

ภาคผนวก ข

การคำนวณค่าความสุขของดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย

### วิธีที่ 1 ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย (Thai Happiness Indicators: TMHI – 66)

ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทยมีการให้คะแนนโดยกำหนดให้คำถามแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม ในคำถามกลุ่มที่ 1 ให้คะแนนสูง เมื่อเคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึก หรือเห็นด้วย ในเรื่องนั้นๆ มากที่สุด และให้คะแนนต่ำกับไม่เคยมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึก หรือไม่เห็นด้วยกับเรื่องนั้นๆ ในคำถามกลุ่มที่ 2 ให้คะแนนตรงกันข้ามกับคำถามกลุ่มแรก คำถามมีทั้งสิ้น 66 ข้อ ดังแสดงตามตารางที่ 1 และในแต่ละกลุ่มให้คะแนนดังแสดงตามตารางที่ 2

#### ตารางผนวกที่ 1 การกำหนดคะแนนในแต่ละคำถาม

การแบ่งกลุ่ม	คำถามข้อที่
กลุ่มที่ 1 ให้คะแนนสูง	1 2 3 11 12 13 14 15 16 17 18 19
	20 21 22 23 24 25 32 33 34 35 36 41
	42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53
	54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64
กลุ่มที่ 2 ให้คะแนนต่ำ	1 5 6 7 8 9 10 26 27 28 29 30
	31 37 38 39 40 65 66

ที่มา: จากกรมสุขภาพจิต (2545)

#### ตารางผนวกที่ 2 เกณฑ์การให้คะแนนคำถามกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2

การมีเหตุการณ์ อาการ ความรู้สึก หรือ เห็นด้วย กับเรื่องที่ถูกลถาม	กลุ่มที่ 1 (คะแนน)	กลุ่มที่ 2 (คะแนน)
ไม่เลย	0	3
เล็กน้อย	1	2
มาก	2	1
มากที่สุด	3	0

ที่มา: จากกรมสุขภาพจิต (2545)

จากนั้นรวมคะแนนจากคำถามทุกข้อ ซึ่งจะได้คะแนนตั้งแต่ 0 คะแนน ถึง 198 คะแนน ผู้ศึกษาได้กำหนดช่วงของคะแนนไว้ 2 วิธี ได้แก่ ความสุข 3 ระดับ แบบ 66 คำถาม และความสุข 11 ระดับ แบบ 66 คำถาม ซึ่งทั้งสองวิธีมีเกณฑ์ในการคำนวณค่าความสุข ดังแสดงตามตารางที่ 3 และ 4 ตามลำดับ

**ตารางผนวกที่ 3** เกณฑ์การให้ค่าความสุข 3 ระดับ แบบ 66 คำถาม

ช่วงคะแนน	ค่าความสุขที่กำหนด
143 - 198	มีความสุขมาก
122 - 142	มีความสุขปานกลาง
0 - 121	ไม่มีความสุข

ที่มา: จากกรมสุขภาพจิต (2545)

**ตารางผนวกที่ 4** เกณฑ์การให้ค่าความสุข 11 ระดับ แบบ 66 คำถาม

ช่วงคะแนน	ค่าความสุขใหม่ ที่กำหนด (คะแนน)	ช่วงคะแนน	ค่าความสุขใหม่ ที่กำหนด (คะแนน)
180-198	10	72-89	4
162-179	9	54-71	3
144-161	8	36-53	2
126-143	7	18-35	1
108-125	6	0-17	0
90-107	5		

ที่มา: จากการกำหนดของผู้ศึกษา

**ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย** ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบหลักและ 20 องค์ประกอบย่อยดังนี้

1. สภาพจิตใจ 16 ข้อ

- 1.1 ความรู้สึกในทางที่ดี 3 ข้อ
- 1.2 ความรู้สึกในทางที่ไม่ดี 6 ข้อ
- 1.3 การรับรู้ภาวะสุขภาพและ 5 ข้อ การเจ็บป่วยทางจิต
- 1.4 ภาพลักษณ์และรูปร่าง 2 ข้อ

2. สมรรถภาพของจิตใจ 19 ข้อ

- 2.1 สัมพันธภาพระหว่างบุคคล 2 ข้อ
- 2.2 ความสามารถที่จะบรรลุความ 4 ข้อ สำเร็จตามความคาดหวัง
- 2.3 ความมั่นใจในการเผชิญปัญหา 5 ข้อ
- 2.4 การควบคุมจิตใจตนเองไม่มีประสิทธิภาพ 6 ข้อ
- 2.5 การดำเนินชีวิตประจำวัน 2 ข้อ

3. คุณภาพของจิตใจ 13 ข้อ

- 3.1 เมตตา กรุณา 3 ข้อ
- 3.2 การนับถือตนเอง 2 ข้อ
- 3.3 ประสบการณ์ชีวิตที่มีค่าต่อจิตใจ 3 ข้อ
- 3.4 ความคิดสร้างสรรค์และความกระตือรือร้น ในการดำเนินชีวิต 2 ข้อ
- 3.5 ความเสียสละ 3 ข้อ

4. ปัจจัยสนับสนุน 18 ข้อ

- 4.1 การสนับสนุนทางสังคม 3 ข้อ
- 4.2 การสนับสนุนจากครอบครัว 7 ข้อ
- 4.3 ความปลอดภัยทางร่างกายและความมั่นคงในชีวิต 2 ข้อ
- 4.4 การดูแลสุขภาพและบริการสังคม: การให้บริการ และคุณภาพของบริการ 2 ข้อ
- 4.5 การมีส่วนร่วมและมีโอกาสพักผ่อนหย่อนใจและ มีเวลาว่าง 2 ข้อ
- 4.6 สภาพแวดล้อม 2 ข้อ