

ดัชนีชี้วัดความสุข กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข

ความสุข คำจำกัดความ ความสุขในที่นี้คือ สภาพชีวิตที่เป็นสุข อันเป็นผลจากการมีความสามารถในการจัดการปัญหาในการดำเนินชีวิต มีศักยภาพที่จะพัฒนาตนเองเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดี โดยครอบคลุมถึงความดีงามภายในจิตใจ ภายใต้อสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป

คำชี้แจง กรรณิกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่มีข้อความตรงกับตัวท่านมากที่สุด คำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์ของท่านใน ระยะ 1 เดือนที่ผ่านมา โดยให้ท่านสำรวจตนเองและประเมินเหตุการณ์ อาการ ความคิดเห็น ความรู้สึกของท่านว่าอยู่ในระดับใดแล้วตอบลงในช่องคำตอบที่เป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด

| ข้อ | คำถาม | ไม่เลย | เล็กน้อย | มาก | มากที่สุด |
|-----|---|--------|----------|-----|-----------|
| 1 | ท่านรู้สึกว่าคุณภาพชีวิตของท่านมีความสุข | | | | |
| 2 | ท่านรู้สึกภูมิใจในตัวเอง | | | | |
| 3 | ท่านต้องไปรับการรักษาพยาบาลเสมอๆ เพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตและทำงานได้ | | | | |
| 4 | ท่านพึงพอใจในรูปร่างหน้าตาของท่าน | | | | |
| 5 | ท่านมีความสัมพันธ์ภาพที่ดีกับเพื่อนบ้าน | | | | |
| 6 | ท่านรู้สึกประสบความสำเร็จและความก้าวหน้าในชีวิต | | | | |
| 7 | ท่านใจที่จะเผชิญกับเหตุการณ์ร้ายแรงที่เกิดขึ้นในชีวิต | | | | |
| 8 | ถ้าสิ่งต่างๆ ไม่เป็นไปตามที่คาดหวังท่านจะรู้สึกหงุดหงิด | | | | |
| 9 | ท่านสามารถปฏิบัติกิจวัตรประจำวันต่างๆ ด้วยตัวท่านเอง | | | | |
| 10 | ท่านรู้สึกเป็นสุขในการช่วยเหลือผู้อื่นที่มีปัญหา | | | | |
| 11 | ท่านมีความสุขกับการริเริ่มงานใหม่ๆ และมุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ | | | | |
| 12 | ท่านรู้สึกว่าชีวิตของท่านไร้ค่า ไม่มีประโยชน์ | | | | |
| 13 | ท่านมีเพื่อนหรือญาติพี่น้องคอยช่วยเหลือท่านในยามที่ท่านต้องการ | | | | |
| 14 | ท่านมีความมั่นใจว่าชุมชนที่ท่านอยู่อาศัยมีความปลอดภัยต่อท่าน | | | | |
| 15 | ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียด | | | | |

หมายเหตุ การให้คะแนน และการแปลผลค่าปกติของดัชนีชี้วัด แบ่งเป็น 2 กลุ่ม ดังต่อไปนี้

กลุ่มที่ 1 ได้แก่ข้อ 1, 2, 4 - 7, 9 - 11, 13 - 15 แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้: ไม่เลย = 0 คะแนน เล็กน้อย = 1 คะแนน มาก = 2

คะแนน มากที่สุด = 3 คะแนน

กลุ่มที่ 2 ได้แก่ข้อ 3, 8 และ 12 แต่ละข้อให้คะแนนดังต่อไปนี้: ไม่เลย = 3 คะแนน เล็กน้อย = 2 คะแนน มาก = 1

คะแนน มากที่สุด = 0 คะแนน

เมื่อรวมคะแนนทุกข้อแล้วสามารถเปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติที่กำหนดดังนี้

| คะแนน | หมายถึง |
|-----------------------|----------------------------------|
| 33-45 | มีความสุขมากกว่าคนทั่วไป (Good) |
| 27-32 | มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป (Fair) |
| 26 คะแนน หรือน้อยกว่า | มีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป (Poor) |

ในกรณีที่ท่านมีคะแนนอยู่ในกลุ่มที่มีความสุขน้อยกว่าคนทั่วไป ท่านอาจช่วยเหลือตนเองเบื้องต้น โดยขอรับบริการการปรึกษาจากสถานบริการสาธารณสุขใกล้บ้านของท่านได้.

แบบสอบถาม

กรุณากรอกแบบสอบถามตามจริง เพื่อการปรับปรุงและพัฒนากระบวนการเรียนการสอน และผลิตบัณฑิต

1. เพศ รายได้ของครอบครัวต่อเดือนบาท (ตอบเป็นช่วง หรือค่าประมาณได้)
ท่านจบการศึกษาจากโรงเรียน.....
อำเภอ จังหวัด.....
2. ท่านรู้จัก คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.อบ. เมื่อใด
ก. มากกว่า 3 ปี ข. มากกว่า 2 ปี ค. มากกว่า 1 ปี ง. มากกว่า 6 เดือน
จ. มากกว่า 3 เดือน ฉ. มากกว่า 1 เดือน
3. ท่านรู้จัก คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.อบ.จากโดยวิธีใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
ก. โทรทัศน์ ข. วิทยุ ค. หนังสือพิมพ์ ง. อินเทอร์เน็ต จ. ครู อาจารย์
ฉ. รุ่นพี่ ช. เพื่อน ซ. ครอบครัว ญ. อื่น ๆ โปรดระบุ
4. เหตุผลที่ท่านเลือกเรียนที่ คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.อบ.
ก. รู้จักชื่อเสียง ข. คุณภาพบัณฑิต ค. บุคลากรของคณะ ง. มีผู้สนับสนุนให้เลือก
จ. ค่าใช้จ่ายไม่สูง ฉ. เดินทางสะดวก ช. คาดว่าเรียนจบแน่นอน ซ. คะแนนสอบไม่สูง
ญ. อื่น ๆ โปรดระบุ
5. ท่านรู้สึกอย่างไรเมื่อทราบว่าสอบได้คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.อบ.
ก. พิดหวัง ข. ไม่รู้สึกอะไร ค. พอใจ ง. ดีใจ
6. เมื่อท่านสอบได้คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.อบ.ท่านมีความคาดหวังอย่างไร
ก. สถาบันที่มีมาตรฐานเทียบเท่ามหาวิทยาลัยในส่วนกลาง ข. เมื่อจบการศึกษาแล้ว มีงานทำแน่นอน
ค. เมื่อจบการศึกษาแล้ว หางานลำบาก ง. ต้องการสอบใหม่
จ. อื่น ๆ โปรดระบุ
7. ท่านคิดว่า คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.อบ. มีศักยภาพในการแข่งขันกับสถาบันอื่น ๆ
ก. น้อยมาก ข. น้อย ค. ปานกลาง ง. มาก จ. มากที่สุด
8. หากจบการศึกษาจาก คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.อบ. ท่านเชื่อว่าจะหางานทำได้หรือไม่
ก. น้อยมาก ข. น้อย ค. ปานกลาง ง. มาก จ. มากที่สุด
9. หากจะต้องเลือกคณะวิศวกรรมศาสตร์ ของมหาวิทยาลัยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ท่านจัดลำดับคณะ
วิศวกรรมศาสตร์ ม.อบ. เป็นลำดับที่เท่าใด
ก. ลำดับที่ 1 ข. ลำดับที่ 2 ค. ลำดับที่ 3 ง. ลำดับที่ 4 จ. ลำดับ 5
10. หากผ่านการสอบสัมภาษณ์ท่านคิดว่าโอกาสที่ท่านจะเรียนคณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.อบ.
ก. 0 - 20 % ข. 21 - 40% ค. 41 - 60 % ง. 61 - 80% จ. 81 - 100%
11. ปัจจัยใดจะเป็นเหตุผลที่ท่านไม่เลือกศึกษาที่ คณะวิศวกรรมศาสตร์ ม.อบ. (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)
ก. การเดินทาง ข. ชื่อเสียงของสถาบัน ค. มาตรฐานวิชาการ ง. สาขาวิชาที่เปิดสอน
จ. บุคลากร ฉ. เครื่องมือและอุปกรณ์ ช. สภาวะแวดล้อม ญ. ต้องการศึกษาในส่วนกลาง
ฎ. อื่น ๆ โปรดระบุ