



แบบสำรวจความสุขด้วยตนเอง: HAPPINOMETER

ความสุขวัดเองก็ได้

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ในช่อง ☐ ทุกข้อและบันทึกข้อความที่เป็นคำตอบลงบนเส้นประ ตามความเป็นจริง

ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ

☐ 1. ชาย

☐ 2. หญิง

2. อายุ ปี

3. ท่านจบการศึกษาสูงสุดในระดับใด (ไม่รวมระดับการศึกษาที่ยังไม่สำเร็จการศึกษา)

☐ 1. ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า

☐ 2. ม.ต้น

☐ 3. ม.ปลาย

☐ 4. ปวช.

☐ 5. ปวส.

☐ 6. อนุปริญญาหรือเทียบเท่า

☐ 7. ปริญญาตรี

☐ 8. สูงกว่าปริญญาตรี

☐ 9. ไม่ได้รับการศึกษา

☐ 10. อื่นๆ ระบุ.....

4. สถานภาพสมรส

☐ 1. โสด

☐ 2. แต่งงานและอยู่ร่วมกัน

☐ 3. แต่งงานแต่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน

☐ 4. อยู่ด้วยกันโดยไม่ได้แต่งงาน

☐ 5. หม้าย

☐ 6. หย่า/แยกทาง/เลิกกัน

5. ท่านมีบุตรหรือไม่ (รวมลูกบุญธรรม/ลูกติด/ลูกเลี้ยง)

☐ 0. ไม่มี

☐ 1. มี จำนวน 1 คน

☐ 2. มี จำนวน 2 คน

☐ 3. มี จำนวน 3-4 คน

☐ 4. มี จำนวนตั้งแต่ 5 คนขึ้นไป

6. งานของท่าน เป็นงานในลักษณะใด

☐ 1. งานสำนักงาน

☐ 2. งานด้านการผลิต

☐ 3. งานด้านการบริการ

☐ 4. งานด้านบริหาร

☐ 5. งานด้านอื่นๆ ระบุ.....

7. สถานภาพการจ้างงาน

☐ 1. ประจำ

☐ 2. ตามสัญญาจ้าง

☐ 3. รายวัน

☐ 4. บางช่วงเวลา

☐ 5. ตามผลงาน

☐ 6. จ้างเหมา

☐ 7. อื่นๆ ระบุ.....

8. ระยะเวลาที่ท่านทำงานในองค์กรปัจจุบัน รวมทั้งหมด

☐ 1. ไม่ถึงปี

☐ 2. ระหว่าง 1 - 2 ปี

☐ 3. ระหว่าง 3 - 5 ปี

☐ 4. ระหว่าง 6 - 9 ปี

☐ 5. ตั้งแต่ 10 ปี ขึ้นไป



Happy Body / สุขภาพดี

1. ปัจจุบัน ท่านมีน้ำหนัก.....กิโลกรัม เส้นรอบเอว เซนติเมตร
ส่วนสูง..... เซนติเมตร ภาวะอ้วนลงพุง ชาย รอบเอว > 90 ซม..
หญิง รอบเอว > 80 ซม

BMI(กิโลกรัม เมตร ²)	น้ำหนัก	ภาวะเสี่ยงต่อโรค
< 18.5	น้ำหนักน้อย	ต่ำ
18.5-22.9	น้ำหนักปกติ	เท่าคนปกติ
23-24.9	น้ำหนักเกิน	เพิ่ม
25-29.9	โรคอ้วน	เพิ่มมาก
> 30	อ้วนมาก	อยู่ในช่วงอันตราย

สูตร* นิ้ว x 2.54 = เซนติเมตร

2. โดยปกติท่านกินอาหารเช้า โดยเฉลี่ยสัปดาห์ละกี่วัน
☐ 1. ไม่กิน ☐ 2. กินแต่ไม่บ่อย(1-2 วัน) ☐ 3. กินเป็นบางครั้ง (3-4 วัน)
☐ 4. กินเป็นประจำ(5-6 วัน) ☐ 5. กินทุกวัน
3. ปัจจุบันท่านออกกำลังกายโดยเฉลี่ยสัปดาห์ละกี่วัน
☐ 1. ไม่ได้ออกกำลังกาย ☐ 2. น้อยกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ ☐ 3. จำนวน 3 วันต่อสัปดาห์
☐ 4. มากกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ ☐ 5. ทุกวัน
4. ปัจจุบันท่านสูบบุหรี่/ ใบจาก / ยาเส้น หรือไม่
☐ 1. สูบเป็นประจำ ☐ 2. สูบบ่อยครั้ง ☐ 3. สูบนาน ๆ ครั้ง
☐ 4. ไม่สูบแต่เคยสูบ ☐ 5. ไม่เคยสูบเลย
5. ปัจจุบันท่านดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ ไวน์ สาโท หรือสุราที่บ้านหรือไม่
☐ 1. ดื่มเกือบทุกวัน/เกือบทุกสัปดาห์
☐ 2. ดื่มเกือบทุกเดือน ☐ 3. ดื่มปีละ 1-2 ครั้ง ☐ 4. ไม่ดื่มแต่เคยดื่ม
☐ 5. ไม่เคยดื่มเลย
6. โดยรวมแล้วท่านพึงพอใจกับสุขภาพกายของท่านหรือไม่
☐ 1. ไม่พอใจเลย/พอใจน้อยที่สุด
☐ 2. พอใจน้อย ☐ 3. พอใจปานกลาง ☐ 4. พอใจมาก
☐ 5. พอใจมากที่สุด



Happy Relax / ผ่อนคลายดี

7. โดยรวมแล้วท่านรู้สึกว่าการพักผ่อน เพียงพอหรือไม่

- | | | |
|-----------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่พอ | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

8. โดยรวมแล้วใน 1 สัปดาห์ท่านทำกิจกรรมเพื่อเป็นการพักผ่อนหย่อนใจ (อ่านหนังสือ ดูหนัง ฟังเพลง ช็อปปิ้ง เล่นเกมส์ ปลุกต้นไม้ ฯลฯ) หรือไม่

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่ได้ทำ | <input type="checkbox"/> 2. ทำ 1 – 2 วัน/สัปดาห์ | <input type="checkbox"/> 3. ทำ 3 – 4 วัน/สัปดาห์ |
| <input type="checkbox"/> 4. ทำ 5 – 6 วัน/สัปดาห์ | <input type="checkbox"/> 5. ทำทุกวัน | |

9. โดยรวมแล้วท่านมีความเครียด (เครียดจากการทำงาน/เรื่องครอบครัว/ เรื่องอื่น ๆ) บ้างหรือไม่

- | | | |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1. เครียดมากที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. เครียดมาก | <input type="checkbox"/> 3. เครียดปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. เครียดน้อย | <input type="checkbox"/> 5. ไม่เครียดเลย | |

10. โดยรวมแล้วท่านคิดว่าชีวิตของท่านเป็นไปตามที่ท่านคาดหวัง หรือไม่

- | |
|--|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่เป็นไปตามที่คาดหวังเลย |
| <input type="checkbox"/> 2. เป็นไปตามที่คาดหวังเล็กน้อย |
| <input type="checkbox"/> 3. เป็นไปตามที่คาดหวังปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. เป็นไปตามที่คาดหวังมาก |
| <input type="checkbox"/> 5. เป็นไปตามที่คาดหวังมากที่สุด |

11. เมื่อประสบปัญหาในชีวิต โดยทั่วไปท่านสามารถจัดการกับปัญหา ได้หรือไม่

- | | | |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่สามารถจัดการได้เลย | <input type="checkbox"/> 2. จัดการได้น้อยมาก | <input type="checkbox"/> 3. จัดการได้ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. จัดการได้มาก | <input type="checkbox"/> 5. จัดการได้มากที่สุด | |

Happy Heart / น้ำใจดี

12. โดยรวมแล้ว ท่านรู้สึกเอื้ออาทร / ห่วงใยต่อคนรอบข้างหรือไม่

- | | | |
|---|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่รู้สึกเลย/น้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

13. โดยรวมแล้ว ท่านให้การช่วยเหลือแก่คนรอบข้างหรือไม่

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่เคย/แทบจะไม่เคยช่วย | <input type="checkbox"/> 2. นานๆ ครั้ง | <input type="checkbox"/> 3. ช่วยบ้างบางครั้ง |
| <input type="checkbox"/> 4. ช่วยแทบทุกครั้ง | <input type="checkbox"/> 5. ช่วยทุกครั้ง | |

14. โดยรวมแล้วท่านให้ความสำคัญกับการทำงานเป็นทีม หรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่ให้/ให้น้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |



15. โดยรวมแล้วความสัมพันธ์ในที่ทำงานของท่านเหมือนพี่เหมือนน้อง หรือไม่
☐ 1. ไม่เหมือน/เหมือนน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด
16. โดยรวมแล้วท่านสื่อสารพูดคุยกับเพื่อนร่วมงานในองค์กร หรือไม่
☐ 1. ไม่สื่อสารเลย/สื่อสารน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด
17. โดยรวมแล้วในองค์กรของท่านมีการถ่ายทอดแลกเปลี่ยนแบบอย่างการทำงานระหว่างกัน หรือไม่
☐ 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด
18. โดยรวมแล้วท่านเต็มใจและยินดี ในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม หรือไม่
☐ 1. ไม่เต็มใจ/เต็มใจน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด
19. โดยรวมแล้วท่านเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม เช่น การปลูกป่า การบริจาคสิ่งของ หรือไม่
☐ 1. ไม่เข้าร่วม/เข้าร่วมน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด
20. โดยรวมแล้วท่านได้ทำกิจกรรมที่สามารถทำได้ด้วยตนเองและมีประโยชน์ต่อสังคม เช่น การคัดแยกขยะ การลดใช้ถุงพลาสติก เป็นต้น
☐ 1. ไม่ทำ/ทำน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด

Happy Soul / จิตวิญญาณดี

21. โดยรวมแล้วท่านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม/ ศาสนา/ การให้ทาน หรือไม่
☐ 1. ไม่ทำ/ทำน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด
22. โดยรวมแล้ว ท่านปฏิบัติกิจตามศาสนาเพื่อให้จิตใจสงบ หรือไม่
☐ 1. ไม่ปฏิบัติ/ปฏิบัติน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด
23. โดยรวมแล้ว ท่านยกโทษและให้อภัยอย่างจริงใจต่อผู้ที่สำนึกผิด
☐ 1. ไม่ยกโทษ/ให้อภัยน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด
24. โดยรวมแล้ว ท่านยอมรับและขอโทษในความผิดที่ทำหรือมีส่วนรับผิดชอบ
☐ 1. ไม่ยอมรับ/ขอโทษน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด



25. โดยรวมแล้ว ท่านตอบแทนผู้มีพระคุณ หรือช่วยเหลือท่าน

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่ตอบแทน/ตอบแทนน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

Happy Family / ครอบครัวดี

26. ท่านมีเวลาอยู่กับครอบครัว เพียงพอหรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่เพียงพอ | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

27. ท่าน ทำกิจกรรม (ออกกำลังกาย ทำบุญ ซื่อของ ออกกำลังกายในสวนสาธารณะ ไปทำบุญ ซื่อของ ปลุกต้นไม้ ฯ) ร่วมกันกับคนในครอบครัว

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่ทำ/ทำน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

28. โดยรวมแล้วท่านมีความสุขกับครอบครัวของท่าน หรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

Happy Society / สังคมดี

29. โดยรวมแล้ว เพื่อนบ้าน มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อท่านหรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

30. โดยรวมแล้วท่านปฏิบัติตามกฎระเบียบ/ ข้อบังคับของสังคม หรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่ปฏิบัติ/ปฏิบัติน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

31. โดยรวมแล้วท่านรู้สึก ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน หรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่รู้สึก/รู้สึกน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

32. โดยรวมแล้ว เมื่อท่านมีปัญหา ท่านสามารถขอความช่วยเหลือจากคนในชุมชน หรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่ได้/ได้น้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

33. โดยรวมแล้ว ท่านรู้สึกว่า สังคมไทยทุกวันนี้ มีความสงบสุข หรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |



34. โดยรวมแล้วทุกวันนี้ท่านใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข หรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

Happy Brain / ใฝ่รู้ดี

35. โดยรวมแล้วท่านสนใจในการแสวงหาความรู้ใหม่ๆ เพิ่มเติมจากแหล่งความรู้ต่าง ๆ หรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่สนใจ/สนใจน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

36. โดยรวมแล้ว ท่านสนใจที่จะพัฒนาตนเอง เพื่อความก้าวหน้าในชีวิต หรือไม่

- | | | |
|--|---------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่สนใจ/สนใจน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. น้อย | <input type="checkbox"/> 3. ปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มาก | <input type="checkbox"/> 5. มากที่สุด | |

37. ท่านมีโอกาสนี้จะได้รับการอบรม/ศึกษาต่อ/ดูงาน เพื่อพัฒนาทักษะและความสามารถของตนเอง หรือไม่

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่มีโอกาส/มีโอกาสน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. มีโอกาสน้อย | <input type="checkbox"/> 3. มีโอกาสปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มีโอกาสมาก | <input type="checkbox"/> 5. มีโอกาสมากที่สุด | |

Happy Money / สุขภาพเงินดี

38. ท่านรู้สึกว่าการผ่อนชำระหนี้สินต่าง ๆ โดยรวมของท่านในปัจจุบันเป็นภาระ หรือไม่

- | | | |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1. เป็นภาระหนักที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. เป็นภาระหนักมาก | <input type="checkbox"/> 3. เป็นภาระปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. เป็นภาระน้อย | <input type="checkbox"/> 5. ไม่เป็นภาระ/ ไม่ได้ผ่อนชำระ / ไม่มีหนี้สิน | |

39. ท่านผ่อนชำระหนี้ตามกำหนดเวลาทุกครั้งหรือไม่

- | | | |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่ตรงเวลาทุกครั้ง | <input type="checkbox"/> 2. ไม่ตรงเวลาบ่อยครั้ง | <input type="checkbox"/> 3. ตรงเวลาบ้างบางครั้ง |
| <input type="checkbox"/> 4. ตรงเวลาเกือบทุกครั้ง | <input type="checkbox"/> 5. ตรงเวลาทุกครั้ง/ ไม่ได้ผ่อนชำระ / ไม่มีหนี้สิน | |

40. โดยรวมแล้ว ท่านมีเงินเก็บออมในแต่ละเดือน หรือไม่

- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด | <input type="checkbox"/> 2. มี/เก็บออมเพียงเล็กน้อย | <input type="checkbox"/> 3. มี/เก็บออมปานกลาง |
| <input type="checkbox"/> 4. มี/เก็บออมมาก | <input type="checkbox"/> 5. มี/เก็บออมมากที่สุด | |

41. โดยรวมแล้ว ค่าตอบแทนที่ท่านได้รับทั้งหมดในแต่ละเดือนเป็นอย่างไร เมื่อเปรียบเทียบกับรายจ่ายทั้งหมดในแต่ละเดือน

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. รายจ่ายเกินกว่ารายได้มาก | <input type="checkbox"/> 2. รายจ่ายเกินกว่าเล็กน้อย | <input type="checkbox"/> 3. รายได้พอๆ กับรายจ่าย |
| <input type="checkbox"/> 4. รายจ่ายน้อยกว่ารายได้ | <input type="checkbox"/> 5. รายจ่ายน้อยกว่ารายได้มาก | |



Happy Work Life (Happy Plus) / การงานดี

42. ท่านมีความสุขต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมขององค์กร หรือไม่

- ☐ 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด

43. ท่านได้รับการดูแลเกี่ยวกับสุขภาพที่ดีจากองค์กร หรือไม่

- ☐ 1. ไม่ได้รับ/ได้รับน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด

44. ท่านพึงพอใจกับสวัสดิการที่องค์กรจัดให้หรือไม่

- ☐ 1. ไม่พอใจเลย/พอใจน้อยที่สุด ☐ 2. พอใจน้อย ☐ 3. พอใจปานกลาง
☐ 4. พอใจมาก ☐ 5. พอใจมากที่สุด

45. ท่านได้รับ การปฏิบัติอย่างถูกต้องตามกฎหมายแรงงาน / พรบ.ข้าราชการ 2551 จากองค์กรของท่าน หรือไม่

- ☐ 1. ไม่ได้เลย/ได้รับน้อยที่สุด ☐ 2. ได้รับเล็กน้อย ☐ 3. ได้รับพอสมควร
☐ 4. ได้รับมาก ☐ 5. ได้รับมากที่สุด

46. ท่านได้รับการพิจารณาเลื่อนขั้น เลื่อนตำแหน่ง/ ปรับขึ้นเงินเดือนประจำปี ที่ผ่านมาด้วยความเหมาะสมหรือไม่

- ☐ 1. ไม่เหมาะสม/เหมาะสมน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด

47. อาชีพของท่านในขณะนี้มีความมั่นคง หรือไม่

- ☐ 1. ไม่มั่นคง/มั่นคงน้อยที่สุด ☐ 2. มั่นคงน้อย ☐ 3. มั่นคงปานกลาง
☐ 4. มั่นคงมาก ☐ 5. มั่นคงมากที่สุด

48. ค่าตอบแทนที่ท่านได้รับคุ้มค่างับความเสี่ยงที่อาจเกิดจากการทำงาน (การถูกฟ้องร้อง/ การได้รับอันตรายจากการทำงาน ฯลฯ)

- ☐ 1. ไม่คุ้มค่า/คุ้มค่าน้อยที่สุด ☐ 2. คุ้มค่าน้อย ☐ 3. คุ้มค่าปานกลาง
☐ 4. คุ้มค่ามาก ☐ 5. คุ้มค่ามากที่สุด

49. ขณะที่ทำงานอยู่ในองค์กรนี้ หากท่านมีโอกาสได้ศึกษาต่อและเมื่อสำเร็จการศึกษาแล้ว ท่านจะทำงานต่อหรือว่าลาออก

- ☐ 1. ลาออกแน่นอน ☐ 2. อาจจะลาออก ☐ 3. น่าจะลาออก
☐ 4. ไม่ลาออก ☐ 5. ไม่ลาออกแน่นอน

50. ถ้าท่านมีโอกาสเปลี่ยนสถานที่ทำงาน หรือองค์กรอื่นชวน/ติดต่อไปทำงาน ท่านพร้อมที่จะไป หรือไม่

- ☐ 1. ไปแน่นอนไปทันที ☐ 2. คิดว่าจะไป ☐ 3. ไม่แน่ใจ
☐ 4. ไม่ไป ☐ 5. ไม่ไปแน่นอน

51. โดยรวมแล้วท่านสามารถแสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมในข้อเสนอแนะกับนายจ้าง หรือหัวหน้างาน หรือไม่

- ☐ 1. ไม่มีส่วนร่วม/มีน้อยที่สุด ☐ 2. มีส่วนร่วมบ้างเล็กน้อย ☐ 3. มีส่วนร่วมปานกลาง
☐ 4. มีส่วนร่วมมาก ☐ 5. มีส่วนร่วมมากที่สุด



52. ความถูกต้อง ของการจ่ายค่าจ้าง ค่าล่วงเวลา ฯลฯ ที่ท่านได้รับจากองค์กรของท่านเป็นอย่างไร

- ☐ 1. ไม่ถูกต้องทุกครั้ง ☐ 2. ไม่ถูกต้องบ่อยครั้ง ☐ 3. ถูกต้องบ้างเป็นบางครั้ง
☐ 4. ถูกต้องเกือบทุกครั้ง ☐ 5. ถูกต้องทุกครั้ง

53. ความตรงเวลา ของการจ่ายค่าจ้าง ค่าล่วงเวลา ฯลฯ ที่ท่านได้รับจากองค์กรของท่านเป็นอย่างไร

- ☐ 1. ไม่ตรงเวลาทุกครั้ง ☐ 2. ไม่ตรงเวลาบ่อยครั้ง ☐ 3. ตรงเวลาบ้างเป็นบางครั้ง
☐ 4. ตรงเวลาเกือบทุกครั้ง ☐ 5. ตรงเวลาทุกครั้ง

54. โดยรวมแล้วท่านทำงานอย่างมี “ความสุข” หรือไม่

- ☐ 1. ไม่มี/มีน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด

55. ท่านภาคภูมิใจที่ได้เป็นพนักงาน/ บุคลากรขององค์กร/ ได้ทำงานในองค์กรนี้ หรือไม่

- ☐ 1. ไม่ภาคภูมิใจ/ภูมิใจน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด

56. ท่านรู้สึกเป็นเจ้าของร่วมขององค์กรที่ท่านทำงานในปัจจุบัน หรือไม่

- ☐ 1. ไม่รู้สึก/รู้สึกน้อยที่สุด ☐ 2. น้อย ☐ 3. ปานกลาง
☐ 4. มาก ☐ 5. มากที่สุด

+++++

โดยรวมแล้ว ปัจจุบัน ความสุข ของท่านอยู่ในระดับใด (โปรดกากบาท X ระดับความสุขบนเส้นคะแนน (0-10))

0

ไม่มีความสุขเลย ☹

10

สุขที่สุด ☺