

## อาชีพเสริมส่งระดับความสุข

รู้หรือไม่ว่า อาชีพการทำงานนอกจากเป็นสถานภาพที่สร้างรายได้ให้กับเราแล้ว ยังเป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างความสุขและความทุกข์ในชีวิตของเราด้วย...

สำนักงานสถิติแห่งชาติ เผยข้อมูลด้านสุขภาพจิตของคนทำงานอาชีพต่างๆ ในกลุ่มคนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป

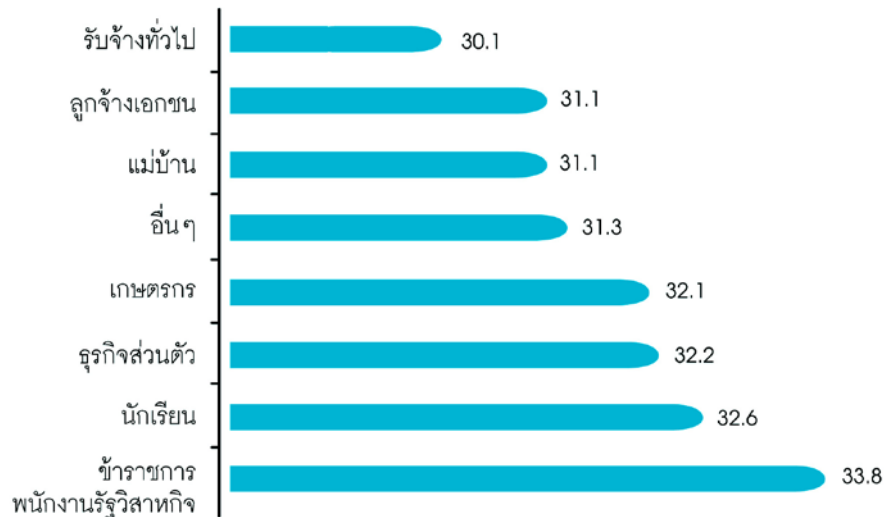
มาดูกันว่า อาชีพใดที่มีคะแนนสุขภาพจิตดีที่สุด และอาชีพใดมีคะแนนต่ำที่สุด...

### ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ สุขภาพจิตดีที่สุด

จากการสำรวจข้อมูลสุขภาพจิต พบว่า ข้าราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจได้คะแนนสุขภาพจิตมากที่สุด โดยได้ 33.8 คะแนนจากคะแนนเต็ม 45 คะแนน เนื่องจากมีความมั่นคงทางอาชีพการงาน ส่งผลต่อความมั่นคงทางจิตใจของคนทำงานด้วย

กลุ่มที่ได้คะแนนรองลงมาคือ นักเรียน ได้ 32.6 คะแนน ธุรกิจส่วนตัว 32.2 คะแนน และเกษตรกร 31.1 คะแนน (ดังภาพ)

ภาพแสดงคะแนนสุขภาพจิตคนไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป จำแนกตามอาชีพปี 2551 (คะแนนเต็ม 45 คะแนน)



**ที่มา:** รายงานการสำรวจสภาวะทางสังคมและวัฒนธรรม สำนักงานสถิติแห่งชาติ  
อ้างใน ภาวะสังคมไทย ไตรมาส 4 และภาพรวม ปี 2553

### อาชีพรับจ้าง คะแนนสุขภาพจิตต่ำที่สุด

สำหรับกลุ่มที่มีคะแนนสุขภาพจิตต่ำที่สุดคือ คนทำงานรับจ้าง โดยได้ 30.1 คะแนน จากคะแนนเต็ม 45 คะแนน เนื่องจากเป็นอาชีพที่ไม่มีความมั่นคงและมีรายได้ไม่แน่นอน ส่งผลต่อสภาพจิตใจเป็นไปในทางลบ ส่วนที่กลุ่มที่มีคะแนนสุขภาพจิตระดับต่ำใกล้เคียงกัน ได้แก่ ลูกจ้างเอกชน และกลุ่มแม่บ้านได้ 31.1 คะแนนเท่ากัน

ใครจะช่วยตอบได้บ้างว่า ทำไม?

**ที่มา:** ความสุขและทุกข์ของคนทำงาน

สืบค้นจาก [http://www.hiso.or.th/hiso/tonkit/tonkits\\_15.php](http://www.hiso.or.th/hiso/tonkit/tonkits_15.php)