

ภาคผนวก

แบบสอบถาม

เรื่อง “สุขภาวะในที่ทำงานตามทัศนะของพนักงาน
บริษัท ไลอ้อน (ประเทศไทย) จำกัด”

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา หลักสูตรพัฒนาแรงงานและสวัสดิการ
มหาดบัณฑิต คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มีจุดประสงค์เพื่อศึกษา
ความคิดเห็นเกี่ยวกับสุขภาวะที่ทำงาน หรือ Happy Workplace ในมุมมองของพนักงาน
2. แบบสอบถามมีจำนวนทั้งหมด 6 หน้า แบ่งออกเป็น 4 ตอน โปรดตอบ
แบบสอบถามโดยให้ข้อมูลที่เป็นจริงและครบถ้วน
3. ข้อมูลที่ปรากฏในแบบสอบถามนี้จะถือเป็นความลับและไม่มีผลผูกพันใดๆ โดยผู้
ศึกษาจะใช้ประโยชน์จากการตอบแบบสอบถามของท่านเพื่อการศึกษาเท่านั้น ซึ่งข้อมูลทั้งหมด
จะนำมาวิเคราะห์และเสนอผลการศึกษาในภาพรวม

ผู้ศึกษาขอขอบคุณทุกท่านที่ได้กรุณาเสียสละเวลาในการตอบแบบสอบถามมา ณ โอกาสนี้ด้วย

นางสาวกัญพร ผาสุก

นักศึกษานิเทศศาสตร์

โครงการพิเศษหลักสูตรพัฒนาแรงงานและสวัสดิการมหาดบัณฑิต

คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

แบบสอบถาม

เรื่อง “สุขภาวะในที่ทำงานตามทัศนะของพนักงาน บริษัท ไลอ้อน (ประเทศไทย) จำกัด”

แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป / ปัจจัยความแตกต่างของบุคคล

ตอนที่ 2 ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาวะในที่ทำงานและการให้ความสำคัญกับองค์ประกอบของ
ความสุข

ตอนที่ 3 ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมสุขภาวะในที่ทำงานและระดับความสุขที่เกิดขึ้น

ตอนที่ 4 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป / ปัจจัยความแตกต่างของบุคคล

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ ที่ตรงกับตัวท่าน

1. เพศ ☐ ชาย ☐ หญิง
2. อายุ
☐ 18-25 ปี ☐ 26-35 ปี ☐ 36-45 ปี
☐ 46-55 ปี ☐ มากกว่า 55 ปี
3. สถานภาพสมรส
☐ โสด ☐ สมรส ☐ หม้าย/ หย่า
4. ระดับการศึกษาสูงสุด
☐ ต่ำกว่า ม.3 ☐ ม.3 ☐ ม.6 หรือ ปวช.
☐ ปวส. ☐ ปริญญาตรี ☐ สูงกว่าปริญญาตรี
5. ระดับตำแหน่งงาน
☐ ระดับปฏิบัติการ ☐ ระดับผู้บังคับบัญชาระดับต้น
☐ ระดับผู้บังคับบัญชาระดับกลาง
6. ภาระหนี้สิน ☐ มี ☐ ไม่มี
7. จำนวนผู้อยู่ในอุปการะ ☐ มี จำนวน.....คน ☐ ไม่มี

ตอนที่ 2 ความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาวะในที่ทำงานและการให้ความสำคัญกับองค์ประกอบของความสุข

คำชี้แจง “สุขภาวะที่ทำงาน” หมายถึง “Happy Workplace” หรือ “ความสุขในที่ทำงาน”

โปรดตอบคำถามโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ และเติมคำลงในช่องว่าง

1. ท่านมีความเข้าใจเกี่ยวกับสุขภาวะในที่ทำงาน (Happy Workplace) อย่างไร

- ☐ รู้จักเป็นอย่างดี ☐ รู้จักพอสมควร
☐ เคยได้ยิน แต่ไม่รู้ว่าคืออะไร ☐ ไม่เคยได้ยินมาก่อน

2. ท่านทราบหรือไม่ว่ากิจกรรมเสริมสร้างสุขภาวะในที่ทำงาน คืออะไร

- ☐ ทราบ ☐ ไม่ทราบ ☐ ไม่แน่ใจ

3. จากองค์ประกอบของความสุข 8 ประการ ดังต่อไปนี้

- (ก) สุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง
- (ข) ความมีน้ำใจ เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ต่อเพื่อนร่วมงานและเพื่อนมนุษย์
- (ค) รู้จักผ่อนคลาย มีจิตใจร่าเริง แจ่มใส
- (ง) การพัฒนาสติปัญญาด้วยการเรียนรู้อย่างสม่ำเสมอ
- (จ) ความศรัทธาในคุณงามความดี มีคุณธรรม มีจริยธรรม
- (ฉ) มีเงินรู้จักเก็บ ไม่เป็นหนี้
- (ช) ครอบครัวที่อบอุ่น มีความรัก ความเข้าใจที่ดีต่อกัน
- (ซ) ความรัก สามัคคี เอื้อเฟื้อต่อชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อม

ท่านคิดว่าองค์ประกอบของความสุข 3 อันดับแรก ที่มีความสำคัญต่อท่านมากที่สุดคือ

- 1)
 2)
 3)

ตอนที่ 3 ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมสุขภาวะในที่ทำงานและระดับความสุขที่เกิดขึ้น

โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระดับการเข้าร่วมกิจกรรม และช่องระดับความสุขที่เกิดขึ้นจากการเข้าร่วมกิจกรรมที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด

ลำดับ	กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาวะที่ทำงาน	ระดับการเข้าร่วมกิจกรรม			ระดับความสุข		
		มาก	ปานกลาง	น้อย	มาก	ปานกลาง	น้อย
	กิจกรรมด้านสุขภาพดี						
1	ตรวจสุขภาพ						
2	ฝึกโยคะ เต้นแอโรบิค						
3	ซักรีดผ้า						
4	ออกกำลังกาย / ใช้บริการห้องฟิตเนส						
	กิจกรรมด้านความมีน้ำใจ						
1	บริจาคโลหิต						
2	มอบกระเช้าผลิตภัณฑ์เยี่ยมพนักงานที่คลอดบุตร						
3	กิจกรรมบัดดี้ ส่งเสริมการให้และสร้างมิตรภาพในองค์กร						
4	เข้าร่วมโครงการทำดี 24 ชั่วโมง						
	กิจกรรมด้านส่งเสริมศีลธรรม						
1	ตักบาตรตอนเช้า						
2	ฝึกนั่งสมาธิ						
3	ปฏิบัติธรรมที่วัด						
4	รับฟังการเผยแพร่ธรรมะผ่านสื่อวิทยุที่บริษัทเป็นผู้สนับสนุน						
5	ทอดผ้าป่าสามัคคี						

ลำดับ	กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาวะที่ทำงาน	ระดับการเข้าร่วมกิจกรรม			ระดับความสุข		
		มาก	ปานกลาง	น้อย	มาก	ปานกลาง	น้อย
	กิจกรรมด้านการพัฒนาความรู้ความสามารถ						
1	กิจกรรม Coffee Talk						
2	เข้าอบรมความรู้ด้านต่างๆ						
3	กิจกรรม Team Building ส่งเสริมการทำงานเป็นทีม						
4	กิจกรรมพัฒนาภาวะผู้นำ						
5	สัมมนาต่างประเทศ						
	กิจกรรมด้านการผ่อนคลายจากการทำงาน						
1	กิจกรรมคาราโอเกะ						
2	ประกวดร้องเพลง						
3	ร่วมงานสังสรรค์ประจำปี						
4	ร่วมงานรื่นเริงตามประเพณี						
5	แข่งกีฬาสมัครใจ						
	กิจกรรมด้านส่งเสริมการออมเงิน / ปลอดหนี้						
1	เป็นสมาชิกสหกรณ์ออมทรัพย์						
2	กิจกรรมรณรงค์การใช้เงินอย่างฉลาด ใช้ 3 ออม 1						

ลำดับ	กิจกรรมเสริมสร้างสุขภาวะที่ทำงาน	ระดับการเข้าร่วมกิจกรรม			ระดับความสุข		
		มาก	ปานกลาง	น้อย	มาก	ปานกลาง	น้อย
	กิจกรรมด้านส่งเสริมสถาบันครอบครัว						
1	กิจกรรมส่งเสริมชีวิตครอบครัวสำหรับคู่แต่งงานที่ครบรอบ 5 ปี						
2	กิจกรรมส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ โดยจัดตู้แช่น้ำนมแม่เพื่อให้นำกลับไปเลี้ยงลูกที่บ้าน						
3	กิจกรรมระลึกถึงพระคุณบิดา-มารดาในวันพ่อและวันแม่แห่งชาติ						
4	กิจกรรมรณรงค์ ลด ละ เลิก สิ่งเสพติด						
5	ใช้บริการห้องพยาบาลสำหรับพนักงานที่เกษียณจนสิ้นอายุ						
	กิจกรรมด้านการช่วยเหลือสังคม สิ่งแวดล้อม						
1	กิจกรรมปลูกต้นไม้ ให้มีส่วนร่วมในสถานที่ทำงาน						
2	ใช้พลังงานจากธรรมชาติแทนพลังงานน้ำมัน						
3	ปลูกป่าชายเลน						
4	ร่วมทำประโยชน์ให้แก่ชุมชนใกล้เคียง ได้แก่ สร้างห้องเรียนคอมพิวเตอร์ ห้องสมุด และลานธรรมะ ให้โรงเรียนเป็นต้น						

ตอนที่ 4 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

โปรดตอบคำถามต่อไปนี้ตามความคิดเห็นของท่าน

1. ท่านคิดว่าการจัดกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาวะในที่ทำงานตามองค์ประกอบของความ
สุข 8 ประการ มีผลต่อคุณภาพชีวิตของท่านอย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. ถ้าท่านเป็นกรรมการบริหารการจัดกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาวะในที่ทำงาน ท่านจะจัดกิจกรรม
อะไรตามหลักขององค์ประกอบ 8 ประการ นอกเหนือจากสิ่งที่มีอยู่เดิม

2.1 กิจกรรมด้านสุขภาพดี ได้แก่

.....

.....

.....

2.2 กิจกรรมด้านความมีน้ำใจ ได้แก่

.....

.....

.....

2.3 กิจกรรมด้านส่งเสริมศีลธรรม ได้แก่

.....

.....

.....

2.4 กิจกรรมด้านการพัฒนาความรู้ ความสามารถ ได้แก่

.....

.....

.....

2.5 กิจกรรมด้านการผ่อนคลายจากการทำงาน ได้แก่

.....

.....

.....

2.6 กิจกรรมด้านส่งเสริมการออมเงิน หรือ ปลอดภัย ได้แก่

.....

.....

.....

2.7 กิจกรรมด้านส่งเสริมสถาบันครอบครัว ได้แก่

.....

.....

.....

2.8 กิจกรรมด้านการดูแลสิ่งแวดล้อมและการช่วยเหลือสังคม ได้แก่

.....

.....

.....

3. ท่านคิดว่าทำอย่างไรการสร้างสุขภาวะในที่ทำงาน (Happy Workplace) จึงจะยั่งยืนตลอดไป

.....

.....

.....

.....

.....

4. ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมที่เป็นประโยชน์ต่อการสร้างสุขภาวะในที่ทำงาน

.....

.....

.....

.....

.....
