

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก

ผนวก ก

แบบสัมภาษณ์ผู้บริหาร

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของสถานประกอบการ

1. จำนวนพนักงานทั้งหมด.....คน ชาย.....คน หญิง.....คน
มีพนักงานรายวัน.....คน พนักงานประจำ.....คน
2. สถานประกอบการของท่านแบ่งเป็นกี่แผนก.....แผนก
มีแผนกอะไรบ้าง.....
3. สถานประกอบการของท่านเปิดดำเนินงานมาเป็นระยะเวลา.....ปี โรงงานของท่านจัดอยู่ใน
โรงงานระดับ ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3
4. ผู้ตอบแบบสัมภาษณ์.....ตำแหน่ง.....

ส่วนที่ 2 นโยบาย ระเบียบ และกิจกรรมด้านการส่งเสริมสุขภาพ

I นโยบาย และองค์กรของรัฐ

1. นโยบาย/กฎหมายที่รัฐได้กำหนดให้ท่านต้องปฏิบัติตามมีอะไรบ้าง
 - 1.1.....
 - 1.2.....
 - 1.3.....
 - 1.4.....
2. มีองค์กรของรัฐใดบ้างที่เข้ามากำกับดูแลหรือให้ความช่วยเหลือสถานประกอบการของท่าน
 - 2.1.....
 - 2.2.....
 - 2.3.....
 - 2.4.....
 - 2.5.....

II นโยบายของสถานประกอบการ

1. นโยบายลดอุบัติเหตุ/อุบัติเหตุจากการทำงาน ☐ มี ☐ ไม่มี
อย่างไร.....ปัญหา.....
2. นโยบายลดการลา/การป่วยของพนักงาน ☐ มี ☐ ไม่มี
อย่างไร.....
ปัญหา.....
3. นโยบาย 5 ส. (สะสาง สะดวก สะอาด สุขลักษณะ สร้างนิสัย) ☐ มี ☐ ไม่มี
อย่างไร.....
ปัญหา.....
4. นโยบายให้พนักงานใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายจากการทำงาน 100% ☐ มี ☐ ไม่มี
อย่างไร.....
ปัญหา.....
5. ส่งเสริมสุขภาพกาย/สุขภาพจิตใจของพนักงาน เช่น ส่งเสริมการเล่นกีฬา
☐ มี ☐ ไม่มี
อย่างไร.....
ปัญหา.....
6. จัดที่พักให้พนักงานทั้งในและนอกโรงงาน ☐ มี ☐ ไม่มี
อย่างไร.....
ปัญหา.....
7. จัดรถรับส่งพนักงาน ☐ มี ☐ ไม่มี
อย่างไร.....
ปัญหา.....
8. มีการประกันสุขภาพหรืออุบัติเหตุอื่นๆ นอกเหนือจากประกันสังคม ☐ มี ☐ ไม่มี
อย่างไร.....
ปัญหา.....

9. ห้ามสูบบุหรี่ภายในโรงงาน ☐ มี ☐ ไม่มี
 อย่างไรก็ตาม.....
 ปัญหา.....
10. ห้ามดื่มสุรภายในโรงงาน ☐ มี ☐ ไม่มี
 อย่างไรก็ตาม.....
 ปัญหา.....
11. จัดสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้งให้แก่พนักงาน ☐ มี ☐ ไม่มี
 อย่างไรก็ตาม.....
 ปัญหา.....
12. จัดสถานที่ออกกำลังกายในร่มไว้ให้แก่พนักงาน ☐ มี ☐ ไม่มี
 อย่างไรก็ตาม.....
 ปัญหา.....
13. นโยบายอื่นๆ
 อย่างไรก็ตาม.....
 ปัญหา.....

III กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพพนักงาน

1. กิจกรรมด้านการป้องกันอุบัติเหตุและโรคที่อาจเกิดจากการประกอบกร

1.1 การปฐมพยาบาลพนักงานเรื่องความปลอดภัยในการทำงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

1.2 การจัดหาอุปกรณ์ป้องกันอันตรายขณะปฏิบัติงานให้แก่พนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

1.3 การรณรงค์การใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายขณะปฏิบัติงานในพนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

1.4 มีการซ่อมแผนรับอุบัติเหตุ เช่น ไฟไหม้ แผ่นดินไหว

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

1.5 การจัดบอร์ดความรู้เรื่องเกี่ยวกับสุขภาพ/ความปลอดภัยในการทำงานแก่พนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

1.6 มีการติดเครื่องหมายเตือนภัยและขีดเส้นแบ่งเขตอันตราย/ไม่อันตรายในโรงงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

1.7 กิจกรรมอื่น ๆ.....

อย่างไร.....

ปัญหา.....

2. กิจกรรมด้านสุขภาพและป้องกันโรคในสถานประกอบการ

2.1 มีกิจกรรมการออกกำลังกายในสถานประกอบการ

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

2.2 สถานที่ห้ามสูบบุหรี่ในสถานประกอบการ

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

2.3 ห้ามดื่มสุราในสถานประกอบการ

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....ปัญหา.....

2.4 มีสถานที่บริการอาหารที่ถูกสุขลักษณะแยกจากตัวอาคารโรงงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

2.5 การตรวจร่างกายก่อนเข้าทำงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

2.6 การตรวจร่างกายทุก 6 เดือน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

2.7 ตรวจคัดกรองโรคตามความเสี่ยง เช่น ผลการได้ยิน การมองเห็น

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

2.8 การให้วัคซีนป้องกันโรค เช่น บาดทะยัก ฯลฯ

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

2.9 กิจกรรมอื่น ๆ.....

อย่างไร.....

ปัญหา.....

3. การจัดสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพการทำงาน

3.1 ภายในโรงงานมีระบบไฟฟ้าสำรอง

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

3.2 ภายในโรงงานมีระบบปรับอากาศ

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

3.3 ภายในโรงงานมีเครื่องดูดอากาศ

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

3.4 ภายในโรงงานมีระบบป้องกันเสียงดัง

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

3.5 มีอุปกรณ์ป้องกันสารเคมีเมื่ออยู่ในกระบวนการผลิตที่ต้องสัมผัสสารเคมี

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

3.6 บริเวณรอบ ๆ โรงงานมีการดูแลความสะอาดและความปลอดภัยอยู่เสมอ

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

3.7 มีการจัดสวนหย่อมเพื่อการพักผ่อน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

3.8 มีการจัดลักษณะท่าทางการทำงานที่เหมาะสมกับบุคคลแต่ละคน (Ergonomic)

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

3.9 อื่น ๆ (ระบุ).....

อย่างไร.....

ปัญหา.....

4. การมีส่วนร่วมของพนักงาน/ลูกจ้าง

4.1 มีส่วนร่วมในการกำหนดและวางแผนการส่งเสริมสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

4.2 มีส่วนร่วมในการดำเนินโครงการส่งเสริมสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

4.3 มีส่วนร่วมในการควบคุม กำกับ ประเมินผล โครงการส่งเสริมสุขภาพและความปลอดภัย
ในการทำงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

4.4 มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างความมั่นใจในการดูแลตนเองเพื่อส่งเสริม
สุขภาพและความปลอดภัยในการทำงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

4.5 อื่น ๆ (ระบุ).....

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5. การเสริมสร้างทักษะในการส่งเสริมสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงานให้พนักงาน/ลูกจ้าง

5.1 มีการฝึกอบรมเทคนิคใหม่ ๆ ที่ใช้ในกระบวนการผลิตแก่พนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5.2 มีการฝึกทักษะก่อนดับเปลี่ยนแผนก

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5.3 มีการให้จัดกิจกรรมด้านการดูแลสุขภาพตนเองแก่พนักงาน/ลูกจ้าง

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5.4 มีการฝึกสอนการออกกำลังกายแก่พนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5.5 มีการจัดกิจกรรม/ให้ความรู้ด้านสุขภาพแก่พนักงาน เช่น การบริโภคอาหารที่ถูกสุขลักษณะ

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5.6 มีการแจ้งข่าวสารด้านสุขภาพแก่พนักงาน เช่น การจัดบอร์ดความรู้ เสี่ยงตามสาย

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5.7 มีโครงการฝึกอบรมด้านการป้องกันอุบัติเหตุในโรงงานแก่พนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5.8 การจัดกิจกรรมเสริมสร้างทักษะในการป้องกันโรคเอดส์แก่พนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5.9 จัดโปรแกรมเพื่อการเลิกสูบบุหรี่แก่พนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5.10 จัดโปรแกรมเพื่อการเลิกดื่มสุราแก่พนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5.11 จัดโปรแกรมเพื่อคลายเครียดแก่พนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....ปัญหา.....

5.12 อื่น ๆ (ระบุ).....

อย่างไร.....

ปัญหา.....

6. การปรับเปลี่ยนบริการด้านสุขภาพ

6.1 มีรางวัล/โบนัสพิเศษสำหรับพนักงานที่ไม่เคยเกิดอุบัติเหตุจากการทำงานทุกปี

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

6.2 มีการทดสอบสมรรถภาพทางกายและมีรางวัลสำหรับผู้ที่มีสมรรถภาพทางกายยอดเยี่ยมหรือ

ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

6.3 มีรางวัลสำหรับพนักงานที่ไม่เคยป่วย ไม่เคยลา

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

6.4 มีการบริการด้านสุขภาพเชิงรุก เช่น จัดบอร์ดความรู้ในโรคที่กำลังระบาด

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

6.5 มีคลินิก/ที่ปรึกษาด้านการดูแลสุขภาพแก่พนักงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

6.6 อื่น ๆ (ระบุ).....

อย่างไร.....

ปัญหา.....

IV. กฎหรือระเบียบเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ

1. กฎหรือระเบียบให้พนักงานทุกคนต้องใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายขณะปฏิบัติงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

2. กฎหรือระเบียบให้พนักงานต้องสวมหมวกนิรภัยขณะขับขี่รถจักรยานยนต์ในเขตโรงงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

3. กฎหรือระเบียบให้พนักงานแต่งกายสะอาด

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

4. กฎหรือระเบียบห้ามพนักงานนำอาหาร/เครื่องดื่มเข้ามาในอาคารโรงงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

5. กฎหรือระเบียบห้ามพนักงานดื่มสุราเมื่ออยู่ในเขตโรงงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

6. กฎหรือระเบียบห้ามพนักงานสูบบุหรี่เมื่ออยู่ในเขตโรงงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

7. กฎหรือระเบียบให้พนักงานออกกำลังกายก่อนเข้าทำงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

อย่างไร.....

ปัญหา.....

8. กฎระเบียบอื่น ๆ

อย่างไร.....

ปัญหา.....

V. การจัดกลุ่มหรือองค์กรภายในเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ

1. การจัดตั้งกลุ่ม/ชมรมเพื่อการส่งเสริมสุขภาพของพนักงานที่สถานประกอบการของท่านตั้งขึ้น

☐ มี ☐ ไม่มี

มีชมรม/กลุ่มอะไรบ้าง.....

ปัญหา.....

2. การจัดตั้งกลุ่ม/ชมรมเพื่อการส่งเสริมสุขภาพโดยพนักงานรวมตัวกันจัดตั้งขึ้นเองทั้งที่เป็นทางการ/ไม่เป็นทางการ

☐ มี ☐ ไม่มี

มีชมรม/กลุ่มอะไรบ้าง.....

ปัญหา.....

3. การจัดตั้งคณะกรรมการด้านความปลอดภัยในโรงงาน

☐ มี ☐ ไม่มี

หากมีพนักงานได้ร่วมเป็นคณะกรรมการหรือไม่.....

ปัญหา.....

4. การจัดตั้งคณะกรรมการต่าง ๆ อีกหรือไม่

☐ มี ☐ ไม่มี

หากมีโปรดระบุ.....

ปัญหา.....

ส่วนที่ 3 ข้อมูลด้านสุขภาพของพนักงาน

1. ปัจจุบันข้อมูลด้านสุขภาพของพนักงานจัดเก็บโดยวิธีใด.....

ค้นหาข้อมูลได้สะดวกรวดเร็วหรือไม่.....

2. ทางโรงงานมีพนักงานที่รับผิดชอบงานส่งเสริมสุขภาพโดยตรงหรือไม่

☐ 1) มี ☐ 2) ไม่มี

อย่างไร(เหตุผล).....

แนวทางแก้ไขปัญหา.....

3. มีการจัดหาอุปกรณ์/เครื่องอำนวยความสะดวกด้านสุขภาพแก่พนักงาน เช่น ลูกฟุตบอล
☐ 1) มี ☐ 2) ไม่มี
 อย่างไรก็ตาม.....
4. มีการเพิ่มงบประมาณการลงทุนด้านการส่งเสริมสุขภาพในการจัดกิจกรรมต่าง ๆ หรือไม่
 ในแต่ละปี
☐ 1) มี ☐ 2) ไม่มี
 อย่างไรก็ตาม.....
5. มีการพัฒนาบุคลากรการจัดตั้งทีมงานส่งเสริมสุขภาพในโรงงานของท่านหรือไม่
☐ 1) มี ☐ 2) ไม่มี
 อย่างไรก็ตาม.....
6. มีการจัดให้พนักงานไปดูงานด้านการส่งเสริมสุขภาพในโรงงานอื่นหรือไม่
☐ 1) มี ☐ 2) ไม่มี
 อย่างไรก็ตาม.....
7. ทางโรงงาน/พนักงานได้ร่วมเป็นภาคีกับองค์กรอื่น ๆ เพื่อการส่งเสริมสุขภาพหรือไม่
☐ 1) ร่วม ☐ 2) ไม่ร่วม
 อย่างไรก็ตาม.....
8. ค่าใช้จ่ายในการดำเนินงานเพื่อการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในสถานประกอบการ เช่น
 การสร้างสถานที่ออกกำลังกาย การฉีดวัคซีนป้องกันโรค ฯลฯ ควรเป็นอย่างไร
- | | จ่ายทั้งหมด | จ่ายบางส่วน | ไม่ต้องจ่าย | อื่นๆ ระบุ |
|----------------------|-------------|-------------|-------------|------------|
| สถานประกอบการ | | | | |
| พนักงาน | | | | |
| รัฐ(ระบุนหน่วยงาน) | | | | |
| ร่วมกันระหว่าง(ระบุ) | | | | |

9. สถานประกอบการของท่านต้องการความช่วยเหลืออะไรบ้างในการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพและความปลอดภัยในการทำงาน

1.....
2.....
3.....
4.....
5.....

10. ความคิดเห็นอื่น ๆ.....
.....
.....
.....
.....

ตัวอย่างแบบสอบถามพนักงาน

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดเติมคำหรือข้อความลงในช่องว่าง หรือใส่เครื่องหมาย / ลงใน ☐ หน้าข้อความ

1. เพศของผู้ตอบแบบสอบถาม ☐ 1) ชาย ☐ 1) หญิง
2. อายุปัจจุบันของท่าน
☐ 1) ต่ำกว่า 20 ปี ☐ 2) 20-25 ปี ☐ 3) 26-30 ปี ☐ 4) 30 ปีขึ้นไป
3. สถานภาพสมรส
☐ 1) โสด ☐ 2) สมรสและอยู่ด้วยกัน มีบุตร.....คน
☐ 3) สมรสแต่แยกกันอยู่ มีบุตร.....คน ☐ 4) หม้าย/หย่า มีบุตร.....คน
4. การศึกษาสูงสุดของท่าน
☐ 1) ประถมศึกษาปีที่ 6 หรือต่ำกว่า ☐ 2) มัธยมศึกษาปีที่ 3 หรือเทียบเท่า
☐ 3) มัธยมศึกษาปีที่ 6 หรือเทียบเท่า ☐ 4) ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.)
☐ 5)ปริญญาตรีหรือสูงกว่าปริญญาตรี
5. ภูมิลำเนาเดิมของท่านจังหวัด.....
6. ท่านทำงานแผนก.....
ตำแหน่งหน้าที่ของท่าน.....
7. สถานภาพการจ้างงานของท่านในปัจจุบัน
☐ 1) ลูกจ้างรายวัน ☐ 2) ลูกจ้างรายเดือน
8. ระยะเวลาที่ท่านเข้ามาทำงานในโรงงานแห่งนี้
☐ 1) ช่วงทดลองงาน ☐ 2) พ้นทดลองงานไม่เกิน 1 ปี
☐ 3) 1-2 ปี ☐ 4) 2 ปีขึ้นไป

9. ก่อนเข้าทำงานในโรงงานแห่งนี้ ท่านเคยมีประสบการณ์การทำงานในโรงงานมาแล้วหรือไม่

- ☐ 1) ไม่เคยมีประสบการณ์การทำงานมาก่อน
☐ 2) เคยมี แต่ลักษณะงานต่างจากโรงงานแห่งนี้
☐ 3) เคยมี ในลักษณะงานที่เหมือนกับโรงงานแห่งนี้

10. ปัจจุบันท่านทำงานล่วงเวลา (โอที) หรือไม่

- ☐ 1) ไม่ทำ ☐ 2) ทำ จำนวน.....ชั่วโมงต่อเดือน

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสภาวะสุขภาพโดยรวม

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย / ลงใน ☐ ที่ท่านเห็นว่าตรงกับสภาพของตัวท่านมากที่สุด

โดยเริ่มจากสภาพที่ไม่ดีหรือต่ำ = 1 ไปจนถึงสภาพที่ดีหรือสูง = 7

ตัวอย่าง

1. ปกติท่านขับขีรถจักรยานยนต์หรือรถยนต์โดยขับไปช้าๆ ไปเรื่อยๆ ไม่เร่งรีบ หรือ ขับแบบผาดโผนเร่งรีบเพื่อไปให้ถึงที่หมายโดยเร็ว

	1	2	3	4	5	6	7	
ท่านขับรถช้าๆ ไม่เร่งรีบ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	ท่านขับรถแบบผาดโผนเร่งรีบเพื่อไปให้ถึงที่หมายโดยเร็ว

คำอธิบายการตอบ

จากตัวอย่างท่านสามารถเลือกตอบโดยเขียนเครื่องหมาย / ลงในช่อง ☐ ที่ตรงกับหมายเลขใดหมายเลขหนึ่ง (ที่คิดว่าตรงกับตัวท่านมากที่สุด) ดังนี้

- | | | | |
|-----|---|---------|---------------------------------------|
| ตอบ | 1 | หมายถึง | ท่านขับรถช้าที่สุด |
| ตอบ | 2 | หมายถึง | ท่านขับรถช้า |
| ตอบ | 3 | หมายถึง | ท่านขับรถค่อนข้างช้า |
| ตอบ | 4 | หมายถึง | ท่านขับรถปานกลางไม่ช้าไม่เร็วจนเกินไป |
| ตอบ | 5 | หมายถึง | ท่านขับรถค่อนข้างเร็ว |
| ตอบ | 6 | หมายถึง | ท่านขับรถเร็ว |
| ตอบ | 7 | หมายถึง | ท่านขับรถเร็วที่สุด |

1. สภาวะสุขภาพ

1.1 ด้านสมรรถภาพทางกาย

ก. ขณะนี้ท่านประเมินสมรรถภาพของตนเองว่าอยู่ในระดับใดตั้งแต่สามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้เล็กน้อยจนถึงสามารถเคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่วว่องไว

	1	2	3	4	5	6	7	
เคลื่อนไหวร่างกายได้เล็กน้อย	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	เคลื่อนไหวร่างกายได้อย่างคล่องแคล่วว่องไว

ข. ในการดำเนินชีวิตประจำวัน หรือการทำงานของท่านขณะนี้สภาพความแข็งแรงของร่างกายท่านอยู่ในระดับใด ตั้งแต่มีแรงน้อย เหนื่อยง่ายไปจนถึงมีแรงมากทำงานได้โดยไม่รู้สึกเหนื่อย

	1	2	3	4	5	6	7	
มีแรงน้อย เหนื่อยง่าย	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	มีแรงมากทำงานได้โดยไม่รู้สึกเหนื่อย

ค. นอกจากการทำงานแล้วในชีวิตประจำวันของท่าน ท่านยังมีพลังเหลือสามารถทำกิจกรรมอื่น เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกายฯลฯ ได้อีกหรือไม่ตั้งแต่อ่อนเพลียมาก ทำกิจกรรมอื่นไม่ได้อย่างที่ท่านต้องการ จนถึงสามารถทำกิจกรรมอื่น เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกายหรือทำงานเพื่อสังคมเมื่อว่างจากงาน ได้อย่างที่ท่านต้องการ

	1	2	3	4	5	6	7	
อ่อนเพลียมาก ไม่สามารถทำกิจกรรมอื่น ๆ ได้	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	สามารถทำกิจกรรมอื่นได้อย่างที่ต้องการ เช่น เล่นกีฬา

1.2 ด้านสถานภาพทางอารมณ์

ก. ท่านประเมินอารมณ์ของท่านในขณะนี้ว่าอยู่ในระดับใด ตั้งแต่มีความวิตกกังวลถึงปัญหาต่าง ๆ จนถึงคิดว่าท่านสามารถแก้ไขปัญหได้ทุกอย่าง

	1	2	3	4	5	6	7	
มีความวิตกกังวล	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	ท่านสามารถแก้ไข
ถึงปัญหาต่างๆ								ปัญหได้ทุกอย่าง

ข. ท่านประเมินอารมณ์ของท่านในขณะนี้ว่าอยู่ในระดับใด ตั้งแต่มีความเครียดมากจนถึงไม่มีความเครียดเลย

	1	2	3	4	5	6	7	
มีความเครียดมาก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	ไม่มีความเครียด
								เลย

ค. ท่านรู้สึกว่าการอารมณ์ของท่านทุกวันนี้เป็นอย่างไร ตั้งแต่มีความซึมเศร้าหดหู่นจนถึงมีความร่าเริงสนุกสนาน

	1	2	3	4	5	6	7	
มีความซึมเศร้า	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	มีความร่าเริง
หดหู่								สนุกสนาน

ง. ท่านมีความรู้สึกอย่างไรกับการทำงานทุกวันนี้ ตั้งแต่ มีความเบื่อหน่ายในงาน จนถึง มีความตื่นตัวรู้สึกการทำงานเป็นเรื่อที่น่าท้าทาย

	1	2	3	4	5	6	7	
เบื่อหน่าย	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	มีความตื่นตัว
กับการทำงาน								รู้สึกการทำงานเป็นเรื่อที่น่าท้าทาย

จ. ท่านประเมินอารมณ์ของท่านขณะนี้ว่าอยู่ในระดับใด ตั้งแต่ หงุดหงิดโมโห
ง่าย จนถึง มีความหนักแน่นในอารมณ์

	1	2	3	4	5	6	7	
หงุดหงิด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	มีความหนักแน่น ในอารมณ์
ไม่หงุดหงิด								

1.3 ความสัมพันธ์ทางสังคม

ก. เมื่ออยู่ในที่ทำงาน เพื่อนร่วมงานแสดงท่าทีต่อท่านอย่างไร ตั้งแต่ท่านไม่ได้
รับการยอมรับและไว้วางใจจากเพื่อน เพื่อนไม่เคยมาขอคำปรึกษาจากท่าน
เลย จนถึง ท่านได้รับการยอมรับและไว้วางใจจากเพื่อน เพื่อนๆ มักมาขอ
คำปรึกษาจากท่านเสมอ

	1	2	3	4	5	6	7	
ไม่ได้รับการยอมรับ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	ท่านได้รับการยอมรับ เพื่อนมักมาขอคำปรึกษาจากท่าน เสมอ
เพื่อนไม่เคยมาขอคำปรึกษาจากท่าน								

ข. การทำงานของท่านเป็นอย่างไร ท่านมักมีปัญหาในการทำงานร่วมกับคนอื่น
จนถึง ท่านสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี

	1	2	3	4	5	6	7	
มักมีปัญหาใน	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	สามารถทำงานร่วม กับผู้อื่นได้ดี
การทำงานร่วมกับผู้อื่น								

ค. เมื่ออยู่ในที่ทำงานเพื่อนร่วมงานปฏิบัติต่อท่านอย่างไร ตั้งแต่ท่านไม่มีเพื่อน
ไม่มีใครสนใจท่านเลย จนถึง ท่านมีเพื่อนรักและห่วงใยเสมอ

	1	2	3	4	5	6	7	
ไม่มีเพื่อน	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	มีเพื่อนคอยรัก และห่วงใย
ไม่มีใครสนใจท่านเลย								

ง. ท่านชอบหรือไม่ชอบกิจกรรมกลุ่มอย่างไร ตั้งแต่ท่านไม่ชอบร่วมกิจกรรมกลุ่มที่กลุ่มเพื่อนร่วมงานจัดขึ้น จนถึงท่านยินดีให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมร่วมกับกลุ่ม

	1	2	3	4	5	6	7	
ไม่ชอบร่วมกิจกรรมที่กลุ่มจัดขึ้น	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	ยินดีให้ความร่วมมือกับกลุ่ม

1.4 ความคิดและความสามารถในการทำงาน

ก. การทำงานของท่านในขณะนี้เป็นอย่างไร ตั้งแต่ท่านทำงานได้เพียงทำตามคำสั่งของหัวหน้างานเท่านั้น จนถึงท่านสามารถคิดแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง

	1	2	3	4	5	6	7	
ทำงานได้เพียงทำตามคำสั่งเท่านั้น	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	คิดแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง

ข. ในการทำงานของท่านทุกวันนี้ ท่านชอบทำงานที่ไม่ต้องใช้ความคิด จนถึงท่านชอบคิดอยู่เสมอเพื่อพัฒนางาน

	1	2	3	4	5	6	7	
ชอบงานที่ไม่ต้องใช้ความคิด	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	ชอบคิดเพื่อพัฒนางานให้ดีขึ้นเสมอ

ค. ท่านคิดว่าความสามารถในการทำงานของท่านเป็นอย่างไร ตั้งแต่ท่านมักจะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ยาก จนถึงท่านสามารถเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้อย่างรวดเร็ว

	1	2	3	4	5	6	7	
เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ยาก	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	สามารถเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ได้อย่างรวดเร็ว

1.5 สถานภาพทางเศรษฐกิจ

ก. ขณะนี้รายได้ที่ท่านได้รับเป็นอย่างไร ตั้งแต่ไม่เพียงพอใช้จ่ายต้องกู้ยืม จนถึงมีเพียงพอใช้จ่ายและเหลือเก็บออม

[illegible]

ข. ท่านรู้สึกอย่างไรได้ปัจจุบันท่านเป็นอย่างไร ตั้งแต่ท่านยังไม่พึงพอใจกับรายได้ที่ได้รับ จนถึงท่านพอใจกับรายได้ที่เป็นอยู่ในปัจจุบันนี้แล้ว

	1	2	3	4	5	6	7
ไม่พอใจกับ	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
รายได้ที่ได้รับ							

ค. ในสภาวะปัจจุบันนี้อาชีพและรายได้ของท่านเป็นอย่างไร ตั้งแต่ท่านมีความ
ไม่แน่นอนในอาชีพและรายได้ จนถึง ท่านมีความมั่นคงในอาชีพและรายได้
ของท่านแล้ว

	1	2	3	4	5	6	7	
ไม่แน่นอนใน	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	มั่นคงในอาชีพ
อาชีพและรายได้								และรายได้

ง. เมื่อท่านประสบปัญหาภาวะการเงิน เช่น เงินขาดมือไม่พอใช้จ่าย ท่านมี
ทางออกในการแก้ไขปัญหาการเงินหรือไม่ ตั้งแต่ท่านไม่มีทางออกที่จะแก้ไข
จนถึง ท่านมีทางออกเสมอเมื่อมีปัญหาการเงิน

[illegible]

1.6 การรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง

ก. สภาวะสุขภาพของท่านในปัจจุบันเป็นอย่างไร ตั้งแต่ ท่านเจ็บป่วยบ่อย ๆ เช่น เป็นหวัดบ่อย ๆ ต้องการรักษาบ่อย ๆ จนถึงท่านมีสุขภาพแข็งแรงดี

เจ็บป่วยบ่อยๆ ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☒ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 สภาพแข็งแรงดี

ข. ในปัจจุบันท่านทำอย่างไรกับสุขภาพของตัวเอง ตั้งแต่ท่านมักต้องทำ
อย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพอยู่เสมอ จนถึงท่านมักทำอย่างใด
อย่างหนึ่งเพื่อส่งเสริมสุขภาพของท่านให้ดียิ่งขึ้น

	1	2	3	4	5	6	7	
ต้องทำอะไร อย่างหนึ่งเพื่อแก้ไข สุขภาพอยู่เสมอ	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐	มักทำอะไร อย่างหนึ่งเพื่อส่งเสริม สุขภาพให้ดีขึ้นเสมอ

ค. เมื่อสภาพแวดล้อมการทำงานของท่านมีการเปลี่ยนแปลงไปการปรับตัวใน
การทำงานของท่านเป็นอย่างไร ตั้งแต่ท่านมักไม่รับรู้และไม่สามารถปรับตัว
ได้ หรือ ท่านพร้อมที่จะปรับตัวอยู่เสมอ

[illegible]

จ. ท่านสังเกตและสนใจสิ่งแวดล้อมบ้างหรือไม่ ตั้งแต่ท่านไม่เคยสังเกตและไม่
ใส่ใจในสภาพแวดล้อมรอบตัวท่านซึ่งมีผลต่อความปลอดภัย, ต่อสุขภาพ
ของท่าน จนถึง ท่านสังเกตและใส่ใจอยู่เสมอในสภาพแวดล้อมที่จะมีผลต่อ
การสุขภาพของท่าน

[illegible]

2. พฤติกรรมสุขภาพ

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติของท่าน, ความรู้สึกและความคิดของท่านมากที่สุดสำหรับข้อที่ตอบไม่เคยกระทำให้เหตุผลของการไม่เคยปฏิบัติ

พฤติกรรมสุขภาพ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	เป็นบางครั้ง	ไม่เคย	เหตุผลของการไม่เคยปฏิบัติ, ไม่เคยคิดไม่เคยมีความรู้สึกเพราะ.....
1. ฉีดดูแลรักษาร่างกายให้สะอาด					
2. ฉีดล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหาร					
3. ฉีดล้างมือให้สะอาดหลังการขับถ่าย					
4. ฉีดแปรงฟันตอนเช้าและก่อนนอน					
5. ฉีดรับประทานข้าว เนื้อสัตว์ ผักและผลไม้ได้ครบในแต่ละวัน					
6. ฉีดรับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ					
7. ฉีดรับประทานขนมหวานและของขบเคี้ยว					
8. ฉีดรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง เช่น หมูติดมัน เครื่องในสัตว์ คางหมู แคมหมู					
9. ฉีดรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ เช่น ลาบ ลู ล้า					
10. ฉีดรับประทานอาหารตรงตามเวลา					
11. ฉีดรับประทานอาหารที่ปรุงเสร็จใหม่ ๆ					
12. ฉีดทำกายบริหารอย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์					
13. ฉีดออกกำลังกายเต็มที่วันละ 20-30 นาที อย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์					

พฤติกรรมสุขภาพ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	เป็น บาง ครั้ง	ไม่ เคย	เหตุผลของ การไม่เคย ปฏิบัติ,ไม่เคย คิดไม่เคยมี ความรู้สึก เพราะ.....
14. ฉันควบคุมน้ำหนักตัวเองไม่ให้อ้วนหรือผอม จนเกินไป					
16. ฉันมีงานหรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่ทำให้ฉัน เพลิดเพลิน					
17. ฉันทำสมาธิ					
18. ฉันสวมหมวกไหมพรมก่อนนอน					
19. ฉันจะออกกำลังกายเมื่อเกิดความเครียด					
20. ฉันมีวิธีควบคุมความเครียดที่เกิดขึ้น					
21. ฉันสามารถพูดคุยและขอความช่วยเหลือ ในเรื่องงานและเรื่องส่วนตัวกับเพื่อนร่วมงาน ได้					
22. ฉันนอนหลับพักผ่อนอย่างน้อยวันละ 6 ชั่วโมง					
23. ฉันจะไปเที่ยวต่อกับเพื่อนหลังเลิกงาน					
24. ฉันมีเวลาพักผ่อนหย่อนใจในแต่ละวัน					
25. ฉันพักผ่อนให้เพียงพอเพื่อจะได้มีแรงทำงาน ในวันต่อไป					
26. ฉันสูบบุหรี่					จำนวนมวน/วัน
27. ฉันดื่ม ชา กาแฟ					
28. ฉันดื่มเหล้า เบียร์					

พฤติกรรมสุขภาพ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	เป็นบางครั้ง	ไม่เคย	เหตุผลของการไม่เคยปฏิบัติ,ไม่เคยคิดไม่เคยมีความรู้สึกเพราะ.....
29. ฉันใช้บุหรี่ เหล้า หรือยาเสพติดเพื่อบรรเทาความเครียด หรือความไม่สบายใจต่าง ๆ					
30. เมื่อฉันรู้สึกอ่อนเพลียฉันดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง เช่น ลิโพวิตันดี เอ็มร้อย					
31. ฉันรับประทานยาแก้ปวดเมื่อรู้สึกปวดเมื่อย					
32. ฉันรับประทานยานอนหลับ					
33. ฉันจะหยุดงานเมื่อมีอาการไม่สบาย					
34. ฉันคิดถึงความปลอดภัยเวลาทำงาน					
35. ฉันระมัดระวังมากขึ้นเมื่อทำงานที่อาจมีอันตราย เช่น ควบคุมเครื่องจักร ใช้ของมีคม					
36. ขณะทำงานฉันสวมอุปกรณ์ป้องกันอันตรายจากการทำงาน เช่น ที่อุดหู ผ้าปิดจมูก					
37. ฉันตรวจเช็คสุขภาพประจำปี เช่น X-ray ตรวจฟัน					
38. ฉันจะรีบไปตรวจรักษาเมื่อรู้สึกเริ่มมีอาการไม่สบาย					
39. ฉันอ่านและปฏิบัติตามคำแนะนำในการใช้ยาอย่างเคร่งครัด					
40. ฉันพูดคุยเรื่องสุขภาพกับเพื่อนร่วมงาน					

พฤติกรรมสุขภาพ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	เป็นบางครั้ง	ไม่เคย	เหตุผลของการไม่เคยปฏิบัติ,ไม่เคยคิดไม่เคยมีความรู้สึกเพราะ.....
41. ฉันเคยมีเพศสัมพันธ์กับคนที่ไม่ใช่คู่สมรส (ถ้าไม่เคยข้ามไปตอบข้อ 43.เลย)					
42. ฉันใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์กับ คนที่ไม่ใช่คู่สมรส					
43. ฉันหาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพตนเอง ให้ดี					
44. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับครอบครัว					
45. ฉันเป็นคนร่าเริง แจ่มใส					
46. ฉันรู้สึกกว่าที่ทำงานน่าอยู่ สะอาด ร่มรื่น					

3. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ

3.1 ปัจจัยนำ

ปัจจัยด้านความรู้	ใช่	ไม่ทราบ	ไม่ใช่
1. การดูแลรักษาร่างกายให้สะอาดอยู่เสมอทำให้สุขภาพดี	☐	☐	☐
2. การล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหารช่วยป้องกัน โรคระบบทางเดินอาหารได้.....	☐	☐	☐
3. การรับประทานผักผลไม้ มาก ๆ ช่วยป้องกันอาการท้องผูกได้	☐	☐	☐
4. การรับประทานอาหารสุก ๆ ดิบทำให้เกิดโรคร้ายได้.....	☐	☐	☐
5. การรับประทานอาหารที่มีไขมันมากทำให้เกิดโรคหลอดเลือด หัวใจอุดตัน.....	☐	☐	☐

	ใช่	ไม่ทราบ	ไม่ใช่
6. การรับประทานอาหารที่มีแป้ง ไขมันและของหวานจำนวนมาก ทำให้อ้วนง่าย.....	☐	☐	☐
7. การออกกำลังกายอยู่เสมอทำให้ร่างกายแข็งแรง.....	☐	☐	☐
8. การทำสมาธิทำให้จิตใจสงบ.....	☐	☐	☐
9. การสวดมนต์ไหว้พระทำให้จิตใจสงบ.....	☐	☐	☐
10. นอนหลับพักผ่อนเพียงวันละ 3-4 ชั่วโมงก็เพียงพอแล้ว	☐	☐	☐
11. การดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ทำให้ความสามารถในการ ควบคุมสติลดลง.....	☐	☐	☐
12. การสูบบุหรี่ทำให้เป็นมะเร็งปอดได้.....	☐	☐	☐
13. การใส่ที่อุดหูทำให้ลดเสียงดังที่อาจเป็นอันตรายต่อการ ได้ยินของเราได้.....	☐	☐	☐
14. การคาดเข็มขัดนิรภัยสามารถลดแรงกระแทกขณะเกิด อุบัติเหตุได้.....	☐	☐	☐
15. การสวมหมวกนิรภัยป้องกันศีรษะถูกกระทบกระเทือน เมื่อเกิดอุบัติเหตุได้.....	☐	☐	☐
16. โรคหัวใจโรคติดต่อโดยการไอ จาม รดกัน.....	☐	☐	☐
17. การใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ สามารถป้องกัน โรคเอดส์ได้.....	☐	☐	☐
18. การพูดคุยปรึกษาปัญหาต่าง ๆ กับเพื่อนหรือคนสนิท เป็นการระบายความเครียด.....	☐	☐	☐

ปัจจัยด้านทัศนคติ	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ
1. การล้างมือบ่อย ๆ ทำให้สิ้นเปลืองสบู่โดยใช่เหตุ.....	☐	☐	☐
2. การออกกำลังกายทำให้เสียเวลา.....	☐	☐	☐
3. คนอ้วนมีสุขภาพดีกว่าคนผอม.....	☐	☐	☐
4. การนั่งสมาธิเป็นเรื่องของคนแก่.....	☐	☐	☐
5. การไปสังสรรค์ ไปเที่ยวกับเพื่อนหลังเลิกงานเป็น การคลายเครียด.....	☐	☐	☐
6. คนไม่ดื่มสุราเป็นคนไม่มีเพื่อน.....	☐	☐	☐
7. การสูบบุหรี่ทำให้คนข้างเคียงรังเกียจ.....	☐	☐	☐
8. การป้องกันโรคเอดส์เป็นเรื่องของโรงพยาบาลเท่านั้น	☐	☐	☐
9. การสวมหมวกนิรภัยขณะขับขีรถจักรยานยนต์ทำให้ เกะกะ.....	☐	☐	☐
10. ใส่ผ้าปิดจมูกขณะทำงานทำให้อึดอัด.....	☐	☐	☐
11. การติดเชื้อโรคเอดส์เป็นเรื่องน่าอาย.....	☐	☐	☐
12. การไปตรวจสุขภาพเป็นเรื่องยุ่งยาก.....	☐	☐	☐

ปัจจัยด้านความเชื่อ	จริง	ไม่จริง	ไม่แน่ใจ
1. การออกกำลังกายทุกวันทำให้ไม่เป็นโรคหัวใจ...	☐	☐	☐
2. การรับประทานอาหารจำพวกเนื้อมาก ๆ ทำให้แข็งแรง	☐	☐	☐
3. การรับประทานอาหารที่มีไขมันมาก ๆ ทำให้ผิวพรรณดี	☐	☐	☐
4. อุบัติเหตุเป็นเรื่องของเคราะห์กรรม.....	☐	☐	☐
5. การสูบบุหรี่ทำให้ดูเท่ มีรสนิยมนดี.....	☐	☐	☐
6. การเกิดเจ็บป่วยเพราะโชคชะตากำหนด.....	☐	☐	☐
7. แค่เดินใกล้คนเป็นเอดส์ก็สามารถติดเอดส์ได้.....	☐	☐	☐
8. การดื่มเครื่องดื่มชูกำลังทำให้ทำงานได้ทนนาน ไม่รู้สึกเหนื่อย.....	☐	☐	☐

3.2 ปัจจัยเสริม	ไม่ได้รับ	ได้รับ
1. ท่านได้รับการสนับสนุนและคำแนะนำจากเพื่อนเมื่อออกกำลังกาย	☐	☐
2. ท่านได้รับการสนับสนุนและคำแนะนำจากเพื่อนเมื่อใช้อุปกรณ์ป้องกัน เช่น ที่ครอบหู ผ้าปิดปากปิดจมูก ฯลฯ.....	☐	☐
3. ท่านได้รับการตักเตือนจากเพื่อนเมื่อสูบบุหรี่.....	☐	☐
4. ท่านได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนเมื่อไม่ดื่มสุรา.....	☐	☐
5. โรงงานมีอุปกรณ์ป้องกันอันตรายให้ เช่น ที่ครอบหู ผ้าปิดปากปิดจมูก ฯลฯ.....	☐	☐
6. ท่านได้รับการแนะนำจากหัวหน้างานให้ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตราย เช่น ที่ครอบหูลดเสียงดัง ผ้าปิดปากปิดจมูก ฯลฯ ทุกครั้งเมื่อทำงาน	☐	☐
7. ท่านได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนร่วมงานเมื่ออุปกรณ์ป้องกันอันตราย เช่น ที่ครอบหูลดเสียงดัง ผ้าปิดปากปิดจมูก ฯลฯ ทุกครั้งเมื่อทำงาน	☐	☐
8. ท่านได้รับคำแนะนำเรื่องการบริโภคอาหารจากคนใกล้ชิด.....	☐	☐
9. ท่านได้รับการตักเตือนเมื่อไม่สวมหมวกนิรภัยขณะขับขี่รถจาก คนใกล้ชิด.....	☐	☐
10. เพื่อน ๆ มักชวนท่านเที่ยวต่อหลังเลิกงาน.....	☐	☐
11. หัวหน้างานหรือฝ่ายบุคคลมีการให้คำปรึกษาต่าง ๆ เช่น เรื่องงาน เรื่องครอบครัว.....	☐	☐

3.3 ปัจจัยเอื้อ	มี	ไม่มี	ไม่แน่ใจ
1. ทางโรงงานมีระเบียบข้อบังคับห้ามสูบบุหรี่ขณะทำงาน	☐	☐	☐
2. ทางโรงงานมีระเบียบข้อบังคับห้ามดื่มสุราขณะทำงาน	☐	☐	☐
3. ทางโรงงานมีระเบียบข้อบังคับห้ามนำน้ำ ไปดื่มขณะทำงาน	☐	☐	☐
4. ทางโรงงานมีระเบียบข้อบังคับห้ามนำอาหารไปรับประทาน ขณะทำงาน.....	☐	☐	☐

	มี	ไม่มี	ไม่แน่ใจ
5. ทางโรงงานมีระเบียบข้อบังคับให้มีการออกกำลังกาย ก่อนเข้าทำงาน.....	☐	☐	☐
6. โรงงานจัดสถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้งไว้ให้.....	☐	☐	☐
7. โรงงานจัดสถานที่ออกกำลังกายในร่มไว้ให้.....	☐	☐	☐
8. โรงงานจัดโรงอาหารที่สะอาดถูกสุขลักษณะไว้ให้.....	☐	☐	☐
9. โรงงานมีระเบียบ/ข้อบังคับให้พนักงานใช้อุปกรณ์ป้องกัน อันตรายส่วนบุคคล เช่น ที่อุดหู ผ้าปิดจมูก ขณะทำงาน.....	☒	☐	☐
10. โรงงานมีการตรวจร่างกายก่อนเข้าทำงาน.....	☐	☐	☐

4. ความต้องการในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

1. ท่านต้องการกิจกรรมการเลิกดื่มสุราหรือไม่	() ต้องการ	() ไม่ต้องการ
โรงงานของท่านมีกิจกรรมนี้หรือไม่	() มี	() ไม่มี
2. กิจกรรมการเลิกสูบบุหรี่	() ต้องการ	() ไม่ต้องการ
โรงงานของท่านมีกิจกรรมนี้หรือไม่	() มี	() ไม่มี
3. กิจกรรมในการลดน้ำหนัก	() ต้องการ	() ไม่ต้องการ
โรงงานของท่านมีกิจกรรมนี้หรือไม่	() มี	() ไม่มี
4. กิจกรรมเพื่อ การเสริมสร้างคุณค่าทางอาหาร	() ต้องการ	() ไม่ต้องการ
โรงงานของท่านมีกิจกรรมนี้หรือไม่	() มี	() ไม่มี
5. กิจกรรมการออกกำลังกายในที่ทำงาน (รวมทั้งสถานที่ ผู้ฝึกสอนด้วย)	() ต้องการ	() ไม่ต้องการ
โรงงานของท่านมีกิจกรรมนี้หรือไม่	() มี	() ไม่มี
6. กิจกรรมเพื่อคลายเครียด	() ต้องการ	() ไม่ต้องการ
โรงงานของท่านมีกิจกรรมนี้หรือไม่	() มี	() ไม่มี
7. กิจกรรมสร้างทักษะในการคุมกำเนิด	() ต้องการ	() ไม่ต้องการ
โรงงานของท่านมีกิจกรรมนี้หรือไม่	() มี	() ไม่มี

8. กิจกรรมสร้างทักษะในด้านความปลอดภัยในการทำงาน () ต้องการ () ไม่ต้องการ
โรงงานของท่านมีกิจกรรมนี้หรือไม่ () มี () ไม่มี
9. กิจกรรมสร้างทักษะในการป้องกัน โรคเอดส์..... () ต้องการ () ไม่ต้องการ
โรงงานของท่านมีกิจกรรมนี้หรือไม่ () มี () ไม่มี
10. การตรวจสุขภาพทุก 6 เดือน () ต้องการ () ไม่ต้องการ
โรงงานของท่านมีกิจกรรมนี้หรือไม่ () มี () ไม่มี
11. อื่น ๆ (ระบุ).....

ส่วนที่ 3 คุณภาพชีวิตในการทำงาน

1. รายได้/รายจ่ายสวัสดิการที่ได้รับและความเหมาะสมของรายได้ที่ได้รับ

1.1 รายได้ เงินเดือนประจำ (ไม่รวมค่าตอบแทนอื่น ๆ).....บาท/เดือน

ค่าตอบแทนอื่น ๆ ที่ได้รับนอกเหนือจากค่าจ้าง (เงินเดือน)

- ☐ 1) เบี้ยขยัน เดือนละ.....บาท
- ☐ 2) ค่าล่วงเวลา(โอที) เดือนละ.....บาท
- ☐ 3) โบนัสเดือนละ เดือนละ.....บาท
- ☐ 4) อื่น ๆ (ระบุ)

1.2 รายจ่าย (ต่อเดือน) ประมาณ.....บาท

1.3 สวัสดิการที่ได้รับจากโรงงาน

- | | | |
|--------------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|
| 1. ค่าอาหาร | ☐ ไม่มี | ☐ มี |
| 2. ค่าน้ำมันรถ | ☐ ไม่มี | ☐ มี |
| 3. รถรับ-ส่ง | ☐ ไม่มี | ☐ มี |
| 4. ชุดทำงาน | ☐ ไม่มี | ☐ มี |
| 5. ที่พักอาศัย | ☐ ไม่มี | ☐ มี |
| 6. จ่ายเงินทดแทนจากกองทุน | ☐ ไม่มี | ☐ มี |
| 7. จ่ายเบี้ยประกันสังคม | ☐ ไม่มี | ☐ มี |
| 8. ประกันชีวิตนอกเหนือจากประกันสังคม | ☐ ไม่มี | ☐ มี |
| 9. อื่น ๆ (ระบุ)..... | | |

1.4 สภาพรายรับ-รายจ่ายต่อเดือนของท่านขณะนี้เป็นอย่างไร

- ☐ ไม่พอกับค่าใช้จ่าย ☐ พอดีกับค่าใช้จ่าย ☐ มีพอเหลือเก็บ

1.5 ท่านคิดว่าท่านมีความรู้เกี่ยวกับงานเพียงพอ

- ☐ ไม่ค่อยรู้ต้องแนะนำบ่อย ๆ
☐ รู้โดยไม่ต้องแนะนำซ้ำ
☐ รู้โดยไม่ต้องแนะนำซ้ำและแก้ไขปัญหามากพอแล้ว

1.6 เมื่อท่านสามารถผลิตชิ้นงานได้มากกว่าที่กำหนดให้ท่านได้รับค่าตอบแทนอย่างไร

- ☐ ไม่เคยได้รับ ☐ ได้รับโบนัสประจำเดือน
☐ ได้รับเป็นโบนัสพิเศษเมื่อสิ้นปี ☐ อื่น ๆ (ระบุ).....

1.7 ด้วยความรู้ความสามารถในการทำงานของท่านขณะนี้ เมื่อเทียบกับเงินเดือน/ค่าจ้างที่ท่านได้รับ ท่านคิดว่า

- ☐ รายได้ที่ได้รับควรน้อยกว่านี้
☐ รายได้ที่ได้รับมีความเหมาะสมดีแล้ว
☐ รายได้ที่ได้รับควรมากกว่านี้

2. สภาพการทำงานที่คำนึงถึงความปลอดภัย สุขลักษณะและสุขภาพของผู้ใช้แรงงาน

2.1 โรงงานของท่านมีการกำหนดนโยบายในด้านความปลอดภัยหรือไม่

- ☐ ไม่มี
☐ มี แต่ไม่ได้ดำเนินการอย่างจริงจัง
☐ มี และกำกับให้ทุกฝ่ายปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด

2.2 โรงงานของท่านมีการดูแลสภาพแวดล้อมในการทำงานหรือไม่

- ☐ ไม่มี
☐ มี แต่ไม่ได้ดำเนินการอย่างจริงจัง
☐ มี และดำเนินการอย่างจริงจัง

2.3 เมื่อเข้ามาทำงานในโรงงานแห่งนี้ ท่านได้รับการฝึกอบรมด้านความปลอดภัยในการทำงานหรือไม่

- ☐ ไม่เคยได้รับ ☐ ได้รับและเข้าใจพอใช้ ☐ ได้รับและเข้าใจดี

2.4 เมื่อเข้ามาทำงานในโรงงานแห่งนี้ ท่านได้รับการฝึกอบรมการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตราย

จากการทำงานต่าง ๆ หรือไม่

- ☐ ไม่เคยได้รับ ☐ ได้รับและเข้าใจพอใช้ ☐ ได้รับและเข้าใจดี

2.5 โรงงานมีการฝึกปฏิบัติเมื่อเกิดอุบัติเหตุ เช่น ไฟไหม้ แผ่นดินไหวหรือไม่

- ☐ ไม่มีการฝึก
☐ มีการฝึก 1 ครั้งต่อปี
☐ มีการฝึกมากกว่า 1 ครั้งต่อปี

2.6 โรงงานมีอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้ในการป้องกันอันตรายขณะทำงานหรือไม่

- ☐ 1. ไม่มี
☐ 2. มี แต่ไม่พอใช้
☐ 3. มีพอใช้และอยู่ในสภาพที่ดี

2.7 ท่านพอใจกับสภาพการทำงานในขณะนี้หรือไม่

- ☐ ไม่พอใจ ต้องการให้เป็นอย่างไร.....
☐ พอใจแล้ว

3. โอกาสการพัฒนาขีดความสามารถของตนเอง

3.1 คุณได้มีโอกาสเรียนรู้งานในแผนกของตนมากขึ้นกว่าที่ทำอยู่หรือไม่

- ☐ ไม่มี
☐ มีแต่นาน ๆ ครั้ง
☐ มีอย่างต่อเนื่อง

3.2 ในกลุ่มงานของท่านได้รับการฝึกอบรมเพื่อเพิ่มความรู้และทักษะใหม่ ๆ หรือไม่

- ☐ ไม่มีการฝึกอบรม
☐ ได้รับการฝึกอบรมเป็นบางคน
☐ ได้รับการฝึกอบรมทุกคน

3.3 ท่านมีส่วนร่วมในการวางแผนการปฏิบัติงานในแผนกของท่านหรือไม่

- ☐ ไม่มี ☐ มีส่วนร่วมเป็นบางครั้ง ☐ มีส่วนร่วมทุกครั้ง

3.4 เมื่อเข้ามาทำงานในโรงงาน ท่านมีโอกาสศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้นหรือไม่

- ☐ ไม่มี
☐ มี แต่โรงงานไม่สนับสนุน
☐ มี และโรงงานให้การสนับสนุน

4. ความก้าวหน้าและความมั่นคงในการทำงาน

4.1 เมื่อเข้ามาทำงานในโรงงานแห่งนี้ ท่านเคยได้รับการเลื่อนตำแหน่งในการทำงานหรือไม่

- ☐ ไม่เคย
☐ เคยได้รับ 1 ครั้ง
☐ เคยได้รับมากกว่า 1 ครั้ง

4.2 ท่านได้รับการขึ้นเงินเดือน/ค่าจ้างในแต่ละปีหรือไม่

- ☐ ไม่ได้ ☐ ได้รับบางปี ☐ ได้รับทุกปี

4.3 ท่านคิดว่าภาวะเศรษฐกิจในขณะนี้ภาวะการจ้างงานของโรงงานท่านเป็นอย่างไร

- ☐ พนักงานอาจถูกเลิกจ้างงานได้ตลอดเวลา
☐ ไม่แน่ใจ
☐ มีความมั่นใจว่าโรงงานมีการจ้างงานตลอดไป

4.4 เมื่อเปรียบเทียบระหว่างชีวิตก่อนเข้ามาทำงาน และขณะที่ทำงานในโรงงานแห่งนี้

ความเป็นอยู่ของท่านเป็นอย่างไร

- ☐ ไม่เปลี่ยนแปลง
☐ แย่ลงกว่าเดิม
☐ เปลี่ยนแปลงดีขึ้นกว่าเดิมมาก

5. การทำงานร่วมกันและความสัมพันธ์กับผู้อื่นในองค์กร

5.1 ในการทำงานของท่านและผู้ร่วมงานมีบรรยากาศอย่างไร

- ☐ ต่างคนต่างทำงานของตน
- ☐ ทำงานเฉพาะภายในกลุ่มเดียวกัน ☐ ทำงานร่วมกันเป็นทีมกับกลุ่มงานอื่น

5.2 การปฏิบัติของหัวหน้างานต่อท่านเป็นอย่างไร

- ☐ ไม่ให้ความสำคัญกับตัวท่าน
- ☐ ถือว่าท่านคือผู้ร่วมงานคนหนึ่ง
- ☐ ถือว่าท่านเป็นผู้หนึ่งที่ช่วยให้โรงงานมีความเจริญก้าวหน้า

5.3 ท่านและผู้ร่วมงานมีความสัมพันธ์เป็นอย่างไร

- ☐ ไม่เคยพูดกันเลย
- ☐ พูดคุยกันในฐานะเพื่อนร่วมงานเท่านั้น
- ☐ มีความสนิทสนมกัน สามารถปรึกษาหารือเรื่องต่าง ๆ ได้

6. การคุ้มครองแรงงาน

6.1 ท่านรับรู้สิทธิคุ้มครองแรงงานของตนเองมากน้อยเพียงไร

- ☐ ไม่ทราบ
- ☐ ทราบบางเรื่อง
- ☐ ทราบทุกเรื่องตามกฎหมาย

6.2 ท่านมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นในด้านต่าง ๆ ของโรงงานหรือไม่

- ☐ ไม่เคย
- ☐ เคยแต่นาน ๆ ครั้ง
- ☐ เคยบ่อยครั้ง

6.3 เมื่อเกิดเจ็บป่วยหรือเกิดอุบัติเหตุจากการทำงานของท่าน ท่านได้รับสิทธิคุ้มครองเพียงใด

- ☐ รับผิชอบด้วยตนเอง
- ☐ โรงงานจ่ายเงินค่ารักษาพยาบาลให้บางส่วน
- ☐ ได้รับการช่วยเหลือจากโรงงานและกองทุนทดแทนหรือประกันสังคม

6.4 เมื่อพนักงานเกิดปัญหาทะเลาะวิวาทหรือกรณีพิพาทกันในโรงงานมีการปฏิบัติอย่างไร

- ☐ เลิกจ้างทันที
- ☐ หัวหน้างานตัดสินความขัดแย้งด้วยตนเอง
- ☐ หัวหน้างานเข้าร่วมเจรจาไกล่เกลี่ยกันระหว่างคู่กรณีด้วย

7. การดำเนินชีวิต

7.1 เมื่อเข้ามาทำงานในโรงงานแห่งนี้ท่านต้องโยกย้ายที่อยู่หรือไม่

- ☐ ย้าย
- ☐ อยู่ที่เดิม

7.2 การเดินทางไป-กลับจากที่ทำงานเป็นอย่างไร

- ☐ ไม่สะดวกและไม่ปลอดภัย
- ☐ มีความสะดวกแต่ใช้เวลานาน
- ☐ มีความสะดวกรวดเร็วดี

7.3 การใช้เวลาในการดำเนินชีวิตส่วนตัวของคุณเป็นอย่างไร

- ☐ ใช้เวลาหมดไปกับการทำงาน จนไม่มีเวลาพักผ่อน
- ☐ ใช้เวลาในการทำงานแต่ยังมีเวลาพักผ่อนหลังเลิกงาน
- ☐ ใช้เวลาทำงาน แต่ยังมีวันหยุดให้กับตนเองและครอบครัว

7.4 เมื่อท่านเข้ามาทำงานในโรงงานแห่งนี้ ความสัมพันธ์ของท่านและครอบครัวเป็นอย่างไร

- ☐ อยู่ด้วยกัน แต่ ไม่มีเวลาให้ครอบครัว
- ☐ แยกกันอยู่ จึงไม่มีเวลาให้
- ☐ พอมีเวลาให้ครอบครัวบ้าง
- ☐ มีเวลาพอที่จะใกล้ชิดติดตามปกติ

7.5 เมื่อท่านเข้ามาทำงานในโรงงานแห่งนี้ ส่งผลกระทบต่อชีวิตของท่านอย่างไร

- ☐ ทำให้วิถีชีวิตไม่สงบสุขเหมือนแต่ก่อน
- ☐ ช่วยให้รายได้แน่นอน
- ☐ ช่วยให้มีความสุขในชีวิตมาก

8. ลักษณะงานที่มีคุณค่าต่อสังคม

8.1 กระบวนการผลิตและผลิตภัณฑ์ของโรงงานท่านมีผลอย่างไรต่อชุมชน

- ☐ สร้างมลพิษต่อชุมชน
- ☐ ไม่สร้างมลพิษต่อชุมชน
- ☐ เชื้อประโยชน์ต่อสังคมและชุมชนบริเวณใกล้เคียง

8.2 คุณคิดว่าการทำงานของคุณมีประโยชน์ต่อสังคมหรือไม่

- ☐ 1. ไม่มีประโยชน์เลย
- ☐ 2. มีประโยชน์ต่อสังคมบางกลุ่มเท่านั้น
- ☐ 3. มีประโยชน์ต่อสังคมทุกกลุ่ม

8.3 ผลกระทบจากโรงงานของท่านเมื่อนำไปใช้แล้วสามารถนำกลับมาใช้ประโยชน์ได้อีกหรือไม่

- ☐ 1. ไม่สามารถนำกลับมาใช้ได้
- ☐ 2. นำกลับมาใช้ได้บางส่วน
- ☐ 3. นำกลับมาใช้ได้ทั้งหมด

8.4 โรงงานของท่านมีส่วนสนับสนุนส่งเสริมกิจกรรมของชุมชนหรือไม่

- ☐ 1. ไม่มี
- ☐ 2. สนับสนุนโดยชุมชนร้องขอ
- ☐ 3. สนับสนุนโดยชุมชนไม่ต้องร้องขอ

ส่วนที่ 4 การลงทุนด้านการส่งเสริมสุขภาพของพนักงาน

1. ค่าใช้จ่ายในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคในสถานประกอบการ

ผู้ที่ควรรับผิดชอบคือใคร (ถ้ามีหลายข้อคำตอบให้ใส่หมายเลข 1 ในข้อที่คิดว่าสำคัญที่สุดที่สำคัญรองลงมาใส่เลข 2, 3, 4 ตามลำดับ)

- ☐ โรงงาน
- ☐ พนักงาน/ลูกจ้าง
- ☐ หน่วยงานของรัฐ(ระบุ).....
- ☐ รับผิดชอบร่วมกันทุกฝ่าย

2. คุณคิดว่าสิ่งสำคัญที่ทำให้ในการทำให้สุขภาพของท่านดีขึ้นหรือหากดีแล้วยังคงดีอยู่ตลอดไปคือ (ถ้ามีหลายข้อคำตอบให้ใส่หมายเลข 1 ในข้อที่คิดว่าสำคัญที่สุดที่สำคัญรองลงมาใส่เลข 2, 3, 4 ตามลำดับ)

☐ ตัวท่านเอง

☐ โรงงาน

☐ หน่วยบริการสุขภาพของรัฐ

☐ หน่วยบริการสุขภาพของเอกชน

☐ อื่น ๆ (ระบุ).....

3. ความคิดเห็นอื่นๆ ในเรื่องการลงทุนด้านการส่งเสริมสุขภาพ

(โปรดระบุ).....

.....

.....

ขอขอบคุณในความร่วมมือของท่าน

ภาคผนวก ข

เกณฑ์การให้คะแนนข้อมูลจากแบบสอบถามพนักงาน

ผู้วิจัยได้นำเอาข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามนำมาวิเคราะห์โดยใช้เครื่องมือคอมพิวเตอร์ โปรแกรม SPSS for Windows ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป นำมาวิเคราะห์หาค่าความถี่และร้อยละ

ส่วนที่ 2 ข้อมูลสภาวะสุขภาพโดยรวม

2.1 ข้อมูลสภาวะสุขภาพ นำมาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD.) ความถี่และร้อยละ

2.2 ข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพ นำมาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD.) ความถี่และร้อยละ

2.3 ข้อมูลปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ นำมาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD.) ความถี่และร้อยละ

2.4 ข้อมูลความต้องการในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ นำมาวิเคราะห์หา ความถี่และร้อยละ

ส่วนที่ 3 ข้อมูลคุณภาพชีวิตในการทำงาน นำมาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD.) ความถี่และร้อยละ

ส่วนที่ 4 ข้อมูลการลงทุนด้านการส่งเสริมสุขภาพของพนักงานนำมาวิเคราะห์หาค่าความถี่และร้อยละ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนแต่ละส่วน ดังนี้

1) การประเมินสภาวะสุขภาพของพนักงาน มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ตอบตัวเลือกที่ 7 ได้	7	คะแนน
ตอบตัวเลือกที่ 6 ได้	6	คะแนน
ตอบตัวเลือกที่ 5 ได้	5	คะแนน
ตอบตัวเลือกที่ 4 ได้	4	คะแนน
ตอบตัวเลือกที่ 3 ได้	3	คะแนน
ตอบตัวเลือกที่ 2 ได้	2	คะแนน
ตอบตัวเลือกที่ 1 ได้	1	คะแนน

2) การประเมินด้านพฤติกรรมสุขภาพ มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ข้อคำถามในเชิงบวก (Positive)

ตอบ	เป็นประจำ	ได้	3	คะแนน
ตอบ	บ่อยครั้ง	ได้	2	คะแนน
ตอบ	เป็นบางครั้ง	ได้	1	คะแนน
ตอบ	ไม่เคย	ได้	0	คะแนน

ข้อคำถามในเชิงลบ (Negative)

ตอบ	ไม่เคย	ได้	3	คะแนน
ตอบ	เป็นบางครั้ง	ได้	2	คะแนน
ตอบ	บ่อยครั้ง	ได้	1	คะแนน
ตอบ	เป็นประจำ	ได้	0	คะแนน

3) การประเมินปัจจัยที่มีผลต่อสุขภาพ มีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

ปัจจัยด้านความรู้

ตอบ	ใช่	ได้	1	คะแนน
ตอบ	ไม่ใช่	ได้	0	คะแนน
ตอบ	ไม่ทราบ	ได้	0	คะแนน

ปัจจัยด้านทัศนคติ

ข้อความเชิงบวก (Positive)

ตอบ	เห็นด้วย	ได้	2	คะแนน
ตอบ	ไม่เห็นใจ	ได้	1	คะแนน
ตอบ	ไม่เห็นด้วย	ได้	0	คะแนน

ข้อความเชิงลบ (Negative)

ตอบ	เห็นด้วย	ได้	0	คะแนน
ตอบ	ไม่เห็นใจ	ได้	1	คะแนน
ตอบ	ไม่เห็นด้วย	ได้	2	คะแนน

ปัจจัยด้านความเชื่อ

ข้อความเชิงบวก (Positive)

ตอบ	จริง	ได้	2	คะแนน
ตอบ	ไม่แน่ใจ	ได้	1	คะแนน
ตอบ	ไม่จริง	ได้	0	คะแนน

ข้อความเชิงลบ (Negative)

ตอบ	จริง	ได้	0	คะแนน
ตอบ	ไม่แน่ใจ	ได้	1	คะแนน
ตอบ	ไม่จริง	ได้	2	คะแนน

ปัจจัยเชื้อ

ตอบ	มี	ได้	1	คะแนน
ตอบ	ไม่มี	ได้	0	คะแนน

ปัจจัยเสริม

ตอบ	ได้รับ	ได้	1	คะแนน
ตอบ	ไม่ได้รับ	ได้	0	คะแนน

4) ความต้องการในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพของพนักงานมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ต้องการมากที่สุด	ได้	3	คะแนน
ต้องการมาก	ได้	2	คะแนน
ต้องการ	ได้	1	คะแนน
ไม่ต้องการ	ได้	0	คะแนน

5) การประเมินคุณภาพชีวิตในการทำงานมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

ข้อที่มี 2 ตัวเลือก

ตอบ	มี	ได้	2	คะแนน
ตอบ	ไม่มี	ได้	0	คะแนน

ข้อที่มี 3 ตัวเลือก

ดีมาก	ได้	2	คะแนน
เหมาะสม	ได้	1	คะแนน
น้อย	ได้	0	คะแนน

การแปรผลข้อมูล

เมื่อนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามมาทำการวิเคราะห์ข้อมูลแล้วนำค่าที่ได้มาทำการแปรผลข้อมูลโดยใช้เกณฑ์ ดังนี้

1) คะแนนสภาวะสุขภาพ

คะแนน	6.01 – 7.00	คะแนน	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	5.01 – 6.00	คะแนน	หมายถึง	ดี
คะแนน	4.01 – 5.00	คะแนน	หมายถึง	ค่อนข้างดี
คะแนน	3.01 – 4.00	คะแนน	หมายถึง	ปานกลาง
คะแนน	2.01 – 3.00	คะแนน	หมายถึง	แย่
คะแนน	1.01 – 2.00	คะแนน	หมายถึง	แย่มาก
คะแนน	0.01 – 1.00	คะแนน	หมายถึง	แย่มากที่สุด

2) คะแนนพฤติกรรมสุขภาพ

คะแนน	2.01 – 3.00	คะแนน	หมายถึง	ดีมาก
คะแนน	1.01 – 2.00	คะแนน	หมายถึง	ดี
คะแนน	0.01 – 1.00	คะแนน	หมายถึง	ไม่ดี

3) ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพส่วนของปัจจัยนำ (ด้านความรู้) ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสริม แปรผลดังนี้

คะแนน	0.76 – 1.00	คะแนน	หมายถึง	สูง
คะแนน	0.26 – 0.75	คะแนน	หมายถึง	ปานกลาง
คะแนน	0.00 – 0.25	คะแนน	หมายถึง	ต่ำ

ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพส่วนของปัจจัยนำด้านทัศนคติและความเชื่อ
แปรผลดังนี้

คะแนน	1.51 – 2.00	คะแนน	หมายถึง	อยู่ในระดับสูง
คะแนน	0.51 – 1.50	คะแนน	หมายถึง	อยู่ในระดับปานกลาง
คะแนน	0.00 – 0.50	คะแนน	หมายถึง	อยู่ในระดับต่ำ
4) คุณภาพชีวิตในการทำงาน แปรผลดังนี้				
คะแนน	1.51 – 2.00	คะแนน	หมายถึง	คุณภาพชีวิตในการทำงานสูง
คะแนน	0.51 – 1.50	คะแนน	หมายถึง	คุณภาพชีวิตในการทำงาน ปานกลาง
คะแนน	0.00 – 0.50	คะแนน	หมายถึง	คุณภาพชีวิตในการทำงานต่ำ

การศึกษาการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพในสถานที่ทำงานภาคเอกชน : กรณีศึกษาบริษัท
ฮานาไมโครอิเล็กทรอนิกส์ จำกัด (มหาชน) ในครั้งนี้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาโดยวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ
โดยมีข้อมูลเชิงสถิติเป็นข้อมูลประกอบ

ข้อมูลเชิงสถิติ เป็นข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามของพนักงานบริษัท ฮานาไมโคร-
อิเล็กทรอนิกส์ จำกัด (มหาชน) ทำการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามที่สมบูรณ์ จำนวน
306 ฉบับ ได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล ดังปรากฏในตาราง 1 – 31 โดยแบ่งออกเป็น

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป นำเสนอในตารางที่ 1 - 4

ตอนที่ 2 ข้อมูลสภาวะสุขภาพของพนักงาน นำเสนอในตารางที่ 5 - 20

ตอนที่ 3 ข้อมูลด้านคุณภาพชีวิตในการทำงานของพนักงาน นำเสนอในตารางที่ 21-30

ตอนที่ 4 การลงทุนด้านการส่งเสริมสุขภาพของพนักงาน นำเสนอในตาราง 31

ข้อมูลเชิงสถิติที่ได้จากการตอบแบบสอบถามของพนักงาน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป แสดงในตาราง 1 - 4

ตาราง 1 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศและอายุ

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n = 306 คน)	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	25	8.2
หญิง	281	91.8
อายุ		
ต่ำกว่า 20 ปี	74	24.2
20-25 ปี	182	59.5
26-30 ปี	37	12.1
30 ปีขึ้นไป	13	4.2

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง คือมีจำนวน 281 คน คิดเป็นร้อยละ 91.8 และมีอายุอยู่ระหว่าง 20-25 ปีเป็นส่วนใหญ่ คือมีจำนวน 182 คน คิดเป็นร้อยละ 59.5

ตาราง 2 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพสมรสและระดับการศึกษา

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n = 306 คน)	ร้อยละ
สถานภาพการสมรส		
โสด	260	85.0
สมรสและอยู่ด้วยกัน	37	12.1
สมรสแต่แยกกันอยู่	5	1.6
ม่าย/หย่า	4	1.3
ระดับการศึกษา		
ประถมฯ 6 หรือต่ำกว่า	4	1.3
มัธยมฯ 3 หรือเทียบเท่า	88	28.8
มัธยมฯ 6 หรือเทียบเท่า	157	51.3
ปวส.	49	16.0
ปริญญาตรีหรือสูงกว่า	8	2.6

จากตาราง 2 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด คือมีจำนวน 260 คน คิดเป็นร้อยละ 85.0 และจบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 เป็นส่วนใหญ่ คือมีจำนวน 157 คน คิดเป็น ร้อยละ 51.3

ตาราง 3 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามภูมิภาคและประสบการณ์การทำงาน

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n = 306 คน)	ร้อยละ
ภูมิภาค		
ภาคเหนือ	264	86.3
ภาคกลาง	5	1.6
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	29	9.5
ภาคตะวันออก	2	0.7
ภาคใต้	6	1.9
ประสบการณ์การทำงาน		
ไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน	186	60.8
เคยมีในลักษณะงานที่แตกต่างกัน	101	33.0
เคยมีในลักษณะงานที่เหมือนกัน	19	6.2

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ในภาคเหนือคือมีจำนวน 264 คน คิดเป็นร้อยละ 86.3 และไม่เคยมีประสบการณ์ในการทำงานมาก่อนเป็นส่วนใหญ่ คือมีจำนวน 186 คน คิดเป็นร้อยละ 60.8 รองลงมาคือเคยมีประสบการณ์การทำงานมาก่อนแต่ในลักษณะงานที่แตกต่างกัน คือมีจำนวน 101 คน คิดเป็นร้อยละ 33.0

ตาราง 4 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพการทำงาน ระยะเวลาในการทำงาน และการทำงานล่วงเวลา

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n = 306 คน)	ร้อยละ
สถานภาพการทำงาน		
ลูกจ้างรายวัน	283	92.5
ลูกจ้างรายเดือน	23	7.5
ระยะเวลาในการทำงาน		
ช่วงทดลองงาน 4 เดือน	35	11.4
ต่ำกว่า 1 ปี	99	32.4
1-2 ปี	62	20.3
มากกว่า 2 ปี	110	35.9
การทำงานล่วงเวลา		
ทำ	106	34.6
ไม่ทำ	200	65.4

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีสถานภาพเป็นลูกจ้างรายวัน คือมีจำนวน 283 คน คิดเป็นร้อยละ 92.5 มีระยะเวลาในการทำงานในบริษัทนี้มากกว่า 2 ปี มีจำนวน 110 คน คิดเป็น ร้อยละ 35.9 รองลงมาคือมีระยะเวลาในการทำงานต่ำกว่า 1 ปี มีจำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 32.4 ในด้านการทำงานล่วงเวลา พบว่า ส่วนใหญ่ไม่ทำงานล่วงเวลา คือมีจำนวน 200 คน คิดเป็นร้อยละ 65.4

ตอนที่ 2 ข้อมูลสภาวะสุขภาพของพนักงาน แสดงในตาราง 5 – 20

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการประเมินภาวะสุขภาพของพนักงาน
จำแนกรายด้านและสภาวะสุขภาพโดยรวม

การประเมินภาวะสุขภาพ*	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน ระดับภาวะ	มาตรฐาน สุขภาพ
ด้านประสิทธิภาพในการทำงานของร่างกาย	4.00	1.01	ปานกลาง
ด้านสถานภาพทางอารมณ์	3.69	0.93	ปานกลาง
ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	4.66	0.97	ค่อนข้างดี
ด้านความคิดและความสามารถในการทำงาน	4.30	0.98	ค่อนข้างดี
ด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจ	4.33	1.21	ค่อนข้างดี
ด้านการรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง	5.51	0.91	ดี
การประเมินภาวะสุขภาพโดยรวมของพนักงาน	4.41	1.00	ค่อนข้างดี

* ให้ค่าคะแนน (rating scale) จาก 1-7 ค่ากึ่งกลาง เท่ากับ 4

จากตาราง 5 แสดงให้เห็นว่า กลุ่มตัวอย่างมีภาวะสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับค่อนข้างดี โดยมีค่าเฉลี่ย 4.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.00 เมื่อดูรายด้านพบว่า มีภาวะสุขภาพในด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านความคิดและความสามารถในการทำงาน ด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจอยู่ในระดับค่อนข้างดี ด้านการรับรู้ภาวะสุขภาพอยู่ในระดับดี ส่วนด้านประสิทธิภาพในการทำงานของร่างกายและด้านสถานภาพทางอารมณ์อยู่ในระดับปานกลาง

ตาราง 6 จำนวน ร้อยละและค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการรับรู้สภาวะสุขภาพ
ด้านสมรรถภาพทางกาย

การรับรู้สภาวะสุขภาพทางกาย		จำนวน (n=306 คน)	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย* (mean)
ท่านเคลื่อนไหวร่างกายได้เล็กน้อย	1	2	0.7	5.1
	2	2	0.7	
	3	6	1.9	
	4	114	37.3	
	5	56	18.3	
	6	72	23.5	
เคลื่อนไหวได้อย่างคล่องแคล่วว่องไว	7	54	17.6	
ในประจำวันและการทำงานท่านมีแรงน้อยเหนื่อยง่าย	1	0	0	4.8
	2	4	1.3	
	3	20	6.5	
	4	104	34.0	
	5	106	34.6	
	6	62	20.3	
มีแรงมากทำงานได้โดยไม่รู้สึกเหนื่อย	7	10	3.3	
นอกจากการทำงานแล้วท่านอ่อนเพลียมาก	1	0	0	5.1
	2	4	1.3	
	3	30	9.8	
	4	86	28.1	
	5	72	23.5	
	6	56	18.3	
สามารถทำกิจกรรมอื่นอย่างต้องการได้	7	58	19.0	

* ให้ค่าคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 7 ค่ากึ่งกลางเท่ากับ 4

จากตาราง 6 การรับรู้สภาวะสุขภาพด้านสมรรถภาพทางกายของพนักงานจำแนกรายข้อ พนักงานมีความรู้สึว่าการเคลื่อนไหวร่างกายของพนักงานสามารถเคลื่อนไหวได้ พนักงานให้ค่าคะแนนเท่ากับ 4 จากคะแนน 1 ถึง 7 เป็นจำนวน 114 คน คิดเป็นร้อยละ 37.3 โดยมีค่าเฉลี่ย 5.1 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

ส่วนในข้อการรู้สึกถึงการมีแรงในการทำงานพบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนน 5 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 106 คน คิดเป็นร้อยละ 34.6 และให้ค่าคะแนน 4 เป็นจำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 34.0 โดยมีค่าเฉลี่ยในข้อนี้เป็น 4.8 จากคะแนนเต็ม 7

ในด้านการสามารถทำกิจกรรมอื่น ๆ นอกเหนือจากการทำงานประจำแล้วพนักงานสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างใจต้องการพบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 4 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 86 คนคิดเป็นร้อยละ 28.1 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 5.1 จากคะแนนเต็ม 7

ตาราง 7 จำนวน ร้อยละและค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการรับรู้สภาวะสุขภาพ
ด้านสมรรถภาพทางอารมณ์

การรับรู้สภาวะสุขภาพทางอารมณ์	จำนวน (n=306 คน)		ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย (mean)
ท่านมีความวิตกกังวลกลัวปัญหาต่าง ๆ	1	2	0.7	4.7
	2	8	2.6	
	3	28	9.2	
	4	98	32.0	
	5	94	30.7	
	6	56	18.3	
ท่านสามารถแก้ไขปัญหได้ทุกอย่าง	7	20	6.5	
ท่านประเมินอารมณ์ท่านว่ามีความเครียดมาก	1	6	2.0	4.5
	2	12	3.9	
	3	30	9.8	
	4	96	31.4	
	5	88	28.8	
	6	64	20.9	
มีความเครียดน้อย	7	10	3.3	

ตาราง 7 (ต่อ)

การรับรู้สภาวะสุขภาพทางอารมณ์	จำนวน (n=306 คน)	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย (mean)*
อารมณ์ของท่านทุกวันนี้ ซึมเศร้าหดหู่	1	0	5.1
	2	4	
	3	10	
	4	76	
	5	86	
	6	84	
มีความร่าเริงสนุกสนาน	7	46	
ท่านรู้สึกเบื่อหน่ายกับการทำงาน	1	14	4.6
	2	16	
	3	32	
	4	80	
	5	92	
	6	46	
มีความตื่นตัวรู้สึกการทำงานเป็นเรื่อที่น่าท้าทาย	7	26	
ท่านหงุดหงิดโมโหง่าย	1	10	4.6
	2	10	
	3	34	
	4	88	
	5	104	
	6	42	
มีความหนักแน่นในอารมณ์	7	18	

* ให้ค่าคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 7 ค่ากึ่งกลางเท่ากับ 4

จากตาราง 7 การรับรู้สภาวะสุขภาพด้านสมรรถภาพทางอารมณ์ของพนักงาน จำแนกรายชื่อ พนักงานมีความรู้สึกวิตกกังวลกับปัญหาต่าง ๆ ถึงสามารถแก้ไขปัญหาดังกล่าวพบว่ามีพนักงานให้ค่าคะแนนเท่ากับ 4 จากคะแนน 1 ถึง 7 เป็นจำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 32.0 โดยมีค่าเฉลี่ย 4.7 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

ส่วนในการประเมินอารมณ์ตนเองของพนักงานตั้งแต่มีความเครียดมาก (คะแนนเท่ากับ 1) ถึงเครียดน้อย (คะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนน 4 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 31.4 โดยมีค่าเฉลี่ยในข้อนี้เป็น 4.5 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

การประเมินอารมณ์ว่ามีความเศร้าหรือหดหู่ (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) ไปจนถึงมีความสุขสนุกสนานร่าเริง (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 5 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 86 คนคิดเป็นร้อยละ 28.1 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 5.1 จากคะแนนเต็ม 7

การประเมินความรู้สึกเบื่อหน่ายกับการทำงาน (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) จนถึงรู้สึกว่าการทำงานเป็นเรื่องน่าท้าทาย (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 5 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 92 คนคิดเป็นร้อยละ 30.1 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 4.6 จากคะแนนเต็ม 7

การประเมินความรู้สึกว่าเป็นคนหงุดหงิดไม่พอใจ (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) จนถึงรู้สึกหนักแน่นในอารมณ์ (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 5 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 34.0 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 4.6 จากคะแนนเต็ม 7

ตาราง 8 จำนวน ร้อยละและค่าเฉลี่ยกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการรับรู้สภาวะสุขภาพด้าน
ความสัมพันธ์ทางสังคม

การรับรู้สภาวะสุขภาพด้านความสัมพันธ์ทางสังคม	จำนวน (n=306 คน)	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย (mean)	
ในที่ทำงานท่านไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนร่วมงาน	1	0	0	5.2
	2	2	0.7	
	3	8	2.6	
	4	74	24.2	
	5	94	30.7	
	6	76	24.8	
ได้รับการยอมรับเพื่อนมาขอปรึกษาท่านเสมอ	7	52	17.0	
ท่านมักมีปัญหาในการทำงานร่วมกับผู้อื่น	1	0	0	5.8
	2	2	0.7	
	3	6	2.0	
	4	48	15.7	
	5	56	18.7	
	6	74	24.1	
สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี	7	120	39.2	
ในที่ทำงานท่านไม่มีเพื่อนหรือใครสนใจท่านเลย	1	0	0	5.8
	2	2	0.7	
	3	4	1.3	
	4	30	9.8	
	5	76	24.8	
	6	98	32.0	
มีเพื่อนคอยรักและห่วงใย	7	96	31.4	

ตาราง 8 (ต่อ)

การรับรู้สภาวะสุขภาพด้านความสัมพันธ์ทางสังคม		จำนวน (n=306 คน)	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย* (mean)
ท่านไม่ชอบร่วมกิจกรรมที่กลุ่มจัดขึ้น	1	2	0.7	5.8
	2	8	2.6	
	3	4	1.3	
	4	46	15.0	
	5	52	17.0	
	6	62	20.3	
ยินดีให้ความร่วมมือกับกลุ่ม	7	132	43.1	

* ให้ค่าคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 7 ค่ากึ่งกลางเท่ากับ 4

จากตาราง 8 การรับรู้สภาวะสุขภาพด้านความสัมพันธ์ทางสังคมของพนักงาน จำแนกรายข้อตั้งแต่ในที่ทำงานไม่ได้รับการยอมรับจากเพื่อนร่วมงาน (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) ถึงได้รับการยอมรับจากเพื่อนร่วมงาน (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่า พนักงานให้ค่าคะแนนเท่ากับ 5 จากคะแนน 1 ถึง 7 เป็นจำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 30.7 โดยมีค่าเฉลี่ย 5.2 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

ส่วนในการประเมินความสัมพันธ์ด้านสังคมของพนักงานตั้งแต่มีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนร่วมงานเสมอ (คะแนนเท่ากับ 1) ถึงสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี (คะแนนเท่ากับ 7) พบว่า พนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนน 7 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 120 คน คิดเป็นร้อยละ 39.2 โดยมีค่าเฉลี่ยในข้อนี้เป็น 5.8 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

การประเมินความสัมพันธ์ด้านสังคมของพนักงานตั้งแต่ไม่มีใครสนใจท่านเลยในที่ทำงาน (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) ไปจนถึงมีเพื่อนคอยรักและห่วงใย (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 6 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 98 คนคิดเป็นร้อยละ 32.0 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 5.8 จากคะแนนเต็ม 7

การประเมินความรู้สึกเบื่อหน่ายกับการทำงาน (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) จนถึงรู้สึกว่าการทำงานเป็นเรื่องน่าท้าทาย (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 5 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 30.1 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 4.6 จากคะแนนเต็ม 7

การประเมินความสัมพันธ์ด้านสังคมของพนักงานตั้งแต่ไม่ชอบร่วมกิจกรรมที่กลุ่มจัดขึ้น (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) จนถึงยินดีให้ความร่วมมือกับกลุ่ม (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 7 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 132 คน คิดเป็นร้อยละ 43.1 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 5.8 จากคะแนนเต็ม 7

ตาราง 9 จำนวน ร้อยละและค่าเฉลี่ยกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการรับรู้สภาวะสุขภาพ
ด้านความคิดและความสามารถในการทำงาน

การรับรู้สภาวะสุขภาพด้านความคิดและ ความสามารถในการทำงาน		จำนวน (n=306 คน)	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย* (mean)
ท่านทำงานได้เพียงตามคำสั่งเท่านั้น	1	18	5.9	4.9
	2	8	2.6	
	3	16	5.2	
	4	48	15.7	
	5	112	36.6	
	6	72	23.5	
คิดแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นได้ด้วยตนเอง	7	32	10.5	5.5
ท่านชอบงานที่ไม่ต้องใช้ความคิด	1	4	1.3	
	2	2	0.7	
	3	4	1.3	
	4	56	18.3	
	5	76	24.8	
	6	86	28.1	
ชอบคิดเพื่อพัฒนางานให้ดีขึ้นอยู่เสมอ	7	78	25.5	5.5
ท่านเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ได้ยาก	1	4	1.3	
	2	2	0.7	
	3	6	2.0	
	4	42	13.7	
	5	98	32.0	
	6	104	34.0	
สามารถเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ได้อย่างรวดเร็ว	7	50	16.3	

* ให้ค่าคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 7 ค่ากึ่งกลางเท่ากับ 4

จากตาราง 9 การรับรู้สภาวะสุขภาพด้านความคิดและความสามารถในการทำงานของพนักงานจำแนกรายข้อตั้งแต่ทำงานได้เพียงตามคำสั่งเท่านั้น (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) ถึงคิดแก้ไขปัญหได้ด้วยตนเอง (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานให้ค่าคะแนนเท่ากับ 5 จากคะแนน 1 ถึง 7 เป็นจำนวน 112 คน คิดเป็นร้อยละ 36.6 โดยมีค่าเฉลี่ย 4.9 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

ส่วนในด้านความคิดและความสามารถในการทำงานของพนักงานตั้งแต่ชอบงานที่ไม่ต้องใช้ความคิด (คะแนนเท่ากับ 1) ถึงชอบคิดเพื่อพัฒนางานอยู่เสมอ (คะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนน 6 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 86 คน คิดเป็นร้อยละ 28.1 โดยมีค่าเฉลี่ยในข้อนี้เป็น 5.5 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

การประเมินด้านความคิดและความสามารถในการทำงานของพนักงาน ตั้งแต่เรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ได้ยาก (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) ไปจนถึงเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็ว (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 6 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 34.0 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 5.5 จากคะแนนเต็ม 7

ตาราง 10 จำนวน ร้อยละค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการรับรู้สภาวะสุขภาพ
ด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจ

การรับรู้สภาวะสุขภาพด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจ		จำนวน (n=306 คน)	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย* (mean)
รายได้ของท่านไม่เพียงพอใช้จ่ายต้องกู้ยืม	1	24	7.8	4.6
	2	10	3.3	
	3	24	7.8	
	4	90	29.4	
	5	80	26.1	
	6	42	13.7	
มีเพียงพอใช้จ่ายและเหลือเก็บออม	7	36	11.8	
ท่านไม่พอใจกับรายได้ที่ได้รับ	1	36	11.8	4.1
	2	22	7.2	
	3	54	17.6	
	4	66	21.6	
	5	72	23.5	
	6	30	9.8	
พอใจกับรายได้ที่เป็นอยู่	7	26	8.5	
ท่านมีความไม่แน่นอนในอาชีพและรายได้	1	60	19.6	3.6
	2	16	5.2	
	3	56	18.3	
	4	76	24.8	
	5	48	15.7	
	6	36	11.8	
ท่านมีความมั่นคงในอาชีพและรายได้	7	14	4.6	

ตาราง 10 (ต่อ)

การรับรู้สภาวะสุขภาพด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจ		จำนวน (n=306 คน)	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย* (mean)
ท่านไม่มีทางออกเมื่อมีปัญหาด้านการเงิน	1	10	3.3	4.9
	2	8	2.6	
	3	14	4.6	
	4	80	26.1	
	5	92	30.1	
	6	52	17.0	
มีทางออกเพื่อแก้ไขปัญหากการเงินเสมอ	7	50	16.3	

* ให้ค่าคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 7 ค่ากึ่งกลางเท่ากับ 4

จากตาราง 10 การรับรู้สภาวะสุขภาพด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจของพนักงานจำแนกรายชื่อ ตั้งแต่รายได้ไม่เพียงพอใช้จ่ายต้องกู้ยืม (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) มีเพียงพอใช้จ่ายและเหลือเก็บออม (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานให้ค่าคะแนนเท่ากับ 4 จากคะแนน 1 ถึง 7 เป็นจำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 29.4 โดยมีค่าเฉลี่ย 4.6 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

ส่วนด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจตั้งแต่ไม่พอใจกับรายได้ที่ได้รับ (คะแนนเท่ากับ 1) ถึงพอใจกับรายได้ที่เป็นอยู่ (คะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนน 5 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 72 คน คิดเป็นร้อยละ 23.5 โดยมีค่าเฉลี่ยในข้อนี้เป็น 4.1 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

การประเมินด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจตั้งแต่มีความไม่แน่นอนในอาชีพ และรายได้ที่ได้รับ (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) ไปจนถึงมั่นคงในอาชีพและรายได้ (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 4 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 76 คน คิดเป็นร้อยละ 24.8 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 3.6 จากคะแนนเต็ม 7

การประเมินด้านสถานภาพทางเศรษฐกิจตั้งแต่ไม่มีปัญหาทางออกเรื่องการเงิน (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) ไปจนถึงมีทางออกเพื่อแก้ไขปัญหากการเงินเสมอ (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 5 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 30.1 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 4.9 จากคะแนนเต็ม 7

ตาราง 11 จำนวน ร้อยละค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการรับรู้สภาวะสุขภาพ
ด้านการรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง

การรับรู้สภาวะสุขภาพ		จำนวน	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย*
ด้านการรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง		(n=306 คน)		(mean)
ท่านเจ็บป่วยบ่อย ๆ	1	4	1.3	5.2
	2	6	2.0	
	3	18	5.9	
	4	68	22.2	
	5	72	23.5	
	6	60	19.6	
ท่านสุขภาพแข็งแรงดี	7	78	25.5	
ต้องทำอะไรอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพเสมอ 1	8	8	2.6	5.2
	2	4	1.3	
	3	12	3.9	
	4	76	24.8	
	5	82	26.8	
	6	68	22.2	
ต้องทำอะไรอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อส่งเสริมสุขภาพ อยู่เสมอ 7	56	18.3		
สภาพแวดล้อมเปลี่ยนแปลงท่านไม่รับรู้และไม่ ปรับตัว 1	0	0	0	5.8
	2	6	2.0	
	3	2	0.7	
	4	42	13.7	
	5	78	25.5	
	6	68	22.2	
ท่านพร้อมที่จะปรับตัวอยู่เสมอ	7	110	35.9	

ตาราง 11 (ต่อ)

การรับรู้สภาวะสุขภาพ ด้านการรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง	จำนวน (n=306 คน)	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย* (mean)
ท่านไม่เคยสนใจสิ่งแวดลอมเลย 1	0	0	5.9
2	2	0.7	
3	4	1.3	
4	36	11.7	
5	70	22.9	
6	86	28.1	
ท่านสังเกตและใส่ใจอยู่เสมอ 7	108	35.3	

* ให้ค่าคะแนนตั้งแต่ 1 ถึง 7 ค่ากึ่งกลางเท่ากับ 4

จากตาราง 11 การรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง จำแนกรายข้อตั้งแต่ เจ็บป่วยบ่อย ๆ (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) ถึงสุขภาพแข็งแรงดี (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 7 จากคะแนน 1 ถึง 7 เป็นจำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 25.5 โดยมีค่าเฉลี่ย 5.2 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

ส่วนการรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง ตั้งแต่ต้องแก้ไขปัญหาสุขภาพของตนเอง (คะแนนเท่ากับ 1) ถึงส่งเสริมสุขภาพให้ดียิ่งขึ้น (คะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนน 5 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 26.8 โดยมีค่าเฉลี่ยในข้อนี้เป็น 5.2 จากคะแนนเต็ม 7 คะแนน

การประเมินการรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง ตั้งแต่ไม่สามารถปรับตัวเมื่อสภาพแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไป (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) ไปจนถึงพร้อมที่จะปรับตัวอยู่เสมอ (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 7 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 110 คนคิดเป็นร้อยละ 35.9 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 5.8 จากคะแนนเต็ม 7

การประเมินด้านการรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเอง ตั้งแต่ไม่เคยสนใจสิ่งแวดล้อม (ค่าคะแนนเท่ากับ 1) ไปจนถึงสังเกตและใส่ใจสิ่งแวดล้อมเสมอ (ค่าคะแนนเท่ากับ 7) พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ให้ค่าคะแนนเท่ากับ 7 จากคะแนน 1-7 เป็นจำนวน 108 คน คิดเป็นร้อยละ 35.3 โดยมีค่าเฉลี่ยของคะแนนในข้อนี้เท่ากับ 5.9 จากคะแนนเต็ม 7

ตาราง 12 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พฤติกรรมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่างจำแนกรายด้าน
และพฤติกรรมสุขภาพโดยรวม

พฤติกรรมสุขภาพ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน	ระดับพฤติกรรม
		มาตรฐาน	สุขภาพ
- ด้านสุขนิสัย	2.94	1.63	ดีมาก
- การรับประทานอาหาร	1.90	0.33	ดี
- การออกกำลังกายและการ ส่งเสริมสมรรถภาพ	1.24	0.59	ดี
- การควบคุมความเครียด	1.51	0.47	ดี
- การพักผ่อนนอนหลับ	2.28	0.45	ดีมาก
- การงดเว้นสูบบุหรี่ ดื่มชา กาแฟ เครื่องดื่มชูกำลัง แอลกอฮอล์และ สารเสพติด	2.19	0.23	ดีมาก
- พฤติกรรมสุขภาพในการทำงาน	2.19	0.48	ดีมาก
- การดูแลสุขภาพ	1.88	0.56	ดี
- พฤติกรรมสุขภาพจิต	2.20	0.56	ดีมาก
พฤติกรรมสุขภาพโดยรวม	2.04	0.59	ดีมาก

จากตาราง 12 แสดงให้เห็นว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก
โดยเมื่อดูรายด้านพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีพฤติกรรมสุขภาพรายด้าน ทั้ง 9 ด้านอยู่ในระดับดีถึงดีมาก

ตาราง 13 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามพฤติกรรมสุขภาพ

พฤติกรรมสุขภาพ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	ไม่เคย
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ด้านสุขนิสัย				
1. ฉีดดูแลร่างกายให้สะอาด	92.2	6.5	1.3	0
2. ฉีดล้างมือให้สะอาดก่อน				
รับประทานอาหาร	70.6	14.4	15.0	0
3. ฉีดล้างมือหลังการขับถ่าย	94.1	3.9	2.0	0
4. แปรงฟันตอนเช้าและก่อนนอน	93.4	4.6	2.0	0
ด้านการรับประทานอาหาร				
5. รับประทานอาหาร เนื้อสัตว์ ผักและ				
ผลไม้ครบในแต่ละวัน	39.2	25.8	34.3	0.7
6. รับประทานอาหารวันละ 3 มื้อ	64.0	9.2	24.8	2.0
7. รับประทานอาหารหวาน/ขมเคี้ยว	20.9	20.3	58.8	0
8. รับประทานอาหารไขมันสูง	5.9	11.1	79.1	3.9
9. รับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ	2.0	2.6	39.8	55.6
10. รับประทานอาหารตรงเวลา	13.7	19.6	60.1	6.5
11. รับประทานอาหารปรุงใหม่ ๆ	22.9	35.9	39.2	2.0
ด้านการออกกำลังกายและ				
การส่งเสริมสุขภาพ				
12. ทำกายบริหารอย่างน้อย 3 ครั้ง				
ต่อสัปดาห์	7.2	7.2	66.0	19.6
13. ออกกำลังกายวันละ				
20-30 นาที	3.3	5.9	60.1	30.7
14. ควบคุมน้ำหนักไม่ให้ผอม/อ้วน	19.0	15.0	41.2	24.8
15. ใช้เวลาวางทำกิจกรรมที่ได้				
ออกกำลังกาย	22.2	28.8	43.8	5.2

ตาราง 13 (ต่อ)

พฤติกรรมสุขภาพ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	ไม่เคย
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
การควบคุมความเครียด				
16. มีงานกิจกรรมที่ทำให้เพลิดเพลิน	24.8	34.0	41.2	0
17. ทำสมาธิ	5.2	7.8	59.5	27.5
18. สวดมนต์ไหว้พระก่อนนอน	36.6	16.3	37.9	9.2
19. ออกกำลังกายเมื่อเกิด ความเครียด	8.5	15.0	59.5	17.0
20. มีวิธีควบคุมความเครียดที่เกิดขึ้น	18.3	26.1	50.3	5.2
21. สามารถพูดคุยและขอความ ช่วยเหลือจากเพื่อนร่วมงานได้	24.2	29.4	46.4	0
ด้านการนอนหลับพักผ่อน				
22. นอนหลับพักผ่อนอย่างน้อย วันละ 6 ชม.	71.2	11.1	15.7	2.0
23. ฉันทื่นยวต่อกับเพื่อนหลังเลิกงาน	1.3	3.3	79.7	15.7
24. มีเวลาพักผ่อน ในแต่ละวัน	30.1	28.7	41.2	0
25. พักเพียงพอเพื่อจะมีแรงทำงาน	64.1	19.6	12.4	3.9
ด้านการใช้ยาสูบกำลังและ สารเสพติด				
26. ฉันทสูบบุหรี่	2.0	1.3	7.8	88.9
27. ดื่ม ชา กาแฟ	3.9	5.2	67.3	23.5
28. ดื่มเหล้า เบียร์	1.3	5.2	70.6	22.9
29. ใช้บุหรี่ เหล้า ยาเสพติดเพื่อ บรรเทาอาการเครียด	0	1.3	19	79.7

ตาราง 13 (ต่อ)

พฤติกรรมสุขภาพ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	ไม่เคย
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
30. เมื่ออ่อนเพลียดื่มเครื่องดื่มชูกำลัง	0.7	0.7	19.6	79.1
31. รับประทานยาแก้ปวดเมื่อ ปวดเมื่อย	4.6	5.2	66.7	23.5
32. รับประทานยานอนหลับ	0.7	0	13.7	85.6
ด้านพฤติกรรมสุขภาพในการทำงาน				
33. หยุดงานเมื่อมีอาการไม่สบาย	7.8	5.9	77.8	8.5
34. คิดถึงความปลอดภัยเวลาทำงาน	64.0	22.9	12.4	0.7
35. ระวังเมื่อทำงานที่อาจมีอันตราย	72.5	19.6	6.5	1.3
36. สวมอุปกรณ์ป้องกันอันตราย จากการทำงาน	66.0	10.5	18.3	5.2
ด้านการดูแลสุขภาพตนเอง				
37. ตรวจสุขภาพประจำปี	52.2	10.5	34.0	3.3
38. รับประทานยาเมื่อไม่สบาย	35.9	22.9	38.6	2.6
39. อ่านและปฏิบัติตามการใช้ยา	66.7	18.3	15.0	0
40. พูดคุยเรื่องสุขภาพกับเพื่อน ร่วมงาน	20.3	24.8	50.3	4.6
*41. เคยมีเพศสัมพันธ์กับผู้ไม่ใช่ คู่สมรส	0.7	0.7	1.9	96.7
42. ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ กับผู้ที่ไม่ใช่คู่สมรส	3.3	0	0	0
43. หาความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ	32.0	26.1	35.9	5.9

ตาราง 13 (ต่อ)

พฤติกรรมสุขภาพ	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	ไม่เคย
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
ด้านพฤติกรรมสุขภาพจิต				
44. ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับครอบครัว	3.3	7.2	38.6	50.9
45. ฉันเป็นคนร่าเริงแจ่มใส	49	35.9	13.1	2.0
46. ฉันรู้สึกที่ทำงานน่าอยู่สะอาดร่มรื่น	27.5	19.6	49.6	3.3

หมายเหตุ : * ข้อ 41 หากตอบไม่เคยไม่ต้องตอบข้อ 42 ข้ามไปข้อ 43 เลย

จากตาราง 13 พบว่าพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานด้านสุขนิสัยพนักงานส่วนใหญ่ระบุว่าถึงการมีพฤติกรรมที่ดีโดยมีการปฏิบัติเป็นประจำถึงร้อยละ 70.6-94.1 ส่วนพฤติกรรมด้านการรับประทานอาหารพนักงานส่วนใหญ่รับประทานอาหารวันละ 3 มื้อถึงร้อยละ 64.0 การรับประทานอาหารที่มีไขมันสูงพนักงานส่วนใหญ่ร้อยละ 79.1 รับประทานอาหารเพียงบางครั้ง พฤติกรรมสุขภาพด้านการออกกำลังกายและการส่งเสริมสุขภาพ พบว่า พนักงานส่วนใหญ่ร้อยละ 66.0 ทำกายบริหารอย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์เป็นบางครั้งเท่านั้น

ในด้านพฤติกรรมสุขภาพในการควบคุมความเครียดพนักงานส่วนใหญ่ร้อยละ 59.5 ทำสมาธิเป็นบางครั้งและออกกำลังกายเมื่อเกิดความเครียด พฤติกรรมสุขภาพด้านการนอนหลับพักผ่อนพนักงานส่วนใหญ่ร้อยละ 71.2 นอนหลับพักผ่อนอย่างน้อยวันละ 6 ชั่วโมงเป็นประจำ พฤติกรรมสุขภาพด้านการใช้อาหารกำลังและสารเสพติด พนักงานส่วนใหญ่ถึงร้อยละ 88.9 ไม่เคยสูบบุหรี่เลย ส่วนพฤติกรรมสุขภาพในการทำงานพนักงานร้อยละ 72.5 จะระมัดระวังเมื่อทำงานที่อาจมีอันตรายโดยปฏิบัติเป็นประจำ ด้านการดูแลสุขภาพตนเองพนักงานร้อยละ 96.7 ไม่เคยมีเพศสัมพันธ์กับผู้ที่ไม่ใช่คู่สมรส และพฤติกรรมด้านสุขภาพจิตพนักงานร้อยละ 50.9 ไม่เคยมีปัญหาเกี่ยวกับครอบครัว

ตาราง 14 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพจำแนกตามปัจจัยนำ
ปัจจัยเชื้อและปัจจัยเสริม

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับการได้รับปัจจัย
ปัจจัยนำ			
ด้านความรู้*	0.90	0.08	สูง
ด้านทัศนคติ**	0.34	0.22	ต่ำ
ด้านความเชื่อ**	0.47	0.26	ต่ำ
ปัจจัยเสริม*	0.82	0.18	สูง
ปัจจัยเชื้อ *	0.43	0.25	ปานกลาง

* ให้ค่าคะแนนตั้งแต่ 0-1

** ให้ค่าคะแนนตั้งแต่ 0-2

จากตาราง 14 แสดงให้เห็นว่า มีปัจจัยนำด้านความรู้อยู่ในระดับสูงมีค่าเฉลี่ย 0.90 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.08 ส่วนปัจจัยนำด้านทัศนคติและด้านความเชื่ออยู่ในระดับต่ำ ในด้านปัจจัยเสริมพบว่ากลุ่มตัวอย่างได้รับปัจจัยเสริมอยู่ในระดับสูง คือมีค่าเฉลี่ย 0.82 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.18 และปัจจัยเชื้ออยู่ในระดับ ปานกลางคือมีค่าเฉลี่ย 0.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.25

ตาราง 15 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพปัจจัยนำด้านความรู้

ปัจจัยนำด้านความรู้	ใช่ ร้อยละ	ไม่ทราบ ร้อยละ	ไม่ใช่ ร้อยละ
1. การดูแลร่างกายให้สะอาดเสมอทำให้ สุขภาพดี	97.4	0.7	2.0
2. ล้างมือให้สะอาดก่อนรับประทานอาหาร ป้องกันโรคระบบทางเดินอาหารได้	95.4	3.9	0.7
3. รับประทานอาหารผลไม้มากช่วยป้องกัน ท้องผูก	98.0	0.7	1.3
4. รับประทานอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ เกิดโรคร้ายได้	98.0	0.7	1.3
5. รับประทานอาหารมีไขมันมากทำให้เกิดโรค หลอดเลือดหัวใจอุดตัน	93.4	5.9	0.7
6. รับประทานอาหารแป้ง ไขมัน ของหวานมากจะอ้วน	97.3	2.0	0.7
7. ออกกำลังกายเสมอทำให้ร่างกายแข็งแรง	99.3	0	0.7
8. ทำสมาธิทำให้จิตใจสงบ	96.7	2.0	1.3
9. สวดมนต์ไหว้พระทำให้จิตใจสงบ	94.7	3.2	2.0
10. นอนหลับเพียงวันละ 3-4 ชั่วโมงเพียงพอแล้ว	15.0	5.9	79.1
11. ดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ทำให้สติลดลง	81.7	0.7	17.6
12. สูบบุหรี่ทำให้เกิดมะเร็งปอดได้	96.1	2.6	1.3
13. ใส่ที่อุดหูทำให้ลดเสียงดังที่เป็นอันตรายต่อหู	88.2	5.2	6.5
14. คัดเริ่มขัดนิรภัยช่วยลดแรงกระแทกเมื่อเกิด อุบัติเหตุได้	96.7	1.3	2.0
15. หมวกนิรภัยป้องกันศีรษะกระแทกกระเทือน	98.0	0	2.0
16. วัคซีนโรคติดต่อโดยการไอ จามรดกัน	88.2	9.2	2.6
17. ใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์ป้องกัน เอดส์ได้	96.7	2.0	1.3
18. การพูดคุยปรึกษาเพื่อนสนิทเป็นการระบาย ความเครียด	94.8	3.2	2.0

ตาราง 16 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพปัจจัยนำด้านทัศนคติ

ปัจจัยนำด้านทัศนคติ	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่แน่ใจ
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
1. ล้างมือบ่อยทำให้สิ้นเปลืองสบู่	9.2	7.2	83.6
2. ออกกำลังกายทำให้เสียเวลา	3.9	2.6	93.5
3. คนอ้วนมีสุขภาพดีกว่าคนผอม	3.9	28.8	67.3
4. นั่งสมาธิเป็นเรื่องของคนแก่	5.9	6.5	87.6
5. การไปสังสรรค์หลังเลิกงานเป็นการ คลายเครียด	63.4	19.0	17.6
6. คนไม่ดื่มสุราไม่มีเพื่อน	3.9	8.5	87.6
7. สูบบุหรี่ทำให้คนข้างเคียงรังเกียจ	65.4	15.7	18.9
8. การป้องกันโรคเอดส์เป็นเรื่องของโรงพยาบาล	4.6	1.9	93.5
9. สวมหมวกนิรภัยทำให้เกะกะ	2.6	3.9	93.5
10. ใส่ผ้าปิดจมูกขณะทำงานทำให้อึดอัด	7.8	3.9	88.2
11. การติดเชื้อโรคเอดส์เป็นเรื่องน่าอาย	23.5	11.1	65.4
12. การไปตรวจสุขภาพเป็นเรื่องยุ่งยาก	7.2	5.9	86.9

จากตาราง 16 พบว่าปัจจัยนำด้านทัศนคติของพนักงานที่มีต่อความเห็นที่ว่า การสูบบุหรี่ทำให้คนข้างเคียงรังเกียจ ร้อยละ 65.4 และความเห็นว่าการไปสังสรรค์หลังเลิกงานเป็นการคลายเครียด ร้อยละ 63.4

ตาราง 17 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพปัจจัยนำด้านความเชื่อ

ปัจจัยนำด้านความเชื่อ	จริง	ไม่จริง	ไม่แน่ใจ
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
1. ออกกำลังกายทุกวันไม่เป็นโรคหัวใจ	53.0	32.0	15.0
2. รับประทานเนื้อมากทำให้แข็งแรง	29.4	35.3	35.3
3. รับประทานอาหารไขมันมากทำให้ผิวพรรณดี	2.6	19.0	78.4
4. อุบัติเหตุเป็นเรื่องของเคราะห์กรรม	5.9	16.3	77.8
5. สูบบุหรี่ทำให้ดูเท่ มีรสนิยมดี	0.7	5.9	93.4
6. การเกิดเจ็บป่วยเพราะโชคชะตากำหนด	5.9	10.5	83.6
7. แคเดินใกล้คนเป็นเอดส์ก็ติดเอดส์ได้	0.7	1.9	97.4
8. ดื่มเครื่องดื่มชูกำลังทำให้ทำงานได้นาน	12.4	17.7	69.9

จากตาราง 17 พบว่าพนักงานมีปัจจัยนำด้านความเชื่อที่การออกกำลังกายทุกวันไม่เป็นโรคหัวใจร้อยละ 53.0 และร้อยละ 97.4 ไม่แน่ใจว่าแคเดินใกล้คนเป็นเอดส์ก็ติดเอดส์ได้

ตาราง 18 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพด้านปัจจัยเสริม

ปัจจัยเสริม	ไม่ได้รับ	ได้รับ
	ร้อยละ	ร้อยละ
1. ได้รับการสนับสนุน/คำแนะนำจากเพื่อนเมื่อ ออกกำลังกาย	19.0	81.0
2. ได้รับการสนับสนุน/คำแนะนำจากเพื่อนเมื่อใช้ อุปกรณ์ป้องกันอันตรายจากการทำงาน	15.0	85.0
3. ได้รับการตักเตือนจากเพื่อนเมื่อสูบบุหรี่	25.5	74.5
4. ได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนเมื่อไม่ดื่มสุรา	29.4	70.6
5. โรงงานมีอุปกรณ์ป้องกันอันตรายให้	5.2	94.8
6. ได้รับคำแนะนำจากหัวหน้างานให้ใช้อุปกรณ์ ป้องกันอันตรายจากการทำงาน	8.5	91.5
7. ได้รับการสนับสนุนจากเพื่อนให้ใช้อุปกรณ์ฯ	10.5	89.5
8. ได้รับคำแนะนำเรื่องอาหารจากคนใกล้ชิด	11.1	88.9
9. ได้รับคำตักเตือนเมื่อไม่สวมหมวกกันน็อค	15.0	85.0
10. เพื่อนมักชวนเที่ยวต่อหลังเลิกงาน	31.4	68.6
11. หัวหน้างานหรือฝ่ายบุคคลมีการให้คำปรึกษา ต่าง ๆ	35.3	64.7

จากตาราง 18 พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพด้านปัจจัยเสริม พนักงานส่วนมากจะ
ได้รับปัจจัยเสริมโดยการที่โรงงานมีอุปกรณ์ป้องกันอันตรายให้ และได้รับคำแนะนำจากหัวหน้างาน
ให้ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายจากการทำงานร้อยละ 94.8 และ 91.5 ตามลำดับ

ตาราง 19 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพด้านปัจจัยเชื้อ

ปัจจัยเชื้อ	มี	ไม่มี	ไม่แน่ใจ
	ร้อยละ	ร้อยละ	ร้อยละ
1. โรงงานมีข้อบังคับห้ามสูบบุหรี่ขณะทำงาน	96.7	0.7	2.6
2. โรงงานมีข้อบังคับห้ามดื่มสุราขณะทำงาน	95.4	2.0	2.6
3. ทางโรงงานห้มนำน้ำไปดื่มขณะทำงาน	87.6	3.9	8.5
4. โรงงานห้ามนำอาหารไปรับประทานขณะทำงาน	94.1	0.7	5.2
5. โรงงาน ให้ออกกำลังกายก่อนทำงาน	9.8	8.5	81.7
6. โรงงานจัดให้ออกกำลังกายกลางแจ้งไว้ให้	24.2	6.5	69.3
7. โรงงานจัดสถานที่ออกกำลังกายในร่มไว้ให้	30.1	9.8	60.1
8. โรงงานจัดโรงอาหารที่สะอาดไว้ให้	83.7	13.1	3.2
9. โรงงานมีระเบียบให้ใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตราย	94.1	2.6	3.3
10. โรงงานมีการตรวจร่างกายก่อนเข้าทำงาน	67.3	9.2	23.5

จากตาราง 19 พบว่าพนักงานส่วนใหญ่ร้อยละ 96.7 ทราบว่ามีปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมสุขภาพด้านปัจจัยเชื้อโดยการที่โรงงานมีกฎระเบียบห้ามสูบบุหรี่ขณะทำงาน รองลงมา ได้แก่การมีข้อห้ามดื่มสุราขณะทำงาน

ตาราง 20 ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความต้องการในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

ความต้องการในกิจกรรม	ต้องการ	ไม่ต้องการ
	ร้อยละ	ร้อยละ
1. กิจกรรมเล็กดื่มสุรา	74.8	25.2
โรงงานจัดไว้ให้หรือไม่	23.2	76.8
2. กิจกรรมเล็กสูบบุหรี่	87.0	13.0
โรงงานจัดไว้ให้หรือไม่	36.6	63.4
3. กิจกรรมลดน้ำหนัก	69.6	30.4
โรงงานจัดไว้ให้หรือไม่	32.7	67.3
4. กิจกรรมเสริมสร้างคุณค่าทางอาหาร	92.8	7.2
โรงงานจัดไว้ให้หรือไม่	33.3	66.7
5. กิจกรรมออกกำลังกายในที่ทำงาน	86.6	13.4
โรงงานจัดไว้ให้หรือไม่	27.1	72.9
6. กิจกรรมเพื่อคลายเครียด	94.8	5.2
โรงงานจัดไว้ให้หรือไม่	31.4	68.6
7. กิจกรรมสร้างทักษะในการคุมกำเนิด	77.8	22.2
โรงงานจัดไว้ให้หรือไม่	59.5	40.5
8. กิจกรรมสร้างทักษะความปลอดภัยในการทำงาน	96.7	3.3
โรงงานจัดไว้ให้หรือไม่	92.8	7.2
9. กิจกรรมสร้างทักษะในการป้องกันเอดส์	94.1	5.9
โรงงานจัดไว้ให้หรือไม่	78.8	21.2
10. การตรวจสุขภาพทุก 6 เดือน	96.7	3.3
โรงงานจัดไว้ให้หรือไม่	78.4	21.6

จากตาราง 20 พนักงานส่วนมากมีความต้องการในกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ คือ กิจกรรมสร้างทักษะความปลอดภัยในการทำงาน และการตรวจสุขภาพทุก 6 เดือน กล่าวคือมีร้อยละ 96.7 และเห็นว่าโรงงานจัดไว้ให้แล้วในกิจกรรมดังกล่าว ร้อยละ 92.8 และ 78.4 ตามลำดับ

ตอนที่ 3 ข้อมูลคุณภาพชีวิตในการทำงานของพนักงานแสดงในตารางที่ 21 -30

ตาราง 21 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คุณภาพชีวิตในการทำงานของกลุ่มตัวอย่าง
จำแนกตามตัวชี้วัดทั้ง 8 ด้านของวอลตัน

คุณภาพชีวิตในการทำงาน*	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน	ระดับคุณภาพชีวิตใน การทำงาน
- ค่าตอบแทนที่เพียงพอและเป็นธรรม	1.03	0.37	ปานกลาง
- สภาพการทำงานที่คำนึงถึงความปลอดภัย	1.55	0.33	สูง
- โอกาสพัฒนาความสามารถ	1.28	0.46	ปานกลาง
- ความก้าวหน้าและความมั่นคง	0.92	0.48	ปานกลาง
- การทำงานร่วมกัน	1.49	0.41	ปานกลาง
- การคุ้มครองแรงงาน	1.24	0.37	ปานกลาง
- การดำเนินชีวิต	0.97	0.40	ปานกลาง
- งานที่มีคุณค่าต่อสังคม	0.97	0.41	ปานกลาง
คุณภาพชีวิตในการทำงานรวม	1.18	0.40	ปานกลาง

* ให้ค่าคะแนนตั้งแต่ 0-2

จากตาราง 21 พบว่าคุณภาพชีวิตการทำงานของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับปานกลางโดยมีค่าเฉลี่ย 1.18 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.40 ส่วนรายด้าน พบว่า ส่วนใหญ่คุณภาพชีวิตการทำงานรายด้านจะอยู่ในระดับปานกลาง มีเพียงด้านสภาพการทำงานที่คำนึงถึงความปลอดภัยถูกสุขลักษณะ และสุขภาพของพนักงานเท่านั้นที่อยู่ในระดับสูง โดยมีค่าเฉลี่ย 1.55 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.33

ตาราง 22 จำนวน ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามรายได้ที่ได้รับจากเงินเดือนและรายได้พิเศษอื่น ๆ

รายได้ต่อเดือน	จำนวน (n= 306)	ร้อยละ
เงินเดือน		
ต่ำกว่า 3,000 บาท	20	6.5
3,001 - 4,000 บาท	200	65.3
4,001 - 5,000 บาท	36	11.7
5,001 - 6,000 บาท	38	12.4
6,001 - 7,000 บาท	2	0.7
7,001 - 8,000 บาท	2	0.7
8,001 - 9,000 บาท	2	0.7
9,001 - 10,000 บาท	4	1.3
10,000 บาทขึ้นไป	2	0.7
รายได้พิเศษอื่น ๆ		
ต่ำกว่า 500 บาท	140	45.7
500 - 1,000 บาท	70	22.9
1,001 - 1,500 บาท	96	31.4

จากตาราง 22 พบว่า พนักงานส่วนใหญ่ร้อยละ 65.3 มีรายได้อยู่ในระหว่าง 3,001–4,000 บาทต่อเดือน และร้อยละ 45.7 มีรายได้พิเศษต่ำกว่า 500 บาทต่อเดือน

ตาราง 23 จำนวน ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านความเหมาะสมของรายได้และสวัสดิการที่ได้รับ

รายได้และสวัสดิการที่ได้รับ	จำนวน (n = 306)	ร้อยละ
สภาพรายรับ-จ่ายต่อเดือนขณะนี้เป็นอย่างไร		
- ไม่พอกับค่าใช้จ่าย	112	36.6
- พอดีกับค่าใช้จ่าย	152	49.7
- มีพอเหลือเก็บ	42	13.7
ท่านคิดว่ามีความรู้เกี่ยวกับงานเพียงไร		
- ไม่ค่อยรู้ต้องแนะนำบ่อย ๆ	60	19.6
- รู้โดยไม่ต้องแนะนำซ้ำ	136	44.4
- รู้โดยไม่ต้องแนะนำซ้ำและแก้ไขข้อบกพร่องได้	110	35.9
เมื่อ ผลิตชิ้นงานมากกว่าที่กำหนดท่านได้รับค่าตอบแทน		
- ไม่เคยได้รับ	212	69.3
- ได้รับโบนัสประจำเดือน	16	5.2
- ได้รับเป็นโบนัสพิเศษเมื่อสิ้นปี	56	18.3
- อื่น ๆ	22	7.2
ด้วยความรู้ของท่านเมื่อเทียบกับเงินเดือน		
- ควรได้รับน้อยกว่านี้	10	3.3
- เหมาะสมดีแล้ว	130	42.5
- ควรได้รับมากกว่านี้	166	54.2

จากตาราง 23 รายได้และสวัสดิการที่พนักงานได้รับ พนักงานร้อยละ 49.7 เห็นว่ารายได้ที่ได้รับพอดีกับค่าใช้จ่าย ร้อยละ 44.4 มีความรู้เกี่ยวกับงานโดยไม่ต้องแนะนำซ้ำ ร้อยละ 69.3 ตอบว่าเมื่อผลิตชิ้นงานได้มากกว่าที่กำหนดไม่เคยได้รับค่าตอบแทนเพิ่ม และพนักงานส่วนใหญ่ร้อยละ 54.2 เห็นว่าด้วยความรู้ความสามารถที่มีอยู่ควรได้รับเงินเดือนมากกว่านี้

ตาราง 24 จำนวน ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านสภาพการทำงาน
ที่คำนึงถึงความปลอดภัยถูกสุขลักษณะและสุขภาพของผู้ใช้แรงงาน

สภาพการทำงาน	จำนวน (n= 306)	ร้อยละ
โรงงานท่านมีการกำหนดนโยบายความปลอดภัย		
- ไม่มี	0	0
- มีแต่ไม่ได้ดำเนินการอย่างจริงจัง	114	37.3
- มีและกำกับให้ทุกฝ่ายปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด	192	62.7
โรงงานมีการดูแลสภาพแวดล้อมในการทำงาน		
- ไม่มี	2	0.7
- มี แต่ไม่ได้ดำเนินการจริงจัง	96	31.4
- มีและดำเนินการจริงจัง	208	68.0
เมื่อเข้ามาทำงานท่านได้รับการฝึกอบรมด้านความปลอดภัยในการทำงาน		
- ไม่เคยได้รับ	18	5.9
- ได้รับและเข้าใจพอใช้	172	56.2
- ได้รับและเข้าใจดี	116	37.9
เมื่อเข้ามาทำงานท่านได้รับการฝึกอบรมการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายจากการทำงาน		
- ไม่เคยได้รับ	12	3.9
- ได้รับและเข้าใจพอใช้	192	62.7
- ได้รับและเข้าใจดี	102	33.3
โรงงานมีการฝึกปฏิบัติเมื่อเกิดอุบัติเหตุ		
- ไม่มีการฝึก	2	0.7
- ฝึก 1 ครั้งต่อปี	110	36.0
- ฝึกมากกว่า 1 ครั้งต่อปี	194	63.4

ตาราง 24 (ต่อ)

สภาพการทำงาน	จำนวน (n= 306)	ร้อยละ
โรงงานมีอุปกรณ์ในการป้องกันอันตรายขณะทำงาน		
- ไม่มี	2	0.7
- มีแต่ไม่พอใช้	96	31.4
- มีพอใช้และอยู่ในสภาพดี	208	67.9
ท่านพอใจกับสภาพการทำงานขณะนี้หรือไม่		
- ไม่พอใจ	70	22.9
- พอใจแล้ว	236	77.1

ตาราง 24 สภาพการทำงานที่คำนึงถึงความปลอดภัยฯ พนักงานร้อยละ 62.7 ตอบว่า โรงงานมีการกำหนดนโยบายความปลอดภัยและกำกับให้ทุกฝ่ายปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ร้อยละ 68.0 ตอบว่าโรงงานมีการดูแลสภาพแวดล้อมในการทำงานและดำเนินการอย่างจริงจัง และร้อยละ 56.2 ได้รับการฝึกอบรมด้านความปลอดภัยในการทำงานเมื่อเข้ามาทำงานและเข้าใจพอใช้ ร้อยละ 62.7 ได้รับการฝึกอบรมการใช้อุปกรณ์ป้องกันอันตรายจากการทำงานและเข้าใจพอใช้ ส่วนในการฝึกปฏิบัติ เมื่อเกิดอุบัติเหตุพนักงานร้อยละ 63.4 มีการฝึกมากกว่า 1 ครั้งต่อปี ร้อยละ 67.9 ตอบว่าโรงงานมี อุปกรณ์ในการป้องกันอันตรายขณะทำงานโดยมีพอใช้และอยู่ในสภาพดี ส่วนในด้านความพอใจกับ สภาพการทำงานขณะนี้ของพนักงาน ร้อยละ 77.1 พอใจแล้ว

ตาราง 25 จำนวน ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านโอกาสในการพัฒนาขีดความสามารถของตนเอง

โอกาสพัฒนาขีดความสามารถ	จำนวน (n= 306)	ร้อยละ
มีโอกาเรียนรู้งานในแผนกตนเองมากขึ้นกว่าที่ทำอยู่		
- ไม่มี	18	5.9
- มีแต่นานๆ ครั้ง	148	48.4
- มีอย่างต่อเนื่อง	138	45.1
ในกลุ่มงานท่านได้รับการอบรมเพื่อเพิ่มความรู้ทักษะใหม่ๆ		
- ไม่มีการฝึกอบรม	14	4.6
- ได้รับการฝึกเป็นบางคน	146	47.7
- ได้รับการฝึกอบรมทุกคน	146	47.7
ท่านมีส่วนร่วมวางแผนการปฏิบัติงานในแผนกของท่าน		
- ไม่มี	60	19.6
- มีส่วนร่วมบางครั้ง	196	64.1
- มีส่วนร่วมทุกครั้ง	50	16.3
เมื่อเข้ามาทำงานแล้วท่านมีโอกาสศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้น		
- ไม่มี	88	28.8
- มีแต่โรงงานไม่สนับสนุน	34	11.1
- มีและโรงงานให้การสนับสนุน	184	60.1

จากตาราง 25 พบว่าคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านโอกาสในการพัฒนาขีดความสามารถของตนเองในพนักงาน ร้อยละ 48.4 มีโอกาสในการเรียนรู้งานในแผนกตนเองมากกว่าที่ทำอยู่แต่นานๆ ครั้ง ร้อยละ 47.7 ได้รับการอบรมเพื่อเพิ่มทักษะความรู้ใหม่ๆ บางคนถึงทุกคน ร้อยละ 64.1 มีส่วนร่วมบางครั้งในการวางแผนการปฏิบัติงานในแผนกของตนเอง และร้อยละ 60.1 มีโอกาสศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้นและโรงงานให้การสนับสนุน

ตาราง 26 จำนวน ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านความก้าวหน้าและความมั่นคงในงาน

ความก้าวหน้าและความมั่นคงในงาน	จำนวน (n = 306)	ร้อยละ
ท่านเคยได้รับการเลื่อนตำแหน่ง		
- ไม่เคย	238	77.8
- เคยได้รับ 1 ครั้ง	48	15.7
- เคยได้รับมากกว่า 1 ครั้ง	20	6.5
ได้รับการขึ้นเงินเดือนหรือค่าจ้างในแต่ละปี		
- ไม่ได้	84	27.5
- ได้บ้างปี	40	13.1
- ได้รับทุกปี	182	59.5
ในภาวะเศรษฐกิจแบบนี้ภาวะการจ้างงานของโรงงาน		
ท่านเป็นเช่นไร		
- อาจถูกเลิกจ้างได้ตลอดเวลา	106	34.6
- ไม่แน่ใจ	134	43.8
- มั่นใจว่าโรงงานจะจ้างตลอดไป	66	21.6
เปรียบเทียบก่อนและขณะทำงานในโรงงานแห่งนี้ความ		
เป็นอยู่ของท่านเป็นเช่นไร		
- ไม่เปลี่ยนแปลง	90	29.4
- แย่ลงกว่าเดิม	34	11.1
- เปลี่ยนแปลงดีขึ้นกว่าเดิม	182	59.5

จากตาราง 26 พบว่าคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านความก้าวหน้าและความมั่นคงในงาน ร้อยละ 77.8 ไม่เคยได้รับการเลื่อนตำแหน่ง ร้อยละ 59.5 ได้รับการขึ้นเงินเดือนและค่าจ้างทุกปี ร้อยละ 43.8 ไม่แน่ใจว่าในภาวะเศรษฐกิจแบบนี้ภาวะการจ้างงานของโรงงานจะคงมีอยู่ตลอดไป และ ร้อยละ 59.5 ความเป็นอยู่เปลี่ยนแปลงดีขึ้นจากเดิมก่อนเข้าทำงานในโรงงานแห่งนี้

ตาราง 27 จำนวน ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านการทำงานร่วมกัน และความสัมพันธ์กับผู้อื่นในองค์กร

การทำงานร่วมกันและความสัมพันธ์กับผู้อื่นในองค์กร	จำนวน (n = 306)	ร้อยละ
ในการทำงานท่านและผู้ร่วมงาน		
- ต่างคนต่างทำงานของตน	50	16.3
- ทำงานเฉพาะภายในกลุ่มเดียวกัน	56	18.3
- ทำงานร่วมกันเป็นทีมกับกลุ่มงานอื่น	20	65.4
การปฏิบัติของหัวหน้างานกับท่าน		
- ไม่ให้ความสำคัญกับตัวท่าน	14	4.6
- ถือว่าท่านเป็นผู้ร่วมงานคนหนึ่ง	196	64.1
- ถือว่าท่านเป็นผู้หนึ่งที่ช่วยให้โรงงานเจริญก้าวหน้า	96	31.3
ท่านและผู้ร่วมงานมีความสัมพันธ์อย่างไร		
- ไม่พูดคุยกันเลย	0	0
- พูดคุยกันในฐานะเพื่อนร่วมงาน	74	24.2
- มีความสนิทสนมกันปรึกษาหารือเรื่องต่าง ๆ ได้	232	75.8

จากตาราง 27 พบว่า คุณภาพชีวิตในการทำงานด้านการทำงานร่วมกันและความสัมพันธ์กับผู้อื่นในองค์กร ร้อยละ 65.4 ทำงานร่วมกันเป็นทีมกับกลุ่มงานอื่น ร้อยละ 64.1 หัวหน้างานปฏิบัติต่อตนเหมือนเป็นเพื่อนร่วมงานคนหนึ่ง และร้อยละ 75.8 มีความสัมพันธ์กันระหว่างเพื่อนร่วมงานในระดับที่สนิทสนมกันสามารถปรึกษาหารือเรื่องต่าง ๆ ได้

ตาราง 28 จำนวน ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านการคุ้มครอง
แรงงาน

การคุ้มครองแรงงาน	จำนวน (n= 306)	ร้อยละ
ท่านรับรู้สิทธิการคุ้มครองแรงงานของท่านเพียงไร		
- ไม่ทราบ	8	2.6
- ทราบบางเรื่อง	222	72.5
- ทราบทุกเรื่องตามกฎหมาย	76	24.8
ท่านมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็นด้านต่าง ๆ ของโรงงาน		
- ไม่เคย	92	30.1
- เคยแต่นาน ๆ ครั้ง	184	60.1
- เคยบ่อยครั้ง	30	9.8
เมื่อเกิดเจ็บป่วยหรืออุบัติเหตุจากการทำงานท่านรับสิทธิ		
- รับผิดชอบด้วยตนเอง	8	2.6
- โรงงานจ่ายค่ารักษาพยาบาลให้บางส่วน	60	19.6
- ได้รับการช่วยเหลือจากโรงงานและกองทุนทดแทนหรือประกันสังคม	238	77.8
เมื่อพนักงานทะเลาะวิวาทในโรงงานมีการปฏิบัติอย่างไร		
- เลิกจ้างทันที	92	30.1
- หัวหน้างานตัดสินความขัดแย้งด้วยตนเอง	38	12.4
- หัวหน้างานเข้าร่วมเจรจาไกล่เกลี่ยกันระหว่างคู่กรณี	176	57.5

จากตาราง 28 พบว่า คุณภาพชีวิตในการทำงานด้านการคุ้มครองแรงงานของพนักงาน ร้อยละ 72.5 ทราบบางเรื่องเกี่ยวกับสิทธิในการคุ้มครองแรงงานของตนเอง ร้อยละ 60.1 เคยแต่นาน ๆ ครั้ง ในการมีส่วนร่วมแสดงความคิดเห็นในด้านต่าง ๆ ของโรงงาน ร้อยละ 77.8 เมื่อเกิดเจ็บป่วยหรืออุบัติเหตุจากการทำงานจะได้รับสิทธิช่วยเหลือจากโรงงาน และกองทุนเงินทดแทนหรือประกันสังคม และร้อยละ 57.5 เมื่อเกิดกรณีพนักงานทะเลาะวิวาทกันภายในโรงงาน หัวหน้างานจะเข้าร่วมเจรจาไกล่เกลี่ยกันระหว่างคู่กรณี

ตาราง 29 จำนวน ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านการดำเนินชีวิต

ด้านการดำเนินชีวิต	จำนวน (n= 306)	ร้อยละ
เมื่อทำงานในโรงงานท่านต้องโยกย้ายที่อยู่		
- ย้าย	228	74.5
- อยู่ที่เดิม	78	25.5
การเดินทางไปกลับจากที่ทำงาน		
- ไม่สะดวกและไม่ปลอดภัย	52	17.0
- มีความสะดวกแต่ใช้เวลามาก	108	35.3
- มีความสะดวกรวดเร็วดี	146	47.7
การใช้เวลาในการดำเนินชีวิต		
- ใช้เวลาหมดไปกับการทำงานจนไม่มีเวลาพักผ่อน	20	6.5
- ใช้เวลากับการทำงานยังมีเวลาพักผ่อนหลังเลิกงาน	182	59.5
- ใช้เวลาทำงานยังมีวันหยุดให้กับตนเองและครอบครัว	104	34.0
เมื่อทำงานโรงงานแห่งนี้ความสัมพันธ์ท่านกับครอบครัว		
- อยู่ด้วยกันแต่ไม่มีเวลาให้ครอบครัว	26	8.5
- แยกกันอยู่จึงไม่มีเวลาให้	134	43.8
- พอมีเวลาให้ครอบครัวบ้าง	100	32.7
- มีเวลาพอที่จะใกล้ชิดตามปกติ	46	15.0
เมื่อท่านเข้ามาทำงานโรงงานส่งผลกระทบต่อชีวิตท่าน		
- ทำให้ไม่สุขสบายเหมือนเมื่อก่อน	36	11.8
- ช่วยให้รวยได้แน่นอน	236	77.1
- ช่วยให้มีความสุขในชีวิตมาก	34	11.1

จากตาราง 29 พบว่า คุณภาพชีวิตในการทำงานด้านการดำเนินชีวิตของพนักงานร้อยละ 74.5 เมื่อเข้าทำงานในโรงงานแห่งนี้ต้องย้ายที่อยู่ ร้อยละ 47.7 การเดินทางไปกลับจากที่ทำงานมีความสะดวกรวดเร็วดี ร้อยละ 59.5 ใช้เวลากับการทำงานแต่ยังพอมีเวลาพักผ่อนหลังเลิกงาน ร้อยละ 43.8 เมื่อเข้าทำงานในโรงงานแห่งนี้จะแยกกันอยู่กับครอบครัวจึงไม่มีเวลาให้ครอบครัว และร้อยละ 77.1 เมื่อเข้าทำงานในโรงงานแห่งนี้ส่งผลกระทบต่อชีวิตคือช่วยให้มีรายได้แน่นอนขึ้น

ตาราง 30 จำนวน ร้อยละกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านลักษณะงานที่มีคุณค่าต่อสังคม

ลักษณะงานที่มีคุณค่าต่อสังคม	จำนวน (n= 306)	ร้อยละ
กระบวนการผลิตและผลิตภัณฑ์ของโรงงานมีผล		
- สร้างมลพิษต่อชุมชน	82	26.8
- ไม่สร้างมลพิษต่อชุมชน	162	52.9
- เชื้อประโยชน์ต่อสังคมและชุมชนใกล้เคียง	62	20.3
การทำงานของท่านมีประโยชน์ต่อสังคมหรือไม่		
- ไม่มีประโยชน์เลย	6	2.0
- มีประโยชน์ต่อสังคมบางกลุ่มเท่านั้น	220	71.9
- มีประโยชน์ต่อสังคมทุกกลุ่ม	80	26.1
ผลิตภัณฑ์จากโรงงานของท่านเมื่อใช้แล้วนำกลับมาใช้ใหม่ได้หรือไม่		
- ไม่สามารถนำกลับมาใช้ได้	94	30.7
- นำกลับมาใช้ได้บางส่วน	198	64.7
- นำกลับมาใช้ได้ทั้งหมด	14	4.6
โรงงานของท่านสนับสนุนกิจกรรมชุมชนหรือไม่		
- ไม่มี	112	36.6
- สนับสนุนโดยชุมชนร้องขอ	101	33.0
- สนับสนุนโดยชุมชนไม่ต้องร้องขอ	93	30.4

จากตาราง 30 พบว่าคุณภาพชีวิตในการทำงานด้านลักษณะงานที่มีคุณค่าต่อสังคม ร้อยละ 52.9 เห็นว่ากระบวนการผลิตและผลิตภัณฑ์ของโรงงานไม่สร้างมลพิษต่อชุมชน ร้อยละ 71.9 เห็นว่าการทำงานของตนเองมีประโยชน์ต่อสังคมบางกลุ่มเท่านั้น ร้อยละ 64.7 เห็นว่าผลิตภัณฑ์จากโรงงานของตนเองสามารถนำกลับมาใช้ได้บางส่วน ร้อยละ 36.6 เห็นว่าโรงงานของตนไม่มีส่วนในการสนับสนุนกิจกรรมของชุมชน

ตอนที่ 4 ข้อมูลการลงทุนด้านการส่งเสริมสุขภาพ แสดงในตารางที่ 31

ตาราง 31 จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกความคิดเห็นในการลงทุนด้านส่งเสริมสุขภาพ

การลงทุนด้านการ ส่งเสริมสุขภาพ	จำนวน (n = 306 คน)	ร้อยละ
ค่าใช้จ่ายในการลงทุน		
- เป็นของโรงงาน	235	28.18
- เป็นของพนักงาน	183	21.94
- เป็นของรัฐ	182	21.82
- รับผิดชอบร่วมกัน	234	28.06
สิ่งสำคัญที่ทำให้สุขภาพดี		
- ตัวเอง	295	34.03
- โรงงาน	190	21.91
- หน่วยงานของรัฐ	194	22.38
- หน่วยบริการสุขภาพ ของเอกชน	188	21.68

หมายเหตุ พนักงานสามารถเลือกตอบได้มากกว่า 1 ข้อ

จากตารางที่ 31 พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความคิดเห็นว่าการลงทุนเพื่อการส่งเสริมสุขภาพเป็นเรื่องของทางโรงงาน คือมีจำนวนถึง 235 คน และเห็นว่าควรร่วมกันรับผิดชอบทุกฝ่าย จำนวน 234 คน ในด้านแนวคิดที่จะทำสุขภาพให้ดีขึ้นใครควรเป็นผู้มีบทบาทสำคัญ พนักงานส่วนใหญ่ จำนวน 295 คน จาก 306 คนที่ตอบแบบสอบถามเห็นว่า ควรเป็นเรื่องของตนเอง

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ - สกุล

นายรัชวาลย์ ไชแสง

วัน เดือน ปีเกิด

30 สิงหาคม 2512

ที่อยู่ปัจจุบัน

145 หมู่ที่ 2 ตำบลตลาดใหญ่ อำเภอคลองสะแก จังหวัดเชียงใหม่

ประวัติการศึกษา

พ.ศ.2527

มัธยมศึกษาตอนต้น (เทียบเท่า) โรงเรียนวิโรจน์รัตนวิทยา

อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี

พ.ศ.2531

มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนแม่สะเรียง “บริพัตรศึกษา”

อำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน

พ.ศ.2533

ประกาศนียบัตรเจ้าพนักงานสาธารณสุขชุมชน

วิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก

พ.ศ.2537

ปริญญาสาธารณสุขศาสตรบัณฑิต

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช

ประวัติการทำงาน

พ.ศ.2533

เจ้าพนักงานสาธารณสุขชุมชน 2

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอแม่สะเรียง จังหวัดแม่ฮ่องสอน

พ.ศ.2536

เจ้าพนักงานสาธารณสุขชุมชน 3

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอสบเมย จังหวัดแม่ฮ่องสอน

พ.ศ.2537

เจ้าพนักงานสาธารณสุขชุมชน 4 ฝ่ายสุขภาพิบาลและป้องกันโรค

โรงพยาบาลดอยเต่า จังหวัดเชียงใหม่

พ.ศ.2540

นักวิชาการสาธารณสุข 4 สถานีอนามัยบ้านน้อย ตำบลบงตัน

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอคลองเต่า จังหวัดเชียงใหม่

พ.ศ.2541

นักวิชาการสาธารณสุข 4 สถานีอนามัยบ้านสันทราย

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอคลองสะแก จังหวัดเชียงใหม่