตามมีความละเอียดมากขึ้น ส่วนอีก 2 กรณี คือ หน่วยที่สังกัดและการมีรายได้เสริม ยังไม่สามารถหาคำอธิบายที่น่าพอใจได้

จากตารางที่ 4.82 พบว่า ผลจากการทดสอบความสัมพันธ์ด้วย χ^2 -test และ One-Way ANOVA พบว่า อายุ ระดับการศึกษา รายได้ อาชีพงาน ความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงาน การแสดงความคิดเห็นในงาน การได้รับความเป็นธรรมของผู้บังคับบัญชา ความพอใจในงาน ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ การมีเวลาให้กับครอบครัว ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว ความถี่ในการออกกำลังกาย ภาวะสุขภาพ ความเคร่งในศาสนา การทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับ การมีเสรีภาพส่วนบุคคล การที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น การเป็นที่ยอมรับและชื่นชม และการเห็นคุณค่าของตนเอง ตัวแปรทุกตัวมีความสอดคล้องกัน

ตารางที่ 4.81 ความสอดคล้องจากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระ 29 ตัว กับความสุข โดยการทดสอบด้วย χ^2 -test และ Independent Sample t-test

ตัวแปรกับความสุข	P		ผลความสอดคล้อง
	χ^2 -test	t-test	
เพศ	0.482	0.481	สอดคล้อง
ชั้นยศ	0.456	0.459	สอดคล้อง
หน่วยที่สังกัด	0.092	0.034	ไม่สอดคล้อง
การมีหนี้สิน	0.008	0.056	ไม่สอดคล้อง
ความภูมิใจในอาชีพทหาร	0.006	0.002	สอดคล้อง
ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ	0.000	0.000	สอดคล้อง
การมีรายได้เสริม	0.544	0.003	ไม่สอดคล้อง
การมีเงินออม	0.000	0.000	สอดคล้อง
การมีโรคประจำตัว	0.009	0.010	สอดคล้อง
ความสงบในชีวิต	0.000	0.000	สอดคล้อง

ตารางที่ 4.82 ความสอดคล้อง จากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปรกับความสุข โดยการทดสอบด้วย χ^2 -test และ One-Way ANOVA

ตัวแปรความสุข	P		ผลความสอดคล้อง
	χ^2 -test	ANOVA	
อายุ	0.566	0.584	สอดคล้อง
ระดับการศึกษา	0.438	0.412	สอดคล้อง
รายได้	0.488	0.511	สอดคล้อง
อายุงาน	0.502	0.608	สอดคล้อง
ความเป็นมิตรของเพื่อนร่วมงาน	0.089	0.078	สอดคล้อง
การแสดงความคิดเห็นในงาน	0.283	0.083	สอดคล้อง
การได้รับความเป็นธรรมของผู้บังคับบัญชา	0.000	0.000	สอดคล้อง
ความพอใจในงาน	0.000	0.000	สอดคล้อง
ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ	0.000	0.000	สอดคล้อง
การมีเวลาให้กับครอบครัว	0.000	0.000	สอดคล้อง
ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว	0.000	0.000	สอดคล้อง
ความถี่ในการออกกำลังกาย	0.010	0.003	สอดคล้อง
ภาวะสุขภาพ	0.000	0.000	สอดคล้อง
ความเคร่งในศาสนา	0.000	0.000	สอดคล้อง
การทำให้ที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับ	0.083	0.820	สอดคล้อง
การมีเสรีภาพส่วนบุคคล	0.000	0.000	สอดคล้อง
การที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น	0.000	0.000	สอดคล้อง
การเป็นที่ยอมรับและชื่นชม	0.000	0.000	สอดคล้อง
การเห็นคุณค่าของตนเอง	0.000	0.000	สอดคล้อง

โดยสรุป ผลจากการวิเคราะห์ในส่วนที่ 4.2 เมื่ออธิบายถึงตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์ มีผล หรือมีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ที่ระดับ 0.5 และต่ำกว่า) มี 18 ตัวแปร นั่นคือ การมีหนี้สิน ความภูมิใจในอาชีพทหาร การได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา ความพอใจในงาน ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ การมีเงินออม ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ การมีเวลาให้

ครอบครัว ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว การมีโรคประจำตัว ความถี่ในการออกกำลังกาย ภาวะสุขภาพ ความเคร่งในศาสนา ความสงบในชีวิต การมีเสรีภาพส่วนบุคคล ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว การได้เป็นที่ยอมรับและชื่นชม และการเห็นคุณค่าของตนเอง จากการวิเคราะห์นี้จะสามารถนำไปใช้เพื่ออธิบายถึงความสัมพันธ์ดังกล่าว ซึ่งจะนำมาใช้ในการศึกษาและวิเคราะห์ในส่วนต่อไป

4.3 ตัวแปรหรือปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความสุขมากที่สุด และรองลงมา

ผลจากการวิเคราะห์ในส่วนที่ 4.2 พบว่า ตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์ มีผล หรือมีอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (ที่ระดับ 0.5 และต่ำกว่า) มี 18 ตัวแปร นั่นคือ การมีหนี้สิน ความภูมิใจในอาชีพทหาร การได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา ความพอใจในงาน ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ การมีเงินออม ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ การมีเวลาให้ครอบครัว ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว การมีโรคประจำตัว ความถี่ในการออกกำลังกาย ภาวะสุขภาพ ความเคร่งในศาสนา ความสงบในชีวิต การมีเสรีภาพส่วนบุคคล ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว การได้เป็นที่ยอมรับและชื่นชม การเห็นคุณค่าของตนเอง แต่ความสัมพันธ์เหล่านี้เป็นความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระแต่ละตัวและความสุข (Bivariate relationship) เท่านั้น โดยไม่ได้นำตัวแปรอิสระตัวอื่น ๆ มาร่วมในการหาความสัมพันธ์ ส่วนการวิเคราะห์ในส่วนที่ 4.3 นี้เป็นการวิเคราะห์ระดับที่ก้าวหน้าเพื่อตอบสนองวัตถุประสงค์ข้อที่ 3 ที่อยากทราบว่าในบรรดาตัวแปรอิสระ 20 ตัว (ตัวแปรเพศและรายได้ ได้ถูกนำเข้าร่วมในการพิจารณาด้วยเพราะความสำคัญทางเนื้อหาหรือทฤษฎี) ตัวแปรใดมีความสัมพันธ์ มีผลต่อความสุขมากที่สุด รองลงมา จนถึงไม่มีความสัมพันธ์เลย โดยใช้สถิติ Multiple Regression แบบ Enter

ก่อนที่จะนำตัวแปรอิสระทั้ง 20 ตัวนี้เข้าไปหาความสัมพันธ์ในสมการถดถอยพหุ เป็นหลักปฏิบัติที่จะต้องหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระทั้ง 20 ตัว โดยใช้สถิติ Simple Correlation และนำเสนอในรูปแบบของ Correlation Matrix (ดังตารางในภาคผนวก 3) การทำเช่นนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อจะหาว่า ตัวแปรอิสระทั้ง 20 ตัวนี้ มีความสัมพันธ์ในระดับสูงหรือไม่* (Multicollinearity) ผลปรากฏว่า เพศ (V3) กับรายได้ (V4) การได้รับความเป็นธรรม (V7) กับความพอใจในงาน (V8) ความถี่ในการออกกำลังกาย (V15) กับสุขภาพ (V16) ความสงบในชีวิต (V18) กับเสรีภาพส่วนบุคคล (V19) และการเป็นที่ยอมรับจากสังคม (V21) และการเห็นคุณค่าในตัวเอง (V22) มีความสัมพันธ์กันมีค่า $r = 0.64, 0.456, 0.16, -0.062$ และ 0.387 ตามลำดับ ในการพิจารณาคัดตัวแปรใดตัวหนึ่งออกนั้น กรณีของเพศ (V3) กับรายได้ (V4) ไม่มีการคัดตัวแปรใดออก เพราะตัวแปรทั้งสองมีความสำคัญในทางเนื้อหาหรือทฤษฎี ส่วน V7 และ V8 ได้คัด V7 ออก V15 และ

V16 ได้ตัด V16 ออก V18 และ V19 ได้ตัด V19 ออก V21 และ V22 ได้ตัด V22 ออก เพราะเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับความสุบน้อยกว่า ส่วนตัวแปรการมีหนี้สินเป็นตัวแปรระดับกลุ่ม ผู้วิจัยจึงใช้ตัวแปรจำนวนหนี้สินที่อยู่ระดับอัตราส่วนแทน จึงสรุปได้ว่ามีตัวแปรอิสระ 16 ตัว ซึ่งน่าจะมีปัญหา Multicollinearity น้อยที่สุด ส่วนตัวแปรตามในการวิเคราะห์ส่วนนี้คือ คะแนนความสุข (V1) เป็นผลมาจากคำถาม 66 ตัวแปรตามนี้อยู่ที่ระดับอัตราส่วน ส่วนตัวแปรอิสระมีเพียงตัวแปรรายได้ และจำนวนหนี้สินที่อยู่ระดับอัตราส่วน ตัวแปรอื่น ๆ ได้ถูกแปลงให้มีค่า 2 ค่าคือ 0 กับ 1 เท่านั้น

ผลจากตารางที่ 4.82 พบว่า ตัวแปรอิสระทั้ง 16 ตัวสามารถอธิบายความแตกต่างความสุข (คะแนนความสุขจากคำถาม 66) ได้ร้อยละ 20.3 ($R^2 = 0.203$) มีตัวแปรอิสระเพียง 5 ตัวที่มีความสัมพันธ์ มีผลต่อความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และตัวแปรที่มีความสำคัญที่สุดคือ ความรู้สึกว่ามีความสงบในชีวิตประจำวัน $\beta = -0.202$ ส่วนตัวแปรอื่น ๆ ที่มีความสำคัญรองลงมาได้แก่ ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ $\beta = 0.116$ การเป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคม $\beta = 0.124$ ความเคร่งในศาสนา $\beta = 0.102$ และการมีโรคประจำตัว $\beta = 0.098$ ส่วนตัวแปรอิสระอีก 11 ตัวไม่มีความสัมพันธ์หรือมีผลต่อความสุขแต่อย่างใด

ตารางที่ 4.83 ตัวแปรอิสระที่อธิบาย และพยากรณ์คะแนนความสุขโดยใช้ Multiple Regressions

ปัจจัย	B	Beta	t	p
ความสงบในชีวิต	-0.627	-0.202	-5.125	0.000
ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ	0.592	0.116	5.118	0.000
การได้เป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคม	0.731	0.124	3.077	0.002
ความเคร่งในศาสนา	0.435	0.102	2.564	0.011
การมีโรคประจำตัว	0.340	0.098	2.465	0.014
จำนวนหนี้สิน	-3.649E-07	-0.075	-1.856	0.064
รายได้	1.391E-05	0.067	1.658	0.098
ความพอใจในงาน	0.228	0.056	1.341	0.180
เพศ	-0.3241	-0.046	-1.180	0.239
การมีเวลาให้ครอบครัว	0.104	0.028	0.693	0.489
การที่บุคคลใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น	0.105	0.019	0.472	0.637
การมีเงินออม	3.740E-02	0.013	0.317	0.751
ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว	-5.161E-02	-0.008	-0.199	0.842

ตารางที่ 4.83 (ต่อ)

ปัจจัย	B	Beta	t	p
ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ	-2.216E-02	-0.008	0.195	0.845
ความถี่ในการออกกำลังกาย	1.788E-02	0.006	0.165	0.869
ความภูมิใจในอาชีพทหาร	5.869E-03		0.023	0.982

$$R = 0.451 \quad R^2 = 0.203$$

สรุปจากผลการวิเคราะห์ในส่วนที่ 4.3 การวิเคราะห์มากกว่า 2 ตัวแปร ระหว่างตัวแปรอิสระทั้ง 16 ตัว กับตัวแปรตามคือ ความสุข พบว่า ตัวแปรอิสระทั้ง 16 ตัวแปร สามารถอธิบายความแตกต่างความสุข ได้ร้อยละ 20.3 ($R^2 = 0.203$) โดยมีตัวแปรอิสระเพียง 5 ตัว ที่มีอิทธิพล ต่อความสุข ได้แก่ การเห็นคุณค่าในตนเอง ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ ความเคร่งในศาสนา การได้เป็นที่ยอมรับชื่นชมจากสังคม และการมีโรคประจำตัว เรียงตามลำดับ

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพบกภาคที่ ๑ และหน่วยขึ้นตรง เป็นการศึกษาสำรวจโดยการสุ่มตัวอย่าง (Sample Survey) โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัย คือ 1. เพื่อศึกษาระดับความสุขของนายทหารประทวน 2. เพื่อศึกษาปัจจัยหรือตัวแปรที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวน 3. เพื่อศึกษาว่าปัจจัยหรือตัวแปรใดที่มีความสัมพันธ์กับความสุขของนายทหารประทวนมากที่สุด และรองลงมา

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ นายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพบกภาคที่ ๑ และหน่วยขึ้นตรง จำนวนทั้งสิ้น 22,178 คน ซึ่งแบ่งเป็นชาย 22,052 คน และหญิง 126 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่าง สำหรับนายทหารประทวนหญิงได้เก็บข้อมูลทั้งหมดคือ 126 คน ส่วนนายทหารประทวนชาย ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างโดยอาศัยความน่าจะเป็น (Probability sampling) แบบ Multistage Sampling โดยกำหนดขนาดตัวอย่างนายทหารประทวนชาย 1,000 ตัวอย่าง

5.1 สรุป

5.1.1 จากการวิเคราะห์ 1 ตัวแปร พบว่า ส่วนใหญ่เป็นชายร้อยละ 88.2 หญิงร้อยละ 11.2 มีอายุต่ำกว่า 30 ปี ร้อยละ 31.6 โดยมีอายุเฉลี่ย 36.8 ปี มีชั้นยศจ่าสิบเอกร้อยละ 29.0 จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลายร้อยละ 57.1 สถานภาพสมรสร้อยละ 62.5 โดยทำงานอยู่ในส่วนสนับสนุนการรบร้อยละ 43.6 มีรายได้อยู่ในช่วง 13,501 - 18,000 บาท/เดือน และอายุการทำงาน 20 ปีขึ้นไปร้อยละ 33.8

ในด้านงานและสวัสดิการ พบว่า ส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงานอื่นนอกจากรับราชการทหารร้อยละ 73.7 ขณะเดียวกันยังมีบางส่วนที่ประกอบอาชีพค้าขายร้อยละ 10.2 ส่วนใหญ่มีเพื่อนร่วมงานเป็นมิตรร้อยละ 77.0 สามารถทำงานได้ตามหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายได้อย่างมีประสิทธิภาพในระดับปานกลางร้อยละ 50.5 โดยสามารถแสดงความคิดเห็นได้ตามที่ต้องการอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 67.9 มีความภูมิใจในอาชีพทหารร้อยละ 48.2 ในส่วนของสวัสดิการมีความพอใจในสวัสดิการที่ได้รับโดยรวมร้อยละ 62.2 ส่วนผู้บังคับบัญชามีการเปิดโอกาสให้ทำงานและแก้ปัญหาอย่างอิสระระดับปานกลางร้อยละ 54.5 ได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชาในระดับปานกลางร้อยละ 53.1 และส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในงานที่ทำอยู่ทุกวันนี้ในระดับพอใจร้อยละ 66.1

ด้านเศรษฐกิจ พบว่า ส่วนใหญ่ได้รับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจในปัจจุบันมาร้อยละ 49.5 แต่บางส่วนยังมีรายได้จากอาชีพเสริมร้อยละ 44.7 อีกทั้งส่วนใหญ่ยังมีเงินออมร้อยละ 64.0 และมีความคิดเห็นในสถานะทางเศรษฐกิจของตนโดยรวม อยู่ในระดับพอใจร้อยละ 46.7

ด้านครอบครัว พบว่า ส่วนใหญ่ไม่มีปัญา ดาวยาย หรือหลานอาศัยอยู่ร่วมด้วยร้อยละ 72.9 อีกทั้งยังมีภาระที่ต้องรับผิดชอบเลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัวร้อยละ 74.3 เวลาที่มีให้กับครอบครัว ระดับปานกลางร้อยละ 51.7 โดยส่วนใหญ่มีญาติพี่น้องหรือเพื่อนที่ไปมาหาสู่กันในโอกาสสำคัญๆ บางครั้งบางครั้งร้อยละ 68.6 และมีญาติพี่น้องหรือเพื่อนฝูงอยู่ข้างร้อยละ 62.2 โดยสรุปแล้ว มีความรักใคร่ผูกพันของสมาชิกภายในครอบครัวมากร้อยละ 57.2

ด้านสุขภาพ พบว่า ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัวร้อยละ 83.8 แต่ส่วนที่มีโรคประจำตัว นั้นเห็นว่า โรคประจำตัวมีผลกระทบต่อการดำรงชีวิตร้อยละ 14.7 โดยสามารถนอนหลับสนิทได้ เป็นบางครั้งคราวร้อยละ 42.5 ส่วนใหญ่แล้วยังมีความรู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจเป็นบางครั้งคราวร้อยละ 83.5 และมีอาการท้องผูกหรือท้องเสียเป็นบางครั้งคราวร้อยละ 75.4 มีการออกกำลังกายสัปดาห์ ละไม่เกิน 2 วันถึงร้อยละ 42.9 ส่วนใหญ่มีความเหน็ดเหนื่อยจากการทำงานเป็นบางครั้งคราวร้อยละ 76.8 รู้สึกมีแรงหรือเวียนศีรษะเป็นครั้งคราวร้อยละ 69.4 มีความรู้สึกเป็นกังวลเล็กน้อยว่าจะถูก ส่งไปปฏิบัติงานที่เสี่ยงต่ออันตรายร้อยละ 39.5 และเมื่อถามโดยสรุปแล้วมีความคิดเห็นว่าภาวะ สุขภาพอยู่ในระดับดีร้อยละ 42.9

ด้านศาสนา พบว่า ส่วนใหญ่มีการสวดมนต์ ไหว้พระ ใส่บาตร หรือทำพิธีทางศาสนา ร้อยละ 72.4 มีการอ่านหนังสือธรรมหรือฟังธรรมน่อยร้อยละ 44.3 โดยส่วนใหญ่คิดว่าความสามัคคี จะทำให้สังคมมีความสงบสุขมากร้อยละ 61.3 ส่วนใหญ่คิดว่าความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกันจะทำให้ สังคมมีความสงบสุขมากร้อยละ 64.1 และคิดว่าการทำบุญ การบริจาคเงินหรือทรัพย์สินเพื่อการ กุศลสำคัญต่อชีวิตในระดับปานกลางร้อยละ 52.6 และเมื่อถามโดยสรุปแล้ว ส่วนใหญ่มีความเคร่ง ในศาสนาอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 65.2

ด้านเสรีภาพส่วนบุคคล พบว่า ส่วนใหญ่รู้สึกว่ายังมีเรื่องกวนใจอยู่บ้าง ในการใช้ ชีวิตประจำวันร้อยละ 62.3 โดยส่วนใหญ่ต้องทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับปานกลางร้อยละ 60.6 และโดยสรุป ส่วนใหญ่มีเสรีภาพส่วนบุคคลอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 63.4

ด้านการเห็นคุณค่าของตนเอง พบว่า ส่วนใหญ่คิดว่าบุคคลในครอบครัวและบุคคล ใกล้เคียงเชื่อฟังความคิดเห็นปานกลางร้อยละ 61.0 โดยสามารถยอมรับความผิดพลาดที่เกิดจากการ กระทำของตนเองได้ในระดับมากร้อยละ 51.8 มีความมั่นใจในการตัดสินใจและการกระทำของ ตนเองมากร้อยละ 46.6 สามารถปรับตัวเข้ากับสถานะแวดล้อมได้ในระดับปานกลางร้อยละ 56.8

และคิดว่าเป็นที่ยอมรับและได้รับความชื่นชมจากสังคมรอบข้างระดับปานกลางร้อยละ 67.9 โดยสรุปแล้ว ส่วนใหญ่มองเห็นคุณค่าของตนเองอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 48.2

และจากการถามเรื่อง “ความสุข” โดยใช้คำถามทางอ้อม 5 ข้อของ Diener โดยถามถึงระดับของความคิดเห็นต่อความสุข ที่มี 4 ระดับ ได้แก่ “เห็นด้วยอย่างยิ่ง” “เห็นด้วย” “ไม่เห็นด้วย” และ “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง” พบว่า นายทหารประทวนมีความพอใจในชีวิตมากที่สุดร้อยละ 59.6 รองลงมาคือ แทบทุกมุมมองของชีวิตเกือบจะถึงระดับอุดมคติร้อยละ 45.1 การได้รับสิ่งสำคัญ ๆ ที่ต้องการร้อยละ 39.0 สภาพชีวิตของข้าพเจ้าเรียกได้ว่ายอดเยี่ยมร้อยละ 35.8 และที่น้อยที่สุดคือ ถ้าเริ่มต้นชีวิตใหม่ได้ แทบจะไม่อยากเปลี่ยนแปลงอะไรเลยร้อยละ 32.2 ส่วนผลจากคำถามทางอ้อมอีก 2 ข้อ โดยถามถึงระดับของความคิดเห็นต่อความสุขที่มี 4 ระดับ ได้แก่ “สุขมาก” “สุขปานกลาง” “สุขน้อย” และ “ไม่มีความสุข” พบว่า ส่วนใหญ่มีความรู้สึกร่าเริงเบิกบานใจอยู่ในระดับปานกลางร้อยละ 68.5 และส่วนใหญ่มีใจสงบมั่นคงกับสิ่งที่คิดและทำอยู่ระดับปานกลางร้อยละ 63.9 ซึ่งได้คำตอบตรงกับคำถามทางตรงอีก 2 ข้อ นั่นคือ มีระดับความสุขอยู่ที่ระดับปานกลางมากที่สุดร้อยละ 64.8 และการถามถึงระดับความสุข จากการระบุระดับคะแนนความสุขจาก 1 - 10 พบว่า มีความสุขอยู่ในระดับ 7 มากที่สุด ร้อยละ 29.1 โดยมีคะแนนความสุขเฉลี่ยเท่ากับ 7.2 นอกจากนั้นแล้ว จากการถามความคิดเห็นโดยใช้คำถามปลายเปิด พบว่า ตัวแปรที่ทำให้มีความสุขมากที่สุด คือ ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยด้านเศรษฐกิจร้อยละ 34.5

5.1.2 จากการวิเคราะห์ 2 ตัวแปร (Bivariate analysis) ซึ่งเป็นการศึกษาตัวแปรอิสระแต่ละตัวที่มีความสัมพันธ์ มีอิทธิพลกับความสุข ผลการศึกษา พบว่า การมีหนี้สิน ความภูมิใจในอาชีพทหาร การได้รับความเป็นธรรมจากผู้บังคับบัญชา ความพอใจในงาน ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ การมีเงินออม ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ การให้เวลากับครอบครัว ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว การมีโรคประจำตัว ความถี่ในการออกกำลังกาย ภาวะสุขภาพ ความเคร่งในศาสนา ความสงบในชีวิต การมีเสรีภาพส่วนบุคคล ความรักใคร่ผูกพันในครอบครัว การได้เป็นที่ยอมรับและชื่นชม และการเห็นคุณค่าของตนเอง ตัวแปรทั้ง 16 ตัวนี้ มีความสัมพันธ์ มีผลต่อความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และต่ำกว่า

5.1.3 จากการวิเคราะห์มากกว่า 2 ตัวแปร (Multivariate analysis) ซึ่งเป็นการหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ 16 ตัวกับความสุข พบว่า ตัวแปรอิสระทั้ง 16 ตัว สามารถอธิบายความแตกต่างความสุขได้ร้อยละ 20.3 ($R^2 = 0.203$) โดยมีตัวแปรอิสระ 5 ตัว ที่มีความสัมพันธ์ต่อความสุขอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และตัวแปรที่มีความสำคัญที่สุดคือ ความรู้สึกร่าเริง มีความสงบในชีวิตประจำวัน ส่วนตัวแปรอื่น ๆ ที่มีความสำคัญรองลงมา ได้แก่ ความพอใจใน

ฐานะทางเศรษฐกิจ การเป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคม ความเคร่งในศาสนา และการมีโรคประจำตัว ตามลำดับ

5.2 สิ่งที่สื่อแสดงจากการวิจัย (Implication)

จากผลการศึกษาระดับความสุข ในปัจจัยแต่ละด้าน สื่อแสดงว่า นายทหารประทวนพอใจ ในด้านงาน ด้านครอบครัว ด้านสุขภาพ ด้านศาสนา ด้านเสรีภาพส่วนบุคคล และด้านการเห็นคุณค่าของตนเอง ส่วนด้านเศรษฐกิจ นายทหารประทวนยังไม่มีพอใจ และตัวแปรที่มีอิทธิพล มีผล มีความสัมพันธ์กับความสุข ได้แก่ ความสงบในชีวิต ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ ความเคร่งในศาสนา การได้เป็นที่ยอมรับชื่นชมจากสังคม และการมีโรคประจำตัว ตามลำดับ

สิ่งที่สื่อแสดงให้เห็นด้านความสุขของนายทหารประทวน โดยการใช้คำถาม 5 ข้อ ของ Diener ซึ่งเป็นคำถามทางอ้อม พบว่า มีเพียงข้อเดียวที่นายทหารประทวนมีความสุข คือ เรื่องความพอใจในชีวิต แสดงว่า โดยรวมแล้วนายทหารประทวนยังไม่มีมีความสุข แต่ขณะเดียวกันคำถามทางอ้อมอีก 2 ข้อ และคำถามทางตรง 2 ข้อได้คำตอบที่ตรงกัน ซึ่งสื่อแสดงว่า นายทหารประทวนมีความสุข และจากการใช้คำถามปลายเปิด สื่อแสดงว่า สิ่งที่เกี่ยวข้องกับเศรษฐกิจ ทำให้นายทหารประทวนมีความสุขอันดับแรก ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ ที่พบว่าตัวแปรในด้านเศรษฐกิจ เป็น 1 ใน 5 ตัวแปร ที่มีความสัมพันธ์ต่อความสุข

5.3 ข้อเสนอแนะ

5.3.1 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

รัฐบาลควรตระหนักในการให้ความช่วยเหลือ การแก้ไขปัญหาค่าครองชีพ และขวัญของทหารในกองทัพให้ดีขึ้น ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ ล้วนแต่มีผลทำให้เกิดความสุขต่อกำลังพลในกองทัพทั้งสิ้น ไม่ว่ารัฐบาลจะประสบความสำเร็จในด้านการพัฒนาเศรษฐกิจของชาติสามารถทำให้ประเทศมั่งคั่งได้มากเท่าใดก็ตาม หากทหารของชาติยังระส่ำระสาย ขาดขวัญกำลังใจ อันจะส่งผลต่อประสิทธิภาพในการทำหน้าที่รักษา ความสงบเรียบร้อยและความมั่นคงในชาติทั้งสิ้น ดังนั้น

1. ควรมีการวางนโยบายเกี่ยวกับการสร้างความสุข ให้กับกำลังพลแบบบูรณาการ เพื่อเป็นฐานในการเชื่อมโยงเข้าร่วมกับแผนการดำเนินงานในกองทัพ และควรเปิดโอกาสให้กำลังพลทุกระดับเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการกำหนดนโยบายแบบบูรณาการในกองทัพ โดยเน้นการมีส่วนร่วมในการวางแผนงาน และออกแบบโครงการ กิจกรรมด้านความสุขของกองทัพร่วมกัน อยู่ในกระบวนการจัดทำแผนแม่บทของกองทัพ

2. การพัฒนานโยบายความสุขในกองทัพ ควรสร้างเงื่อนไขให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างผู้บังคับบัญชาหรือผู้กำหนดนโยบาย กับกำลังพลในกองทัพ เริ่มจากกำลังพลแต่ละนาย ขยายไปยังครอบครัว และบุคคลรอบข้าง โดยสร้างความสุขที่ไม่เพียงแต่ปัจเจกบุคคลเท่านั้น แต่คำนึงถึงสังคมของกำลังพลในกองทัพอีกด้วย

3. การนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในนโยบายของกองทัพ เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต ในการเพิ่มความสุขของกำลังพล โดยมีนัยสำคัญอยู่ที่ ความพอประมาณ มีเหตุผล และการมีระบบภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว ต่อการได้รับผลกระทบที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายในและภายนอก ต้องอาศัยความรู้ ความรอบคอบ ความระมัดระวัง ในการนำวิชาการมาใช้ในการวางแผนดำเนินการทุกขั้นตอน ขณะเดียวกันจะต้องเสริมสร้างพื้นฐานในจิตใจของกำลังพล ให้มีความสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และการมีความรู้ที่เหมาะสมในการดำรงชีวิต ด้วยความอดทน มีสติปัญญา เพื่อให้เกิดความสมดุลพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรมจากโลกภายนอกอย่างดี และต้องมีสติ อยู่ให้ได้อย่างพอประมาณ ไม่เบียดเบียนผู้อื่น มีความรอบคอบรู้จักประมาณอย่างมีเหตุผล ในส่วนของกำลังพลในกองทัพทุกกระบวนชั้นควรทำตนเป็นแบบอย่างที่ดี ปฏิบัติหน้าที่ในการดูแลประเทศชาติ ด้วยคุณธรรมและจริยธรรม เศรษฐกิจพอเพียง จึงเป็นแนวคิดที่ยึดทางสายกลาง เป็นการดำเนินชีวิตอย่างชาญฉลาด

5.3.2 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติการ

ความรู้สึกละเลยในการดำเนินชีวิตประจำวัน จากการที่นายทหารประทวนส่วนใหญ่ตอบว่า ในการดำเนินชีวิตประจำวันยังมีเรื่องกังวลอยู่บ้างและมีความรู้สึกไม่มีความสุข ทำให้นายทหารประทวนยังมีความรู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจเป็นครั้งคราว เพื่อเป็นการส่งเสริมให้นายทหารประทวนมีความรู้สึกสงบในการดำเนินชีวิต ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. การสร้างความเสมอภาค โดยการจัดกิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้บังคับบัญชากับผู้ใต้บังคับบัญชาทุกระดับชั้น เพื่อลดช่องว่างระหว่างกัน และเปิดรับฟังความคิดเห็นหรือความต้องการจากกำลังพลอย่างเสมอภาค

2. การสร้างจิตสำนึก และปลูกฝังให้กำลังพลตระหนักในการที่ต้องอยู่ในกฎ ระเบียบ วินัยและการเสียสละ เพื่อสร้างแรงขับเคลื่อนจากภายใน โดยไม่ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนอยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับตลอดเวลา

3. ส่งเสริมและสนับสนุนให้กำลังพลมีการศึกษาหลักธรรม และมีส่วนร่วมในการประกอบพิธีทางศาสนา เพื่อให้กำลังพลมีเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ

ความพอใจในฐานะเศรษฐกิจ ซึ่งจากการพบว่า ตัวแปรด้านเศรษฐกิจเป็นตัวแปรอันดับ 2 ที่มีผลต่อความสุข ผู้วิจัยจึงมีข้อเสนอแนะดังนี้

1. การส่งเสริมให้มีการดำเนินตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง โดยทำให้เกิดการลดภาระหนี้สิน การออมเงิน และลดค่าใช้จ่ายฟุ่มเฟือย

2. การส่งเสริมและสนับสนุนการสร้างรายได้จากการประกอบอาชีพเสริม ให้กับกำลังพลและครอบครัว มีการกระจายรายได้ โดยการสร้างงานและฝึกอาชีพ เพื่อเป็นการเพิ่มรายได้และลดหนี้สินให้มีฐานะที่เพียงพอต่อการดำรงชีวิต ด้วยการฝึกและดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อเป็นการสร้างความมั่นคงของรายได้ ทำให้กำลังพลและครอบครัวจะได้ไม่ต้องพึ่งพิงรัฐไปโดยตลอด

3. การสร้างโอกาสในการได้รับเงินทุนส่งเสริมเพื่อการประกอบอาชีพจากกองทัพ โดยตอบสนองต่อความต้องการของแต่ละคน โดยคำนึงถึงรายได้ของนายทหารประทวนที่จะไปแสวงหาสิ่งจำเป็นขั้นมูลฐานเป็นหลัก

การมีโรคประจำตัว ถึงแม้ว่านายทหารประทวนมีความพอใจในภาวะสุขภาพ แต่การที่ค้นพบว่า นายทหารประทวนจำนวนมากครั้ง มีการออกกำลังน้อยกว่าเกณฑ์ที่กำหนด ดังนั้น กองทัพควรสร้างนโยบายในการส่งเสริมการออกกำลังกายหรือการเสริมสร้างสุขภาพของกำลังพล ให้มีการออกกำลังกายอย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์ และให้กำลังพลตระหนักถึงความสำคัญของการออกกำลังกาย นอกจากเพื่อส่งเสริมการสร้างสุขภาพแล้วยังเป็นการป้องกันการเกิดโรคและลดภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคภัยไข้เจ็บ

5.3.3 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. จากการศึกษาวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบกในทศภาคที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง โดยประชากรที่ใช้ศึกษานี้ คือ นายทหารประทวนในกองทัพบก ในส่วนทศภาคที่ ๑ เท่านั้น ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมในกองทัพบกที่ ๒, ๓ และ ๔ และเพิ่มการศึกษานายทหารชั้นสัญญาบัตรร่วมด้วย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครบถ้วนทุกภาคส่วน

2. การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อความสุข 7 ปัจจัย คือ ปัจจัยด้านงาน เศรษฐกิจ ครอบครัว สุขภาพ ศาสนา เสรีภาพส่วนบุคคล และการเห็นคุณค่าในตนเอง เท่านั้น ผู้วิจัยพบว่า การใช้คำถามเปิดนั้น สามารถทำให้ค้นพบตัวแปรอิสระอีกหลายตัวแปร เช่น ตัวแปรด้านเศรษฐกิจพอเพียง ตัวแปรด้านการเมือง ตัวแปรด้านสันติภาพและการท่องเที่ยว เป็นต้น ซึ่งอาจจะมียุทธผล มีผลต่อความสุขได้ และตัวแปรที่ค้นพบเหล่านี้ สามารถใช้เป็นแนวทางในการตั้งกรอบแนวคิดใหม่หรือวางกรอบแนวคิดเพิ่มขึ้น ดังนั้น ผู้ศึกษาจึงขอเสนอแนะให้ผู้ที่เกี่ยวข้องทำการศึกษาเรื่องของปัจจัยที่มีอิทธิพล มีผลต่อความสุขในครั้งต่อไป ควรให้ความสำคัญกับการศึกษาปัจจัยหรือตัวแปรด้านอื่น ๆ เพื่อให้การศึกษามีความครอบคลุม หลากหลาย และสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

3. ตัวแปรตามที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ความสุข จากการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ของตัวแปรอิสระกับความสุข โดยใช้เกณฑ์การวัด 0-10 พบว่า ค่าการพยากรณ์ตัวแปรสามารถอธิบายความ

แตกต่างความสุขได้ร้อยละ 20.3 ($R^2 = 0.203$) นอกจากนั้น ผู้วิจัยได้ทำการทดสอบหาความสัมพันธ์โดยใช้เกณฑ์การวัดความสุขของ Diener พบว่า ค่าการพยากรณ์ตัวแปรอิสระสามารถอธิบายและพยากรณ์ความสุขได้ร้อยละ 16.40 ($R^2 = 0.164$) (แสดงดังภาคผนวกที่ 3) ค่าการพยากรณ์จากเกณฑ์การวัดทั้งสอง มีค่าการพยากรณ์ใกล้เคียงกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ พิธิต พิทักษ์เทพสมบัติ และคณะ (2551) ระบุว่า การใช้ตัวแปรตาม “ความสุข” พบว่า คำถามทางอ้อม (Indirect Questions) เช่น คำถามของ Diener มีความสอดคล้องต้องกันกับคำถามทางตรง (Direct Questions) ซึ่งเมื่อวัดด้วยสหสัมพันธ์ (Correlation Coefficient) อยู่ในระดับปานกลาง ถึงระดับสูง ($r = 0.427 - 0.887$) และได้สรุปว่า คำถามทั้ง 2 ชุดนี้ มีความสอดคล้องต้องกัน และถือว่าสามารถใช้ได้ ดังนั้น ผู้ที่สนใจศึกษาเกี่ยวกับความสุข สามารถนำเกณฑ์การวัดทั้งสองไปใช้ในการพยากรณ์ความสุขในลำดับต่อไปได้

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- เกษม วัฒนชัย. 15 กุมภาพันธ์ 2548.หลักคิดแบบองค์รวมของสุขภาพ. มติชนรายวัน. 6
- เกียรติวรรณ อมาตยกุล. 2530. วิธีแห่งพุทธะ : วิธีชีวิตแห่งความสุข. อนุสรณ์ในงานพระราชทานเพลิงศพของนางอวยศรี สุนทรสุด. ม.ป.ท.
- กรมสุขภาพจิต. 2544. ดัชนีวัดความสุขของคนไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์พระธรรมขันธ์
- กรมสวัสดิการทหารบก. 2548. คู่มือการอบรมเจ้าหน้าที่สวัสดิการทหารบก. กรุงเทพมหานคร: กองแผนและโครงการ กรมสวัสดิการทหารบก.
- เจษฎี สุขจิตต์การ. 2547. ความสุขมวลรวมประชาชาติ มุ่งสู่กระบวนการทัศน์ใหม่ในการพัฒนา. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ฐานศึกษา.
- เจก ชนะศิริ . 2527. ทำอย่างไรจึงมีอายุยืนยาวและมีความสุข. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์สยามรัฐ.
- ชุติปัญญา. 2548. หวังวันหนึ่ง สุขจะอยู่เคียงข้างเรา. กรุงเทพมหานคร : ไช้ไหม.
- ณรงค์ เพ็ชรประเสริฐ. 2546. บทสังเคราะห์ภาพรวมการพัฒนาระบบสวัสดิการสำหรับคนจนและคนด้อยโอกาสในสังคมไทย. กรุงเทพมหานคร: แอดิชั่นเพรส โปรดักส์ .
- ดวงเดือน พันธุมนาวิน และคณะ. 2540. ความเชื่อและการปฏิบัติทางพุทธศาสนาของคนไทย : การปลูกฝังอบรมและคุณภาพชีวิต. รายงานการวิจัยมหาค คณะพัฒนาสังคม สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- เดชาติ สุขกำเนิด. 2550. เศรษฐศาสตร์ธรรมิกราชา:วิธีวิทยาศึกษาสังคมไทย (5). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- บุญชนะ อรรถการ. 2533. พระพุทธศาสนาช่วยแก้ปัญหาชีวิตได้อย่างไร. กรุงเทพมหานคร: ไสยเทพวันตั้ง.
- บุญทัน ดอกไธสง. 2523. พื้นฐานแนวความคิดและปรัชญาการเมือง. กรุงเทพมหานคร : โอเดียน สโตร์.
- ปัญญาชนนักทฤษฎี. 2518. สุขของมนุษย์. กรุงเทพมหานคร : บันดาลสาส์น.
- ประเวศ วะสี. 2547. ยุทธศาสตร์รัตนโกสินทร์ระเบิดพลังฝ่า “หลุมดำ”. กรุงเทพมหานคร : มูลนิธิสาธารณะสุขแห่งชาติ
- _____. 2548. การจัดการความรู้ กระบวนการปลดปล่อยมนุษย์สู่ศักยภาพ เสรีภาพ และความสุข. กรุงเทพมหานคร: สถาบันส่งเสริมการจัดการความรู้เพื่อสังคม.

ประเวศ วะสี และคณะ. 2551. **กรุ่นกลิ่น ความสุข เส้นทางสู่ความสุขโดย ๑๒ นักคิด - นักกิจกรรม เพื่อสังคม**. กรุงเทพมหานคร: กรีน - ปัญญาญาณ.

ปิงปอนด์ รักอำนวยกิจ และพิริยะ ผลพิรุฬห์. 2550. **ความสุขกายสบายใจของคนเมือง**. นครปฐม: สำนักพิมพ์ประชากรและสังคม.

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. 2534. **จิตวิทยาการศึกษา**. กรุงเทพมหานคร : ศูนย์สื่อเสริมกรุงเทพ.

ฝน แสงสิงแก้ว. 2524. **ชีวิตและงาน : รวมข้อคิดและข้อเขียนทางสุขภาพจิตและ วัฒนธรรม**.

กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท.

พัชรพร เดชะศิริพงษ์. 2549. **ความสุขของบุคลากรด้านสาธารณสุขจังหวัดสุพรรณบุรี**.

ภาคนิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.

พัทธา สายหู. 2526. **ภาวะสังคมไทย: โครงสร้างสังคม**. เอกสารการสัมมนาของคณะรัฐศาสตร์

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เสถียร วิชัยลักษณ์ และสืบวงศ์ วิชัยลักษณ์. 2503. **พระราชบัญญัติจัดระเบียบราชการ**

กระทรวงกลาโหม. กรุงเทพมหานคร : นิติเวช.

พระธรรมปิฎก (ประยุทธ์ ปยุตโต). 2544. **ความสุขของครอบครัวคือสันติสุขของสังคม**.

กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก.

พระพรหมคุณาภรณ์ (ป.อ. ปยุตโต). 2549. **พุทธธรรม**. กรุงเทพมหานคร : สหธรรมิก.

พระไพศาล วิสาโล. 2527. **แสวงหารากฐานของชีวิตในโลกแห่งกิจกรรม**. กรุงเทพมหานคร:

มูลนิธิโกมล คีมทอง.

_____. 2545. **เส้นโค้งแห่งความสุข**. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิเพื่อผู้บริโภค.

พระราชวรมนี (ประยุทธ์ ปยุตโต). 2527. **พจนานุกรมพุทธศาสน์ ฉบับประมวลศัพท์**.

กรุงเทพมหานคร: มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย.

พิชิต พัทธกะเทพสมบัติ. 2548. **การสำรวจโดยการสุ่มตัวอย่าง: ทฤษฎีและปฏิบัติ**. กรุงเทพมหานคร:

เสมาธรรม.

พิชิต พัทธกะเทพสมบัติ และคณะ. 2551. **The Consistency Between Direct or Subjective and**

Indirect or Objective Questions Measuring the Same Concept and Its

Implications for Questionnaire Writing. กรุงเทพมหานคร : ม.ป.ท.

พุทธทาสภิกขุ. 2543. **ความสุขที่แท้**. กรุงเทพมหานคร: สุขภาพใจ.

ระพีพรรณ คำหอม. 2549. **สวัสดิการสังคมกับสังคมไทย**. Social Welfare in Thai Society.

พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: พริกหวานกราฟฟิค.

ราชบัณฑิตยสถาน. 2546. **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542**. กรุงเทพมหานคร :

น่านมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์.

สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา. 2543. รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2540.

กรุงเทพมหานคร : สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา.

วรชัย ทองไทย. 2548. ความสุขที่วัดได้ : ฐานคติใหม่ในการวัด. การประชุมวิชาการ
ประชากรศาสตร์แห่งชาติ.

_____. 2550. ความสุขที่พึงปรารถนา. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม
มหาวิทยาลัยมหิดล.

_____. 2550. ดัชนีสุขโลก. จดหมายข่าวประชากรและการพัฒนา สถาบันวิจัยประชากร และ
สังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. 28(2) ธันวาคม 2550- มกราคม 2551.

ว.วชิรเมธี . 2550 . คนสำราญ งานสำเร็จ. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร: อมรินทร์.

วรเทพ ไวกงวิโรจน์. 2532. การสร้างสหกรณ์. กรุงเทพมหานคร: ศูนย์ตำรามาตรฐาน.

วิจารณ์ พานิช. 2545. สุขภาพบนรากฐานของปัญญา. กรุงเทพมหานคร: มูลนิธิสาธารณสุข
แห่งชาติ.

หลวงวิจิตรวาทการ. 2541. วิชาแปดประการ. กรุงเทพมหานคร : สร้างสรรค์บุ๊คส์.

วิทยากร เขียวภู. 2551. จิตวิทยา ความฉลาด และความคิดสร้างสรรค์. กรุงเทพมหานคร: สายธาร.

วัฒนา สุตรสุวรรณ. 2514. ลับ- เฉพาะ ผู้ที่เป็นหรือกำลังจะเป็นผู้บังคับบัญชา. กรุงเทพมหานคร :
ส. พยุงพงศ์.

สีใบทอง บุญประดับ. 2544. บ้านเก๋อรั้ก : Love line family center มีอะไรในบ้านเก๋อรั้ก.

กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สัญญา บุญยะโทระ. 2538. ความพึงพอใจเกี่ยวกับสวัสดิการของครูโรงเรียนเอกชนใน

กรุงเทพฯ. กรุงเทพมหานคร : วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สภาพพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2545. การประชุมเรื่องความอยู่ดีมีสุขของคนใน 5 ปี

หลังวิกฤติเศรษฐกิจ. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท.

สุชาติ โสมประยูร และสุพัฒน์ ชีรเวชเจริญชัย. 2546. สุขภาพเพื่อชีวิต. พิมพ์ครั้งที่ 4.

กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

สุริย์ชัย ชูช่วย. 2545. การแสวงหาความสุขและคุณค่าของชีวิต กรณีศึกษาทัศนคติกลุ่มคนต่างวัยใน

กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล.

สุวิทย์ เมษินทรีย์. 2550. Post Knowledge Based Society โลกพลิกโฉม : ความมั่งคั่งใน

นิยามใหม่. กรุงเทพมหานคร : สยาม เอ็ม เอนด์ บี พับลิชชิง.

- เสนอ อินทรสุขศรี. 2515. **ครอบครัวพุทธมามกะ**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์กรุงเทพ .
- สำนักงานคณะกรรมการการสาธารณสุขมูลฐาน. 2544. **20 ปีของเส้นทางสู่การมีสุขภาพดีถ้วนหน้าของประชาชน**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานคณะกรรมการการสาธารณสุขมูลฐาน กระทรวงสาธารณสุข.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2548. **ยุทธศาสตร์แผน 10. จดหมายข่าวปีที่ 4 ฉบับที่ 1 เดือนธันวาคม**.
- _____. 2545. **ความอยู่ดีมีสุขของคนไทย**. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท.
- _____. 2550 . **แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 (2550 - 2554)**. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท.
- สำนักวิจัยเอแบคโพลล์. 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2551. รายงานดัชนีความสุขมวลรวม (Gross Domestic Happiness Index) ของคนไทยภายในประเทศประจำเดือนมกราคม 2551 : กรณีศึกษา ประชาชน ในเขตพื้นที่กรุงเทพ ปริมณฑล และหัวเมืองใหญ่. **คม ชัด ลึก** รายวัน. 6
- _____. 18 พฤศจิกายน พ.ศ. 2550. รายงานดัชนีความสุขมวลรวม (Gross Domestic Happiness Index, GDHI) ของประชาชนภายในประเทศในช่วงเดือนตุลาคม 2550 : กรณีศึกษา ประชาชนคนไทยใน 21 จังหวัดของประเทศ. **เดลินิวส์**รายวัน. 8
- _____. 13 กันยายน 2549. รายงานดัชนีความสุขมวลรวม (Gross Domestic Happiness Index) ของคนไทยภายในประเทศประจำเดือนสิงหาคม: กรณีศึกษา ตัวอย่างประชาชน 25 จังหวัดของประเทศ. **กรุงเทพธุรกิจ**รายวัน. 15
- อำพน กิตติอำพน. 2549. **ความสุข : เป้าหมายหลักแผนพัฒนา ฯ ฉบับที่ 10**. กรุงเทพมหานคร: ม.ป.ท.
- อำพล จินดาวัฒนะ. 2546. **ปฏิรูปสุขภาพ ปฏิรูปชีวิต และสังคม**.กรุงเทพมหานคร: สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ.
- เอ็นเอ็น เซนต์เจมส์. 2547. **คู่มือชีวิตการทำงานอันราบเรียบ**. กรุงเทพมหานคร: พงษ์วรินทร์การพิมพ์.
- Blanchflower, D. G. and Andrew, J. "Happiness and the Human Development Index: the Paradox of Australia". **The Australian Economic Review**. 39(2):176-184.
- Coopersmith, S. 1981. **The antecedence of self-esteem**. Pola Alto: California : Consulting Psychologists.
- Cronbach, L. J. 1951. "Coefficient alpha and the internal structure of tests". **Psychometrika**, 16(3): 297-334.

- Davis, J. A. and Smith, T. W. 2002. **General social surveys, 1972–2002**. University of Connecticut, Storrs: The Roper Center for Public Opinion Research. [Machine-readable data file] Principal Investigator, James A. Davis; Director and Co-Principal Investigator, Tom W. Smith; Co-Principal Investigator, Peter Marsden, NORC ed. Chicago: National Opinion Research Center, producer. Storrs, CT: The Roper Center for Public Opinion Research, University of Connecticut, distributor. 1 data file (43, 698 logical records and 1 codebook 1769 pp.
- Diener, E. 1984. **Subjective well-being**. *Psychological Bulletin*. 95 : 542-575.
- Diener, E and Richard E. L. 2002. **Running Head: Emotional Well Being**. *Handbook of Emotions* (2 nd ed.) NewYork: Guilford.
- Diener, E. et al. 2004. **Beyond Money Toward an Economy of Well-being**. American Psychological Society.
- _____. 1985. "The Satisfaction With Life Scale". *Journal of Personality Assessment*. 49(1): 71-75.
- Easterlin and Richard A. 2003. **Building a Better Theory of Well-Being**. Discussion Paper 742: University of Southern California.
- Frankel, B.G., and Hewitt, W.E. 1994. "Religion and well-being among Canadian university students: The role of faith groups on campus". *Journal for the Scientific study of Religion*. (32): 62.
- Frey, S. B. and Stutzer, A. 2002. **Happiness and Economics: How the economy and Institutions Affect Well-being**. USA: Princeton University Press.
- Fordyce, M. W. 1983. "A program to increase happiness: Further studies". *Journal of Counseling Psychology*. 30 (4): 483-498.
- Graney, M. J. 1975. "Happiness and Social Participation in aging". *Journal of Gerontology*. (30) : 701 - 706.
- Goleman, D. 1996. **Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ**. London: Bloomsbury.
- Headey, B. and Veenhoven, R. 1991. "Top-down versus bottom-up: Theories of subjective Well – being" . *Social Indicators research*. (24): 81 - 100.

- Helliwell, J. 2003. "How's life? Combining individual and national variables to explain subjective well-being". **Economic Modelling**.(20): 331-60.
- Layard, R. 2005. **Happiness: Lessons from a New Science**. The Penguin Press, a member of Penguin Group (USA).
- Lykken, D. and Tellegen, A. 1996. "Happiness is a stochastic phenomenon". **Psychological Science**. (7): 186-9.
- Marar, Z. 2003. **The Happiness Paradox: Felling Free**. Printed and bound in Great Britain by Cromwell Press, Trowbridge ,Wiltshire.
- Mishra, P. 2005. " Deeper sense of happiness". **Time Magazine**: (Febryary 28): 47.
- Robles, A. C. 2005. "Happiness Viewpoint: It Doesn't Take Much". **Time Magazine**. February (20): 35.
- Veenhoven, R. 1991. " Is happiness relative ?". **Social Indicators Research**. (24):. 8.
- Wallis, C. 2005. "The New Science of HAPPINESS". **Time Magazine**. January (28): 30 - 36.
- Merriam-Webster.1979.**Webster's New Collegiate Dictionary**. Massachusetts:G.&C.Merriam.
- World Health Organization. 1986. **Concepts of Health Behavior Research**. Reg. Health Paper No.13. SEARO, New Delhi.

ภาคผนวก

แบบสอบถาม

เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนายทหารประทวนกองทัพบก ในส่วนกองทัพบภาคที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง

การวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาคณะศึกษานิพนธ์ของพล.ต.ชนเกียรติ ชอบชื่นชม นักศึกษาปริญญาเอก มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสุข เพื่อศึกษาปัจจัยหรือตัวแปรใดที่มีความสัมพันธ์ หรือมีผลต่อความสุข และเพื่อศึกษาว่าปัจจัยหรือตัวแปรใดที่มีความสัมพันธ์ หรือมีผลต่อความสุขมากที่สุด และรองลงมาของนายทหารประทวนในส่วนกองทัพบภาคที่ 1 และหน่วยขึ้นตรง จึงขอความร่วมมือท่านกรุณาตอบแบบสอบถาม ตามความคิดเห็นที่แท้จริง เพื่อนำผลวิจัยไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป ผู้วิจัยขอรับรองว่าข้อมูลเหล่านี้จะถูกเก็บเป็นความลับ และจะใช้ประโยชน์เฉพาะการทำวิจัยนี้เท่านั้น ทางผู้วิจัยขอขอบคุณท่านมา ณ โอกาสนี้

คำชี้แจง แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยด้านต่าง ๆ ที่มีผลต่อความสุข และความสุข

กรุณาใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

15. ท่านพอใจในสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ ที่ได้รับ เช่น ค่ารักษาพยาบาล ค่าเล่าเรียนบุตร
☐ 0 ไม่พอใจ ☐ 1 พอใจน้อย ☐ 2 พอใจ ☐ 3 พอใจมาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
16. ท่านพอใจในการให้ความช่วยเหลือด้านการเงิน เช่น การกู้ยืม การฝากเงิน การออมทรัพย์ เงินบำนาญ บำนาญ
☐ 0 ไม่พอใจ ☐ 1 พอใจน้อย ☐ 2 พอใจ ☐ 3 พอใจมาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
17. ท่านคิดว่าเครื่องแบบทหารที่ทางราชการจัดให้เพียงพอต่อการใช้งาน
☐ 0 ไม่เพียงพอ ควรเพิ่มจำนวน _____ ชุด ☐ 1 เพียงพอ ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
18. ท่านพอใจสวัสดิการการลดหย่อนค่าโดยสาร รถยนต์และรถไฟหรือไม่
☐ 0 ไม่พอใจ ☐ 1 พอใจน้อย ☐ 2 พอใจ ☐ 3 พอใจมาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
19. ท่านพอใจในที่พักอาศัยและสาธารณูปโภคที่ทางกองทัพจัดให้
☐ 0 ไม่พอใจ ☐ 1 พอใจน้อย ☐ 2 พอใจ ☐ 3 พอใจมาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
20. ท่านพอใจในความช่วยเหลือที่จะได้รับเมื่อบาดเจ็บหรือเสียชีวิต เช่น การช่วยเหลือกับทายาท การช่วยเหลือของกองทุนต่าง ๆ
☐ 0 ไม่พอใจ ☐ 1 พอใจน้อย ☐ 2 พอใจ ☐ 3 พอใจมาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
21. ท่านพอใจจำนวนวันที่สามารถลาพักและลากิจได้ในระหว่างรับราชการ
☐ 0 ไม่พอใจ ☐ 1 พอใจน้อย ☐ 2 พอใจ ☐ 3 พอใจมาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
22. ท่านพอใจในสวัสดิการที่ได้รับมากน้อยเพียงใด
☐ 0 ไม่พอใจ ☐ 1 พอใจน้อย ☐ 2 พอใจ ☐ 3 พอใจมาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
23. ท่านได้รับการดูแลเอาใจใส่และให้ความช่วยเหลือจากผู้บังคับบัญชา เมื่อท่านมีปัญหาหรือไม่
☐ 0 ไม่ได้ ☐ 1 ได้น้อย ☐ 2 ปานกลาง ☐ 3 ได้มาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
24. ผู้บังคับบัญชาของท่านเปิดโอกาสให้ทำงานและแก้ปัญหาอย่างอิสระหรือไม่ เพียงใด
☐ 0 ไม่ให้ ☐ 1 ให้น้อย ☐ 2 ปานกลาง ☐ 3 ให้มาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
25. ผู้บังคับบัญชาของท่านให้ความสำคัญกับผู้ที่บังคับบัญชาหรือไม่ เพียงใด
☐ 0 ไม่ให้ ☐ 1 ให้น้อย ☐ 2 ปานกลาง ☐ 3 ให้มาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
26. โดยสรุปท่านพอใจในงานที่ทำอยู่ทุกวันนี้มากน้อยเพียงใด
☐ 0 ไม่พอใจ ☐ 1 พอใจน้อย ☐ 2 พอใจ ☐ 3 พอใจมาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

เศรษฐกิจ

27. ภาวะทางเศรษฐกิจในปัจจุบัน มีผลกระทบต่อท่านและครอบครัวหรือไม่ เพียงใด
☐ 0 ไม่กระทบเลย ☐ 1 กระทบบ้าง ☐ 2 กระทบมาก ☐ 9 ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
28. ท่านหรือสมาชิกในครอบครัวมีรายได้เสริมจากการประกอบอาชีพอื่นหรือไม่ ☐ 0 มี ☐ 1 ไม่มี

29. ท่านมีเงินออมหรือไม่ 0 ☐ มี 1 ☐ ไม่มี
30. ท่านพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจของท่านมากน้อยเพียงใด
0 ☐ ไม่พอใจ 1 ☐ พอใจน้อย 2 ☐ พอใจ 3 ☐ พอใจมาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

ครอบครัว

31. ในครอบครัวของท่านมีปู่ย่าตายายหรือหลานอยู่ด้วยหรือไม่ 0 ☐ ไม่มี 1 ☐ มี ระบุ (2,3รุ่น)
32. ท่านมีการะที่ต้องรับผิดชอบเลี้ยงดูคนในครอบครัวกี่คน 0 ☐ ไม่มี 1 ☐ มี จำนวน _____ คน
33. ท่านมีเวลาให้กับครอบครัวของท่านมากน้อยเพียงใด
0 ☐ น้อย 1 ☐ ปานกลาง 2 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
34. ท่านมีญาติพี่น้องหรือเพื่อนที่ไปมาหาสู่ประจำ ในโอกาสสำคัญ เช่น วันเกิด ปีใหม่ฯ หรือไม่
0 ☐ ไม่มีเลย 1 ☐ มีบางครั้งบางครั้ง 2 ☐ มีเป็นประจำ
35. ท่านคิดว่าท่านมีญาติพี่น้องหรือเพื่อนฝูงมากน้อยเพียงใด
0 ☐ ไม่มีเลย 1 ☐ ไม่ค่อยมี 2 ☐ มีบ้าง 3 ☐ มาก
36. ท่านคิดว่าความสัมพันธ์ของสมาชิกในครอบครัวของท่านรักใคร่ผูกพันกันมากน้อยเพียงใด
0 ☐ ไม่เลย 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

สุขภาพ

37. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่ 0 ☐ มีระบุ _____ 1 ☐ ไม่มี
38. (ถ้ามี) ท่านคิดว่าเป็นเรื่องร้ายแรงหรือเป็นอุปสรรคต่อการดำรงชีวิตประจำวันหรือไม่เพียงใด
0 ☐ ไม่ 1 ☐ มีผลกระทบ 2 ☐ ร้ายแรง 8 ☐ ไม่มีโรคฯ 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ
39. ท่านนอนหลับสนิทเป็นปกติหรือไม่
0 ☐ ไม่เคยเลย 1 ☐ เป็นครั้งคราว 2 ☐ เป็นบ่อย ๆ 3 ☐ เป็นประจำ
40. ท่านรู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจเป็นประจำหรือไม่
0 ☐ ไม่เคยเลย 1 ☐ เป็นครั้งคราว 2 ☐ เป็นบ่อย ๆ 3 ☐ เป็นประจำ
41. ท่านท้องผูกหรือท้องเสียเป็นประจำหรือไม่
0 ☐ ไม่เคยเลย 1 ☐ เป็นครั้งคราว 2 ☐ เป็นบ่อย ๆ 3 ☐ เป็นประจำ
42. ท่านออกกำลังกายสัปดาห์ละกี่วัน
0 ☐ ไม่ได้ออกกำลังกายเลย 1 ☐ ไม่เกิน 2 วัน 2 ☐ 3 วันขึ้นไป
43. ท่านเหนื่อยเหน็ดเหนื่อยจากการทำงานมากกว่าปกติเป็นประจำหรือไม่
0 ☐ ไม่เคยเลย 1 ☐ เป็นครั้งคราว 2 ☐ เป็นบ่อย ๆ 3 ☐ เป็นประจำ
44. ท่านมีนั่งหรือเวียนศีรษะเป็นประจำหรือไม่
0 ☐ ไม่เคยเลย 1 ☐ เป็นครั้งคราว 2 ☐ เป็นบ่อย ๆ 3 ☐ เป็นประจำ

45. ท่านรู้สึกเป็นกังวลว่าจะถูกส่งให้ไปปฏิบัติงานที่เสี่ยงต่ออันตรายหรือไม่

0 ☐ ไม่เลย 1 ☐ กังวลเล็กน้อย 2 ☐ กังวลพอสมควร 3 ☐ กังวลมาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

46. โดยสรุป สุขภาพของท่านเป็นอย่างไร

0 ☐ ไม่ดี 1 ☐ ไม่ค่อยดี 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ ดี 4 ☐ ดีมาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

ศาสนา

47. ท่านสวดมนต์ไหว้พระ ใส่บาตร หรือทำพิธีทางศาสนาหรือไม่ 0 ☐ ไม่เคยสวด 1 ☐ สวด

48. ท่านอ่านหนังสือธรรม หรือฟังธรรมมากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่ได้ศึกษาเลย 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

49. ท่านคิดว่าความสามัคคีจะทำให้สังคมมีความสงบสุขได้มากน้อยหรือไม่ เพียงใด

0 ☐ ไม่ได้ 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

50. ท่านคิดว่าความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อกันจะทำให้สังคมมีความสุขมากน้อยหรือไม่ เพียงใด

0 ☐ ไม่ได้ 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

51. ท่านคิดว่าการทำบุญ การบริจาคเงินหรือทรัพย์สิน และการบำเพ็ญประโยชน์ เพื่อการกุศลสำคัญต่อชีวิตของท่านมากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่เลย 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

52. โดยสรุปท่านเคร่งในศาสนา มากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่สนใจ 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

เสรีภาพส่วนบุคคล

53. ในชีวิตประจำวัน ท่านรู้สึกว่าชีวิตมีความสงบหรือไม่เพียงใด

0 ☐ สงบดี 1 ☐ มีเรื่องกวนใจอยู่บ้าง 2 ☐ ไม่สงบ 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

54. ในชีวิตประจำวันท่านต้องทำสิ่งที่อยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ข้อบังคับมากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่มี 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

55. โดยสรุปท่านคิดว่าท่านมีเสรีภาพส่วนบุคคลมากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่มี 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

การเห็นคุณค่าของตนเอง

56. ท่านรู้สึกว่าบุคคลในครอบครัวและบุคคลที่ใกล้ชิดท่าน เชื่อฟังความคิดเห็นของท่าน

0 ☐ ไม่เลย 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

57. เมื่อท่านทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งผิดพลาด ท่านยอมรับผลการกระทำของตัวเองได้มากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่ยอมรับ 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ ยอมรับ 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

58. ท่านมีความมั่นใจในการตัดสินใจและการกระทำของตนเองมากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่เลย 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

59. ท่านสามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้มากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่เลย 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

60. ท่านคิดว่าตนเองเป็นที่ยอมรับและได้รับความชื่นชมจากสังคมรอบข้างมากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่เลย 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

61. โดยสรุปท่านคิดว่าท่านเห็นคุณค่าของตนเองมากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่เลย 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

ความสุข

62. กรุณาตอบว่าท่านเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยกับคำกล่าวต่อไปนี้หรือไม่ เพียงใด

คำกล่าว	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ไม่แน่ใจ/ ไม่ทราบ
1. แทบทุกมุมมอง ชีวิตของข้าพเจ้า เกือบจะถึงระดับตามที่ต้องการ					
2. สภาพชีวิตของข้าพเจ้าเรียกได้ว่า ยอดเยี่ยม					
3. ข้าพเจ้าพอใจในชีวิต					
4. จนถึงจุดนี้ ข้าพเจ้าได้รับสิ่งสำคัญๆ ที่ต้องการ					
5. ถ้าเริ่มต้นชีวิตใหม่ได้ ข้าพเจ้าแทบ จะไม่อยากเปลี่ยนแปลงอะไรเลย					

63. ทุกวันนี้ท่านรู้สึกร่าเริง เบิกบานใจมากน้อยเพียงใด

0 ☐ ไม่เลย 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

64. ท่านมีใจสงบมั่นคงกับสิ่งที่ท่านคิดและทำอยู่ทุกวันนี้มากน้อย เพียงใด

0 ☐ ไม่เลย 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

65. โดยสรุป ท่านคิดว่าท่านมีความสุขมากน้อย เพียงใด

0 ☐ ไม่มี 1 ☐ น้อย 2 ☐ ปานกลาง 3 ☐ มาก 9 ☐ ไม่แน่ใจ/ไม่ทราบ

66. ถ้าให้คะแนน 0-10 ท่านจะให้คะแนนความสุขของท่านเท่าใด _____ คะแนน

67. อะไรที่จะทำให้ท่านมีความสุขมากที่สุด และรองลงมา 3 อันดับ

อันดับ 1 _____

อันดับ 2 _____

อันดับ 3 _____

ความสัมพัทธ์ระหว่างตัวแปรต่าง ๆ (Correlation Matrix)

ตัวแปร	V1	V2	V3	V4	V5	V6	V7
คะแนนความสุข (V1)	1.000						
ความสุข(V2)	.413	1.000					
เพศ (V3)	-.017	-.095	1.000				
รายได้ (V4)	.074	.057	-.064	1.000			
จำนวนหนี้สิน (V5)	-.058	-.103	-.071	.311	1.000		
ความภูมิใจในอาชีพ (V6)	.037	.034	-.038	-.003	.003	1.000	
การได้รับความเป็นธรรม (V7)	.128	.121	.077	.048	-.097	.155	1.000
ความพอใจในงาน (V8)	.174	.181	.057	.037	-.071	.264	.456
ผลกระทบทางเศรษฐกิจ (V9)	-.096	-.123	-.023	-.033	.140	-.026	-.112
การมีเงินออม (V10)	-.144	-.124	-.011	-.130	.119	-.030	-.099
ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ (V11)	.274	.255	.051	.104	-.059	.097	.176
การให้เวลากับครอบครัว (V12)	.086	.014	.151	.111	.029	.111	.069
ความรักใคร่ผูกพันของสมาชิกในครอบครัว (V13)	.071	.041	.030	.048	.000	.137	.045
การมีโรคประจำตัว(V14)	.109	-.016	.048	-.136	-.043	.058	.084
ความถี่ในการออกกำลังกาย (V15)	.140	.143	-.130	-.019	.012	.050	.006
สุขภาพ (V16)	.121	.098	-.014	-.017	.042	.106	.029
ความเคร่งในศาสนา (V17)	.200	.225	-.099	.035	.065	.170	.067
ความสงบในชีวิต (V18)	-.264	-.149	.032	-.017	-.004	-.040	-.029
เสรีภาพส่วนบุคคล (V19)	.123	.068	.034	.050	.011	.154	.246
การที่สมาชิกในครอบครัวและบุคคลที่ใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น (V 20)	.123	.113	.018	.049	-.002	.077	.104
การเป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคม (V21)	.199	.180	-.001	.040	.000	.177	.122
การเห็นคุณค่าในตนเอง (V22)	.131	.192	-.045	.004	.031	.232	.091

ตัวแปร	V8	V9	V10	V11	V12	V13	V14
คะแนนความสุข (V1)							
ความสุข(V2)							
เพศ (V3)							
รายได้ (V4)							
จำนวนหนี้สิน (V5)							
ความภูมิใจในอาชีพ (V6)							
การได้รับความเป็นธรรม (V7)							
ความพอใจในงาน (V8)	1.000						
ผลกระทบทางเศรษฐกิจ (V9)	-.139	1.000					
การมีเงินออม (V10)	-.117	.156	1.000				
ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ (V11)	.224	-.277	-.275	1.000			
การให้เวลากับครอบครัว (V12)	.139	-.089	-.092	.109	1.000		
ความรักใคร่ผูกพันของสมาชิกในครอบครัว (V13)	.078	.023	-.057	.004	.104	1.000	
การมีโรคประจำตัว(V14)	.066	-.077	.004	.093	.008	.055	1.000
ความถี่ในการออกกำลังกาย (V15)	.039	-.027	-.004	.010	-.065	.095	.045
สุขภาพ (V16)	.058	-.045	-.041	.114	.034	.132	.323
ความเคร่งในศาสนา (V17)	.097	.058	.022	.125	.018	.078	-.046
ความสงบในชีวิต (V18)	-.051	.065	.084	-.108	-.050	-.086	-.070
เสรีภาพส่วนบุคคล (V19)	.301	-.066	-.029	.106	.124	.143	.024
การที่สมาชิกในครอบครัวและบุคคลที่ใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น (V 20)	.147	.004	-.125	.118	.072	.119	-.010
การเป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคม (V21)	.164	-.010	-.023	.111	.127	.207	.085
การเห็นคุณค่าในตนเอง (V22)	.132	-.026	-.033	.085	.046	.243	.007

ตัวแปร	V15	V16	V17	V18	V19	V20	V21	V22
คะแนนความสุข (V1)								
ความสุข(V2)								
เพศ (V3)								
รายได้ (V4)								
จำนวนหนี้สิน (V5)								
ความภูมิใจในอาชีพ (V6)								
การได้รับความเป็นธรรม (V7)								
ความพอใจในงาน (V8)								
ผลกระทบทางเศรษฐกิจ (V9)								
การมีเงินออม (V10)								
ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ (V11)								
การให้เวลากับครอบครัว (V12)								
ความรักใคร่ผูกพันของสมาชิกในครอบครัว (V13)								
การมีโรคประจำตัว(V14)								
ความถี่ในการออกกำลังกาย (V15)	1.000							
สุขภาพ (V16)	.163	1.000						
ความเคร่งในศาสนา (V17)	.132	.122	1.000					
ความสงบในชีวิต (V18)	-.152	-.096	-.094	1.000				
เสรีภาพส่วนบุคคล (V19)	.015	.025	.153	-.062	1.000			
การที่สมาชิกในครอบครัวและบุคคลที่ใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น (V 20)	.044	.081	.182	-.074	.248	1.000		
การเป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคม (V21)	.069	.127	.151	-.069	.146	.226	1.000	
การเห็นคุณค่าในตนเอง (V22)	.053	.116	.169	-.064	.138	.173	.387	1.000

บทสรุป

ผลการวิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระทั้ง 16 ตัว กับตัวแปรตามซึ่งในการวิเคราะห์ส่วนนี้ คือ ความสุข 5 ข้อของ Diener เป็นผลมาจากคำถามข้อ 62.1 - 62.5 พบว่า สามารถอธิบายความแตกต่างความสุข ได้ร้อยละ 16.4 ($R^2 = 0.164$)

ปัจจัย	B	Beta	t	p
ความเคร่งในศาสนา	1.386	0.163	4.100	0.000
ความพอใจในฐานะทางเศรษฐกิจ	0.847	0.138	3.322	0.001
การเป็นที่ยอมรับและชื่นชมจากสังคม	1.362	0.104	2.625	0.009
จำนวนหนี้สิน	-1.398E.06	-0.101	-2.526	0.012
ความพอใจในงาน	0.987	0.102	2.529	0.012
การมีโรคประจำตัว	-0.749	-0.090	-2.250	0.025
ความสงบในชีวิตประจำวัน	-0.501	-0.072	-1.863	0.063
ความถี่ในการออกกำลังกาย	0.439	0.070	1.788	0.074
ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจ	-0.420	-0.068	-1.680	0.094
การมีเวลาให้ครอบครัว	-0.542	-0.061	-1.561	0.119
เพศ	-0.508	-0.051	-1.308	0.191
สุขภาพ	0.485	0.046	1.120	0.263
การที่สมาชิกในครอบครัวและคนใกล้ชิดเชื่อฟังความคิดเห็น	0.510	0.040	1.027	0.305
ความภูมิใจในอาชีพทหาร	-0.420	-0.031	-0.772	0.441
ความรักใคร่ผูกพันของสมาชิกในครอบครัว	0.272	0.021	0.549	0.584
รายได้	-3.375E.06	-0.008	-0.202	0.840

ประวัติผู้เขียน

ยศ - ชื่อ - สกุล

พลตรี ธนเกียรติ ชอบชื่นชม

วัน - เดือน - ปี (เกิด)

๒๘ มกราคม ๒๕๐๒

การศึกษาในประเทศ

๑. โรงเรียนเตรียมทหาร รุ่นที่ ๑๕

๒. ปริญญาตรี วิทยาศาสตร์บัณฑิต

โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า รุ่นที่ ๓๐

๓. ปริญญาโท รัฐประศาสนศาสตร์ (เกียรตินิยม)

สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ (NIDA)

๔. หลักสูตรผู้บริหารระดับสูง สถาบันวิทยาการตลาดทุน

รุ่นที่ ๑ ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย

การศึกษาต่างประเทศ

วิทยาลัยการทัพ (COLLEGE INTERARMES DE

DEFENSE) ณ กรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส

การศึกษาโรงเรียนทหาร

๑. หลักสูตรชั้นนายร้อยเหล่าทหารม้า ปี ๒๕๒๘

๒. หลักสูตรชั้นนายพันเหล่าทหารม้า ปี ๒๕๓๓

๓. หลักสูตรเสนาธิการทหารบกหลักสูตรหลักประจำ

ชุดที่ ๑๐ ปี ๒๕๓๕

๔. หลักสูตรเสนาธิการทหาร รุ่นที่ ๔๔ ปี ๒๕๔๖

ประวัติการทำงาน

๑. ผบ.มว.ม.ร้อย.ม.ม.พัน.๒๕

๒. รอง ผบ.ร้อย.ม.ม.พัน.๒๕

๓. ผบ.ร้อย.ม.ม.พัน.๒๕

๔. ผช.ฝอ.๓ ม.พัน.๑รอ.

๕. ผบ.ร้อย.ค.ม.๑รอ.

๖. อจ.รร.สร.ทบ.สบส.

๗. ฝสร.ประจำผู้บังคับบัญชา

๘. รองผู้บังคับการกรมนักเรียนนายร้อยรักษาพระองค์

รร.จปร.

๙. ผู้บังคับการกรมนักเรียนนายร้อยรักษาพระองค์ รร.จปร.

๑๐. ผู้อำนวยการกองข่าว กองทัพน้อยที่ ๑

ประวัติผู้เขียน (ต่อ)

ตำแหน่งปัจจุบัน

ราชการสนาม

๑๑.ผู้ชำนาญการสำนักงานปลัดกระทรวงกลาโหม

ผู้ช่วยผู้บัญชาการศูนย์รักษาความปลอดภัย

๑. การฝึกแผนป้องกันประเทศ ๑๘/๐๕/๒๘ ๓๐/๐๕/ ๒๕

คำสั่ง ทบ.๕๓๐๕/๓๓ ลง ๑๐/๐๕/๓๓

ตำแหน่ง ผบ.ร้อย.ม.พัน.ม.ถก.

๒. การฝึกปราบปรามคอมมิวนิสต์ คำสั่ง

ศปก.ทบ.๐๔๐๓.๑๑/๖๕๓ ลง ๓๐/๑๒/๔๑

เครื่องราชอิสริยาภรณ์

๑. เหรียญพิทักษ์เสรีชน ชั้น ๒๒๑๘/๑๒/๒๘

ร.ก.จ.๑๐๓ ตอน ๒๓๐ ๒๓/๑๒/๒๘

๒. จัตุรถาภรณ์มงกุฎไทย ๐๕/๑๒/๓๐

ร.ก.จ.๑๐๔ ตอน ๒๕๖ ๐๕/๑๒/๓๐

๓. จัตุรถาภรณ์ช้างเผือก ๐๕/๑๒/๓๒ ร.ก.จ.๑๐๔ ตอน ๖๔

๔. ตริตราภรณ์มงกุฎไทย ๐๕/๑๒/๓๔

ร.ก.จ.๑๐๕ ตอน ๐๓๖ ๑๐/๓๖/๓๕

๕. เหรียญจักรมาลา ๐๕/๑๒/๓๖

ร.ก.จ.๑๑๑ ตอน ๔ ข ๒๓/๐๒/๓๗

๖. ตริตราภรณ์ช้างเผือก ๐๕/๑๒/๓๗

ร.ก.จ.๑๑๒ ตอน ๕ ข ๒๘/๐๔/๓๘

๗. ทวีติยาภรณ์มงกุฎไทย ๐๕/๑๒/๔๐

ร.ก.จ.๑๑๕ ตอน ๒ ข ๑๘/๐//๔๑

๘. ทวีติยาภรณ์ช้างเผือก ๐๕/๑๒/๔๕

ร.ก.จ.๑๒๐ ตอน ๖ ข ๑๓/๐๓/๔๖

๙. ประถมาภรณ์มงกุฎไทย ๑๒/๑๒/๔๕

ร.ก.จ.๑๒๓ ตอน ๒๓ ข ๑๘/๑๒/๔๕

มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าเป็นราชองค์รักษ์เวร ๑๕/๐๕/๔๗ ประกาศ ก.ท. ลง ๑๕/๑๐/๔๗