

ความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานารายณ์<sup>1</sup>  
(HAPPINESS OF PEOPLE IN LAMNARAI SUBDISTRICT MUNICIPALITY)

ศิริพร เนินสูง<sup>2</sup>

**บทคัดย่อ**

การศึกษาเรื่องความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานารายณ์ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสุขและปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานารายณ์ อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี โดยสุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาจากประชากรหัวหน้าครัวเรือนหรือผู้แทนจำนวนทั้งสิ้น 380 คน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน correlation pearson และ multiple regression statistics การศึกษาพบว่า ประชาชนมีความสุขในการดำรงชีวิต ในระดับสูง (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.57) โดยครอบคลุม เศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ และสิ่งแวดล้อมส่งผลกระทบต่อความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานารายณ์ โดยมีครอบคลุม และสิ่งแวดล้อม เป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความสุขมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 3.61) รองลงมา คือ สังคม (ค่าเฉลี่ย 3.54) เศรษฐกิจ (ค่าเฉลี่ย 3.49) และสุขภาพ (ค่าเฉลี่ย 3.15) ตามลำดับ

**คำสำคัญ :** ความสุข, ปัจจัยที่มีผลต่อความสุข, เทศบาลตำบลลำานารายณ์

**ABSTRACT**

THE PURPOSE OF THIS STUDY WERE : TO STUDY THE HAPPINESS AND FACTORS AFFECTING HAPPINESS OF PEOPLE LIVING IN LAMNARAI SUBDISTRICT MUNICIPALITY, CHAIBADAN DISTRICT LOPBURI. THIS RESEARCH IS QUANTITATIVE RESEARCH. THE QUESTIONAIRES WERE RANDOMLY DISTRIBUTED TO 380 USERS OF HOUSEHOLDER OR DELEGATE LIVING IN LAMNARAI SUBDISTRICT MUNICIPALITY BY SIMPLE RANDOM SAMPLING METHOD. THE DATA WERE ANALYSIS BY USING FREQUENCY, PERCENTAGE, MEAN, STANDARD DEVIATION, CORRELATION PEARSON AND MULTIPLE REGRESSION STATISTICS.

<sup>1</sup> บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าอิสระ เรื่อง ความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานารายณ์  
<sup>2</sup> นักศึกษาปริญญาโท โครงการทวิปริญญาโททางรัฐประศาสนศาสตร์และบริหารธุรกิจ

THE ANALYSIS RESULTS OF THE WAS A LEVEL OF OVERALL OPINION ON HAPPINESS IN LIFE. AT HIGH LEVEL WITH MEAN OF 3.57. REVEALED THAT FAMILY, ECONOMY, SOCIETY, HEALTH AND ENVIRONMENT IT'S A FACTORS AFFECTING HAPPINESS IN LIFE OF PEOPLE LIVING IN LAMNARAI SUBDISTRICT MUNICIPALITY. THE HIGH RESPECTIVELY WITH 3.61 IN AVERAGE. THAT IS FAMILY AND ENVIRONMENT, IT'S A FIRST FACTOR THAT AFFECTS HAPPINESS. FOLLOWED BY SOCIETY WITH 3.54 IN AVERAGE, ECONOMY WITH 3.49 IN AVERAGE, AND HEALTH WITH 3.15 IN AVERAGE.

**KEYWORD :** HAPPINESS, FACTORS AFFECTING HAPPINESS IN LIFE, LAMNARAI SUBDISTRICT MUNICIPALITY

### ความเป็นมาและสภาพปัญหา

ตำบลลำานารายณ์ ได้แบ่งขอบเขตการปกครองออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ในส่วนของเทศบาลตำบลลำานารายณ์ และในส่วนขององค์การบริหารส่วนตำบลลำานารายณ์ โดยในส่วนของเทศบาลตำบลลำานารายณ์ นับว่าเป็นแหล่งชุมชนเมือง ประชากรโดยส่วนใหญ่เป็นคนเชื้อสายจีน มักประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัวหรืออาชีพค้าขาย อาทิเช่น ห้างร้านทองคำ เพชร ร้านค้าของเก่า ร้านโชห่วย (ร้านค้าของชำ) ที่มีตั้งแต่ปลีก-ส่ง รายละเอียดรายใหญ่คละกันไป รองลงมาคืออาชีพข้าราชการและรับจ้าง เนื่องด้วยตำบลลำานารายณ์ เป็นตัวอำเภอ จึงมีสถานที่ราชการหลายแห่งในพื้นที่ ดังนั้น ตำบลลำานารายณ์ จึงเป็นดังชุมชนเมืองที่มีความมั่งคั่งและมั่นคงทางอาชีพและเศรษฐกิจโดยรวม แต่ในแง่ของความสุขและคุณภาพชีวิตกลับมิมีการรายงานผลที่ชัดเจนและน่าเชื่อถือ ทั้งรายงานข้อมูลความจำเป็นพื้นฐาน (จปฐ.) ที่หมายถึงข้อมูลในระดับครัวเรือนที่แสดงถึงสภาพความจำเป็นพื้นฐานของคนในครัวเรือนในด้านต่าง ๆ เกี่ยวกับคุณภาพชีวิตที่ได้กำหนดมาตรฐานขั้นต่ำเอาไว้ ว่าคนควรจะมีคุณภาพชีวิตในแต่ละเรื่องอย่างไร และแม้ว่าประชาชนส่วนใหญ่จะประกอบอาชีพที่มั่นคง แต่ยังมีอีกส่วนหนึ่งที่ไม่น้อยเลย ยังคงมีความเป็นอยู่ที่ทุกข์ยากขาดความมั่นคงในชีวิต จึงทำให้ชุมชนตำบลลำานารายณ์เป็นชุมชนที่มี 2 ด้าน มี 2 สอง คือ กลุ่มคนรวยและกลุ่มคนยากจน มีความเหลื่อมล้ำทางสังคมและชนชั้นอย่างชัดเจน ซึ่งความรวยกระจุกจนกระจายในผู้คนที่มีความแตกต่างหลากหลาย ณ ตำบลลำานารายณ์นี้ จะทำให้สังคม/ประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานารายณ์ มีความสุขได้หรือไม่ อย่างไร จึงเกิดเป็นคำถามในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้

## คำถามในการวิจัย

1. ประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานรายณ์ มีความสุขหรือไม่
2. ปัจจัยด้านครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ และสิ่งแวดล้อม มีผลต่อความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานรายณ์ หรือไม่ อย่างไร

## วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาระดับความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานรายณ์
2. เพื่อศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความสุขของประชาชนในเขตเทศบาลตำบลลำานรายณ์

## สมมติฐานการศึกษา

1. ประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานรายณ์ มีความสุข
2. ปัจจัยด้านครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ และสิ่งแวดล้อม มีผลต่อความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานรายณ์

## แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

### ความหมายของความสุข

Glatzer (2000). ความสุข (Happiness) สามารถอธิบายได้อย่างหลากหลายมุมมอง หลากหลายแนวคิด และหลากหลายศาสตร์แขนง ได้แก่ นักชีววิทยา มองว่า “ความสุข” คือ ผลที่ได้มาจากการทำงานของสารเคมีในร่างกาย นักสังคมศาสตร์ มองว่า “ความสุข” คือ เรื่องที่มีความเกี่ยวข้องกับภาวะทางสังคม นักจิตวิทยา มองว่า “ความสุข” คือ ลักษณะทางบุคลิกภาพ และนักปรัชญา มองว่า “ความสุข” คือ เรื่องที่เกี่ยวข้องกับศีลธรรม จริยธรรม ฉะนั้น “ความสุข” จึงเป็นเรื่องของแต่ละบุคคล เป็นปรากฏการณ์ทางด้านจิตใจ ความรู้สึกนึกคิดของแต่ละคน และเป็นรากฐานทางสังคม ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาและรวบรวมความหมายของความสุขในหลากหลายนักทฤษฎี หลากหลายแนวคิด ไว้ดังต่อไปนี้

พระบรมราชาบาท (2518). กล่าวว่า ความสุขที่แท้จริงนั้น คือ ความสุข ความเจริญ ที่ได้แสวงหามาด้วยความเป็นธรรม ด้วยเจตนาและการกระทำ มิใช่ซึ่งได้มาด้วยความบังเอิญหรือแก่งแย่งเบียดเบียนมาจากผู้อื่น

กรมการพัฒนาชุมชน (2554). กล่าวไว้ว่า แนวคิด ความสุข เกิดขึ้นจากความอยู่เย็นเป็นสุข หมายถึง สภาวะที่คนมีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถดำรงชีวิตอย่างมีดุลยภาพทั้งทางกาย ปัญญา และจิตใจ ที่มีความเชื่อมโยงกับเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมได้อย่างเป็นองค์รวมและสัมพันธ์กัน ได้อย่างถูกต้องดีงาม ก้าวนำไปสู่การอยู่ร่วมกันอย่างสันติระหว่างคนกับคนและระหว่างคนกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

กรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข (2543). ให้ความหมายของคำว่า "สุข" ว่าเป็นความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจในตนเอง พึงพอใจในชีวิต และมีความสุขทางใจ หรือการที่เราได้รับความพึงพอใจ ได้รับความสมหวังจากสิ่งต่าง ๆ รอบด้าน อาทิเช่น สุขเพราะได้อยู่กับคนที่เรารักหรือถูกใจ, สุขจากการแคล้วคลาดรอดพ้นจากภัยอันตราย หรือสุขเพราะสามารถทำงานที่ถูกต้องได้ เป็นต้น

จากความหมายทั้งหมดของความสุข สามารถแบ่งความสุขออกเป็น 2 กลุ่มด้วยกัน ได้แก่

1. กลุ่มที่ให้ความหมายในแง่ของ อารมณ์และความรู้สึก

มองว่าความสุข เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของบุคคล เกิดขึ้นจากสภาพของอารมณ์ และความรู้สึกที่ได้แสดงออกถึงความพึงพอใจและความยินดี ที่ได้บรรลุถึงอุดมคติหรือความคาดหวังในเป้าหมายหลักของชีวิต จากสิ่งต่าง ๆ รอบด้าน ทั้งยังปรารถนาที่จะให้คงอยู่อย่างยาวนานที่สุด

2. กลุ่มที่ให้ความหมายความสุขในแง่ของ การตอบสนองความต้องการของบุคคลตามแรงปรารถนา

มองว่าความสุข เป็นความสามารถในการดำเนินชีวิตเพื่อตอบสนองต่อความต้องการของแต่ละบุคคล โดยเริ่มจากการแสวงหาและการกระทำในการนึกคิดและสร้างสรรค์ของตนเอง โดยที่บุคคลอื่น ๆ ให้การยอมรับว่าการกระทำหรือความสำเร็จนั้น ได้นำพาไปสู่การปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพตามเป้าหมายที่กำหนดขึ้น เพื่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดี มั่นคง มีรายได้มากขึ้น ตลอดจนมีฐานะความเป็นอยู่ที่ดียิ่งขึ้น

### ปัจจัยที่มีผลต่อความสุข

Layard (2007). ได้ทำการศึกษาถึงที่มาของปัจจัยที่มีผลต่อความสุข โดยมี 7 ประการ ดังต่อไปนี้

1. สถานการณ์ทางการเงิน
2. ความสัมพันธ์ในครอบครัว
3. การงาน
4. สังคมและเพื่อนฝูง
5. สุขภาพ
6. เสรีภาพส่วนบุคคล
7. ค่านิยมส่วนบุคคล

### ดัชนีชี้วัดความสุข

อภิชัย มงคล (2545). ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย (Thai Happiness Indicator หรือ THI) ถูกพัฒนาขึ้น โดยกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ประกอบด้วย 4 Domain และ 15 Subdomain ดังต่อไปนี้

#### Domain 1 สภาพจิตใจ (Mental state)

1. ความรู้สึกในทางที่ดี (General well-being positive affect)
2. ความรู้สึกในทางที่ไม่ดี (General well-being negative affect)

3. การรับรู้ภาวะสุขภาพ และการเจ็บป่วยทางด้านจิตใจ (Perceived ill-health and mental illness)

Domain 2 สมรรถภาพของจิตใจ (Mental capacity)

1. สัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationships)
2. ความสามารถในการที่จะบรรลุความสำเร็จตามความคาดหวัง (Expectation achievement congruence)
3. ความมั่นใจในการเผชิญปัญหา (Confidence in coping)
4. การควบคุมจิตใจของตนเองไม่มีประสิทธิภาพ (Inadequate mental mastery)

Domain 3 คุณภาพของจิตใจ (Mental quality)

1. เมตตา กรุณา ความเสียสละ (Kindness and Altruism)
2. การนับถือตนเอง (Self esteem)
3. ความศรัทธา (Faith)
4. ความคิดสร้างสรรค์และความกระตือรือร้นในการดำเนินชีวิต (Creative thinking and enthusiasm)

Domain 4 ปัจจัยสนับสนุน (Supporting factors)

1. การสนับสนุนทางสังคม (Social support)
2. การสนับสนุนจากครอบครัว (Family support)
3. ความปลอดภัยทางร่างกายและความมั่นคงในชีวิต (Physical safety and security)
4. การดูแลสุขภาพและบริการทางสังคม : การให้บริการและคุณภาพของบริการ (Health and social care)

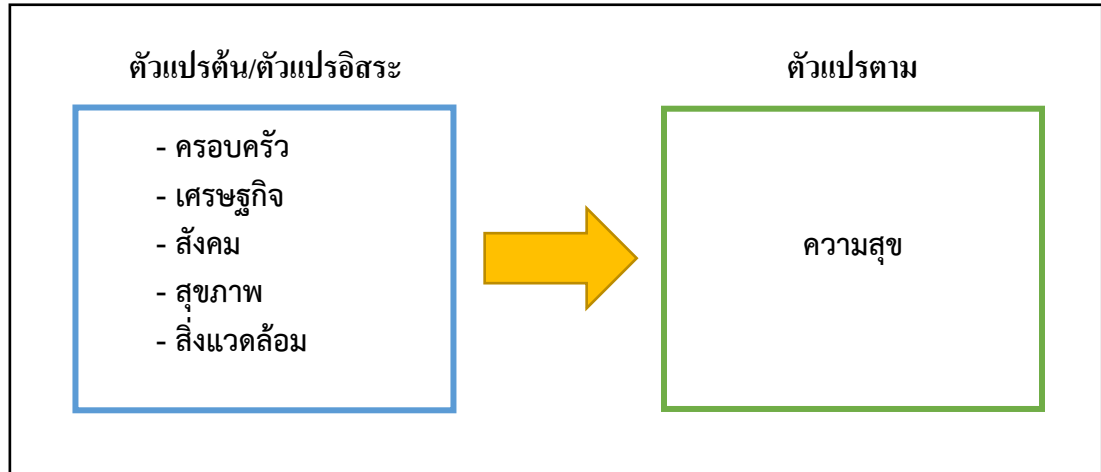
**ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการ**

ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ คือ แนวคิดทางจิตวิทยาที่เสนอว่า มนุษย์จะถูกระตุ้นให้เติมเต็มความต้องการขั้นพื้นฐานในลำดับขั้น ก่อนที่จะมีพัฒนาความต้องการนี้ออกไปจากด้านล่างสู่ด้านบน ซึ่งคือความต้องการด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้ (Maslow, A. 1970)

1. ความต้องการด้านร่างกายหรือด้านกายภาพ (Physiological Needs)
2. ความต้องการด้านความมั่นคงปลอดภัย (Safety Needs)
3. ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Belongingness and Love Need)
4. ความต้องการเกียรติยศชื่อเสียงและความภาคภูมิใจ (Self- Esteem Need)
5. ความต้องการความสมบูรณ์ของชีวิต (Self-Actualization Needs)

ทฤษฎีนี้เป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลาย ซึ่งเกิดจากนักจิตวิทยาชื่อว่า อับราฮัม มาสโลว์ (Abraham Maslow) โดยเริ่มตั้งแต่ปี ค.ศ. 1943 ในงานเขียนชื่อ A Theory of Human Motivation และในหนังสือชื่อ Motivation and Personality และได้ถูกพัฒนาแนวคิดมาอย่างต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน

## กรอบแนวคิดที่ใช้ในการศึกษา



ตัวแปรต้นหรือตัวแปรอิสระ ได้แก่

- 1) **ครอบครัว** : การอาศัยอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุขในครอบครัว รับรู้ถึงบทบาทหน้าที่ มีความสัมพันธ์ที่ดี รักใคร่ เอาใจใส่ ปรองดอง ให้เกียรติกันและสามารถพึ่งพาอาศัยซึ่งกันและกันได้
- 2) **เศรษฐกิจ** : การมีงานที่มีความมั่นคงสามารถเลี้ยงชีพตนและครอบครัวได้ มีรายได้ที่เหมาะสมเพียงพอต่อรายจ่ายของตนและครอบครัว และมีการออมทรัพย์ไว้เพื่อในอนาคตหรือเหตุการณ์ฉุกเฉิน
- 3) **สังคม** : การมีเพื่อนฝูงที่ให้ความสนิทใจ ไว้วางใจ เชื่อใจ สามารถพูดคุยปรึกษาซึ่งกันและกันได้ และการมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนบ้านหรือคนอื่น ๆ ในละแวกที่อยู่อาศัย ตลอดจนการมีส่วนร่วมต่อชุมชน
- 4) **สุขภาพ** : ภาวะซึ่งไร้จากโรคภัยไข้เจ็บ มีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา รวมไปถึงการมีภาวะโภชนาการที่ดี รู้จักป้องกัน เอาใจใส่ และดูแลสุขภาพที่ดีของตนเอง
- 5) **สิ่งแวดล้อม** : การมีที่อยู่อาศัยที่มั่นคง มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีอนามัยสิ่งแวดล้อมที่ดี มีทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่เกื้อกูลกับการดำรงชีวิต และได้รับการบริการสาธารณสุขที่เพียงพอ

ตัวแปรตาม คือ *ความสุข* ของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานารายณ์ อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี

การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage)
2. ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานารายณ์ อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) โดยการแจกแจงความถี่ (Frequency) ค่าร้อยละ (Percentage) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) และค่าเฉลี่ย (Mean)

3. การทดสอบสมมติฐาน วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงอนุมาน ซึ่งได้แก่ การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Correlation Pearson) และความถดถอยเชิงพหุ (Multiple Regression Analysis) เพื่อวัดระดับความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลถ้ำนารายณ์ อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี

### สรุปผลการศึกษา การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

จากการศึกษา สามารถสรุปสาระสำคัญของผลการวิจัยได้ดังนี้

#### ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า หัวหน้าครัวเรือนหรือตัวแทนผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นชาย จำนวน 201 คน และหญิง จำนวน 179 คน มีอายุอยู่ระหว่าง 31-40 ปี จำนวน 133 คน รองลงมา อยู่ในช่วงอายุ 41-50 ปี จำนวน 98 คน อายุ 20-30 ปี จำนวน 92 คน อายุ 51-60 ปี จำนวน 46 คน และอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 60 ปีขึ้นไป อีกจำนวน 11 คน ได้รับการศึกษาในระดับปริญญาตรี จำนวน 176 คน ต่ำกว่าปริญญาตรี จำนวน 118 คน ปริญญาโท จำนวน 75 คน และปริญญาเอก อีกจำนวน 11 คน ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสและอยู่ด้วยกัน จำนวน 144 คน โสด จำนวน 106 คน แยกกันอยู่ จำนวน 76 คน หย่าร้าง จำนวน 38 คน และเป็นหม้าย อีกจำนวน 16 คน แต่ละครัวเรือนที่ตอบแบบสอบถามต่างมีจำนวนสมาชิกในครอบครัวที่อาศัยอยู่ด้วยกันแตกต่างกันออกไป ได้แก่ ส่วนมากจะอาศัยอยู่ด้วยกัน 3 คนในครอบครัว มีผู้ตอบทั้งหมด จำนวน 100 คน อยู่ด้วยกัน 4 คน ผู้ตอบจำนวน 86 คน อยู่ด้วยกัน 2 คน ผู้ตอบจำนวน 74 คน อาศัยอยู่ด้วยกัน 5 คน ผู้ตอบจำนวน 68 คน อาศัยอยู่ด้วยกัน 6 คน ผู้ตอบจำนวน 35 คน อาศัยอยู่ด้วยกัน 7 คน ผู้ตอบจำนวน 6 คน อาศัยอยู่คนเดียวเพียงลำพัง ผู้ตอบจำนวน 5 คน อาศัยอยู่ด้วยกัน 8-9 คนผู้ตอบจำนวน 2 คน และอาศัยอยู่ด้วยกัน 10 และ 12 คน มีผู้ตอบครอบครัวละ 1 คน โดยประชาชนส่วนมากประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว จำนวน 124 คน รับจ้าง จำนวน 88 คน รัฐวิสาหกิจ จำนวน 62 คน เกษตรกรรม จำนวน 56 คน ข้าราชการ จำนวน 46 คน และประกอบอาชีพอื่น ๆ อีกจำนวน 2 คน คิดเป็นรายได้เฉลี่ยต่อเดือนส่วนใหญ่อยู่ที่เดือนละ 9,000 - 15,000 บาท มีจำนวน 112 คน เดือนละ 15,001 - 20,000 บาท จำนวน 101 คน มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนมากกว่า 25,001 บาท จำนวน 73 คน เดือนละ 20,001 - 25,000 บาท จำนวน 59 คน และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนน้อยกว่า 9,000 บาท อีกจำนวน 35 คน รวมผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดเป็นจำนวน 380 คน

#### ผลการวิเคราะห์ความสุขในการดำรงชีวิต

ผลการวิเคราะห์ความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลถ้ำนารายณ์ อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี มีระดับความคิดเห็นในภาพรวมต่อความสุขในการดำรงชีวิต *ในระดับสูง* (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.57)

ผลการวิเคราะห์ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขในการดำรงชีวิต พบว่า ครอบครัว เศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ และสิ่งแวดล้อม ส่งผลกระทบให้เกิดความเปลี่ยนแปลงต่อความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลถ้ำนารายณ์ อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี โดยภาพรวม มีความคิดเห็นตรงกันว่า ครอบครัว

และสิ่งแวดลอม เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขมากที่สุด (ค่าเฉลี่ย 3.61) รองลงมา คือ สังคม (ค่าเฉลี่ย 3.54) เศรษฐกิจ (ค่าเฉลี่ย 3.49) และสุขภาพ (ค่าเฉลี่ย 3.15) ตามลำดับ

### การอภิปรายผล

จากผลการศึกษาเรื่อง “ความสุข” สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

“ความสุข” เป็นสิ่งที่มิได้มีความหมายที่ตายตัวหรือชัดเจน หากแต่ความหมายของคำว่า “ความสุข” นั้น ขึ้นอยู่กับความตระหนัก รู้สึกนึกคิด และความพึงพอใจของแต่ละบุคคล ดังนั้น การวัดความสุข ขึ้นอยู่กับความรู้สึกนึกคิด (Perception) ของแต่ละบุคคล ซึ่งอาจเปลี่ยนแปลงได้อย่างรวดเร็วในระยะเวลาอันสั้น การค้นหาสิ่งที่ทำให้มีความสุขนั้น อาจเริ่มจากการกำหนดเป้าหมายด้วยการทำทายตัวเองในกิจกรรมที่ชื่นชอบ ค้นหาความหมายของชีวิต สิ่งที่ทำให้ความรู้สึกถึงจุดมุ่งหมาย มุ่งเน้นที่การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างครอบครัว และเพื่อน ๆ รวมทั้งค้นหาวิธีการเชื่อมต่อกับผู้อื่นในสังคม ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล นอกจากนี้ อับราฮัม ลินคอล์น (Abraham Lincoln) ได้กล่าวไว้ว่า “คนส่วนมากมีความสุข เท่าที่เขาตั้งใจที่จะมีความสุข” ดังนั้น “ความสุข” จึงเป็นเพียงแต่ความนึกคิดในแต่ละมุมมองเท่านั้น ไม่สามารถวัดเป็นมูลค่าออกมาได้ ยกตัวอย่าง มีเงิน 1 ล้านจะมีความสุขเพิ่มขึ้นเท่าใด? คนที่กำลังเริ่มมีความรัก หรือคนที่ได้รับการเลื่อนขั้น สิ่งเหล่านี้ เป็นเพียงความรู้สึกเท่านั้น และความรู้สึกนี้ก็เพียงความรู้สึกที่อยู่ด้วยไม่นาน เหมือนเวลาได้ของใหม่ อย่างเช่น iphone รถยนต์ คอมพิวเตอร์เครื่องใหม่ ผู้คนย่อมมีความสุขอย่างมาก ในช่วงแรก ๆ แต่เมื่อเวลาผ่านไปเริ่มชินกับสิ่งของเหล่านี้ ความรู้สึกในด้านบวกที่เราารู้สึกในช่วงแรก ๆ ก็จะเริ่มลดลงไป และก็มีมากขึ้นที่ต้องการสิ่งที่มาเติมเต็มความรู้สึกที่ลดลงไปนั้นให้เต็มอยู่เสมอ นี่จึงเป็นเหตุที่มนุษย์เรามีความต้องการอย่างไม่สิ้นสุด

สอดคล้องกับแนวคิดของ Diener et al (2004). ที่กล่าวว่า ความสุข คือความพึงพอใจในชีวิต ชีวิตที่มีคุณค่า มีความหมาย หรือความรู้สึกสบายใจชื่นชอบเป็นสุขกับภารกิจในชีวิต และ Wittmann (2003). ที่ว่า “ความสุข” หมายถึง ระดับของความรู้สึกที่แสดงออกถึงความพอใจในระดับสูงสุด โดยมีคำที่มีความหมายอย่างเดียวกันกับความสุขหลากหลายคำด้วยกัน อาทิเช่น ความเบิกบานสำราญใจ (Ecstasy) สนุกสนาน (Joy) ความพอใจ (Contentment) ความพึงพอใจ (Satisfaction) ภาวะสุข (Well Being) สุขารมณ์ (Pleasure) โชคดี (Luck) เป็นต้น นอกจากนี้ แนวคิดของ Orem (1991). ยังกล่าวด้วยว่า ความสุข คือ ภาวะที่มีความสมบูรณ์ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม นอกจากนี้ ความสุขยังเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นภายในจิตใจของบุคคล มีความพึงพอใจ ยินดีที่ได้บรรลุถึงอุดมคติหรือเป้าหมายของตนได้ และยังคงสอดคล้องกับงานวิจัยเกี่ยวกับความสุขของ กัลยานี เสนาสุ (2557). ซึ่งได้ศึกษาไว้ว่า การหาตัววัดความสุขได้อย่างเที่ยงตรงและค้นคว้าความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเชิงเศรษฐกิจ สังคม กับความสุข นั้นมีมาอย่างยาวนานหลายสิบปี ต่อมาในระยะหลังงานวิจัยเกี่ยวกับความสุขได้มุ่งเน้นไปที่การค้นหาถึงผลลัพธ์ของความสุข รวมทั้งการกำหนดนโยบาย



เกี่ยวกับความสุข โดยมีการศึกษาค้นคว้าถึงระดับความสุขและปัจจัยด้านคุณภาพชีวิตในรูปแบบของความพึงพอใจในสุขภาพจิต ความพึงพอใจในครอบครัว ความพึงพอใจในชุมชน และความพึงพอใจในงานที่มีอิทธิพลต่อความสุข ซึ่งมีผลสรุปสอดคล้องกันว่า ความสุขนั้นเกิดขึ้นได้จากหลากหลายปัจจัย และไม่สามารถที่จะวัดค่าได้อย่างเที่ยงตรงและชัดเจน

ในกรณีของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลลำานารายณ์ อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี การศึกษาพบว่า โดยภาพรวมประชาชนมีระดับความคิดเห็นต่อความสุข ในระดับสูง และมีความสัมพันธ์เชิงบวก กล่าวคือ ประชาชนมีความรู้สึกภูมิใจและมีความสุขที่ได้อยู่ในครอบครัวของตน ยามว่างจะใช้เวลาร่วมกันเสมอ มีการพูดคุยถามไถ่ซึ่งกันและกัน และปรึกษาร่วมกันแก้ไขปัญหาด่าง ๆ ให้ผ่านพ้นไปด้วยกัน ไม่มีหนี้สินที่ค้างชำระ และมีนิสัยรู้จักการเก็บออมเงินเพื่ออนาคต ไว้อย่างสม่ำเสมอ มีรายได้ที่เพียงพอและสามารถที่จะใช้จ่ายเพื่อความสุขของตนเองและครอบครัวได้รู้สึกถึงการเป็นส่วนหนึ่งของชุมชน เคารพและเห็นคุณค่าในสิทธิ/คุณประโยชน์ของตนเองและส่วนรวม เข้าร่วมกิจกรรมของชุมชน มีเพื่อนฝูงที่สามารถพูดคุย ปรึกษา และขอความช่วยเหลือในยามทุกข์ยากได้ มีการดูแลสุขภาพใจใส่ รักษาสุขภาพของตนเองด้วยการออกกำลังกายอยู่เป็นประจำ อย่างน้อยสัปดาห์ละ 3-5 ครั้ง มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บที่เป็นโรคประจำตัวยังมีสุขภาพจิตใจที่ดี รักและห่วงหาอาทร ให้คุณค่าต่อชีวิตของตนเอง ชอบทำบุญเข้าวัด ได้รับความสะดวกสบายในการติดต่อราชการและทำธุระต่าง ๆ ได้อย่างสะดวกราบรื่น เนื่องด้วยมีสถานที่ราชการและร้านค้ามากมายอยู่ในพื้นที่ ซึ่งช่วยอำนวยความสะดวกให้แก่ประชาชนได้เป็นอย่างมาก อีกทั้ง ยังมีการดูแลรักษาความปลอดภัยภายในหมู่บ้าน/ชุมชน มีการตั้งด่านในเทศกาลต่าง ๆ ทำให้ประชาชนรู้สึกปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน จากผลการศึกษาสอดคล้องกับทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการ หรือ Maslow's Hierarchy of Needs ของ Abraham Maslow ซึ่งได้อธิบายไว้ว่า มนุษย์นั้นมีความต้องการและแรงจูงใจอยู่ 5 ชั้น ได้แก่ 1) ความต้องการทางกายภาพ (Physiological) ซึ่งถือเป็นความต้องการขั้นพื้นฐานที่สุด เช่น ความต้องการอาหาร น้ำ อากาศหายใจ เสื้อผ้าที่ปก้อาศัย และย้งรวมไปถึงความต้องการทางเพศเพื่อการอยู่รอดของเผ่าพันธุ์มนุษย์อีกด้วย 2) ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Safety) หรือที่เรียกว่าความต้องการความมั่นคงปลอดภัยในการใช้ชีวิต รวมถึงการวางแผนสำหรับอนาคต เช่น ความมั่นคงทางการเงิน การทำงาน เศรษฐกิจ ความปลอดภัยด้านสุขภาพ ทรัพย์สิน และการอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย 3) ความต้องการความรักและความเป็นเจ้าของ (Love/Belonging) ทุกคนต้องการเป็นที่รักและได้รับการยอมรับในกลุ่มเพื่อน ครอบครัว คนรัก เพื่อนร่วมงาน ผู้คนในสังคม กลุ่มกิจกรรมต่าง ๆ 4) ความเคารพนับถือ (Esteem) คือ การได้รับความเคารพนับถือจากผู้อื่นรอบข้าง เพื่อให้รู้สึกว่าคุณค่าตัวเองมีคุณค่า ไม่รู้สึกอ่อนแอหรือต่ำต้อย และ 5) ความสมบูรณ์แบบ (Self-actualization) จุดสูงสุดของความต้องการนั้น คือ ความสมบูรณ์แบบในชีวิตหรือเรียกได้ว่าอยากเป็นทุก ๆ อย่างที่อยากเป็น หรืออยากทำทุก ๆ อย่างที่อยากทำ

วัตถุประสงค์ของการศึกษาในครั้งนี้ คือ เพื่อศึกษาความสุขและปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อความสุขของประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลนารายณ์ อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี โดยข้อมูลที่ได้จากการสุ่มตัวอย่างประชากร จำนวน 380 คนชี้ให้เห็นว่า ประชาชนที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลตำบลนารายณ์ อำเภอชัยบาดาล จังหวัดลพบุรี มีความสุขอยู่ในระดับมาก ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.57 และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 0.54 โดยตามกรอบแนวคิดทฤษฎีที่ได้ศึกษา พบว่า “ความสุข” เกิดขึ้นได้จากปัจจัย 5 ด้าน อันได้แก่ 1) ครอบครัว 2) เศรษฐกิจ 3) สังคม 4) สุขภาพ และ 5) สิ่งแวดล้อม แม้ว่ามันอาจจะมิใช่ทั้งหมด เนื่องจากความสุขสามารถสร้างได้จากหลายวิธี ความสุขที่สูงขึ้น สำหรับประชาชนสามารถเกิดขึ้นได้จากนโยบายที่มุ่งไปในการส่งเสริมความผูกพันในครอบครัว คุณภาพชีวิตในการทำงาน คุณภาพที่สูงขึ้นของชุมชน และสุขภาพที่ดี ทั้งนี้ ผู้คนหรือประชาชนที่มีความสุข ย่อมได้เปรียบกว่าผู้ที่มีความทุกข์ รัฐบาลหรือผู้ที่มีอำนาจในการกำหนดนโยบาย ควรศึกษาทำความเข้าใจ เอาใจใส่ และตระหนักว่าความสุขนั้นเป็นสิ่งที่มีความสำคัญ โดยเริ่มจากการปรับมุมมองให้มีความชัดเจนต่อประชาชนที่พวกเขาได้รับผิดชอบส่งเสริมความสุขให้ก่อเกิดขึ้นในสังคมไทย ดังนั้น จึงมีความจำเป็นที่จะต้องบรรจุประเด็นเกี่ยวกับความสุขไว้ในนโยบายการเมืองด้วย ซึ่งการกำหนดแผนพัฒนาประเทศ ได้มุ่งเน้นการให้ความสำคัญกับการอยู่เย็นเป็นสุข และประเด็นต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความสุขของประชาชน โดยมีการกำหนดไว้ในแผนพัฒนาฯ ฉบับต่าง ๆ ทั้งยังมีการจัดทำตัวชี้วัดที่เกี่ยวข้องขึ้นด้วย แม้จะยังไม่ได้ส่งผลมากนักทั้งในทางปฏิบัติหรือการกำหนดนโยบาย เนื่องจากยังขาดความต่อเนื่องและการให้ความสำคัญที่จะประกาศใช้เป็นนโยบายระดับชาติ จึงต้องมีการกำหนดให้มีการดำเนินการอย่างจริงจัง โดยการกำหนดนโยบายด้านการพัฒนาความสุขของคนไทยด้วยความชัดเจน ทุกภาคส่วนต้องตระหนักถึงความสำคัญและให้การสนับสนุนในการกำหนดพัฒนา และการวัดความสุข เพื่อจะได้ทราบถึงแนวทางที่ต้องส่งเสริมหรือปรับปรุง แล้วนำไปดำเนินการอย่างจริงจัง และต่อเนื่อง จึงจะส่งผลให้เกิดความสุขที่สูงขึ้นและยั่งยืนของประชาชนได้ต่อไป

#### ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

##### 1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายและการพัฒนา

จากผลการวิจัย พบว่า ปัจจัยด้านสุขภาพ (ค่าเฉลี่ย 3.15) มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง แสดงให้เห็นว่า ประชาชนยังมิได้ให้ความสำคัญกับเรื่องสุขภาพมากพอ แม้นในปัจจุบันจะมีกระแสของการรักษาสุขภาพออกมาในรูปแบบต่าง ๆ แต่ก็มีใช้จะนิยมกันในทุกผู้ทุกวัย ดังนั้น รัฐบาลหรือผู้ที่มีอำนาจในส่วนของการกำหนดนโยบาย กลยุทธ์ ทั้งหลายควรให้ความสำคัญในเรื่องดังกล่าวข้างต้น สร้างความตระหนักรู้ ให้ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพให้ได้รับรู้อย่างทั่วถึงส่งเสริมกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อสุขภาพให้มีมากยิ่งขึ้น ยกตัวอย่าง การรวมกลุ่มผู้สูงอายุ เนื่องจากประเทศไทยกำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

การรวมกลุ่มดังกล่าว อาจมิใช่แค่การส่งเสริมสุขภาพทางด้านร่างกายเสมอไป อาจเป็นการสร้างกิจกรรมสันตนา การที่ส่งเสริมสุขภาพจิตและปัญญา อาทิเช่น การเล่นเกมกระดาน เพื่อฝึกการคิด ทั้งยังป้องกันโรคอัลไซเมอร์ (Alzheimer) ได้ด้วย หรือการร้องเพลง/เต้นรำ การฟังธรรมะ ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นกิจกรรมเพื่อการจรรโลงใจทั้งสิ้น และอีกหนึ่งประการ ในปัจจุบันมีผู้คนป่วยเป็นโรคนี้นี้ขึ้นมามาก “โรคซึมเศร้า” (Major depressive disorder หรือ Depressive episode) ซึ่งเป็นโรคทางจิตใจชนิดหนึ่งที่เกิดขึ้นจากหลากหลายสาเหตุ โดยพบมากเป็นอันดับที่ 2 ของประเทศไทยเลย ภาวะจิตใจและอารมณ์ที่มีความเศร้าและอาจรุนแรง ถึงการคิดทำร้ายร่างกายตนเองหรือเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายได้นี้ เป็นปัญหาที่ใกล้ตัวเข้ามาทุกที “โรคซึมเศร้า” มิใช่ทำร้ายแค่ตัวของผู้ป่วยแต่รวมไปถึงคนที่รักรอบตัวของผู้ป่วยเองด้วย

ดังนั้น ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ควรที่จะต้องให้ความสำคัญในส่วนนี้เป็นอย่างมาก เนื่องจากการจะก่อให้เกิดความสุขได้นั้น เริ่มขึ้นได้จากจิตใจ ความรู้สึกนึกคิดของแต่ละบุคคล การเสริมสร้างให้มีสุขภาพจิตใจที่แข็งแรงนี้ อาจเป็นบันไดขั้นแรกที่จะนำพาผู้คนไปสู่ความสุขในสักวันหนึ่ง สามารถเอาชนะอุปสรรคและความกลัวต่าง ๆ ไปได้ด้วยจิตและปัญญาที่เข้มแข็งของคนผู้นั้น

## 2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

ควรจะศึกษาความสุขของประชาชนในเขตเทศบาลตำบลลำานารายณ์ โดยเปรียบเทียบกับชุมชนหรือเขตอื่น เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่มีความหลากหลาย และนำมาประยุกต์ใช้ในการพัฒนาหรือปรับปรุงคุณภาพชีวิตของประชาชนในแต่ละพื้นที่ให้ดียิ่งขึ้น ตลอดจนส่งเสริมให้ก่อเกิดเป็นความสุขขึ้นในระดับชุมชน ขยายไปสู่ในระดับพื้นที่ จังหวัด ภูมิภาค และประเทศชาติ อย่างยั่งยืน

ควรจะศึกษาการวิจัยในเชิงคุณภาพควบคู่กับการวิจัยในเชิงปริมาณ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ชัดเจนมากยิ่งขึ้น มีรายละเอียดที่ลึกซึ้ง และตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

## บรรณานุกรม

- กรมการพัฒนาชุมชน. (2554). **ดัชนีชี้วัดความ “อยู่เย็น เป็นสุข” ของชุมชนหรือความสุขมวลรวมชุมชน (Gross Village Happiness)**. กรุงเทพฯ : กรมฯ.
- กัลยาณี เสนาสุ. (2559). **ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความสุขของคนไทย (Factors Affect Happiness in Thailand)**. กรุงเทพมหานคร : สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2546). **พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน**. กรุงเทพมหานคร : ราชบัณฑิตยสถาน.
- อภิรัช มงคล และคณะ. (2545). **ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย Thai Happiness Indicators (THI -15)**. กรมสุขภาพจิต, กระทรวงสาธารณสุข. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 กันยายน 2564, จาก <https://dmh.moph.go.th/test/Download/view.asp?id=23>.
- Glatzer, W. (2000). **“Happiness : Classic theory in the light of current research” J Happiness Studies**. [Online]. : [https://www.researchgate.net/publication/23545440\\_Happiness\\_Classic\\_Theory\\_in\\_the\\_Light\\_of\\_Current\\_Research](https://www.researchgate.net/publication/23545440_Happiness_Classic_Theory_in_the_Light_of_Current_Research). 17 October 2021.
- Layard, D. (2005). **Happiness: Lessons from a New Science**. New York: The Penguin Press.
- Maslow, A. (1970). **Human needs theory: Maslow’s hierarchy of human needs**. In R.F. Craven & C. J. Hirnle (Eds.), **Fundamental of Nursing: Human Health and Function**. (3rd ed.) Philadelphia: Lippincott.