

นิพนธ์ต้นฉบับ

การสำรวจระดับชาติเพื่อศึกษาระดับความสุขคนไทยรายจังหวัด ปี พ.ศ. 2561

วันรับ : 2 พฤศจิกายน 2564

วันแก้ไข : 3 กุมภาพันธ์ 2565

วันตอบรับ : 8 กุมภาพันธ์ 2565

เบญจมาส พลฤกษ์กานนท์, ปร.ด.¹, พันธุ์ภา กิตติรัตนไพบูลย์, พ.บ.²,

อธิป ตันอารีย์, ปร.ด.³, บังอร สุปรีตา, วท.ม.⁴

กองยุทธศาสตร์และแผนงาน กรมสุขภาพจิต¹, ข้าราชการบำนาญ กรมสุขภาพจิต²,

โรงพยาบาลศรีธัญญา กรมสุขภาพจิต³, แผนงานพัฒนานวัตกรรมเชิงระบบเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ⁴

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ : เพื่อรายงานดัชนีความสุขของประชากรไทยในระดับจังหวัดและศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคมกับความสุขในระดับจังหวัด

วิธีการ : การวิจัยเชิงสำรวจประชากรภาคตัดขวาง โดยเป็นส่วนหนึ่งของการสำรวจคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างยั่งยืนตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง พ.ศ. 2561 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ เก็บข้อมูลตั้งแต่ 27 เมษายน - 30 มิถุนายน พ.ศ. 2561 ในประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จากครัวเรือนที่ได้จากการสุ่มตัวอย่างแบบสองขั้น (stratified two-stage sampling) จำนวน 69,792 ครัวเรือนทั่วประเทศ ด้วยวิธีสัมภาษณ์เชิงโครงสร้างตามแบบสอบถามดัชนีชี้วัดความสุข (สุขภาพจิต) คนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ วิเคราะห์ข้อมูลแบบถ่วงน้ำหนักด้วยสถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ และค่าเฉลี่ย นำเสนอข้อมูลเป็นรายจังหวัด

ผล : คะแนนความสุขเฉลี่ยของประชากรไทย อายุ 15 ปีขึ้นไป เท่ากับ 31.32 คะแนน (จากคะแนนเต็ม 45 คะแนน) แบ่งเป็นกลุ่มที่มีความสุขเท่ากับคนทั่วไป ร้อยละ 61.3 กลุ่มที่มีความสุขสูงกว่าคนทั่วไป ร้อยละ 20.1 และกลุ่มที่มีความสุขต่ำกว่าคนทั่วไป ร้อยละ 18.6 โดยจัดกลุ่มจังหวัดตามรายได้ต่อครัวเรือนและความสุขเฉลี่ย ดังนี้ 1) จังหวัดที่มีรายได้ต่อครัวเรือนและมีความสุขสูงกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศมี 6 จังหวัด 2) จังหวัดที่มีรายได้ต่อครัวเรือนต่ำแต่มีความสุขสูงกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศ 39 จังหวัด โดยจังหวัดที่มีความสุขมากที่สุดอันดับที่ 1 และ 2 คือบุรีรัมย์และพังงาจัดอยู่ในกลุ่มนี้ 3) จังหวัดที่มีรายได้ต่อครัวเรือนสูงแต่มีความสุขต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศมี 11 จังหวัด รวมถึงสมุทรปราการที่เป็นจังหวัดที่มีความสุขน้อยที่สุด และ 4) จังหวัดที่มีรายได้ต่อครัวเรือนและมีความสุขต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศมี 21 จังหวัด

สรุป : คนไทยร้อยละ 81.4 มีความสุขอยู่ในเกณฑ์เท่ากับหรือสูงกว่าคนทั่วไป ความสุขของคนไทยเกี่ยวข้องกับปัจจัยทางสังคม เศรษฐกิจ และองค์ประกอบด้านจิตใจที่มีความสัมพันธ์กันอย่างซับซ้อน

คำสำคัญ : การสำรวจ ความสุข นโยบาย สุขภาพจิต

ติดต่อผู้นิพนธ์ : เบญจมาส พลฤกษ์กานนท์; e-mail: benjamasprukkanone@hotmail.com

Original articles

Happiness in Thai Population: A 2018 National Survey Analysis at Provincial Level

Received : 2 November 2021

Revised : 3 February 2022

Accepted : 8 February 2022

Benjamas Prukkanone, Ph.D.¹, Phunnapa Kittirattanapaiboon, M.D.²,

Athip Tanaree, Ph.D.³, Bungorn Supreda, M.S.⁴

Mental Health Strategy and Planning Division, Department of Mental Health¹,

Pensioner, Department of Mental Health²,

Srithanya Psychiatric Hospital, Department of Mental Health³,

Thailand Mental Health Promotion Program⁴

Abstract

Objective: To report the happiness index of the Thai population at provincial level, and to study the relationship between provincial socioeconomic factors and happiness.

Methods: This cross-sectional survey was a part of the 2018 survey of sustainable quality of life with sufficiency economy principles by the National Statistical Office. Data were collected nationwide between April and June 2018. Thai respondents aged 15 years and over from 69,792 households were selected by using a stratified two-stage sampling method. Happiness was measured by using the 15-items self-rated Thai Happiness Indicators. Data were analyzed by using descriptive statistics with weighting.

Results: The average happiness score of the Thai population was 31.32 out of 45. Approximately 61.3% of participants had scores in the standard level, while 20.1% had score higher than the standard level, and 18.6% had scores under the standard level. There were six provinces with higher than average household income and level of happiness. Thirty-nine provinces with low household incomes had higher than the average level of happiness, including the first two happiest provinces, i.e. Buriram and Phang Nga, respectively. Eleven provinces with high household incomes conversely reported a lower level of happiness than the average, including Samut Prakan, the least happy province. There were 21 provinces where both household income and happiness were lower than the national average.

Conclusion: Approximately 81.4% of the Thai population have standard or above level of happiness. Happiness of Thai people may result from the complex interplay between socioeconomic factors and components of mental well-being.

Keywords: happiness, mental health, policy, survey

Corresponding author: Benjamas Prukkanone; e-mail: benjamasprukkanone@hotmail.com

ความรู้เดิม : ข้อมูลความสุขรายจังหวัดในปี พ.ศ. 2552 และ 2553 พบว่าจังหวัดพังงาเป็นจังหวัดที่มีระดับความสุขมากที่สุด และสมุทรปราการเป็นจังหวัดที่มีสุขน้อยที่สุดในปี พ.ศ. 2552 และเป็นลำดับที่สองรองจากสมุทรสงครามในปี 2553

ความรู้ใหม่ : ในปี พ.ศ. 2561 บุรีรัมย์เป็นจังหวัดที่มีความสุขมากที่สุดของประเทศ ส่วนสมุทรปราการยังเป็นจังหวัดที่มีความสุขน้อยที่สุดของประเทศ รายได้ต่อครัวเรือนไม่เป็นไปในทางเดียวกันกับคะแนนความสุขของประชากร

ประโยชน์ที่จะนำไปใช้ : ข้อมูลความสุขระดับจังหวัดนั้นสามารถใช้เป็นประโยชน์เมื่อนำมาวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลอื่นระดับจังหวัดที่มีอยู่ เพื่อการวางแผนพัฒนาประชาชนในระดับพื้นที่ร่วมกัน อย่างไรก็ตาม ความสุขไม่ควรเป็นปัจจัยเดียวที่นำมาใช้กำหนดนโยบายระดับจังหวัดและประเทศ

บทนำ

คำจำกัดความของความสุขมีหลากหลาย¹ มีการใช้แนวความคิดทางปรัชญา ศาสนา จิตวิทยา และชีววิทยาอธิบายความหมายของความสุข รวมถึงสิ่งที่ทำให้เกิดความสุข และมีคำที่ใช้แทนหรือใกล้เคียงกับคำว่าความสุขอยู่มากมาย เช่น ความพึงพอใจของชีวิต (life satisfaction) ความเป็นอยู่ที่ดี (well-being) และคุณภาพชีวิต (quality of life) คำจำกัดความเหล่านี้มีองค์ประกอบของความสุขที่แตกต่างกันไป^{2,3} เช่น ความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ความสัมพันธ์กับผู้อื่น มาตรฐานการใช้ชีวิต เศรษฐฐานะ รายได้ ความเป็นอยู่ สิ่งแวดล้อม การศึกษา สุขภาพกาย และสุขภาพจิต การออกแบบเครื่องมือเพื่อวัดความสุขจึงมีความหลากหลาย เครื่องมือส่วนใหญ่ถูกพัฒนาขึ้นเพื่อวัดความสุขจากการรับรู้ของบุคคล (subjective measurement) ซึ่งย่อมแตกต่างกันตามแต่ละบุคคล บริบทของสังคม และวัฒนธรรม เช่น subjective happiness scale ที่วัดความรู้สึกมีความสุขในมุมมองตนเองและมุมมองที่คิดว่าคุณรอบข้าง มองตน⁴ จึงมีการออกแบบการวัดที่เพิ่ม

องค์ประกอบ อื่นนอกเหนือจากการรับรู้ของบุคคลมาพิจารณาด้วย เช่น คะแนนความสุขในรายงานความสุขโลก (world happiness report) ซึ่งนอกจากพิจารณาความรู้สึกทางบวก ความรู้สึกทางลบ และความรู้สึกต่อชีวิตตนเองแล้ว ยังพิจารณาถึงรายได้มวลรวมประชาชาติ การสนับสนุนทางสังคม อายุ คาดการณ์เฉลี่ย อิสรภาพในการเลือกตัดสินใจในชีวิต ความเอื้ออาทรต่อกัน และการรับรู้ต่อเรื่องทุจริตคอร์รัปชัน^{5,6}

การสำรวจความสุขหรือสุขภาพจิตของประชากรไทยมีขึ้นครั้งแรกใน พ.ศ. 2551 ซึ่งกรมสุขภาพจิตได้ร่วมมือกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และสำนักงานสถิติแห่งชาติ โดยนำดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทยฉบับสั้น 15 ข้อ อันประกอบด้วย 4 องค์ประกอบหลักของสุขภาพจิต ได้แก่ สภาพจิตใจ (mental state) สมรรถภาพจิตใจ (mental capacity) คุณภาพจิตใจ (mental quality) และปัจจัยสนับสนุน (supporting factors)⁷ เพื่อใช้เป็นตัวชี้วัดความสุขของคนไทย เนื่องจากบริบทสังคมไทยบางครั้งมองว่าความสุขและสุขภาพจิตเป็นเรื่องเดียวกัน⁸ การสำรวจความสุขของประชากรไทยครั้งแรกนั้นเป็นส่วนหนึ่งของการสำรวจสถานะทางสังคมและวัฒนธรรมระดับชาติ โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากผู้ที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปเป็นตัวแทนจากครัวเรือนตัวอย่างในทุกจังหวัดทั่วประเทศ⁹ และมีการสำรวจความสุขของประชากรไทยต่อเนื่องทุกปีจนกระทั่งถึงปี พ.ศ. 2558¹⁰ หลังจากนั้นมีการเว้นว่างการสำรวจไป ซึ่งในช่วงเวลาดังกล่าวได้มีการร่วมมือระหว่างหน่วยงาน ได้แก่ กรมสุขภาพจิต สำนักงานสถิติแห่งชาติ สสส. สถาบันประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล และภาคีต่าง ๆ ในระดับจังหวัด เพื่อร่วมกันจัดทำแผนยุทธศาสตร์การสร้างความสุขของคนในจังหวัด พัฒนาข้อมูลความสุขคนไทยในระดับจังหวัด และช่วยกันขับเคลื่อนการสร้างสุขให้กับประชาชนไทยในจังหวัด⁹

ในปี พ.ศ. 2561 ได้มีการสำรวจความสุขของสำนักงานสถิติแห่งชาติ 2 ครั้ง โดยการสำรวจแรกเป็นส่วนหนึ่งของโครงการสำรวจภาวะทางสังคมและวัฒนธรรมซึ่งเป็นโครงการสำรวจต่อเนื่องทุกปี มีการสุ่มตัวอย่างเพื่อเป็นตัวแทนระดับประเทศและระดับภาค เก็บข้อมูลช่วงเดือนมกราคม -

เมษายน พ.ศ. 2561 พบคนไทยร้อยละ 84.2 มีระดับสุขภาพจิตอยู่ในเกณฑ์ปกติหรือดีกว่าปกติ และแนวโน้มผู้มีสุขภาพจิตต่ำกว่าคนทั่วไปมีสัดส่วนมากกว่าค่าเฉลี่ย 10 ปีย้อนหลัง แต่น้อยกว่าค่าเฉลี่ย 5 ปีย้อนหลัง¹¹ ส่วนการสำรวจที่สองเป็นการสำรวจระดับความสุขของคนไทยในแต่ละจังหวัด โดยร่วมกับโครงการสำรวจคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างยั่งยืนตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง พ.ศ. 2561 เก็บข้อมูลช่วงเดือนเมษายน - มิถุนายน พ.ศ. 2561 ซึ่งการสำรวจความสุขรายจังหวัดครั้งนี้มีรายงานการศึกษาครั้งเดียวในปี พ.ศ. 2553 รายงานนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาดัชนีความสุขของประชากรไทยในระดับจังหวัดและความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางเศรษฐกิจและสังคมกับความสุข เพื่อเป็นข้อมูลเชิงลึกเฉพาะจังหวัดที่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทุกภาคส่วนสามารถนำผลการศึกษานี้ไปใช้ประกอบการกำหนดนโยบายการดำเนินงานด้านสุขภาพจิตที่เป็นประโยชน์ต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนทั้งในระดับจังหวัดและระดับประเทศในภาพรวมต่อไป

วิธีการ

การสำรวจความสุขของประชากรไทยรายจังหวัดครั้งนี้ เป็นส่วนหนึ่งของโครงการสำรวจคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างยั่งยืน ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง พ.ศ. 2561 ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ ที่ใช้การวิจัยเชิงสำรวจประชากรภาคตัดขวาง (population-based cross-sectional survey) มีแผนการสุ่มตัวอย่างแบบ stratified two-stage sampling คือ สุ่มเลือกหน่วยตัวอย่างขั้นแรก (primary sampling unit) และสุ่มเลือกหน่วยตัวอย่างขั้นที่สอง (secondary sampling unit) จากหน่วยตัวอย่างขั้นแรก โดยมีกรุงเทพมหานครและจังหวัดเป็นชั้นภูมิ รวม 77 ชั้นภูมิ และในแต่ละชั้นภูมิ (ไม่รวมกรุงเทพมหานคร) ได้ทำการแบ่งออกเป็น 2 ชั้นภูมีย่อย คือ ในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาล ซึ่งมีเขตเจนนับเป็นหน่วยตัวอย่างขั้นแรก และครัวเรือนส่วนบุคคลเป็นหน่วยตัวอย่างขั้นที่สอง สัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคลและข้อมูลครัวเรือนจากตัวแทนเพียง 1 คน ของสมาชิกในครัวเรือนที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป ไม่รวมครัวเรือนคนงานที่มีคนงานมาอาศัยอยู่รวมกัน ณ สถานที่ที่นายจ้างจัดหาให้โดยไม่เสียค่าที่พัก และครัวเรือน

สถาบัน เช่น เรือนจำ ค่ายทหาร โรงแรม วัด และหอพัก นักเรียนนักศึกษา กำหนดขนาดตัวอย่างสำหรับกรุงเทพมหานคร 200 เขตเจนนับ และในแต่ละจังหวัดจำแนกตามเขตการปกครอง 36 เขตเจนนับ เลือกเขตเจนนับตัวอย่างอย่างอิสระต่อกัน รวมทั่วประเทศ 5,672 เขตเจนนับ สุ่มแบบมีระบบ (systematic random sampling) จากรายชื่อเขตเจนนับตัวอย่างจากฐานข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ หลังจากนั้นเลือกครัวเรือนส่วนบุคคลด้วยการสุ่มตัวอย่างแบบมีระบบ เขตเจนนับ 15 ครัวเรือน รวม 85,080 ครัวเรือน เก็บข้อมูลตั้งแต่วันที่ 27 เมษายน - 30 มิถุนายน พ.ศ. 2561 โดยพนักงานและเจ้าหน้าที่ของสำนักงานสถิติแห่งชาติที่ได้รับการอบรมในการสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (structured interview) ด้วยแบบสัมภาษณ์สำหรับโครงการสำรวจคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างยั่งยืนฯ

ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์ฯ ที่นำมาวิเคราะห์ในการศึกษานี้ ได้แก่ 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปของสมาชิกในครัวเรือนที่ตอบแบบสำรวจ ได้แก่ เพศ อายุ และการศึกษาสูงสุด 2) แบบสอบถามข้อมูลรายได้ของครัวเรือน (รายได้ทั้งสิ้นเฉลี่ยต่อเดือนต่อครัวเรือนในภาพรวม ไม่ระบุที่มาของรายได้) และ 3) เครื่องมือดัชนีชี้วัดความสุข ฉบับสั้น 15 ข้อ มีค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือ 0.707 ประกอบด้วย 4 องค์ประกอบหลักของสุขภาพจิต ได้แก่ สภาพจิตใจ (mental state) 6 ข้อ ทั้งการมีความรู้สึกทางบวก (3 ข้อ) และการไม่มีความรู้สึกทางลบ (3 ข้อ) สมรรถภาพจิตใจ (mental capacity) 3 ข้อ คุณภาพจิตใจ (mental quality) 3 ข้อ และปัจจัยสนับสนุน (supporting factors) อีก 3 ข้อ รวมเป็น 15 ข้อ แต่ละข้อเป็นคำถามมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ (0 คะแนน คือ ไม่เลย, 1 คือ เล็กน้อย, 2 คือ มาก, และ 3 คือ มากที่สุด) รวมคะแนนเต็ม 45 คะแนน คะแนนรวมแบ่งเป็น 3 ระดับ โดยอิงค่าปกติของคนทั่วไป (0.00 - 27.00 คะแนน คือ ความสุขต่ำกว่าคนทั่วไป; 27.01 - 34.00 คือ ความสุขเท่ากับคนทั่วไป; และ 34.01 - 45.00 คือ ความสุขมากกว่าคนทั่วไป)

วิเคราะห์ข้อมูลแบบถ่วงน้ำหนัก นำเสนอข้อมูลเป็นความถี่ ร้อยละ และค่าเฉลี่ย แบ่งเป็นรายจังหวัดและตาม

องค์ประกอบหลักของสุขภาพจิต โดยแปลงคะแนนดิบของแต่ละองค์ประกอบเป็นร้อยละของคะแนนเต็ม และเปรียบเทียบการจัดอันดับจังหวัดกับผลการสำรวจฯ ครั้งก่อน⁹

ผล

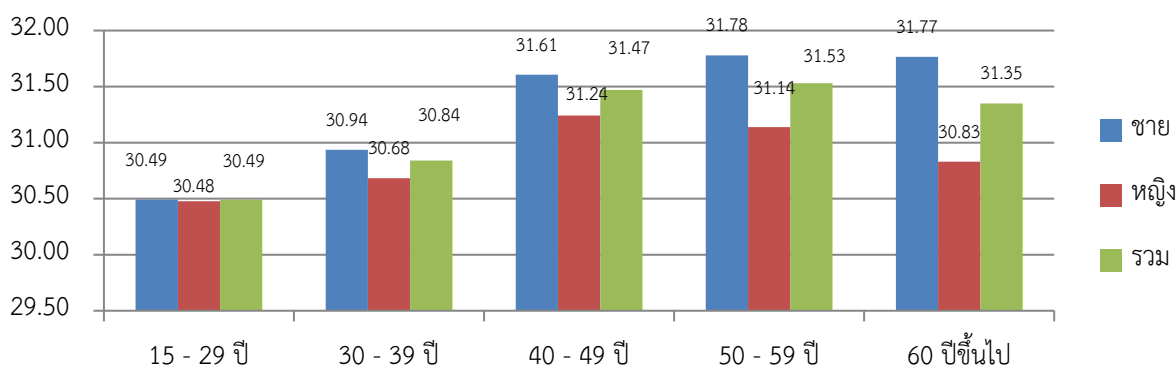
จากจำนวนครัวเรือนส่วนบุคคลตัวอย่างทั้งสิ้น 85,080 ครัวเรือน สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลได้ 69,792 ครัวเรือน คิดเป็นอัตราการเข้าร่วมร้อยละ 82.3 โดยผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (ร้อยละ 59.5) สัดส่วนเพศชายต่อหญิงในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลคิดเป็น 5.9 ต่อ 4 และ 6.0 ต่อ 4 ตามลำดับ การศึกษาสูงสุดอยู่ในระดับประถมศึกษามากที่สุด (ร้อยละ 43.9) รองลงมา ได้แก่ ต่ำกว่าประถมศึกษา (ร้อยละ 18.4) มัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า (ร้อยละ 11.5) มัธยมศึกษาตอนต้น (ร้อยละ 10.5) ปริญญาตรี (ร้อยละ 9.4) อนุปริญญาหรือเทียบเท่า (ร้อยละ 3.5) สูงกว่าปริญญาตรี (ร้อยละ 1.6) และอื่น ๆ (ร้อยละ 1.2)

คะแนนความสุขเฉลี่ยของประชากรไทย อายุ 15 ปีขึ้นไป ในภาพรวมประเทศเท่ากับ 31.32 คะแนน แบ่งเป็นกลุ่มที่ระดับความสุขเท่ากับคนทั่วไป ร้อยละ 61.3 ระดับความสุขสูงกว่าคนทั่วไป ร้อยละ 20.1 และระดับความสุขต่ำกว่าคนทั่วไป ร้อยละ 18.6 โดยกลุ่มอายุ 50 - 59 ปี มีคะแนนความสุขเฉลี่ยสูงที่สุด (31.53 คะแนน) ในขณะที่กลุ่มอายุ 15 - 29 ปี มีคะแนนความสุขเฉลี่ยต่ำที่สุด (30.49 คะแนน) เพศชายมีคะแนนความสุขมากกว่าเพศหญิงในทุกกลุ่มวัย โดยความแตกต่างระหว่างเพศของคะแนนความสุข

มีค่าสูงขึ้นเมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น แสดงดังแผนภาพที่ 1 ผู้ที่สำเร็จการศึกษาในระดับอุดมศึกษามีคะแนนความสุขสูงที่สุด (32.66 คะแนน) รองลงมาเป็นผู้สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษา (31.34 คะแนน) ประถมศึกษา (31.02 คะแนน) และต่ำกว่าประถมศึกษา (30.94 คะแนน) ตามลำดับ

ความสุขประชากรไทยตามภูมิภาคและรายจังหวัด

เมื่อพิจารณาตามภูมิภาคพบว่า ประชากรไทยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีคะแนนความสุขมากกว่าภาคอื่น ๆ (31.76 คะแนน) รองลงมาเป็นภาคใต้ (31.63 คะแนน) ภาคเหนือ (31.37 คะแนน) กรุงเทพมหานคร (31.22 คะแนน) และภาคกลาง (30.83 คะแนน) ตามลำดับ โดยเมื่อจำแนกตามเขตการปกครองพบว่า ผู้ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลมีคะแนนความสุขมากกว่าผู้ที่อยู่นอกเขตเทศบาลในแทบทุกภาค ยกเว้นภาคกลาง และเมื่อพิจารณารายจังหวัด พบว่าจังหวัดที่ประชากรมีความสุขมากที่สุด คือ บุรีรัมย์ (35.00 คะแนน) โดยมีคะแนนด้านสภาพจิตใจที่มีความรู้สึกทางบวกและด้านสมรรถภาพทางจิตใจสูงกว่าทุกจังหวัด ส่วนจังหวัดที่ประชากรมีความสุขน้อยที่สุด คือ สมุทรปราการ (28.70 คะแนน) โดยมีคะแนนรวมด้านสมรรถภาพจิตใจและด้านคุณภาพจิตใจต่ำกว่าทุกจังหวัด และจังหวัดที่มีประชากรมีระดับความสุขต่ำกว่าคนทั่วไปมากกว่าหนึ่งในสี่ของประชากร ได้แก่ สมุทรปราการ (ร้อยละ 44.2) ชัยนาท (ร้อยละ 35.8) ชลบุรี (ร้อยละ 34.8) ประจวบคีรีขันธ์ (ร้อยละ 33.0) ศรีสะเกษ (ร้อยละ 30.1) เลย (ร้อยละ 29.0) เชียงราย (ร้อยละ 28.6) และนราธิวาส (ร้อยละ 26.3) แสดงดังตารางที่ 1



แผนภาพที่ 1 คะแนนเฉลี่ยความสุขประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป พ.ศ. 2561 จำแนกตามเพศและกลุ่มอายุ

ตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ยความสุข สัดส่วนประชากรไทยที่คะแนนเฉลี่ยความสุขเทียบกับเกณฑ์ปกติ และร้อยละคะแนนความสุขตามองค์ประกอบสุขภาพจิตของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป พ.ศ. 2561 จำแนกตามภาคและจังหวัด

จังหวัด	คะแนนรวม	คะแนนความสุขเทียบกับเกณฑ์ (สัดส่วนร้อยละ)			คะแนนความสุขตามองค์ประกอบสุขภาพจิต (ร้อยละ)				
		สูงกว่า	เท่ากับ	ต่ำกว่า	ความรู้สึก ทางบวก	ไม่มี ความรู้สึก ทางลบ	สมรรถภาพ จิตใจ	คุณภาพ จิตใจ	ปัจจัย สนับสนุน
กรุงเทพมหานคร	31.22	20.2	60.1	19.6	64.7	89.7	56.7	60.8	75.0
ภาคกลาง	30.83	18.6	58.4	23.0	62.7	88.4	59.3	61.2	71.0
สมุทรปราการ	28.70	6.7	49.2	44.2	56.9	88.0	52.4	54.9	66.7
นนทบุรี	31.24	17.6	64.4	18.0	63.2	88.4	60.9	64.5	70.2
ปทุมธานี	30.90	16.7	64.3	19.0	62.1	87.7	61.3	60.5	71.9
พระนครศรีอยุธยา	30.48	16.1	60.0	23.9	64.9	80.8	59.1	61.8	72.1
อ่างทอง	31.99	20.8	63.5	15.7	65.6	89.2	68.8	58.1	73.7
ลพบุรี	31.37	21.3	61.8	17.0	61.8	91.0	57.2	64.8	73.8
สิงห์บุรี	33.22	25.6	67.0	7.5	66.3	91.7	67.5	68.3	75.4
ชัยนาท	30.16	17.0	54.4	28.6	62.1	82.4	59.6	59.7	71.3
สระบุรี	32.34	29.5	56.3	14.2	64.9	86.9	66.1	68.0	73.6
ชลบุรี	29.56	16.2	50.9	33.0	60.6	90.8	57.2	52.5	67.3
ระยอง	30.83	18.5	62.3	19.2	64.7	89.8	57.6	60.7	69.7
จันทบุรี	33.70	40.2	49.0	10.9	74.4	85.8	69.9	68.7	75.7
ตราด	32.48	14.1	80.4	5.5	67.7	95.0	63.9	64.8	69.5
ฉะเชิงเทรา	31.15	20.3	57.5	22.3	66.7	90.6	53.6	62.8	72.5
ปราจีนบุรี	31.16	11.9	71.3	16.8	61.1	95.8	57.1	62.2	70.0
นครนายก	31.82	21.9	65.3	12.8	68.3	93.4	56.5	62.9	72.4
สระแก้ว	31.01	18.8	60.7	20.6	69.0	85.0	57.7	61.4	71.5
ราชบุรี	31.49	22.9	61.3	15.9	64.7	81.1	62.9	65.3	75.9
กาญจนบุรี	33.22	45.9	43.7	10.4	69.4	89.3	67.1	65.4	77.9
สุพรรณบุรี	31.20	19.9	64.9	15.2	60.7	89.4	62.4	62.9	71.3
นครปฐม	30.63	16.1	59.4	24.5	63.0	86.7	56.2	62.9	71.6
สมุทรสาคร	31.48	25.9	55.3	18.8	60.9	88.7	64.0	63.7	72.6
สมุทรสงคราม	31.60	19.0	66.8	14.2	63.3	95.9	61.1	61.4	69.4
เพชรบุรี	31.69	16.8	70.9	12.3	64.1	89.6	62.0	63.3	73.1
ประจวบคีรีขันธ์	30.07	15.0	56.0	29.0	53.8	86.9	59.2	66.6	67.6
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	31.76	21.9	62.5	15.6	64.9	87.7	62.2	64.2	74.0
นครราชสีมา	31.62	22.9	59.6	17.4	63.1	81.4	67.2	66.8	72.9
บุรีรัมย์	35.00	47.0	43.8	9.3	78.2	89.6	74.9	69.7	76.5
สุรินทร์	32.25	28.1	59.3	12.6	62.5	82.9	68.0	66.8	78.2
ศรีสะเกษ	30.19	15.7	58.0	26.3	63.3	92.2	49.6	54.0	76.3
อุบลราชธานี	32.11	25.2	62.4	12.4	66.7	85.1	63.3	67.6	74.1
ยโสธร	31.75	24.2	61.8	14.0	64.2	87.5	64.2	62.9	73.9
ชัยภูมิ	31.54	20.7	57.3	22.1	62.7	92.1	58.9	63.5	73.2
อำนาจเจริญ	31.27	16.2	67.3	16.5	65.5	87.1	60.4	64.3	70.2

ตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ยความสุข สัดส่วนประชากรไทยที่คะแนนเฉลี่ยความสุขเทียบกับเกณฑ์ปกติ และร้อยละคะแนนความสุขตามองค์ประกอบสุขภาพจิตของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป พ.ศ. 2561 จำแนกตามภาคและจังหวัด (ต่อ)

จังหวัด	คะแนนรวม	คะแนนความสุขเทียบกับเกณฑ์ (สัดส่วนร้อยละ)			คะแนนความสุขตามองค์ประกอบสุขภาพจิต (ร้อยละ)				
		สูงกว่า	เท่ากับ	ต่ำกว่า	ความรู้สึกละ ทางบวก	ไม่มี ความรู้สึกละ ทางลบ	สมรรถภาพ จิตใจ	คุณภาพ จิตใจ	ปัจจัย สนับสนุน
ปทุมธานี	31.96	26.9	57.9	15.2	69.8	77.4	61.4	72.1	74.3
หนองบัวลำภู	31.38	12.6	74.8	12.6	63.1	88.3	62.7	64.6	70.0
ขอนแก่น	30.09	10.5	66.2	23.4	61.9	90.0	52.1	59.5	70.8
อุดรธานี	31.39	12.9	75.0	12.1	58.8	91.6	61.3	65.5	71.5
เลย	29.17	8.8	56.4	34.8	56.3	89.4	50.9	58.5	69.1
หนองคาย	31.68	13.8	75.1	11.0	61.9	87.8	63.5	64.9	73.9
มหาสารคาม	32.88	28.5	63.6	8.0	68.0	88.7	67.4	63.3	78.0
ร้อยเอ็ด	32.71	28.6	62.9	8.5	68.5	90.6	63.6	64.4	76.3
กาฬสินธุ์	31.11	5.0	84.1	11.0	64.0	90.9	60.4	60.2	70.3
สกลนคร	32.11	23.9	61.8	14.3	68.0	86.9	62.8	64.9	74.2
นครพนม	32.37	26.3	60.3	13.4	65.6	86.8	64.5	65.7	77.1
มุกดาหาร	32.45	37.4	51.9	10.7	65.0	86.1	63.1	63.8	82.6
ภาคเหนือ	31.37	19.2	63.7	17.1	63.8	89.2	59.9	63.6	72.1
เชียงใหม่	32.05	24.9	62.6	12.5	67.9	86.4	64.2	64.8	73.0
ลำพูน	32.96	34.7	56.6	8.7	66.0	93.5	64.2	66.3	76.2
ลำปาง	30.70	15.1	60.8	24.1	59.1	87.2	58.5	64.2	72.2
อุตรดิตถ์	32.54	26.4	64.9	8.8	68.0	88.2	63.2	66.6	75.7
แพร่	32.41	20.2	72.3	7.4	67.3	89.7	63.7	67.2	72.3
น่าน	32.84	28.7	64.3	7.1	70.2	92.0	56.6	67.5	78.5
พะเยา	31.66	15.7	72.8	11.5	66.6	91.3	55.7	63.8	74.4
เชียงราย	29.91	8.8	61.1	30.1	61.0	95.4	54.5	59.9	61.5
แม่ฮ่องสอน	31.95	18.5	72.1	9.4	63.4	92.4	59.3	68.8	71.0
นครสวรรค์	31.19	23.4	52.8	23.8	59.3	93.4	58.8	60.7	74.5
อุทัยธานี	30.49	8.6	76.4	15.0	62.3	88.7	56.5	62.9	68.4
กำแพงเพชร	31.54	15.2	73.4	11.5	62.1	85.5	65.5	64.3	73.0
ตาก	33.04	34.8	56.1	9.1	68.8	87.1	63.1	70.1	78.1
สุโขทัย	29.90	9.6	66.3	24.1	58.0	87.5	59.1	59.3	68.4
พิษณุโลก	30.14	9.9	66.5	23.6	60.6	82.7	57.6	63.3	70.8
พิจิตร	31.76	23.6	61.6	14.8	66.0	88.5	59.5	61.4	77.5
เพชรบูรณ์	31.31	19.4	64.5	16.1	64.8	90.0	58.3	61.3	73.5
ภาคใต้	31.63	20.8	64.2	15.1	65.8	87.6	60.7	64.8	72.7
นครศรีธรรมราช	32.10	18.2	72.5	9.3	66.5	88.2	64.6	65.4	71.9
กระบี่	31.86	12.9	79.0	8.1	66.1	86.9	64.5	66.6	70.0
พังงา	34.05	40.9	53.6	5.5	70.4	87.9	72.1	71.6	76.5
ภูเก็ต	32.32	24.2	62.0	13.7	64.0	94.2	61.2	65.7	74.1
สุราษฎร์ธานี	31.01	18.2	61.9	19.9	64.6	83.2	59.1	65.5	72.1

ตารางที่ 1 คะแนนเฉลี่ยความสุข สัดส่วนประชากรไทยที่คะแนนเฉลี่ยความสุขเทียบกับเกณฑ์ปกติ และร้อยละคะแนนความสุขตามองค์ประกอบสุขภาพจิตของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป พ.ศ. 2561 จำแนกตามภาคและจังหวัด (ต่อ)

จังหวัด	คะแนนรวม	คะแนนความสุขเทียบกับเกณฑ์ (สัดส่วนร้อยละ)			คะแนนความสุขตามองค์ประกอบสุขภาพจิต (ร้อยละ)				
		สูงกว่า	เท่ากับ	ต่ำกว่า	ความรู้สึก ทางบวก	ไม่มี ความรู้สึก ทางลบ	สมรรถภาพ จิตใจ	คุณภาพ จิตใจ	ปัจจัย สนับสนุน
ระนอง	30.40	7.4	70.8	21.8	63.0	89.6	56.8	60.6	67.8
ชุมพร	31.11	16.6	64.5	18.9	62.8	90.7	61.4	62.2	68.5
สงขลา	32.04	24.6	62.9	12.5	68.4	91.1	59.8	62.7	74.0
สตูล	30.25	9.5	69.7	20.7	62.8	85.0	59.0	60.6	68.7
ตรัง	32.35	22.2	70.4	7.5	65.1	89.8	65.3	66.6	72.7
พัทลุง	31.89	20.8	69.4	9.7	65.6	87.6	63.2	63.4	74.8
ปัตตานี	31.73	28.0	57.8	14.3	65.4	85.6	58.4	68.6	74.5
ยะลา	31.08	23.8	51.9	24.3	65.7	86.6	49.5	68.8	74.7
นราธิวาส	29.52	17.5	46.7	35.8	64.3	74.4	55.1	61.1	73.3

เมื่อนำข้อมูลรายจังหวัดมาเรียงลำดับพบว่า กลุ่มจังหวัดที่มีความสุขมากที่สุดของประเทศ 5 ลำดับแรก ได้แก่ บุรีรัมย์ พังงา จันทบุรี สิงห์บุรี และกาญจนบุรี สำหรับกลุ่มจังหวัดที่มีความสุขน้อยที่สุดของประเทศ 5 ลำดับแรก ได้แก่ สมุทรปราการ เลย นราธิวาส ชลบุรี และสุโขทัย แสดงดังตารางที่ 2

ความสุขประชากรไทยตามองค์ประกอบสุขภาพจิตรายจังหวัด

จังหวัดที่มีองค์ประกอบด้านที่ 1 สภาพจิตใจ (mental state) ที่มีความรู้สึกทางบวก (positive affect) มากที่สุด คือ บุรีรัมย์ (ร้อยละ 78.2) น้อยสุด คือ ประจวบคีรีขันธ์ (ร้อยละ 53.8) จังหวัดที่ไม่มีความรู้สึกทางลบ (non-negative affect) มากที่สุด คือ สมุทรสงคราม (ร้อยละ 95.9) น้อยที่สุด คือ นราธิวาส (ร้อยละ 74.4) จังหวัดที่มีองค์ประกอบด้านที่ 2 สมรรถภาพจิตใจ (mental capacity) มากที่สุด คือ บุรีรัมย์ (ร้อยละ 74.9) น้อยสุด คือ ยะลา (ร้อยละ 49.5) จังหวัดที่มีองค์ประกอบด้านที่ 3 คุณภาพจิตใจ (mental quality) มากที่สุด คือ บึงกาฬ (ร้อยละ 72.1) น้อยสุด คือ ชลบุรี (ร้อยละ 52.5) และจังหวัดที่มีองค์ประกอบด้านที่ 4

ปัจจัยสนับสนุน (supporting factors) มากที่สุด คือ มุกดาหาร (ร้อยละ 82.6) น้อยสุด คือ เชียงราย (ร้อยละ 61.5)

ความสุขประชากรและรายได้ต่อครัวเรือนรายจังหวัด

เมื่อเปรียบเทียบคะแนนความสุขและรายได้ต่อครัวเรือนของแต่ละจังหวัด และแบ่งจังหวัดออกเป็นสี่กลุ่มตามค่าเฉลี่ยของคะแนนความสุข (31.32 คะแนน) และรายได้เฉลี่ยต่อครัวเรือน (22,485 บาทต่อเดือน) ของประเทศพบว่า

1) จังหวัดที่มีรายได้ต่อครัวเรือนและคะแนนความสุขสูงกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศมี 6 จังหวัด ได้แก่ กระบี่ จันทบุรี ภูเก็ต ราชบุรี สมุทรสงคราม และสระบุรี

2) จังหวัดที่มีรายได้ต่อครัวเรือนต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศ แต่มีคะแนนความสุขสูงกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศมี 39 จังหวัด ได้แก่ กาญจนบุรี กำแพงเพชร ชัยภูมิ เชียงใหม่ ตรารด ตรัง ตาก นครนายก นครพนม นครราชสีมา นครศรีธรรมราช น่าน บุรีรัมย์ บึงกาฬ พะเยา พังงา เพชรบุรี เพชรบูรณ์ แพร่ พัทลุง พิจิตร มหาสารคาม มุกดาหาร แม่ฮ่องสอน ยโสธร ร้อยเอ็ด ลพบุรี ลำพูน สกลนคร สงขลา สมุทรสาคร สิงห์บุรี สุรินทร์ หนองคาย หนองบัวลำภู อ่างทอง อุตรดิตถ์ และอุบลราชธานี

ตารางที่ 2 คะแนนเฉลี่ยความสุขของจังหวัดที่มีคะแนนมากที่สุดและน้อยสุด 10 ลำดับ

อันดับที่	คะแนนเฉลี่ยความสุขมากที่สุด		อันดับที่	คะแนนเฉลี่ยความสุขน้อยสุด	
	จังหวัด	คะแนนเฉลี่ย		จังหวัด	คะแนนเฉลี่ย
1	บุรีรัมย์	35.00	1	สมุทรปราการ	28.70
2	พังงา	34.05	2	เลย	29.17
3	จันทบุรี	33.70	3	นราธิวาส	29.52
4	สิงห์บุรี	33.22	4	ชลบุรี	29.56
5	กาญจนบุรี	33.22	5	สุโขทัย	29.90
6	ตาก	33.04	6	เชียงราย	29.91
7	ลำพูน	32.96	7	ประจวบคีรีขันธ์	30.07
8	มหาสารคาม	32.88	8	ขอนแก่น	30.09
9	น่าน	32.84	9	พิษณุโลก	30.14
10	ร้อยเอ็ด	32.71	10	ชัยนาท	30.16

3) จังหวัดที่มีรายได้ต่อครัวเรือนสูงกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศ แต่มีคะแนนความสุขต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศมี 11 จังหวัด ได้แก่ กรุงเทพมหานคร ฉะเชิงเทรา ชลบุรี นครปฐม นนทบุรี ปทุมธานี ปราจีนบุรี ระยอง สมุทรปราการ สุราษฎร์ธานี และอุทัยธานี

4) จังหวัดที่มีรายได้ต่อครัวเรือนและคะแนนความสุขต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศมี 21 จังหวัด ได้แก่ กาฬสินธุ์ ขอนแก่น ชัยนาท ชุมพร เชียงราย นครสวรรค์ นราธิวาส ประจวบคีรีขันธ์ ปัตตานี พิษณุโลก ยะลา ระนอง เลย ลำปาง ศรีสะเกษ สตูล สระแก้ว สุโขทัย สุพรรณบุรี อำนาจเจริญ และอุทัยธานี

วิจารณ์

ผลสำรวจความสุขประชากรไทยในครั้งนี้นับพบว่า คะแนนความสุขเฉลี่ยของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไปเท่ากับ 31.32 คะแนน (จากคะแนนเต็ม 45 คะแนน) และคนไทยร้อยละ 81.4 มีค่าเฉลี่ยความสุขในเกณฑ์เท่ากับหรือสูงกว่าคนทั่วไป ซึ่งใกล้เคียงกับผลสำรวจสุขภาพจิตคนไทยในโครงการสำรวจภาวะทางสังคมและวัฒนธรรม พ.ศ. 2561 ที่ใช้เครื่องมือในการสำรวจแบบเดียวกัน¹¹ โดยมีค่าคะแนนความสุข (ระดับสุขภาพจิต) เฉลี่ยเท่ากับ 31.56 คะแนน โดยร้อยละ 84.2 มีค่าเฉลี่ยความสุข (ระดับสุขภาพจิต) เท่ากับหรือสูงกว่าคนทั่วไป

การศึกษานี้พบว่าบุรีรัมย์เป็นจังหวัดที่มีคะแนนความสุขสูงที่สุด เมื่อเปรียบเทียบกับผลการสำรวจความสุขรายจังหวัดครั้งก่อนหน้าในปี พ.ศ. 2552 และ 2553⁹ อยู่ในลำดับที่ 29 และ 37 ตามลำดับ ส่วนพังงายังคงอยู่ในลำดับต้นๆ คือ เป็นลำดับที่ 1 และ 2 ในปี พ.ศ. 2552 และ 2553 และคงลำดับ 2 ในปี พ.ศ. 2561 ในขณะที่จังหวัดสมุทรปราการเป็นจังหวัดที่มีคะแนนความสุขน้อยที่สุดทั้งในปี พ.ศ. 2552 และ 2561 การพิจารณาแนวโน้มของค่าคะแนนเฉลี่ยความสุขรวมทั้งสัดส่วนของผู้ที่มีความสุขระดับต่ำกว่าคนทั่วไปรายจังหวัด น่าจะสามารถสะท้อนข้อเท็จจริงและผลการพัฒนาระดับจังหวัดได้ดีกว่าการแปลผลเพียงรายปีเท่านั้น

นิยามความสุขตามองค์ประกอบหลักของสุขภาพจิตในการศึกษานี้⁹ สามารถสะท้อนถึงปัจจัยภายในบุคคล (introspection factors) จากข้อคำถามเรื่องความพึงพอใจสมรรถภาพจิตใจ และคุณภาพจิตใจ รวมถึงปัจจัยภายนอกบุคคล (interaction factors) จากข้อคำถามเรื่องปัจจัยสนับสนุน แต่ยังจำกัดเพียงการประเมินของบุคคล (people-oriented factors) ดังนั้นจึงควรพิจารณาปัจจัยอื่นที่เกิดจากการกระทำและมีผลเชิงประจักษ์ (doing-oriented factors) ร่วมด้วย เช่น ปัจจัยทางเศรษฐกิจ อย่างไรก็ตาม การศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าคะแนนความสุขไม่สอดคล้องกับรายได้ต่อครัวเรือนเสมอไป โดยพบว่ามีถึง 50 จังหวัดที่มีรายได้ต่อ

ครัวเรือนไม่เป็นไปในทิศทางเดียวกันกับค่าคะแนนความสุข กล่าวคือ มี 39 จังหวัด ที่มีรายได้อ่อนกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศแต่มีคะแนนความสุขสูงกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศ ทั้งนี้รวมถึงจังหวัดที่มีระดับคะแนนความสุขเป็นอันดับที่ 1 และ 2 ของประเทศ คือ บุรีรัมย์และพังงาด้วย ในขณะที่มี 11 จังหวัดที่มีรายได้อ่อนกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศแต่มีคะแนนความสุขต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศ โดยมีสมุทรปราการที่เป็นจังหวัดที่มีความสุขน้อยที่สุดอยู่ในกลุ่มนี้ด้วย มีรายงานการศึกษาที่ให้เหตุผลว่าประชาชนในจังหวัดที่มีรายได้สูงแต่มีความสุขน้อยกว่าจังหวัดที่มีรายได้ต่ำนั้นน่าจะเป็นภาพสะท้อนของผลกระทบเชิงลบจากการพัฒนาเศรษฐกิจที่มีผลต่อวิถีชีวิตความเป็นอยู่และความสุขของประชาชน อย่างไรก็ตาม การศึกษานี้พบว่าอีก 27 จังหวัดที่เหลือนั้น มีรายได้อ่อนกว่าค่าเฉลี่ยและเป็นไปในทางเดียวกันกับค่าคะแนนความสุข โดยมี 6 จังหวัดที่มีรายได้อ่อนกว่าค่าเฉลี่ยและคะแนนความสุขสูงกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศ และ 21 จังหวัดที่มีรายได้อ่อนกว่าค่าเฉลี่ยและคะแนนความสุขต่ำกว่าค่าเฉลี่ยของประเทศ ซึ่งสะท้อนว่าความเหลื่อมล้ำด้านเศรษฐกิจหรือรายได้ส่งผลกระทบต่อความสุขในลักษณะที่ซับซ้อนไม่ตรงไปตรงมา ข้อมูลข้างต้นอาจอธิบายได้ว่าปัจจัยด้านรายได้อาจไม่ใช่ปัจจัยหลักที่มีอิทธิพลต่อความสุขของประชากรมากไปกว่าปัจจัยทางสุขภาพจิต กล่าวคือ ความพึงพอใจในตนเองและชีวิตความเป็นอยู่ปัจจุบัน ความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่นและการจัดการปัญหาต่าง ๆ เพื่อการดำเนินชีวิตอย่างปกติสุข ความดีงามของจิตใจในการดำเนินชีวิตอย่างเกิดประโยชน์ต่อตัวเองและสังคม ตลอดจนปัจจัยสนับสนุนที่ดี เช่น ครอบครัวที่อบอุ่น การงานมั่นคง และการไม่มีหนี้สิน อาจมีอิทธิพลต่อสุขภาพจิตและความสุขมากกว่า

หลายประเทศพยายามนำความสุขของประชากรมาเป็นใช้เป็นเป้าหมายในการพัฒนาประเทศร่วมกับผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ (gross domestic product; GDP) ตามคำเชิญชวนในข้อมติสมัชชาใหญ่แห่งสหประชาชาติ (United nations general assembly resolution) การประชุมสมัชชาใหญ่แห่งสหประชาชาติ ครั้งที่ 65 ได้ให้

ข้อเสนอจากแนวทางของประเทศฐานที่ใช้มาตรวัดความสุขและการเป็นอยู่ที่ดีของประชากรในประเทศ (gross national happiness index) เพื่อให้เกิดการดูแลประชากรภายในประเทศอย่างองค์รวม^{12,13} ความสุขจึงเป็นหนึ่งในปัจจัยสำคัญที่ใช้ในการกำหนดนโยบายระดับประเทศและระดับท้องถิ่น อย่างไรก็ตาม มีข้อควรระวัง 3 ประการ ได้แก่ 1) คำจำกัดความของความสุขต้องมีความหมายที่เข้าใจได้ตรงกัน ทั้งผู้กำหนดนโยบาย ผู้รับนโยบายไปปฏิบัติ ตลอดจนประชาชนในประเทศ 2) การวัดความสุขควรครอบคลุมทั้งองค์ประกอบที่เป็นความรู้สึกรายบุคคลและองค์ประกอบอื่นที่วัดได้ชัดเจน เช่น รายได้และสถานะทางสุขภาพ และ 3) ความสุขไม่ควรเป็นปัจจัยเดียวที่นำมาใช้กำหนดนโยบายระดับประเทศ โดยควรมีการพิจารณาปัจจัยอื่นที่เกี่ยวข้องด้วย เช่น ความเท่าเทียม บริบททางสังคม และวัฒนธรรม^{14,15}

การสำรวจสุขภาพจิต/ความสุขของคนไทยระดับชาติ มีข้อจำกัดคือ ความสม่ำเสมอในการสำรวจ เนื่องจากเป็นการศึกษาขนาดใหญ่ ใช้งบประมาณสูง และมักเป็นการผนวกร่วมกับกับโครงการสำรวจระดับชาติของหน่วยงานอื่น ๆ เช่น สำนักงานสถิติแห่งชาติ ซึ่งแต่ละโครงการมีความถี่และระเบียบวิธีการสุ่มตัวอย่างเพื่อเป็นตัวแทนระดับจังหวัด/ภาค/ประเทศที่แตกต่างกัน ทำให้ขาดความสม่ำเสมอของข้อมูลและปัจจัยร่วมในการสำรวจ การสำรวจความสุขที่สามารถวิเคราะห์ข้อมูลรายจังหวัดได้มีการศึกษาเฉพาะในปี พ.ศ. 2552 และ 2553⁹ เท่านั้น ส่วนการศึกษาความสุขระดับประเทศซึ่งสามารถวิเคราะห์ข้อมูลในระดับภาคเท่านั้น มีการศึกษาต่อเนื่องตั้งแต่ปี พ.ศ. 2551 - 2558 ทุกปี และขาดช่วงไปสองปี จนกลับมาทำการสำรวจอีกครั้งในปี พ.ศ. 2561¹¹ หากมีการวางแผนการสำรวจต่อเนื่องจะเป็นประโยชน์ในการประเมินผลการดำเนินงานด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตที่ผ่านมา รวมทั้งเป็นข้อมูลประกอบการกำหนดนโยบายและวางแผนพัฒนาประชากรทั้งในระดับประเทศและระดับพื้นที่ได้

นอกจากนี้ ดัชนีชี้วัดความสุขเป็นเครื่องมือที่พัฒนาขึ้นเพื่อใช้วัดสุขภาพจิตตามบริบทของประเทศไทย มีข้อจำกัดในการเปรียบเทียบกับข้อมูลนานาชาติและอาจไม่ครอบคลุม

ถึงปัจจัยทางสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงไป จึงควรมีการปรับปรุงเครื่องมือให้ทันสมัยและเป็นสากลมากขึ้น อย่างไรก็ตาม ข้อเสนอแนะที่สำคัญจากการศึกษานี้ คือ การกำหนดนโยบายด้านการส่งเสริมสุขภาพจิตหรือการสร้างสุขไม่ควรอิงจากค่าคะแนนความสุขเพียงอย่างเดียว แต่ควรพิจารณาร่วมกับปัจจัยอื่น ๆ โดยเฉพาะข้อมูลความสุขระดับจังหวัดนั้น จะเป็นประโยชน์เมื่อมีการนำมาวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลอื่น ๆ ของจังหวัด มีการนำเสนอข้อมูลสู่สาธารณะเพื่อให้ภาคีแต่ละจังหวัดร่วมกำหนดนโยบายในการสร้างสุขของคนในจังหวัดตนเอง และมีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และขยายผลในระดับภาคและระดับประเทศต่อไป

สรุป

คนไทยร้อยละ 81.4 มีความสุข (ระดับสุขภาพจิต) อยู่ในเกณฑ์เท่ากับหรือสูงกว่าคนทั่วไป บุรีรัมย์เป็นจังหวัดที่มีคะแนนความสุขสูงสุด ส่วนสมุทรปราการยังเป็นจังหวัดที่มีความสุขน้อยที่สุด รายได้ต่อครัวเรือนไม่เป็นไปในทางเดียวกันกับค่าคะแนนความสุขของประชากรในระดับจังหวัดเสมอไป สะท้อนว่าความเหลื่อมล้ำด้านเศรษฐกิจอาจไม่ใช่ปัจจัยหลักที่มีอิทธิพลต่อความสุขของประชากรมากไปกว่าปัจจัยทางสุขภาพจิต

เอกสารอ้างอิง

1. Delle Fave A, Brdar I, Wissing MP, Araujo U, Castro Solano A, Freire T, et al. Lay definitions of happiness across nations: the primacy of inner harmony and relational connectedness. *Front Psychol*. 2016;7:30. doi:10.3389/fpsyg.2016.00030.
2. Oishi S, Graham J, Kesebir S, Galinha IC. Concepts of happiness across time and cultures. *Pers Soc Psychol Bull*. 2013;39(5):559-77. doi:10.1177/0146167213480042.
3. Steptoe A. Happiness and health. *Annu Rev Public Health*. 2019;40:339-59. doi:10.1146/annurev-publhealth-040218-044150.
4. Lyubomirsky S, Lepper HS. A measure of subjective happiness: preliminary reliability and construct validation. *Soc Indic Res*. 1999;46(2):137-55. doi:10.1023/A:1006824100041.
5. Helliwell JF, Layard R, Sachs J, De Neve JE. World happiness report 2020. New York: Sustainable development solutions network; 2020.
6. Helliwell JF, Layard R, Sachs J, De Neve JE, Aknin L, Wang S, et al. World happiness report 2021. New York: Sustainable development solutions network; 2021.
7. อภิชัย มงคล, วัชนิ หัตถพนม, ภัสรา เชษฐโชติศักดิ์, วรณประภา ชะลอกุล, ละเอียด ปัญโญใหญ่, สุจิต สุวรรณชีพ. การศึกษาดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทย [The study to develop Thai mental health indicator]. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*. 2544;46(3):209-25.
8. อภิชัย มงคล, วัชนิ หัตถพนม, ภัสรา เชษฐโชติศักดิ์, วรณประภา ชะลอกุล, ละเอียด ปัญโญใหญ่, สุจิต สุวรรณชีพ. ความสุขและสุขภาพจิตในบริบทสังคมไทย [Happiness and mental health in the context of the Thai society]. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*. 2544;46(3):227-32.
9. ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล, เอกอนงค์ สิตลาภินันท์. คู่มือสร้างสุขระดับจังหวัด [Happiness manual at provincial level]. นนทบุรี: แผนงานสร้างเสริมสุขภาพจิต; 2554.
10. สำนักสถิติเศรษฐกิจและสังคม สำนักงานสถิติแห่งชาติ. การสำรวจสุขภาพจิต (ความสุข) คนไทย พ.ศ. 2558 [Thai mental health (happiness) survey 2015]. กรุงเทพฯ: สำนัก; 2559.
11. พันธันภา กิตติรัตนไพบูลย์, ดุษฎี จิงศิริกุลวิทย์, อธิบดินทร์อารีย์, บังอร สุปรีดา. แนวโน้มและปัจจัยที่มีผลต่อระดับสุขภาพจิตคนไทย: การสำรวจระดับชาติ ปี พ.ศ. 2561 [Trend and associated factors of mental health in Thailand: a national survey 2018]. *วารสารสุขภาพจิตแห่งประเทศไทย*. 2563;28(2):121-35.
12. United Nations. Happiness: towards a holistic approach to development: resolution / adopted by the General Assembly on 19 July 2011 [Internet]. New York: UN; 2011 [cited 2021 Oct 31]. Available from: <https://undocs.org/en/A/RES/65/309>

13. Karma U, Alkire S, Zangmo T, Wangdi D. A short guide to gross national happiness index [Internet]. Thimpu: The Centre for Bhutan Studies; 2012 [cited 2021 Oct 31]. Available from: <https://opendocs.ids.ac.uk/opendocs/handle/20.500.12413/11807>
14. White MD. The problems with measuring and using happiness for policy purposes [Internet]. Arlington, VA: Mercatus Research; 2014 [cited 2021 Oct 31]. Available from: <https://www.mercatus.org/publications/regulation/problems-measuring-and-using-happiness-policy-purposes>
15. United Nations. Happiness: towards a holistic approach to development: note/by the Secretary-General [Internet]. New York: UN; 2013 [cited 2021 Oct 31]. Available from: <https://digitallibrary.un.org/record/743697>