

พฤติกรรมการใช้ชีวิต การปรับตัว และการเรียนรู้ของประชาชนในสถานการณ์การ
แพร่ระบาดของโรคโควิด-19 (COVID-19) สู่การปรับตัวของชุมชนวิถีใหม่
ในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์

Living Behavior, Adaptation and Learning of People in the Situation
of the Epidemic of COVID-19 Towards the Adaptation of the
Community in New Normal Life at Surin Province

ณัฐสุรางค์ ปุคคละนันท์¹ จิรายุ ทรัพย์สิน² ยूपดี สินมาก³ วันชัย สุขตาม⁴ เน็นนรา ดีสม⁵
พิมพ์ภัตสร ชุตระกุล⁶ สุพิมพา วัฒนสังข์โสภณ⁷ ศรีนทิพย์ สนทอง⁸

Natsurang Pukkalanon, Jirayu Subsin, Yuppadee Sinmak, Wanchai Suktam, Neenara
Deesom, Pimpassorn Chutrakul, Supimpa Wattanasangkhasophon,
Sarinthip Sonthong

บทคัดย่อ (Abstract)

จากการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ที่ส่งกระทบต่อการดำเนินชีวิตทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม และยังส่งผลต่อการปรับตัวในการดำเนินชีวิตในวิถีใหม่ ดังนั้นงานวิจัยฉบับนี้ มุ่งเน้นเพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้ชีวิต การปรับตัว และการเรียนรู้ของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 (COVID-19) สู่การปรับตัวของชุมชนวิถีใหม่ในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์

Received: 2021-10-01 Revised: 2021-11-14 Accepted: 2021-12-02

¹คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ Faculty of Management Science Surin Rajabhat University. Corresponding Author e-mail: to_gae@hotmail.com

²คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ Faculty of Humanities and Social Sciences Surinon Rajabhat University

³คณะอุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ Faculty of Industry and Technology Surinon Rajabhat University

⁴คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ Faculty of Humanities and Social Sciences Surinon Rajabhat University

⁵คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ Faculty of Education, Surin Rajabhat University

⁶คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ Faculty of Management Science Surin Rajabhat University

⁷คณะอุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ Faculty of Industry and Technology Surinon Rajabhat University

⁸สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสุรินทร์ Research and Development Institute Surin Rajabhat University

จากการเก็บแบบสอบถามจำนวน 400 ชุดและวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ข้อมูลทั้งเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ ผลการการศึกษาการปรับตัวพฤติกรรมการใช้ชีวิต การปรับตัว และการเรียนรู้ของประชาชนต่อการแพร่ระบาดของโรคโควิด19 ทั้ง 5 ด้าน พบว่า 1) การปรับตัวด้านเศรษฐกิจ ในการระบาดช่วงแรก ครอบครัวยังไม่มีการสร้างอาชีพใหม่ ยังใช้ชีวิตปกติ มีการพัฒนาตนเองการเรียนรู้ผ่านระบบออนไลน์ และระวังเรื่องการวางแผนการค่าใช้จ่ายของครัวเรือน 2) การปรับตัวด้านสุขภาพ พบว่าส่วนใหญ่ที่ปฏิบัติตัวอยู่เป็นประจำได้แก่ สวมหน้ากากอนามัย/หน้ากากผ้าตลอดเวลาเมื่ออยู่กับผู้อื่น รับประทานอาหารสุกใหม่ และหมั่นล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่หรือแอลกอฮอล์เจลอยู่เป็นประจำ 3) การปรับตัวด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม พบว่า วิธีการรักษาความสัมพันธ์ทางสังคมของสมาชิกในครัวเรือนส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ การทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัวและการพูดคุยกันมากขึ้น 4) การปรับตัวด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ พบว่า ได้เรียนรู้การใช้อุปกรณ์สื่อสาร และเทคโนโลยีด้วยตนเองและขอคำแนะนำเกี่ยวกับการใช้งานอุปกรณ์สื่อสาร (เช่น ไลน์/ทวิตเตอร์/เพื่อน) และ 5) ด้านการศึกษา พบว่าคนในครอบครัวต้องแบ่งเวลาสอน/ดูแลลูก/หลานมากที่สุด

สรุปผลการวิจัยการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลต่อ พฤติกรรม การปรับตัว และการเรียนรู้ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพ ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ และด้านการศึกษา ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงปรับตัวต่อการใช้ชีวิตในรูปแบบวิถีใหม่อย่างแท้จริง

คำสำคัญ (Keywords): พฤติกรรม; การปรับตัว; วิถีใหม่

Abstract

From the spread of COVID-19 that affects the way of life in terms of economy, society and environment. It also affects the adjustment in living in a new way. Therefore, this research focusing on studying the behavior of living, adapting and learning of people in the situation of the epidemic of Covid-19 towards the adaptation of the community in a new normal living in Surin province. 400 questionnaires were collected and analyzed using both qualitative and quantitative data. The results of a study on the adjustment of living behavior, adaptation and learning of the people, regarding the spread of COVID-19 in all 5 aspects and it was found that 1) Economic adjustment in the early outbreak, the family has not created a new career, still living a normal life and self-improvement through online learning, and careful about planning their household expenses. 2) Health adjustments, it was found that most of the people who practiced on a regular basis were wear a mask/fabric mask at all times, eat freshly cooked food and wash your hands regularly with soap and water or alcohol gel regularly 3) Social and environmental adaptation, it was found that the social relations of most household members were at normal

levels and more activities together in the family and more talking with each other 4) In information technology aspect, it was found that they learned technology by themselves and asked for advice on how to use communication devices (eg. asking children/grandchildren/friends) and 5) In education, it was found that family members had to spend the most time teaching/taking care of their children/grandchildren. Summary of research findings on the spread of COVID-19 affecting behavior, adaptation and learning in terms of economy, health, society and environment. Information technology and education cause changes to adapt to living in a new normal life.

Keywords: Behavior; Adaptation; New Normal

บทนำ (Introduction)

การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ได้อุบัติขึ้นครั้งแรกในประเทศจีน เมื่อปลายปี 2562 และได้แพร่กระจายไปทั่วโลก ซึ่งทางการของประเทศจีนได้ยืนยันครั้งแรกเมื่อวันที่ 31 ธันวาคม 2562 ว่าเป็นการระบาดของไวรัสสายพันธุ์ใหม่ และต่อมามีการอนามัยโลก (World Health Organization: WHO) ได้ระบุไวรัสชนิดนี้ว่า เชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ ซึ่งปัจจุบันได้ถูกเรียกว่า โควิด-19 ในอดีต ได้มีการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนาในมนุษย์มาแล้วถึง 6 สายพันธุ์ ไวรัสตระกูลนี้ส่งผลกระทบต่อระบบทางเดินหายใจอย่างเฉียบพลันและร้ายแรง เช่น โรคซาร์ส (Severe Acute Respiratory – SARS) มีผู้ติดเชื้อมากกว่า 8,000 คน และเสียชีวิตเกือบ 800 คนทั่วโลก อย่างไรก็ตามการแพร่ระบาดของไวรัสโควิด-19 ครั้งนี้ เป็นการแพร่กระจายไปทั่วโลก ซึ่งมีไข้หวัดใหญ่ฤดูกาลด้านสาธารณสุขเท่านั้น แต่ยังส่งผลกระทบต่อด้านเศรษฐกิจและสังคมที่รุนแรงเป็นประวัติการณ์ (กรมควบคุมโรค, 2564)

ปัญหาการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 (COVID-19) ส่งผลกระทบต่อด้านเศรษฐกิจและสังคมไปทั่วโลก เศรษฐกิจตกต่ำ คนตกงานเป็นจำนวนมาก เกิดการสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สินมหาศาล จนเกิดการตื่นตัวและประชาชนปรับตัวในการดำเนินชีวิตใหม่ (New Normal) เพื่อให้รอดพ้นจากภาวะการแพร่ระบาดของเชื้อโรคดังกล่าว ประเทศไทยก็เช่นเดียวกัน ถึงแม้ว่าประเทศไทยจะมีศักยภาพในการควบคุมการแพร่กระจายของเชื้อโรคได้เป็นอันดับต้นๆ ของโลก อย่างไรก็ตามปัญหาด้านเศรษฐกิจและสังคมก็ได้รับผลกระทบเช่นเดียวกัน ความไม่มั่นคงของระบบเศรษฐกิจ เศรษฐกิจเกิดภาวะการหดตัว ความสามารถในการซื้อขายสินค้าของประชาชนลดลง อัตราการว่างงานเพิ่มขึ้น ภาคแรงงานเกิดปัญหา เกิดการอพยพย้ายถิ่นฐาน บัณฑิตจบใหม่ไม่สามารถหางานทำได้ และปัญหาหนี้สินภาคครัวเรือนเพิ่มขึ้น

ประเทศไทยได้มีการแพร่ระบาดครั้งแรกในเดือนมกราคม 2563 และเพิ่มมากขึ้นจากสนามมวยเวทีลุมพินี ทำให้ยอดผู้ติดเชื้อโควิด-19 กระจายไปทั่วประเทศ ดังนั้นรัฐบาลได้เพิ่มมาตรการควบคุมการแพร่ระบาดในรอบแรกของประเทศ และมีการสอบสวนการแพร่ระบาดของโรค พร้อม

ส่งเสริมให้คนในประเทศเผื่อระวังตนเอง สวมหน้ากากอนามัย รักษาความสะอาด จนไปถึงมาตรการ การ และการแพร่ระบาดในรอบแรก จังหวัดสุรินทร์แม้ได้รับผลกระทบไม่มากในรอบแรก แต่ อย่่างไรก็ตามปัญหาการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ก็ส่งผลกระทบในด้านเศรษฐกิจ สังคมและ สิ่งแวดล้อมอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ดังนั้นบทความวิจัยฉบับนี้ได้มุ่งเน้นการศึกษาพฤติกรรม การปรับตัว การเรียนรู้ต่อสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ของประชาชนในจังหวัดสุรินทร์ เพื่อ สะท้อนให้เห็นผลกระทบของการแพร่ระบาด และแนวทางการปรับตัวตามวิถีใหม่ต่อการแพร่ระบาด ของโรคโควิด-19 ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Research Objective)

เพื่อศึกษาพฤติกรรมการใช้ชีวิต การปรับตัว และการเรียนรู้ของประชาชนในสถานการณ์ การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 (COVID-19) สู่การปรับตัวของชุมชนวิถีใหม่ในพื้นที่จังหวัดสุรินทร์

วิธีดำเนินการวิจัย (Research Methods)

วิธีการดำเนินการวิจัยของการศึกษา พฤติกรรมการใช้ชีวิต การปรับตัว และการเรียนรู้ ของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 สู่การปรับตัวของชุมชนวิถีของ ประชาชนในจังหวัดสุรินทร์ มีระเบียบวิธีดำเนินการวิจัยเป็นทั้งเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) และเชิงปริมาณ (Quantitative Research) สามารถอธิบายได้ดังต่อไปนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง สำหรับการวิจัยเชิงปริมาณโดยเลือกประชาชนในเขตพื้นที่ จังหวัดสุรินทร์ ซึ่งมีประชากรทั้งหมด 1,381,761 คน แบ่งเขตการปกครองออกเป็น 17 อำเภอ 158 ตำบล 2,119 หมู่บ้าน (สำนักงานสถิติ จังหวัดสุรินทร์, 2563) โดยเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งสิ้น 400 ชุด ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่เลือกเก็บข้อมูลได้แบ่งออกเป็น 3 กลุ่มอำเภอตามขนาดประชากร ได้แก่ อำเภอ ขนาดใหญ่ อำเภอกลาง และอำเภอขนาดเล็ก จากการสุ่มตัวอย่างขนาดอำเภอ ได้แก่ อำเภอเมือง อำเภอกาบเชิง และอำเภอสนม ตามลำดับ และในแต่ละอำเภอจะเลือกตำบลในเขตเทศบาลและ นอกเขตเทศบาล เป็นตัวแทนพื้นที่ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบสอบถาม (Questionnaire) และแบบสัมภาษณ์ (Interview form)

แบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัยได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ และคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา ได้ไว้รับรอง จริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ เลขที่ไว้รับรอง HE-138-2563

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ข้อมูลปฐมภูมิ เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งคุณภาพและปริมาณ โดยใช้วิธีสุ่มตัวอย่าง อย่่างง่าย (Simple Random Sampling) เป็นการเก็บระดับหัวหน้าครัวเรือนหรือตัวแทนครัวเรือน

ข้อมูลทุติยภูมิ ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูล สื่อออนไลน์ ตำรา บทความวิชาการและ บทความวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิเคราะห์ข้อมูล

เชิงคุณภาพ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ เป็นการสังเคราะห์และอธิบายการปรับตัวของครอบครัวหรือชุมชนต่อการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 และข้อเสนอแนะจากกลุ่มเป้าหมายต่อการปรับตัวและการใช้ชีวิตวิถี

เชิงปริมาณ ค่าสถิติอย่างง่ายที่ใช้ในการวิเคราะห์ ได้แก่ ร้อยละ (percentage) และค่าเฉลี่ย (Mean)

ผลการวิจัย (Research Results)

การศึกษาและวิจัย พฤติกรรมการใช้ชีวิต การปรับตัว และการเรียนรู้ของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 สู่การปรับตัวของชุมชนวิถีของประชาชนในจังหวัดสุรินทร์ได้แบ่งผลการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็น 3 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

จากการเก็บข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลพฤติกรรมและการปรับตัวในการใช้ชีวิต และการเรียนรู้ของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 สู่การปรับตัวของชุมชนวิถีใหม่ ซึ่งเป็นข้อมูลระดับครัวเรือน ได้แก่ จำนวนสมาชิกในครัวเรือนที่อยู่อาศัยจริงในปัจจุบัน อาชีพหลัก อาชีพรอง รายได้-รายได้ง่าย ของครัวเรือน พบว่า จำนวนสมาชิกในครัวเรือนที่อาศัยอยู่จริงในปัจจุบันพบว่า 4-6 คน มีจำนวนมากที่สุดอยู่ที่ สถานภาพการศึกษาของสมาชิกในครัวเรือนพบว่าไม่มีสมาชิกที่กำลังศึกษาอยู่จำนวนมากที่สุด อาชีพหลักหัวหน้าครัวเรือนพบว่ามีอาชีพเกษตรกรรม รายได้รวมของสมาชิกในครัวเรือนต่อเดือนพบว่าส่วนใหญ่ไม่เกิน 30,000 บาท และรายง่าย-รายได้ของครัวเรือนพบว่าไม่มีเพียงพอแต่ไม่เหลือเก็บ

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมและการปรับตัวของสมาชิกในครัวเรือนจากสถานการณ์โรคโควิด-19

2.1 การปรับตัวด้านเศรษฐกิจ

การปรับตัวทางเศรษฐกิจของสมาชิกครัวเรือนต่อสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 พบว่า ครอบครัวส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบธุรกิจ ไม่มีการสร้างอาชีพใหม่ และส่วนที่ทำธุรกิจก็ได้รับผลกระทบมาก และยังคงดำเนินธุรกิจต่อไป แต่อย่างไรก็ตามมีบางส่วนที่ลดขนาดธุรกิจลงและปิดธุรกิจ เมื่อพิจารณาการพัฒนาตนเองในการสร้างทักษะใหม่ที่เป็นในการทำงานหรือยกระดับทักษะเดิมให้ดีขึ้นเพื่อสร้างรายได้/อาชีพ จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 พบว่าส่วนใหญ่ยังไม่มีการพัฒนาตนเอง และส่วนที่พัฒนาตนเองได้พัฒนาตนเองได้ผ่านการเรียนรู้ผ่านระบบออนไลน์ ได้แก่ วิธีปลูกผักในครัวเรือน วิธีการทำอาหารเองในครัวเรือน และการซื้อสินค้าออนไลน์ ส่วนใหญ่มีการวางแผนการใช้เงินของครัวเรือนและมีการวางแผนด้านอาชีพของครัวเรือนจากผลของสถานการณ์โรคโควิด-19 ดังแสดงได้ในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การปรับตัวด้านเศรษฐกิจของสมาชิกในครัวเรือน

การปรับตัวด้านเศรษฐกิจ	จำนวน	ร้อยละ
การสร้างอาชีพใหม่ของสมาชิกในครัวเรือนเพื่อการเพิ่มรายได้		
ไม่มี	354	88.72
ผลกระทบในการประกอบธุรกิจของสมาชิกในครัวเรือนจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19		
สมาชิกในครัวเรือนไม่มีใครทำธุรกิจ	243	60.90
ได้รับผลกระทบ	156	39.10
มาก	82	20.55
ปานกลาง	54	13.53
น้อย	8	2.01
ไม่ได้รับผลกระทบ	10	2.51
การขยาย ลดหรือปิดธุรกิจ		
ดำเนินการปกติเหมือนเดิม	88	22.06
ขยายธุรกิจ		
ลดขนาดของธุรกิจลง	41	10.28
ปิดธุรกิจ	15	3.76
อื่น ๆ	17	4.26
การพัฒนาตนเอง โดยสร้างทักษะใหม่ที่เป็นในการทำงาน หรือยกระดับทักษะเดิมให้ดีขึ้นของสมาชิกในครัวเรือนเพื่อรองรับการเติบโตในอนาคต เพื่อการสร้างรายได้/อาชีพ จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19		
ไม่มีการพัฒนาตนเองเพิ่มขึ้น	220	55
มีการพัฒนาตนเองเพิ่มขึ้น	180	45
วิธีการพัฒนาตนเอง		
การเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านระบบออนไลน์	149	37.34
การเรียนรู้จากผู้รู้/ผู้เชี่ยวชาญ	53	13.28
การเรียนรู้โดยการอ่าน ค้นคว้าจากเอกสาร หนังสือ	58	14.54
การเข้ารับการฝึกอบรม	32	8.02
อื่น ๆ	3	0.75
การเรียนรู้ด้วยตนเองผ่านระบบออนไลน์		
การปลูกผักเพื่อบริโภคในครัวเรือน	224	56.14
การทำอาหารทานเองในครัวเรือน	339	84.96
การซื้อสินค้าออนไลน์	113	28.32

การปรับตัวด้านเศรษฐกิจ	จำนวน	ร้อยละ
การสั่งอาหารผ่านแอปพลิเคชันต่าง ๆ	74	18.55
การดำเนินธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ อื่น ๆ	44 11	11.03 2.76
การวางแผนการใช้เงินของครัวเรือนจากผลของสถานการณ์โรค โควิด-19		
มี	293	73.43
ไม่มี	106	26.57
การวางแผนด้านอาชีพของครัวเรือนจากผลของสถานการณ์โรค โควิด-19		
มี	251	62.91
ไม่มี	148	37.09

2.2 การปรับตัวด้านสุขภาพ

การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลต่อปัญหาด้านสุขภาพ ประชาชนทั่วไปมีความตระหนักและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการป้องกันการติดเชื้อโรค จากการเก็บรวบรวมข้อมูลพฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันการติดเชื้อโรค-19 ของสมาชิกในครัวเรือน พบว่า พฤติกรรมสุขภาพของการปฏิบัติในปัจจุบันปฏิบัติเป็นประจำ ได้แก่ รับประทานอาหารสุกใหม่ สวมหน้ากากอนามัย/หน้ากากผ้าตลอดเวลาเมื่ออยู่กับผู้อื่น และหมั่นล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจล พฤติกรรมสุขภาพของการปฏิบัติในปัจจุบันปฏิบัติบ่อย คือ ปรับตัว/ปรับจิตใจ จัดการกับความเครียดที่เกิดจากการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 มีการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลข่าวสารเกี่ยวข้องกับโรคโควิด-19 จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้ และรักษาระยะห่างไม่น้อยกว่า 1 - 2 เมตร หรือ 1 - 2 ช่วงแขน และใช้เวลาพบปะผู้อื่นให้สั้นที่สุด พฤติกรรมสุขภาพของการปฏิบัติในปัจจุบันปฏิบัติบ่อยครั้ง คือ ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก โดยไม่จำเป็น รักษาระยะห่างไม่น้อยกว่า 1 - 2 เมตร หรือ 1 - 2 ช่วงแขน และใช้เวลาพบปะผู้อื่นให้สั้นที่สุด และไม่รับประทานอาหารร่วมสำรับเดียวกันหรือใช้ช้อนกลางร่วมกันกับผู้อื่น ตามลำดับ ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 พฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันการติดเชื้อโควิด-19 ของสมาชิกในครัวเรือน

พฤติกรรมสุขภาพ	ระดับความถี่ของการปฏิบัติในปัจจุบัน							
	ปฏิบัติประจำ		ปฏิบัติบ่อย		ปฏิบัติบ่อยครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. หมั่นล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล	225	63.91	122	30.58	22	5.51	-	-
2. ไม่นำมือมาสัมผัสตา จมูก ปาก โดยไม่จำเป็น	194	48.62	128	32.08	75	18.80	2	0.50
3. สวมหน้ากากอนามัย/หน้ากากผ้าตลอดเวลาเมื่ออยู่กับผู้อื่น	298	74.69	82	20.55	19	4.76	-	-
4. หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่ที่ผู้คนพลุกพล่าน หรืออยู่ในสถานที่ที่การระบายอากาศเป็นระบบปิด	217	54.39	146	36.59	34	8.52	2	0.50
5. รักษาระยะห่างไม่น้อยกว่า 1 - 2 เมตร หรือ 1 - 2 ช่วงแขน และใช้เวลาพบปะผู้อื่นให้สั้นที่สุด	177	44.36	152	38.10	68	17.04	2	0.50
6. ไม่รับประทานอาหารร่วมสำรับเดียวกันหรือใช้ช้อนกลางร่วมกันกับผู้อื่น	205	51.38	128	32.08	64	16.04	2	0.50
7. แยกของใช้ส่วนตัวและไม่ใช้ของใช้	224	56.14	113	28.32	53	13.28	9	2.26

พฤติกรรมสุขภาพ	ระดับความถี่ของการปฏิบัติในปัจจุบัน							
	ปฏิบัติประจำ		ปฏิบัติบ่อย		ปฏิบัติบ่อยครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ส่วนตัวร่วมกับ ผู้อื่น								
8. รับประทานอาหาร สุกใหม่	229	74.94	87	21.80	13	3.26	-	-
9. หลีกเลี่ยงการไปใน สถานที่ชุมชน	201	50.38	143	35.84	54	13.53	1	0.25
10. การเข้าใช้บริการ สถาน ประกอบการตา มาตรการ ป้องกัน โรคตามที่ราชการ กำหนด และ ตรวจวัดอุณหภูมิ ของผู้เข้าใช้ บริการ	214	53.63	135	33.83	40	10.03	10	2.51
11. การสแกนคิวอาร์ โค้ด “ไทย ชนะ” หรือการ ลงทะเบียนเข้าใช้ บริการ	135	33.83	128	32.08	57	14.29	79	19.80
12. มีการตรวจสอบ ความถูกต้องของ ข้อมูลข่าวสาร เกี่ยวข้องกับโรค โควิด-19 จาก แหล่งข้อมูลที่ เชื่อถือได้	176	44.11	153	38.35	61	15.29	9	2.26
13. มีการพูดคุยกับ สมาชิกใน ครัวเรือนเพื่อ ปรับเปลี่ยน พฤติกรรม	189	47.37	146	36.59	60	15.04	4	1.00

พฤติกรรมสุขภาพ	ระดับความถี่ของการปฏิบัติในปัจจุบัน							
	ปฏิบัติประจำ		ปฏิบัติบ่อย		ปฏิบัติบ่อยครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
14. ปรับตัว/ปรับจิตใจ จัดการกับ ความเครียดที่เกิด จากการแพร่ ระบาดของโรคโค วิด-19	186	46.62	158	39.60	50	12.53	5	1.25

2.2 การปรับตัวด้านสังคม

การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลต่อการรักษาความสัมพันธ์ของสมาชิกครัวเรือน เช่น การพูดคุยกัน การทำกิจกรรมร่วมกันทั้งในครอบครัว หรือชุมชน จากการเก็บรวบรวมข้อมูลวิธีรักษาความสัมพันธ์ของสมาชิกในครัวเรือน พบว่า วิธีการรักษาความสัมพันธ์ทางสังคมของสมาชิกในครัวเรือนที่มากขึ้น ได้แก่ การใช้โทรศัพท์ การใช้สังคมออนไลน์ และการพูดคุยกัน วิธีการรักษาความสัมพันธ์ทางสังคมระดับปกติ ได้แก่ การทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว การพูดคุยกัน และการใช้โทรศัพท์ และวิธีการรักษาความสัมพันธ์ทางสังคมที่ลดลง ได้แก่ การทำกิจกรรมในชุมชน ดังแสดงในตารางที่ 3

การขอ/สมัครขอความช่วยเหลือจากผลกระทบจากโรคโควิด-19 และการได้รับความช่วยเหลือ พบว่า เคยขอ/สมัครขอรับความช่วยเหลือและการได้รับการช่วยเหลือมากที่สุด คือนโยบายต่างๆของรัฐบาล ผู้นำชุมชน และ ญาติ ไม่เคยขอ/สมัครรับความช่วยเหลือ จากองค์กรเอกชน (NGOs) เพื่อนในสังคมออนไลน์ และ เพื่อน/เพื่อนร่วมงาน และ ได้รับการช่วยเหลือทุกครั้ง จาก ผู้นำชุมชน นโยบายต่างๆ ของภาครัฐ และกลุ่มในชุมชน (เช่น กองทุนสวัสดิการต่างๆ กลุ่มอาชีพ) ได้รับความช่วยเหลือได้บางครั้ง ได้แก่ นโยบายต่างๆ ของรัฐ ญาติ และผู้นำชุมชน และไม่ได้ ได้รับความช่วยเหลือเลยจาก องค์กรเอกชน (NGOs) เพื่อนในสังคมออนไลน์ และ เพื่อน/เพื่อนร่วมงาน ดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 3 วิธีการรักษาความสัมพันธ์ทางสังคมของสมาชิกในครัวเรือน

วิธีการ	มากขึ้น		ปกติ		ลดลง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. การพูดคุยกัน	69	17.29	300	75.19	30	7.52
2. การทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว	43	10.78	328	82.21	27	6.77
3. การทำกิจกรรมร่วมกันในชุมชน	24	6.02	241	60.40	134	33.58
4. การใช้โทรศัพท์	93	23.31	279	69.92	25	6.27
5. การใช้สังคมออนไลน์	92	23.06	267	66.92	35	8.77
6. อื่น ๆ	0.00	0.00	15	3.76	0.00	0.00

ตารางที่ 4 การขอ/สมัครขอความช่วยเหลือจากผลกระทบจากโรคโควิด-19 และการได้รับความช่วยเหลือ

บุคคล แหล่งสนับสนุนช่วยเหลือ	การขอ/สมัครขอรับความช่วยเหลือ						การได้รับการช่วยเหลือ			
	เคย		ไม่เคย		ได้ทุกครั้ง		ได้บางครั้ง		ไม่ได้รับการช่วยเหลือ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ญาติ	130	32.5	269	67.4	53	13.2	100	25.0	246	61.6
		8		2		8		6		5
2. เพื่อนบ้าน/คนในชุมชน	104	26.0	295	73.9	34	8.52	88	22.0	277	69.4
		7		3				6		2
3. เพื่อน/เพื่อนร่วมงาน	74	18.5	325	81.4	22	5.51	74	18.5	303	75.9
		5		5				5		4
4. เพื่อนในสังคมออนไลน์	43	10.7	356	89.2	14	3.51	55	13.7	330	82.7
		8		2				8		1
5. กลุ่มในชุมชน (เช่น กองทุน)	89	22.3	310	77.6	59	14.7	63	15.7	277	69.4
		1		9		9		9		2

2.3 การปรับตัวด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ

เทคโนโลยีมีส่วนสำคัญเป็นอย่างมาก ในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 สมาชิกในครัวเรือนหรือชุมชนได้มีการปรับตัวเพื่อให้ทันต่อสถานการณ์และการเปลี่ยนแปลง การเรียนรู้ดังกล่าว เป็นกระบวนการเรียนรู้และได้รับคำแนะนำการใช้อุปกรณ์สื่อสาร การเรียนรู้การใช้อุปกรณ์สื่อสารด้วยตนเอง จากผู้เชี่ยวชาญ และรับข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้อง พบว่า มีการปรับตัวด้านเทคโนโลยีมากที่สุดด้านการเรียนรู้การใช้อุปกรณ์สื่อสารด้วยตนเอง ขอคำแนะนำเกี่ยวกับการใช้งานอุปกรณ์สื่อสาร เช่น ถามลูกหลานและเพื่อน และ เรียนรู้ที่จะรับข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องจากสื่อสารสนเทศ และไม่เคยปรับตัวต่อการเรียนรู้การใช้อุปกรณ์สื่อสารจากผู้รู้/ผู้เชี่ยวชาญ ดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5 การปรับตัวการเรียนรู้ด้านเทคโนโลยีของสมาชิกในครัวเรือน

การปรับตัวด้านเทคโนโลยี	มี		บางครั้ง		ไม่เคย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ขอคำแนะนำเกี่ยวกับการใช้งานอุปกรณ์สื่อสาร (เช่น ถามลูก/หลาน/เพื่อน)	143	35.84	124	31.08	132	32.08
2. เรียนรู้การใช้อุปกรณ์สื่อสารด้วยตนเอง	156	39.10	117	29.32	126	31.58
3. เรียนรู้การใช้อุปกรณ์สื่อสารจากผู้รู้/ผู้เชี่ยวชาญ	84	21.05	110	27.57	205	51.38
4. เรียนรู้ที่จะรับข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้องจากสื่อสารสนเทศ	137	34.34	112	28.07	150	37.59
5. อื่น ๆ	0.00	0.00	0.00	0.00	3	0.75

3.5 ด้านการศึกษา

การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ได้ส่งผลการปรับตัวด้านการศึกษาในหลากหลายรูปแบบ เช่น การจ้างครูพิเศษเพิ่มให้ลูกหลาน ผ่าคนรู้จักให้ดูแลบุตรหลานแทน ระหว่างหยุดเรียน การให้คนรู้จักช่วยสอนหนังสือให้บุตรหลาน หรือ คนในครอบครัวแบ่งเวลาในการดูแลบุตรหลาน แสดงจำนวนและร้อยละของการปรับตัวด้านการศึกษาของสมาชิกในครัวเรือน พบว่ามีการปรับตัวด้านการศึกษาของสมาชิกในครัวเรือนมากที่สุด ได้แก่ คนในครอบครัวต้องแบ่งเวลาในการสอนลูกหลาน และดูแลลูกหลาน และไม่เคยจ้างครูสอนพิเศษเพิ่มให้ลูกหลาน ดังแสดงในตารางที่ 6

ตารางที่ 6 การปรับตัวด้านการศึกษาของสมาชิกในครัวเรือน

การปรับตัวด้านการศึกษา	มี		บางครั้ง		ไม่เคย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. จ้างครูสอนพิเศษเพิ่มให้ลูก/หลาน	11	2.76	14	3.51	239	59.90
2. ขอให้คนรู้จักช่วยดูแลลูก/หลานระหว่างหยุดเรียน	19	4.76	33	8.27	212	53.13
3. ขอให้คนรู้จักสอนหนังสือให้ลูก/หลาน	12	3.01	30	7.52	220	55.14
4. คนในครอบครัวต้องแบ่งเวลาสอน/ดูแลลูก/หลาน	59	14.79	66	16.54	138	34.59

อภิปรายผลการวิจัย (Research Discussion)

การปรับตัวของชุมชนวิถีใหม่ในสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 เพื่อวิเคราะห์การปรับตัว พฤติกรรม การใช้ชีวิต และการเรียนรู้ของประชาชน ซึ่งสามารถสรุปใจความสำคัญได้ 5 ด้านดังต่อไปนี้

1. ด้านเศรษฐกิจ สมาชิกในครอบครัวส่วนใหญ่ไม่ได้ประกอบธุรกิจ และไม่มีการสร้างอาชีพใหม่ มีการพัฒนาตนเองผ่านการเรียนรู้ระบบออนไลน์ ได้แก่ วิธีปลูกผักสวนครัว และการทำอาหารในครัวเรือน และการซื้อของออนไลน์ และมีความระวังและวางแผนการใช้เงินของครัวเรือน

2. การปรับตัวด้านสุขภาพ พฤติกรรมสุขภาพในการป้องกันการติดเชื้อโควิด-19 ของสมาชิกในครัวเรือนส่วนใหญ่วที่ปฏิบัติตัวอยู่เป็นประจำ ได้แก่ สวมหน้ากากอนามัย/หน้ากากผ้าตลอดเวลาเมื่ออยู่กับผู้อื่น รับประทานอาหารสุกใหม่ และหมั่นล้างมือให้สะอาดด้วยน้ำและสบู่หรือแอลกอฮอล์เจล อยู่เป็นประจำ

3. การปรับตัวด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม พบว่า วิธีการรักษาความสัมพันธ์ทางสังคมของสมาชิกในครัวเรือนส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ ได้แก่ การทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว การพูดคุยกัน และการใช้โทรศัพท์

4. การปรับตัวด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ พบว่า ส่วนใหญ่เรียนรู้การใช้อุปกรณ์สื่อสารด้วยตนเองมีมากที่สุด เป็นบางครั้งที่ขอคำแนะนำเกี่ยวกับการใช้งานอุปกรณ์สื่อสาร (เช่น ถามลูก/หลาน/เพื่อน)

5. ด้านการศึกษา พบว่ามีการปรับตัวมากที่สุด ได้แก่ คนในครอบครัวต้องแบ่งเวลาสอน/ดูแลลูก/หลาน และจ้างครูสอนพิเศษเพิ่มเติมให้แก่อุป/หลาน

จากผลการศึกษาศึกษาการปรับตัว พฤติกรรม การใช้ชีวิต และการเรียนรู้ของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 พบว่ามีสอดคล้องกับงานวิจัยผลกระทบทางเศรษฐกิจและสังคมจากสถานการณ์โควิด-19 ของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองยะลา จังหวัดยะลา (สุพัตรา รุ่งรัตน์, ซูลฟีกอร์ มาโซ และ ยุทธนา กาเต็ม, 2564) โดย ผลกระทบทางเศรษฐกิจและสังคมของจังหวัดยะลาอยู่ในระดับปานกลาง ประชาชนปรับตัวต่อการดำเนินชีวิตวิถีใหม่ โดยสวมหน้ากากอนามัย เมื่อหลีกเลี่ยงการรับเชื้อโควิด-19 หมั่นล้างมือด้วยสบู่ก่อนและหลังการปรุงอาหาร มีการปกเเจลแอลกอฮอล์ รัักษาระยะห่างสังคม และลดระยะเวลาที่อยู่ในพื้นที่สาธารณะ สำหรับผลกระทบด้านเศรษฐกิจ ได้รับความช่วยเหลือเงินเยียวยาจากรัฐบาล การสร้างอาชีพ การช่วยเหลือเรื่องค่าครองชีพ และทางด้านสังคม ประชาชนมีแนวทางในการดูแลตนเอง ได้แก่ การดูแลสุขภาพ ลดการพบปะกันในที่สาธารณะ และปฏิบัติตามคำสั่งของรัฐอย่างเคร่งครัด

เอกสารอ้างอิง (References)

- กรมควบคุมโรค. (2564). *แนวทางการให้วัคซีนโควิด-19 ในสถานการณ์การระบาดของประเทศไทย*. กรุงเทพฯ: กระทรวงสาธารณสุข.
- กายสิทธิ์ แก้วยาศรี และบุญมา สุนทรวิรัตน์. (2563). *แนวทางการดำเนินงานและผลกระทบจากโรคติดเชื้อโคโรนาไวรัส (โควิด-19) จังหวัดเลย*. *วารสารวิชาการสาธารณสุขชุมชน*. 7(1), 16-34.
- สุพัตรา รุ่งรัตน์, ซูลฟีกอร์ มาโซ และ ยุทธนา กาเต็ม. (2564). *ผลกระทบทางเศรษฐกิจและสังคมจากสถานการณ์โควิด-19 ของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองยะลา จังหวัดยะลา*. *วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยวิทยาเชิงพุทธ*. 6 (2), 160-174.
- สุรัชย์ โชคครรชิตไชย. (2563). *โควิด-19: การระบาดระลอกใหม่ ในประเทศไทยปลายปี 2563*. *วารสารสมาคมเวชศาสตร์ป้องกันแห่งประเทศไทย*. 10(3), ง-จ.
- สุรัชย์ โชคครรชิตไชย. (2563). *การระบาดของไวรัสโคโรนา (โควิด-19) ในประเทศไทย*. *วารสารสมาคมเวชศาสตร์ป้องกันแห่งประเทศไทย*. 10(1), ก.
- อวาทิพย์ แว. (2563). *COVID-19 กับการเรียนรู้สู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพในวันนี้*. *วารสารสมาคมวิชาชีพสุขภาพศึกษา*. 35(1), 24-29.

