

แบบประเมินความสุขด้วยตนเอง (HAPPINOMETER) สำหรับบุคลากรสังกัด สสอ.บุนทริก จ.อุบลราชธานี

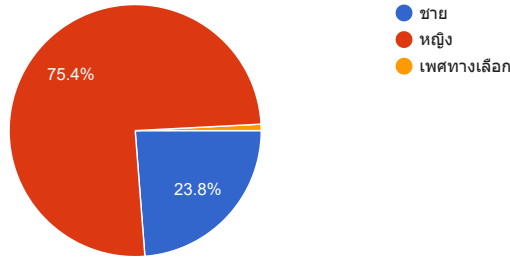
การตอบกลับ 122 รายการ

เผยแพร่การวิเคราะห์

1.1 เพศ

[คัดลอก](#)

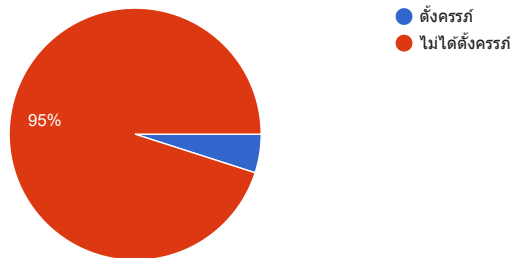
คำตอบ 122 ข้อ



กรณีเป็นเพศหญิง/เพศทางเลือก : ขณะนี้ท่านกำลังตั้งครรภ์หรือไม่ (แสดงกรณีเป็นเพศหญิงและเพศทางเลือก)

[คัดลอก](#)

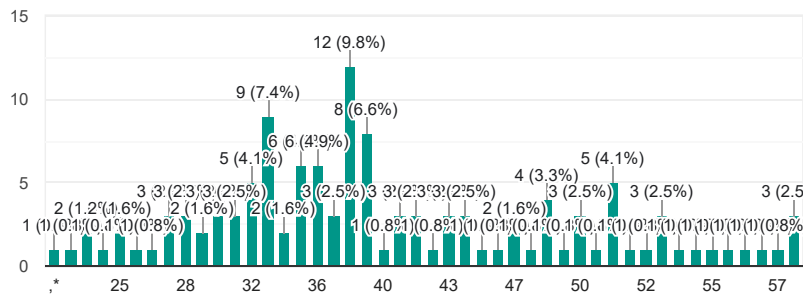
คำตอบ 101 ข้อ



1.2 อายุ (ช่วงอายุ 18-70 ปี)

[คัดลอก](#)

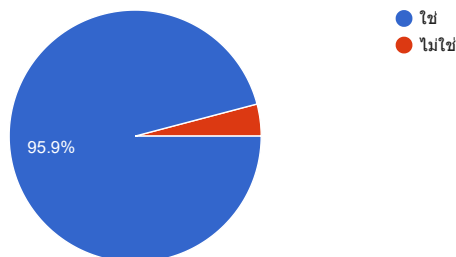
คำตอบ 122 ข้อ



1.3 จังหวัดที่ท่านอาศัยอยู่ในปัจจุบันเป็นจังหวัดเดียวกับภูมิลำเนาหรือไม่

[คัดลอก](#)

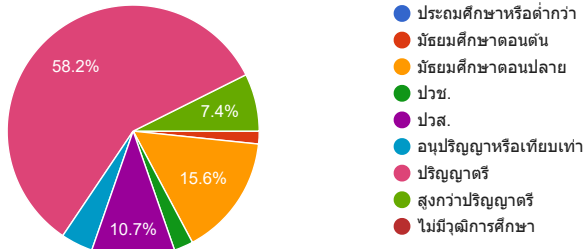
คำตอบ 122 ข้อ



1.4 ท่านจบการศึกษาสูงสุดในระดับใด (ไม่รวมระดับการศึกษาที่ยังไม่สำเร็จการศึกษา)

คัดลอก

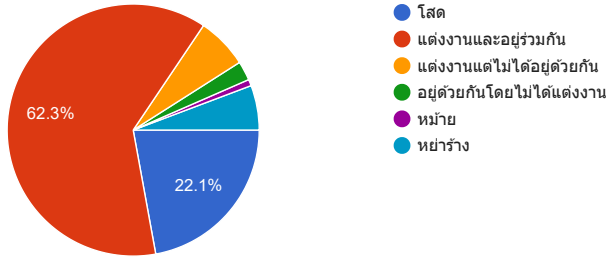
คำตอบ 122 ข้อ



1.5 สถานภาพสมรส

คัดลอก

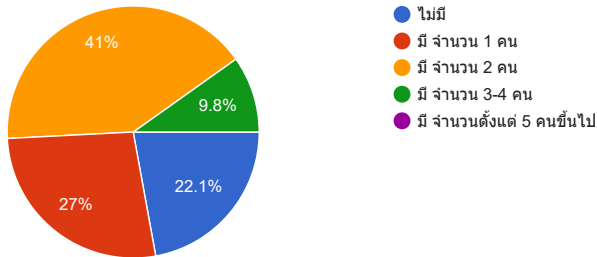
คำตอบ 122 ข้อ



1.6 ท่านมีบุตรหรือไม่ (รวมลูกบุญธรรม/ลูกติด/ลูกเลี้ยง)

คัดลอก

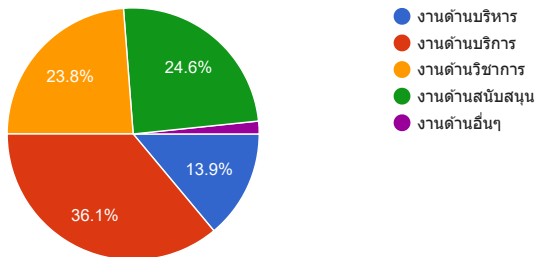
คำตอบ 122 ข้อ



1.7 งานที่ท่านทำเป็นงานลักษณะใด

คัดลอก

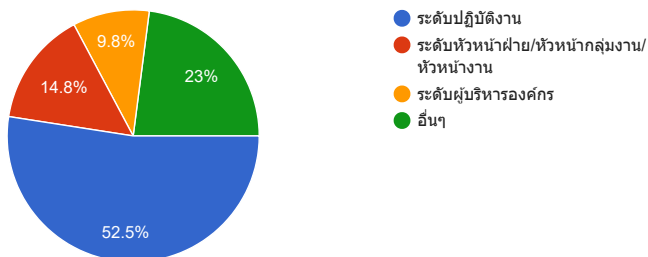
คำตอบ 122 ข้อ



1.8 ท่านปฏิบัติงานในระดับตำแหน่งใด

คัดลอก

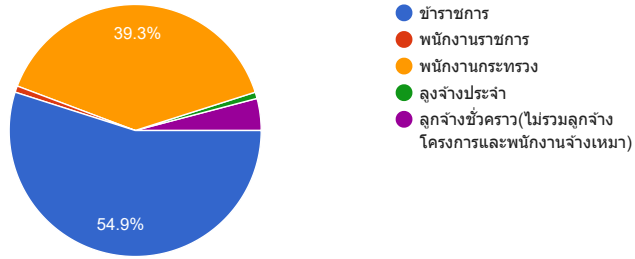
คำตอบ 122 ข้อ



1.9 สถานภาพการจ้างงาน

คัดลอก

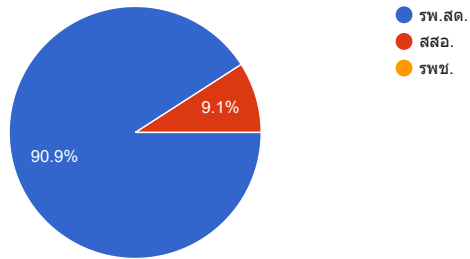
คำตอบ 122 ข้อ



1.10 ท่านทำงานในระดับหน่วยงานใด

คัดลอก

คำตอบ 121 ข้อ



1.11 สายงานของท่าน

คำตอบ 122 ข้อ

นักวิชาการสาธารณสุข

พยาบาลวิชาชีพ

พนักงานบริการ

สนับสนุน

สายสนับสนุน

ทันตกรรม

บริหาร

พนักงานธุรการ

วิชาการ

นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ

ผู้ช่วยแพทย์แผนไทย

นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

บริการ

สาธารณสุข

ทันตสาธารณสุข

พยาบาล

บริหารงานทั่วไป

เจ้าพนักงานสาธารณสุข

สนับสนุนบริการ

แพทย์แผนไทย

สายงานทั่วไป

ผอ.ร.สต

พยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการ

งานด้านรักษาปฎิบัติการ

เจ้าพนักงานทันตสาธารณสุข

สายสนับสนุน

สาธารณสุขชุมชน

คอมพิวเตอร์ (พนักงานธุรการ)

จพ.ทันตสาธารณสุข

พนักงานผู้ช่วยเหลือคนไข้

สายงานบริการ

นักวิชาการ

สายด้านบริการ

งานวิชาการ



พยาบาลวิ

จพ

เวชปฏิบัติครอบครัว

งานบริการทั่วไป

ผู้ช่วยทันตภิบาล

นว.

สายงานสนับสนุน

ผู้ช่วยทันตสาธารณสุข

พนักงานทั่วไป

กลุ่มงานบริหารงานทั่วไป

ผอ.รพ.สต.

เวชปฏิบัติครอบครัว

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

สายปฏิบัติการ

วิชาชีพ

รพ.สต.หนองแสง

อนามัยหนองแสง

ส่งเสริมป้องกันควบคุมโรค

บริหารทั่วไป

ควบคุมโรคติดต่อ

นักวิชาการคอมพิวเตอร์

ตำแหน่ง พนักงานพิมพ์

จพ.สธ

ปฏิบัติการ

งานบริการ

ผู้ช่วยเหลือคนไข้

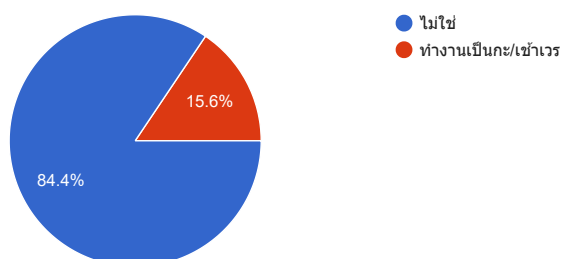
การเงิน

ธุรการ

1.12 ท่านทำงานเป็นกะ/ทำงานเป็นรอบ/เข้าเวรไข้หรือไม่

 [คัดลอก](#)

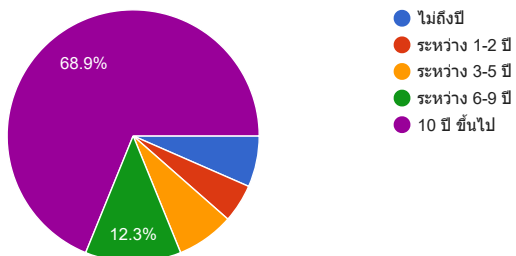
คำตอบ 122 ข้อ



1.13 ระยะเวลาที่ท่านทำงานในองค์กรปัจจุบัน รวมทั้งหมด

[คัดลอก](#)

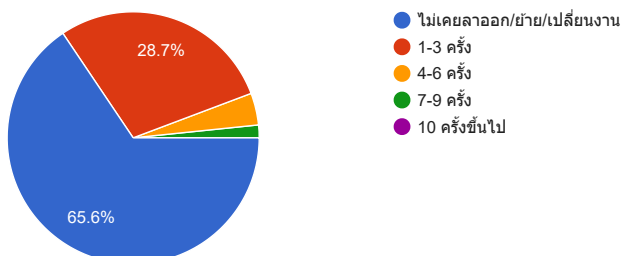
คำตอบ 122 ข้อ



1.14 ตั้งแต่เริ่มทำงานจนถึงปัจจุบัน ท่านลาออก/ย้าย/เปลี่ยนงานมาแล้วกี่ครั้ง

[คัดลอก](#)

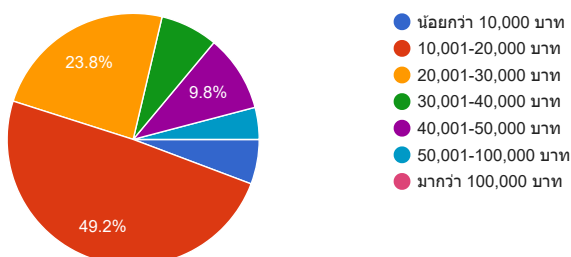
คำตอบ 122 ข้อ



1.15 ท่านมีรายได้ต่อเดือน โดยประมาณเดือนละเท่าใด (รายได้ + เงินเดือน + ค่าตอบแทนอื่นๆ)

[คัดลอก](#)

คำตอบ 122 ข้อ



Happy Body / สุขภาพกายดี



1. ปัจจุบันท่านมีน้ำหนัก (กิโลกรัม)

คำตอบ 122 ข้อ

70

60

55

56

63

78

48

75

80

85

58

65

53

49

47

62

50

67

59

44

64

52

53.6 กิโลกรัม

69

79

74

68

46

90

39

60

95

57

70 กิโลกรัม

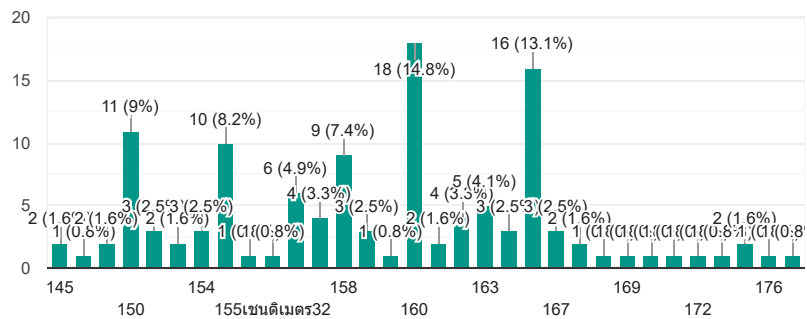


84
66
77
59ก.ก.
61
71
66.5
72
57.2
73
51
82
70.0
63ก.ก.
45
54
98

2. ปัจจุบันท่านมีส่วนสูง (เซนติเมตร)

[คัดลอก](#)

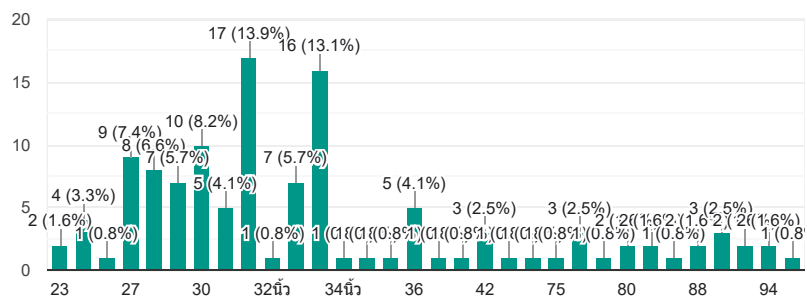
คำตอบ 122 ข้อ



3. เส้นรอบเอว (นิ้ว)

[คัดลอก](#)

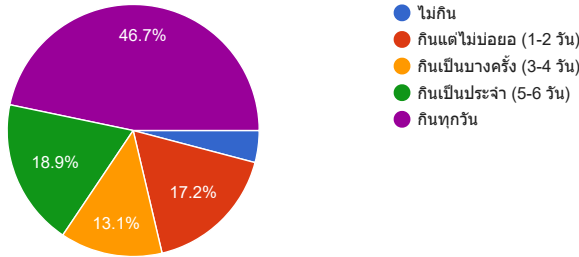
คำตอบ 122 ข้อ



4. โดยปกติท่านกินอาหารเช้า โดยเฉลี่ยสัปดาห์ละกี่วัน

[คัดลอก](#)

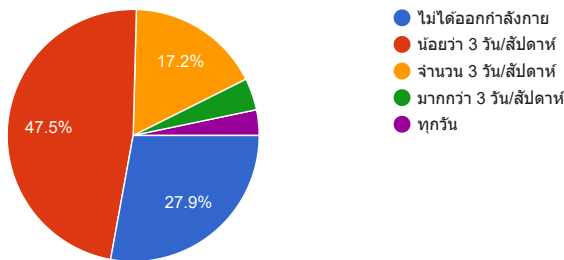
คำตอบ 122 ข้อ



5. ปัจจุบันท่านออกกำลังกายโดยเฉลี่ยสัปดาห์ละกี่วัน

[คัดลอก](#)

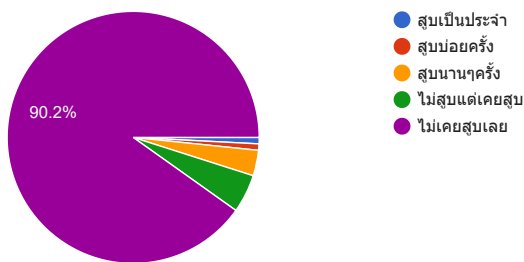
คำตอบ 122 ข้อ



6. ปัจจุบันท่านสูบบุหรี่/ใบจาก/ยาเส้น หรือไม่

[คัดลอก](#)

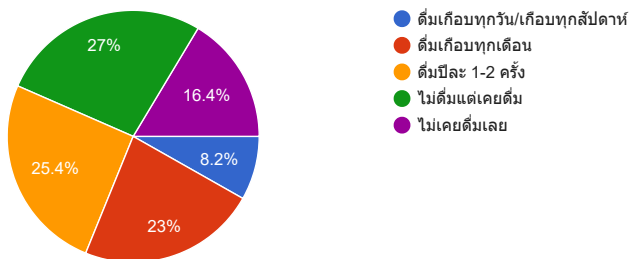
คำตอบ 122 ข้อ



7. ปัจจุบันท่านดื่มแอลกอฮอล์ เช่น เหล้า เบียร์ ไวน์ สาโท หรือสุราที่บ้านหรือไม่

[คัดลอก](#)

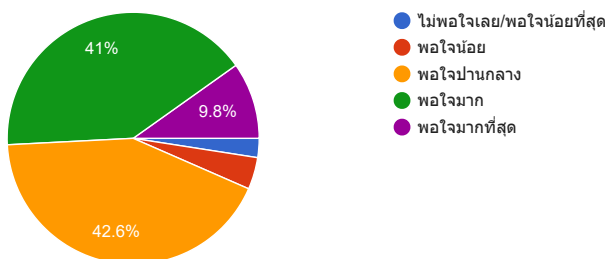
คำตอบ 122 ข้อ



8. โดยรวมแล้วท่านพึงพอใจกับสุขภาพกายของท่านหรือไม่

[คัดลอก](#)

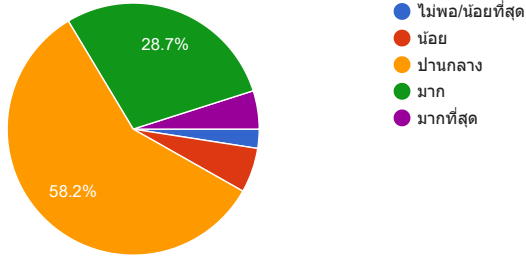
คำตอบ 122 ข้อ



1. โดยรวมแล้วท่านรู้สึกว่าการพักผ่อนเพียงพอหรือไม่

คัดลอก

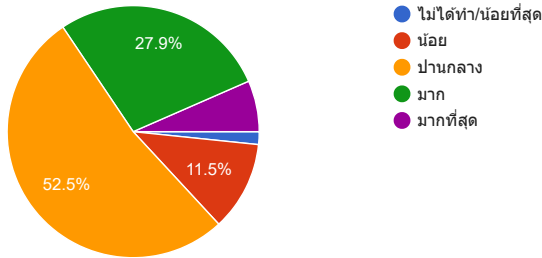
คำตอบ 122 ข้อ



2. โดยรวมแล้วใน 1 สัปดาห์ท่านทำกิจกรรมเพื่อเป็นการพักผ่อนหย่อนใจ (อ่านหนังสือ ดูหนัง ฟังเพลง ซ้อมปิ้ง เล่นเกม ปลูกต้นไม้ ฯลฯ) หรือไม่

คัดลอก

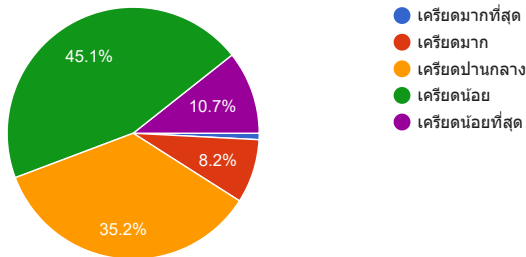
คำตอบ 122 ข้อ



3. โดยรวมแล้วท่านมีความเครียด (เครียดจากการทำงาน/เรื่องครอบครัว/เรื่องอื่นๆ) บ้างหรือไม่

คัดลอก

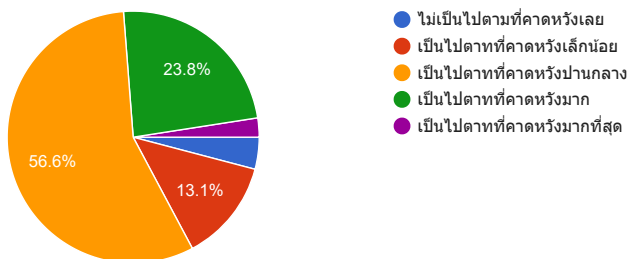
คำตอบ 122 ข้อ



4. โดยรวมแล้วท่านคิดว่าชีวิตของท่านเป็นไปตามที่ท่านคาดหวังหรือไม่

คัดลอก

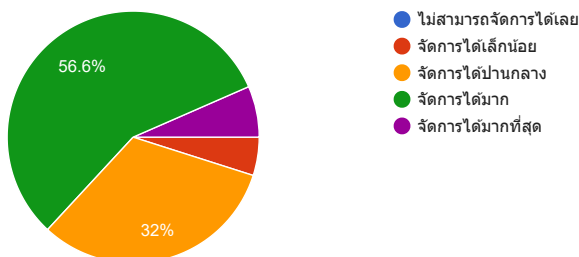
คำตอบ 122 ข้อ



5. เมื่อประสบปัญหาชีวิต โดยทั่วไปท่านสามารถจัดการกับปัญหาได้หรือไม่

คัดลอก

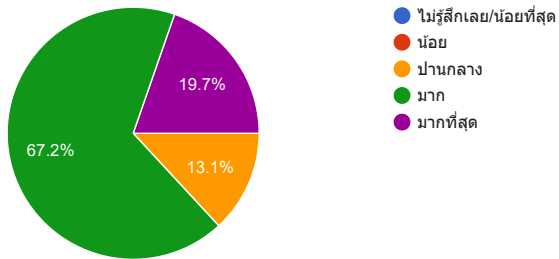
คำตอบ 122 ข้อ



1. โดยรวมแล้ว ท่านรู้สึกเสียอาหาร/ห่วยใยคนรอบข้างหรือไม่

คัดลอก

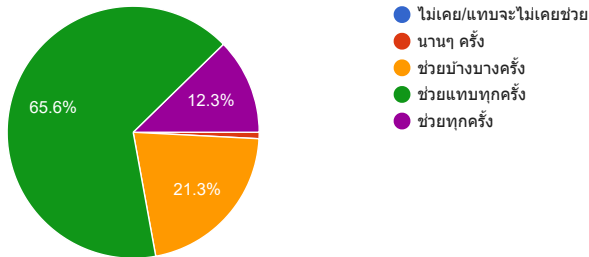
คำตอบ 122 ข้อ



2. โดยรวมแล้วท่านให้การช่วยเหลือแก่คนรอบข้างหรือไม่

คัดลอก

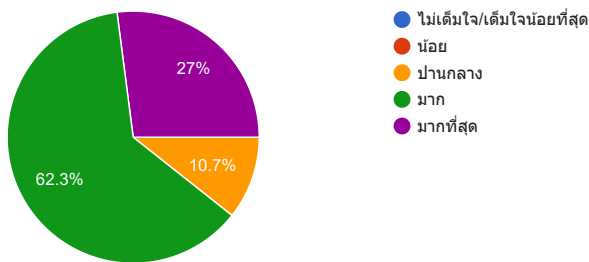
คำตอบ 122 ข้อ



3. โดยรวมแล้วท่านเต็มใจและยินดีในการทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม หรือไม่

คัดลอก

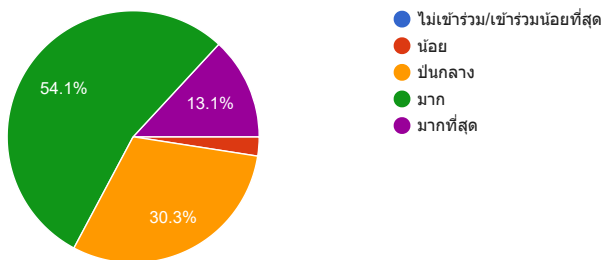
คำตอบ 122 ข้อ



4. โดยรวมแล้วท่านเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม เช่น การปลูกป่า การบริจาคสิ่งของ หรือไม่

คัดลอก

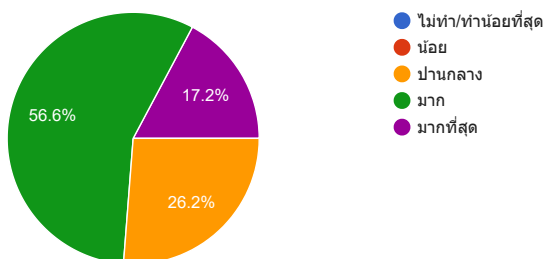
คำตอบ 122 ข้อ



5. โดยรวมแล้วท่านได้ทำกิจกรรมที่สามารถทำได้ด้วยตนเองและมีประโยชน์ต่อสังคม เช่น การคัดแยกขยะ การลดใช้ถุงพลาสติก เป็นต้น

คัดลอก

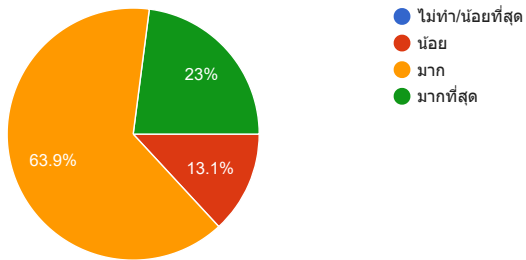
คำตอบ 122 ข้อ



1. โดยรวมแล้วท่านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม/ศาสนา/การให้ทาน หรือไม่

[คัดลอก](#)

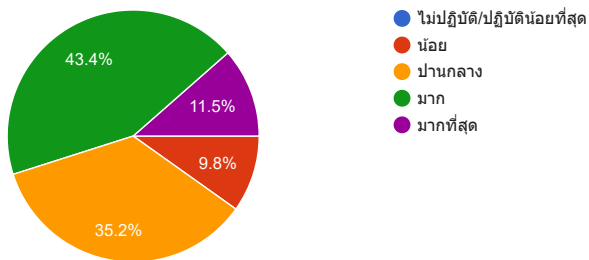
คำตอบ 122 ข้อ



2. โดยรวมแล้วท่านปฏิบัติกิจตามศาสนาเพื่อให้เกิดใจสงบ หรือไม่

[คัดลอก](#)

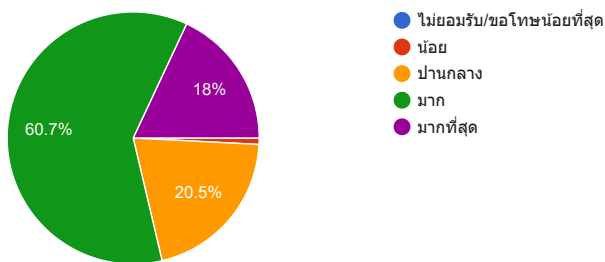
คำตอบ 122 ข้อ



3. โดยรวมแล้ว ท่านยกโทษและให้อภัยอย่างจริงจังต่อผู้ที่สำนึกผิด

[คัดลอก](#)

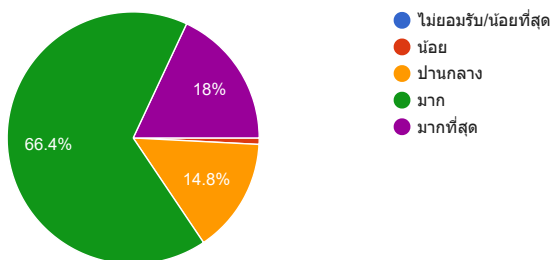
คำตอบ 122 ข้อ



4. โดยรวมแล้วท่านยอมรับและขอโทษในความผิดที่ทำหรือมีส่วนรับผิดชอบ

[คัดลอก](#)

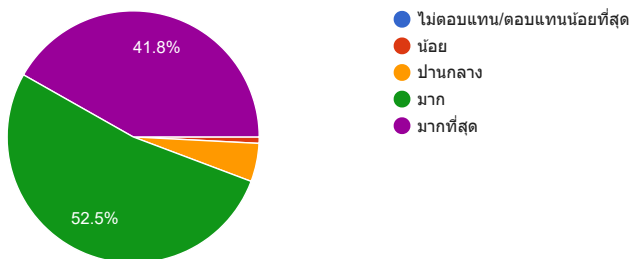
คำตอบ 122 ข้อ



5. โดยรวมแล้ว ท่านตอบแทนผู้มีพระคุณโดยช่วยเหลือท่าน

[คัดลอก](#)

คำตอบ 122 ข้อ



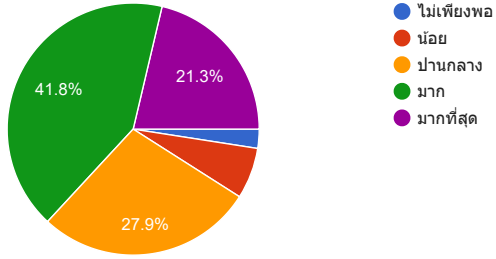
Happy Family / ครอบครัวดี



1. ท่านมีเวลาอยู่กับครอบครัว เพียงพอหรือไม่

[คัดลอก](#)

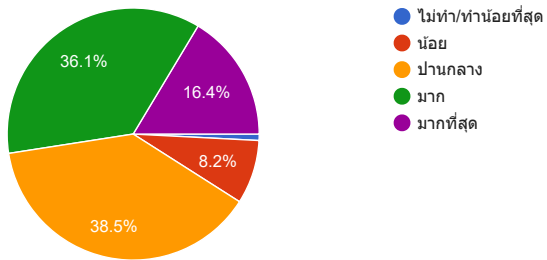
คำตอบ 122 ข้อ



2. ท่าน ทำกิจกรรม (ออกกำลังกาย ทำบุญ ซื้อของ ฯลฯ) ร่วมกับคนในครอบครัว

[คัดลอก](#)

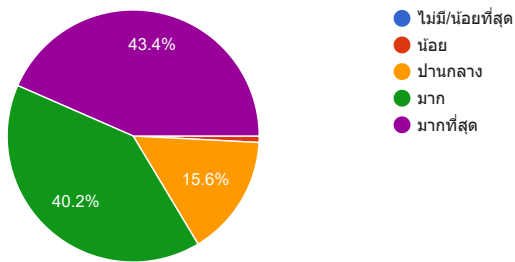
คำตอบ 122 ข้อ



3. โดยรวมแล้วท่านมีความสุขกับครอบครัวของท่านหรือไม่

[คัดลอก](#)

คำตอบ 122 ข้อ

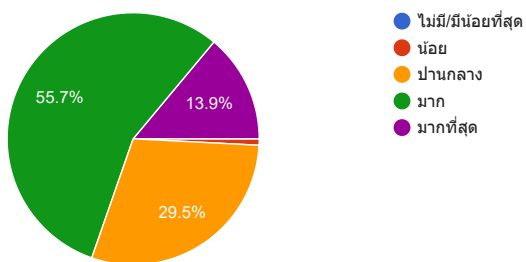


Happy Society / สังคมดี

1. โดยรวมแล้ว เพื่อนบ้าน มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อท่านหรือไม่

[คัดลอก](#)

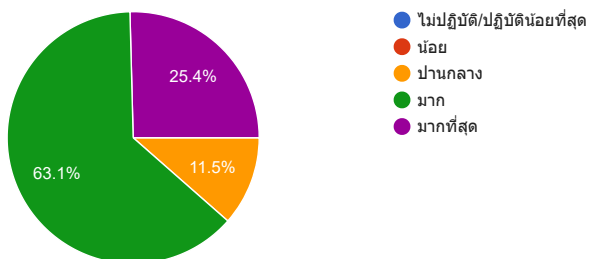
คำตอบ 122 ข้อ



2. โดยรวมแล้วท่านปฏิบัติตามกฎระเบียบ/ข้อบังคับของสังคม หรือไม่

[คัดลอก](#)

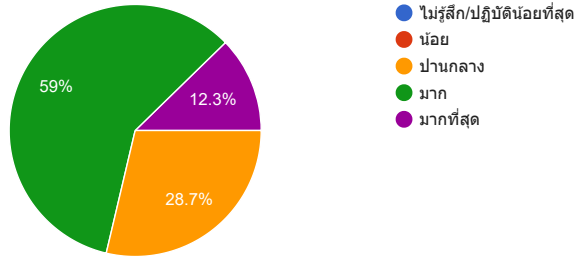
คำตอบ 122 ข้อ



3. โดยรวมแล้วท่านรู้สึก ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน หรือไม่

คัดลอก

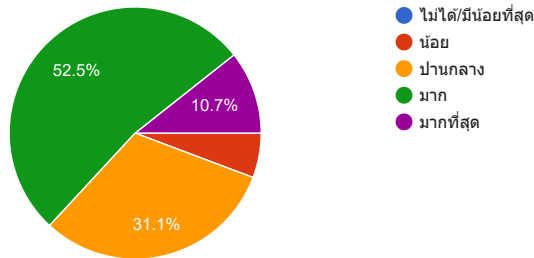
คำตอบ 122 ข้อ



4. โดยรวมแล้ว เมื่อท่านมีปัญหา ทำสามารถขอความช่วยเหลือจากคนในชุมชนหรือไม่

คัดลอก

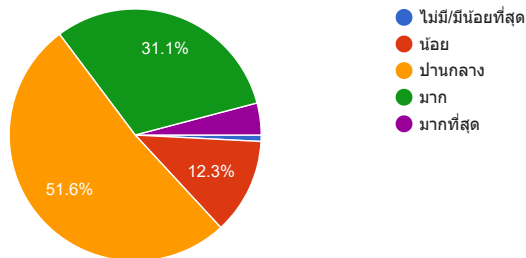
คำตอบ 122 ข้อ



5. โดยรวมแล้ว ท่านรู้สึกว่า สังคมไทยทุกวันนี้ มีความสงบสุข หรือไม่

คัดลอก

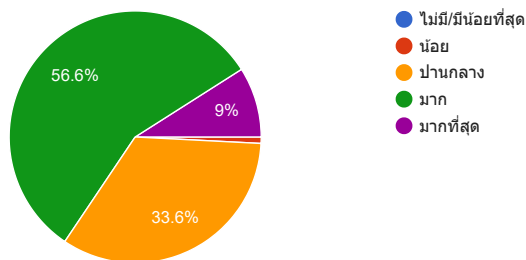
คำตอบ 122 ข้อ



6. โดยรวมแล้ว ทุกคนนี้ท่านใช้ชีวิตในสังคมอย่างมีความสุข หรือไม่

คัดลอก

คำตอบ 122 ข้อ

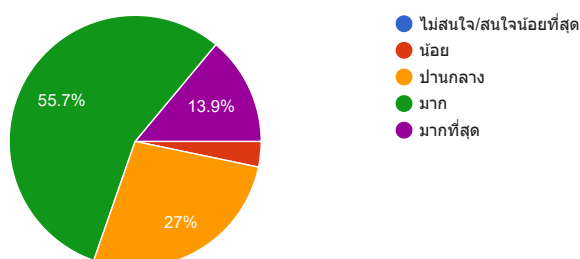


Happy Brain / ใฝ่รู้ดี

1. โดยรวมแล้วท่านสนใจในการแสวงหาความรู้ใหม่ๆ เพิ่มเติมจากแหล่งความรู้ต่างๆ หรือไม่

คัดลอก

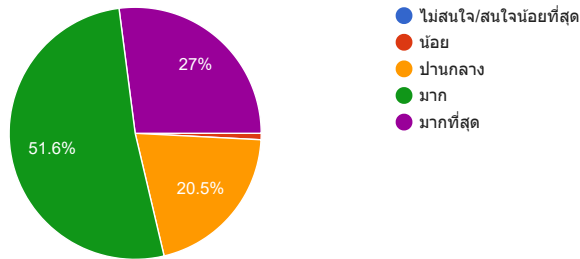
คำตอบ 122 ข้อ



2. โดยรวมแล้วท่านสนใจที่จะพัฒนาตนเอง เพื่อความก้าวหน้าในชีวิตหรือไม่

คัดลอก

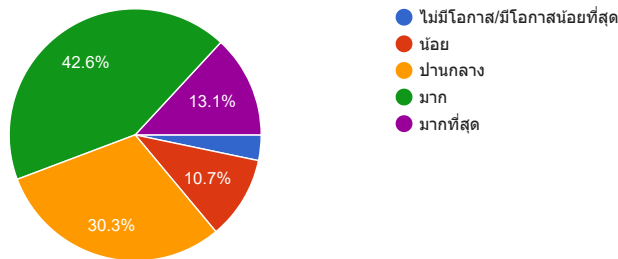
คำตอบ 122 ข้อ



3. ท่านมีโอกาสที่จะได้รับการอบรม/ศึกษาต่อ/ดูงาน เพื่อพัฒนาทักษะและความสามารถของตนเอง หรือไม่

คัดลอก

คำตอบ 122 ข้อ

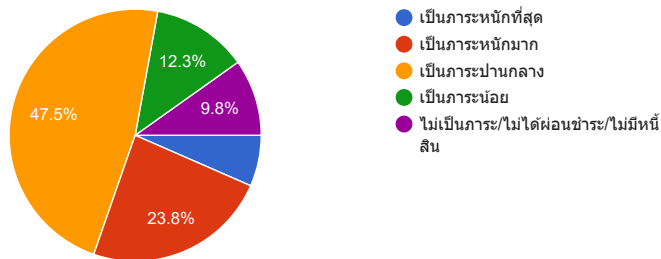


Happy Money / สุขภาพเงินดี

1. ท่านรู้สึกว่าการผ่อนชำระหนี้สินต่างๆ โดยรวมของท่านในปัจจุบันเป็นภาระหรือไม่

คัดลอก

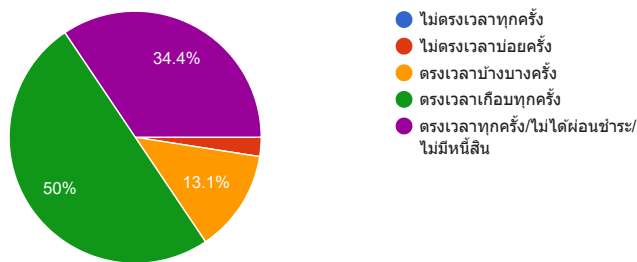
คำตอบ 122 ข้อ



2. ท่านผ่อนชำระหนี้ตามกำหนดเวลาทุกครั้งหรือไม่

คัดลอก

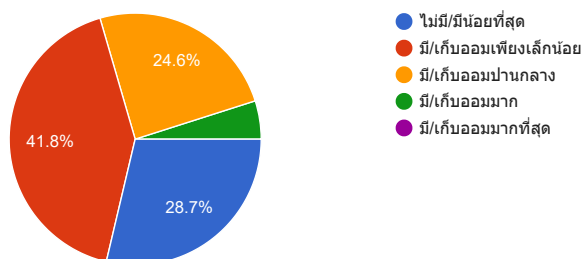
คำตอบ 122 ข้อ



3. โดยรวมแล้ว ท่านมีเงินเก็บออมในแต่ละเดือนหรือไม่

คัดลอก

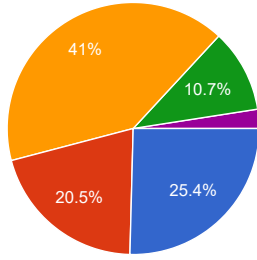
คำตอบ 122 ข้อ



4. โดยรวมแล้ว ค่าตอบแทนที่ท่านได้รับทั้งหมดในแต่ละเดือนเป็นอย่างไร เมื่อเปรียบเทียบกับรายจ่ายทั้งหมดในแต่ละเดือน

คัดลอก

คำตอบ 122 ข้อ



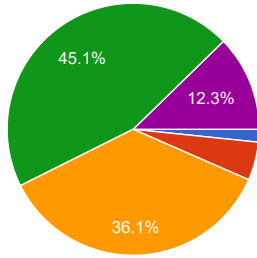
- รายจ่ายเกินกว่ารายได้มาก
- รายจ่ายเกินกว่ารายได้เล็กน้อย
- รายจ่ายพอๆกับรายได้
- รายจ่ายน้อยกว่ารายได้
- รายจ่ายน้อยกว่ารายได้มาก

Happy Work Life (Happy Plus) / การงานดี

1. งานของท่าน มีความท้าทายและส่งเสริมให้ท่านได้เรียนรู้สิ่งใหม่ๆ หรือไม่

คัดลอก

คำตอบ 122 ข้อ

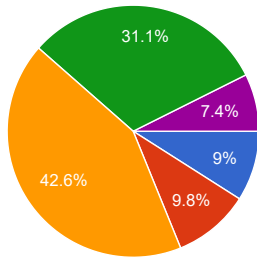


- ไม่มี/มีน้อยที่สุด
- น้อย
- ปานกลาง
- มาก
- มากที่สุด

2. งานของท่าน มีความชัดเจนของโอกาสในการเติบโตในตำแหน่ง หน้าที่หรือไม่

คัดลอก

คำตอบ 122 ข้อ

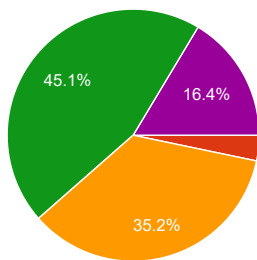


- ไม่มี/มีน้อยที่สุด
- น้อย
- ปานกลาง
- มาก
- มากที่สุด

3. งานของท่านในขณะนี้มีความมั่นคงหรือไม่

คัดลอก

คำตอบ 122 ข้อ

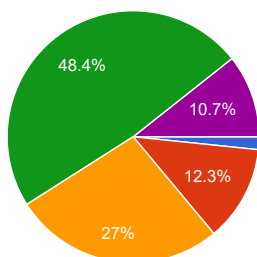


- ไม่มั่นคง/มั่นคงน้อยที่สุด
- มั่นคงน้อย
- มั่นคงปานกลาง
- มั่นคงมาก
- มั่นคงมากที่สุด

4. ในการทำงาน ท่านสามารถแสดงความคิดเห็นและมีส่วนร่วมในข้อเสนอแนะกับนายจ้าง หรือหัวหน้างาน หรือไม่

คัดลอก

คำตอบ 122 ข้อ



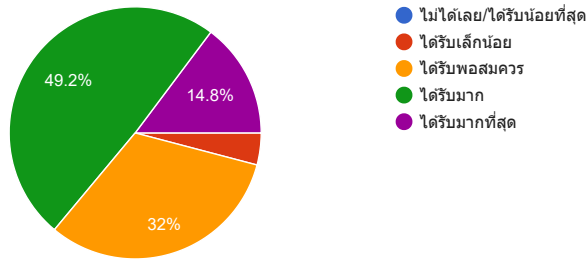
- ไม่มีส่วนร่วม/มีน้อยที่สุด
- มีส่วนร่วมบ้างเล็กน้อย
- มีส่วนร่วมปานกลาง
- มีส่วนร่วมมาก
- มีส่วนร่วมมากที่สุด



5. ท่านได้รับ การปฏิบัติอย่างถูกต้องตามกฎหมายแรงงาน/พรบ.ข้าราชการ 2551/พรบ.แรงงานรัฐวิสาหกิจสัมพันธ์ 2547/กฎหมายอื่นๆ จากองค์กรของท่าน หรือไม่

คัด
ลอก

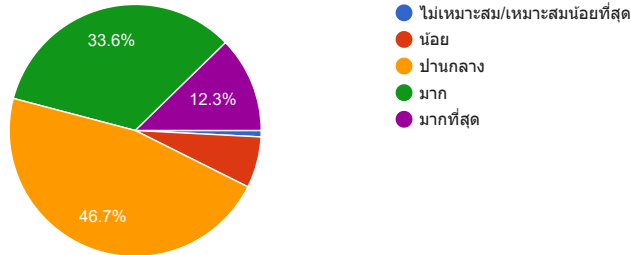
คำตอบ 122 ข้อ



6. ท่านได้รับการพิจารณาเลื่อนขั้น/เลื่อนตำแหน่ง/ปรับขึ้นเงินค่าจ้างประจำปีที่ผ่านมาด้วยความเหมาะสมหรือไม่

คัด
ลอก

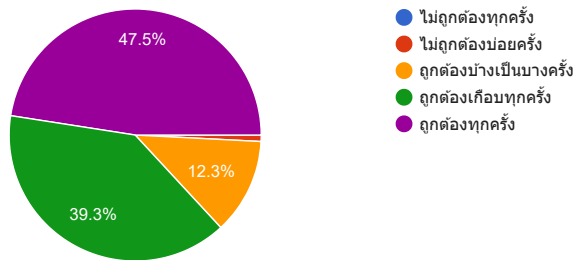
คำตอบ 122 ข้อ



7. ความถูกต้อง ของการจ่ายค่าจ้าง ค่าล่วงเวลา ฯลฯ ที่ท่านได้ออกจากองค์กรของท่านเป็นอย่างไร

คัด
ลอก

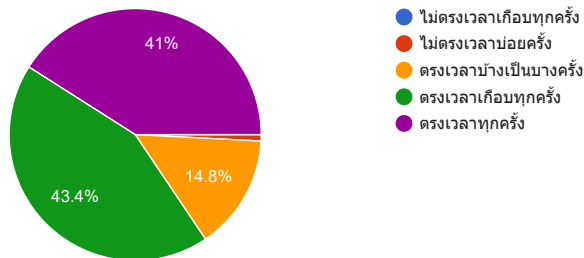
คำตอบ 122 ข้อ



8. ความตรงเวลา ของการจ่ายค่าจ้าง ค่าล่วงเวลา ฯลฯ ที่ท่านได้รับจากองค์กรของท่านเป็นอย่างไร

คัด
ลอก

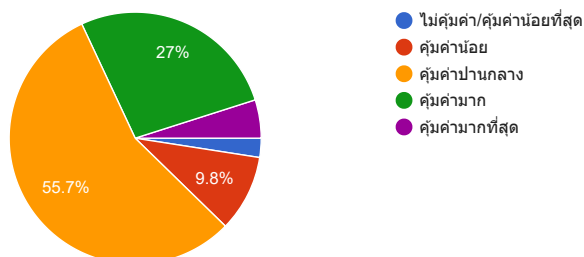
คำตอบ 122 ข้อ



9. ค่าตอบแทนที่ท่านได้รับคุ้มค่ากับความเสี่ยงที่อาจเกิดจากการทำงาน (การถูกฟ้องร้อง/การได้รับอันตรายจากการทำงาน ฯลฯ)

คัด
ลอก

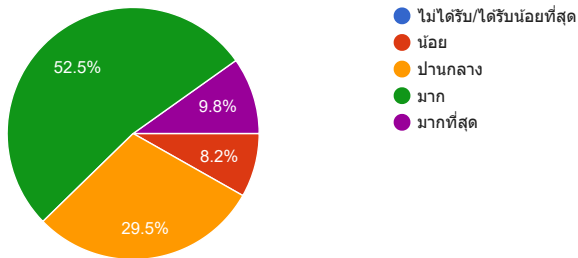
คำตอบ 122 ข้อ



10. ท่านได้รับการดูแลเกี่ยวกับสุขภาพที่ดีจากองค์กร หรือไม่

[คัดลอก](#)

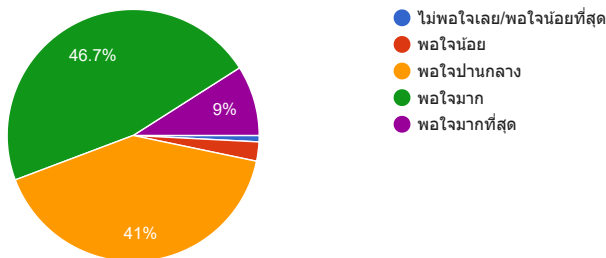
คำตอบ 122 ข้อ



11. ท่านพึงพอใจต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมขององค์กร หรือไม่

[คัดลอก](#)

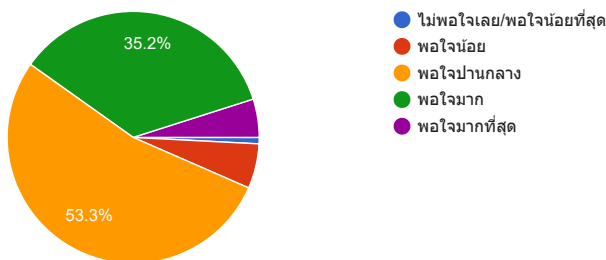
คำตอบ 122 ข้อ



12. ท่านพึงพอใจกับสวัสดิการที่องค์กรจัดให้หรือไม่

[คัดลอก](#)

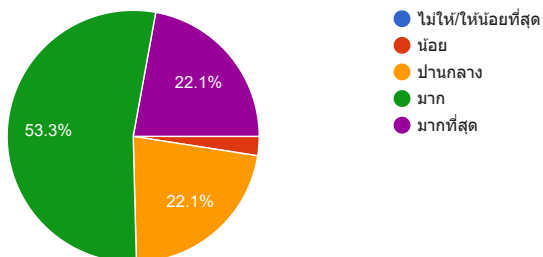
คำตอบ 122 ข้อ



13. โดยรวมแล้วที่ทำงานของท่านให้ความสำคัญกับการทำงานเป็นทีมหรือไม่

[คัดลอก](#)

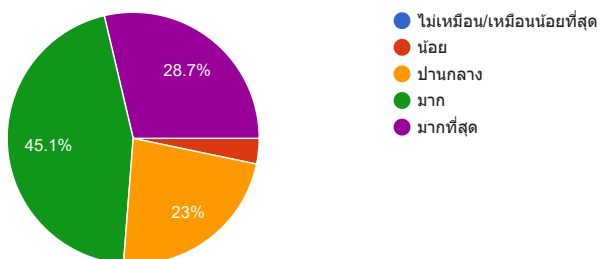
คำตอบ 122 ข้อ



14. โดยรวมแล้วความสัมพันธ์ในที่ทำงานของท่านเหมือนพี่เหมือนน้อง หรือไม่

[คัดลอก](#)

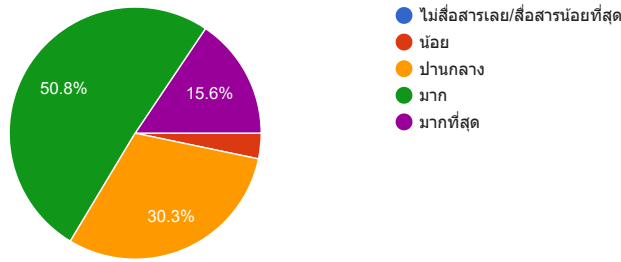
คำตอบ 122 ข้อ



15. โดยรวมแล้วในที่ทำงานของท่านมีการถ่ายทอดแลกเปลี่ยนแนวทางการทำงานระหว่างกันหรือไม่

คัดลอก

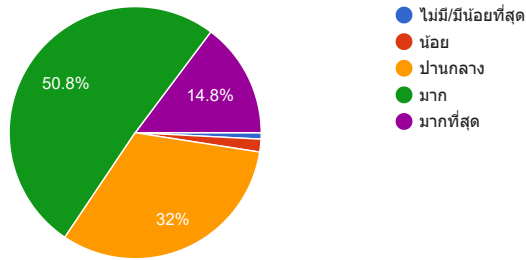
คำตอบ 122 ข้อ



16. โดยรวมแล้วในที่ทำงานของท่านมีการถ่ายทอดแลกเปลี่ยนแนวทางการทำงานระหว่างกันหรือไม่

คัดลอก

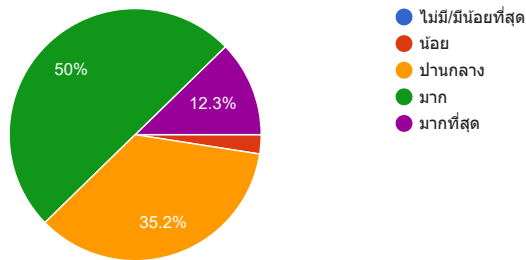
คำตอบ 122 ข้อ



17. โดยรวมแล้วท่านทำงานอย่าง "มีความสุข" หรือไม่

คัดลอก

คำตอบ 122 ข้อ

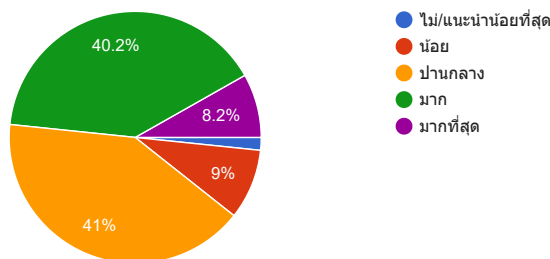


ความผูกพัน

1. ท่านจะแนะนำ/เพื่อน/คนรู้จักมาทำงานที่องค์กรของท่านหรือไม่

คัดลอก

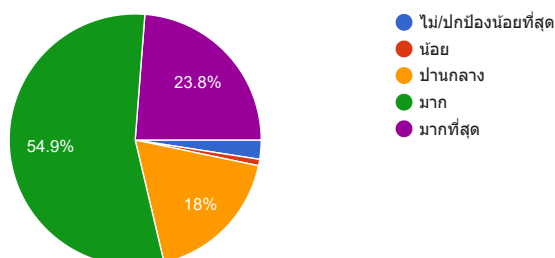
คำตอบ 122 ข้อ



2. หากมีใครกลางถึงองค์กรในทางที่ไม่เหมาะสม ท่านจะปกป้ององค์กรของท่านหรือไม่

คัดลอก

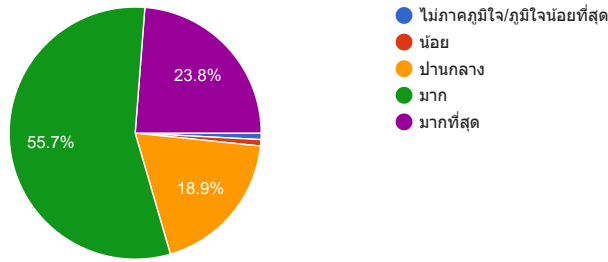
คำตอบ 122 ข้อ



3. ท่านภาคภูมิใจที่ได้เป็นพนักงาน/บุคลากรขององค์กร/ได้ทำงานในองค์กรนี้หรือไม่

คัดลอก

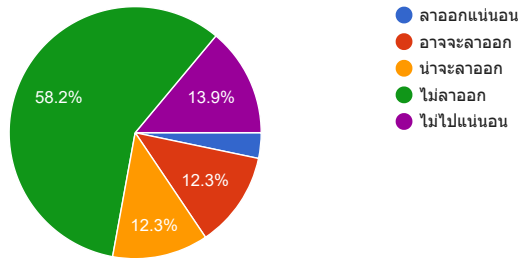
คำตอบ 122 ข้อ



4. ขณะที่ทำงานอยู่ในองค์กรนี้ หากท่านมีโอกาสได้ศึกษาต่อและเมื่อสำเร็จการศึกษาแล้ว ท่านจะทำงานต่อหรือว่าลาออก

คัดลอก

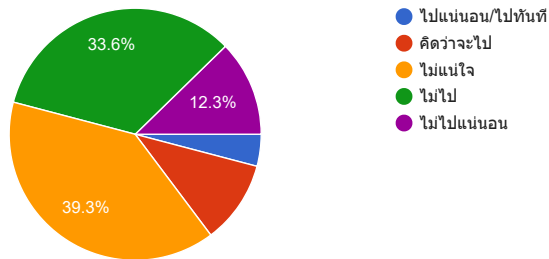
คำตอบ 122 ข้อ



5. ถ้าท่านมีโอกาสเปลี่ยนสถานที่ทำงาน หรือองค์กรอื่นชวน/ติดต่อไปทำงาน ท่านพร้อมที่จะไปหรือไม่

คัดลอก

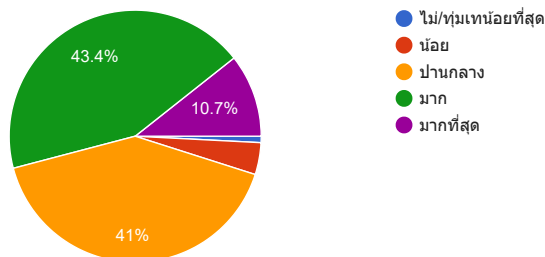
คำตอบ 122 ข้อ



6. ท่านรู้สึกเป็นเจ้าของร่วมขององค์กรที่ท่านทำงานในปัจจุบันหรือไม่

คัดลอก

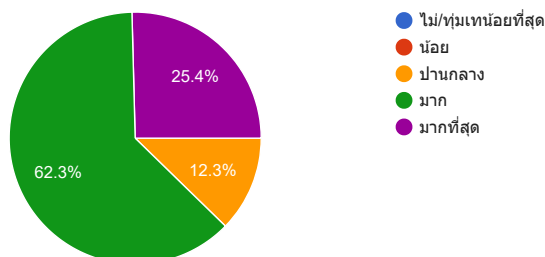
คำตอบ 122 ข้อ



7. ท่านทุ่มเททำงานเพื่อประโยชน์ขององค์กรของท่านหรือไม่

คัดลอก

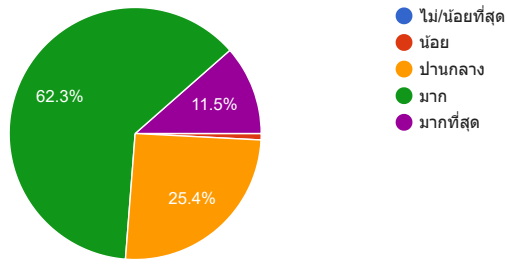
คำตอบ 122 ข้อ



8. ท่านเป็นคนคิดใหม่ ทำใหม่ เพื่อสร้างความก้าวหน้าให้กับองค์กรของท่านหรือไม่

คัดลอก

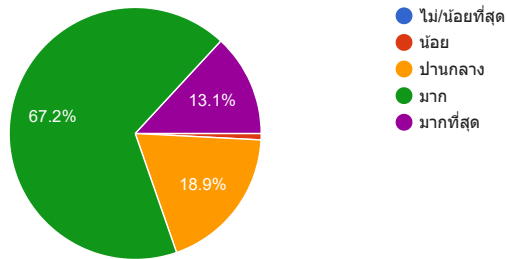
คำตอบ 122 ข้อ



9. ในแต่ละวัน ท่านทำงานอย่างมีเป้าหมาย หรือไม่

คัดลอก

คำตอบ 122 ข้อ

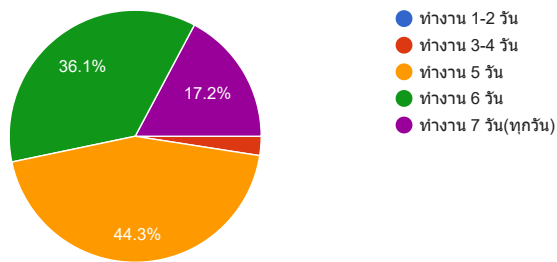


สมดุลชีวิตกับการทำงาน

1. ท่านรู้สึกว่าได้เฉลี่ยในหนึ่งสัปดาห์ท่านทำงานกี่วัน

คัดลอก

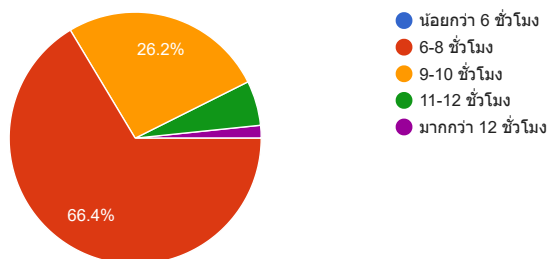
คำตอบ 122 ข้อ



2. ท่านรู้สึกว่าได้เฉลี่ยท่านทำงานวันละกี่ชั่วโมง

คัดลอก

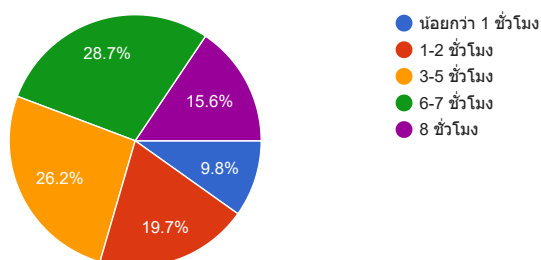
คำตอบ 122 ข้อ



3. ท่านรู้สึกว่าได้พักผ่อนโดยเฉลี่ย (ไม่รวมการนอนหลับตอนกลางคืน) วันละกี่ชั่วโมง

คัดลอก

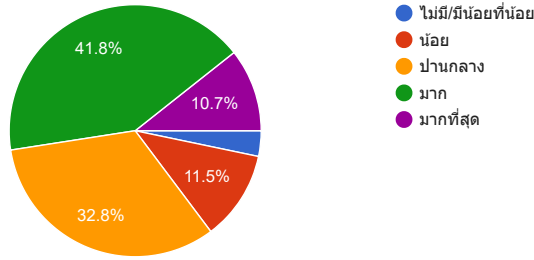
คำตอบ 122 ข้อ



4. หน่วยงานของท่าน มีความยืดหยุ่น ในการทำงานหรือไม่ (เช่น ความยืดหยุ่นในการทำงานนอกสถานที่ ไม่ต้องเข้างาน/ออกงานตามเวลาที่กำหนด/สามารถเลือกวันหยุดของตนเองได้ ฯลฯ)

คัดลอก

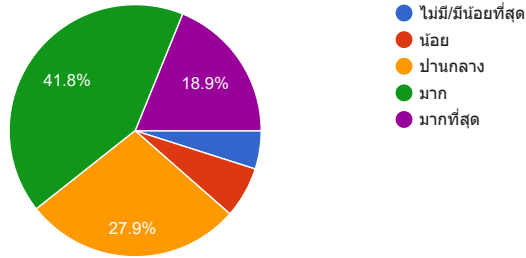
คำตอบ 122 ข้อ



5. ท่านทำงานตรงตามวุฒิการศึกษาหรือไม่

คัดลอก

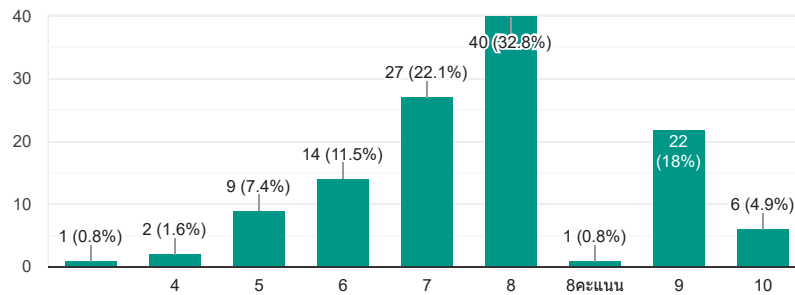
คำตอบ 122 ข้อ



6. ปัจจุบัน ความสุข ของท่านอยู่ในระดับใด (ขอให้ท่านเลือกคำตอบที่กำหนดให้) โดยเริ่มจาก 1 หมายถึง ไม่มีความสุขเลย ไปจนถึง 10 หมายถึง มีความสุขที่สุด

คัดลอก

คำตอบ 122 ข้อ



เนื้อหานี้มีได้ถูกสร้างขึ้นหรือรับรองโดย Google รายงานการละเมิด - ข้อกำหนดในการให้บริการ - นโยบายความเป็นส่วนตัว

Google ฟอรัม



