

ความวิตกกังวลกับผลกระทบของประชาชนและการปรับตัว ภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ในพื้นที่จังหวัดระนอง

กนกกุล เพชรอุทัย^า พงษ์ศักดิ์ นพรัตน์^บ

บทคัดย่อ

บทความวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลความวิตกกังวลกับผลกระทบและการปรับตัวต่อการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ของประชาชน ในพื้นที่จังหวัดระนอง ใช้การวิจัยรูปแบบปริมาณและคุณภาพโดยมีเครื่องมือวิจัยคือแบบสอบถาม/แบบสัมภาษณ์ ประกอบกับการลงพื้นที่เพื่อสัมภาษณ์เชิงลึกกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลสำคัญในจังหวัดระนอง วิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยการจับฉลากจากกลุ่มอำเภอขนาดใหญ่ กลาง และเล็ก จำนวน 3 อำเภอ ได้แก่ อำเภอกะเปอร์ อำเภอกระบุรี และอำเภอ สุขสำราญ ตามลำดับ จำนวนทั้งหมด 400 ครั้วเรือน และวิเคราะห์ข้อมูลด้วยค่าสถิติ คือ ร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า 1) ด้านเศรษฐกิจ ทำให้รายได้ส่วนใหญ่ลดลง 2) ด้านสุขภาพ ทำให้สมาชิกในครัวเรือนมีการป้องกันการติดเชื้อและดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น 3) ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม การทำกิจกรรมร่วมกันของสมาชิกในครัวเรือน 4) ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ ทำให้การเข้าถึงแหล่งข้อมูลข่าวสารมากที่สุด ได้แก่ โทรศัพท์ 5) ด้านการศึกษา ทำให้นักเรียน/นักศึกษาต้องเรียนออนไลน์ในระดับมากขึ้น ส่วนความวิตกกังวลของประชาชน พบว่า 1) ด้านเศรษฐกิจ ส่วนใหญ่ยังคงวิตกกังวลเป็นบางครั้งเกี่ยวกับจะถูกเลิกจ้าง/ไม่มีงานทำมากที่สุด 2) ด้านสุขภาพ วิตกกังวลเป็นบ่อยครั้งว่าจะมีโอกาสติดโรคโควิด-19 มากที่สุด 3) ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม วิตกกังวลเป็นบางครั้งว่าจะเมื่อต้องออกไปร่วมทำกิจกรรมในชุมชน เช่น งานศพ งานบวช งานแต่งงานมากที่สุด 4) ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ วิตกกังวลเป็นบ่อยครั้งเกี่ยวกับการรับทราบข่าวสารเรื่องโรคโควิด-19 มากเกินไป และ 5) ด้านการศึกษา วิตกกังวลเป็นบางครั้ง รู้สึกเหนื่อย/เหนื่อยลำในการเตรียมความพร้อมหรือควบคุม ดูแลสมาชิกในครัวเรือนเรื่องการเรียน

คำสำคัญ: ผลกระทบของประชาชน, ความวิตกกังวล, การปรับตัว, โควิด-19

^า อาจารย์ประจำ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี E-mail: Kanokkul.phe@sru.ac.th

^บ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี (Corresponding Author)
E-mail: pongsak@sru.ac.th

Anxiety about people's impact and adaptation under the COVID-19 epidemic situation in the area of Ranong Province.

Kanokkul Phetuthai^a Pongsak Noparat^b

Abstract

This research article the objective of this study was to study the anxiety, impact, and adaptation to the COVID-19 epidemic among people in Ranong province. Both quantitative and qualitative model research were used, with the research instrument being a questionnaire/interview form. In addition to visiting the area for in-depth interviews with the sample groups who are important informants in Ranong province, the samples were chosen by drawing lots from three large, middle, and small districts, namely: large districts, Kapur District, Kraburi, medium-sized districts, and small districts. is Suk Samran District, totaling 400 households. The data was analyzed using a statistical value, which was expressed as a percentage. The results showed that: 1) the effects on the economy were that the samples had lower incomes; 2) the health aspects resulted in an increase in infection prevention and health care for the members of the household; 3) for society and environmental issues, joint activities of 4) Information technology makes access to the most news sources such as television and newspapers difficult. 5) Education means students have to study online at a higher level. The anxiety of people suggested that there were five aspects which were: 3) On economic issues, the majority of the anxiety is sometimes about being laid off/unemployed; on health

^a Lecturer, Faculty of humanities and Social Sciences, Rajabhat Suratthani University, E-mail: Kanokkul.phe@sru.ac.th

^b Assistant Professor, Faculty of Science and Technology, Rajabhat Suratthani University, (Corresponding Author)
E-mail: pongsak@sru.ac.th

issues, anxiety is the most common risk of COVID-19; on social and environmental issues, sometimes anxiety when having to go out to attend community events such as funerals, ordinations, and weddings; 4) on information technology, anxiety is most often about being overly informed of COVID-19; and 5) on education issues, sometimes anxiety feels hectic or tired in preparation or during the course.

Keywords: Effects on People, Anxiety, Adjustments, Covid-19

บทนำ

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ในช่วงกุมภาพันธ์-พฤษภาคม 2563 ที่ผ่านมา ส่งผลกระทบต่อประชาชนคนไทยในทุกด้าน ได้แก่ ด้านสังคม และสิ่งแวดล้อม ด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขอนามัย ด้านการศึกษา ด้านสารสนเทศ นอกจากนี้ จากรายงานสถานการณ์โรคโควิด-19 ของกรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข พบว่า มีผู้ติดเชื้อสะสม จำนวน 3,844 คน หายแล้ว จำนวน 3,670 คน ยังคงรักษาอยู่ในโรงพยาบาล จำนวน 114 คน และเสียชีวิต จำนวน 60 คน (Department of Disease Control, 2020) และการระบาดของโรคโควิด-19 ยังคงต่อเนื่องและได้สร้างความเสียหายอย่างเป็นวงกว้างทั้งต่อชีวิตความเป็นอยู่ของผู้คน อีกทั้งยังส่งผลกระทบต่อความมั่นคงด้านสุขภาพ ระดับโลก (Global Health Security) เนื่องจากพบการระบาดของโรคเพิ่มขึ้นและยังไม่สามารถควบคุมการระบาดของโรคได้ในหลายประเทศทั่วทุกภูมิภาคของโลก ประเทศไทยได้มียอดผู้ติดเชื้อเพิ่มขึ้นเป็นจำนวน 693,305 คน และเสียชีวิตจำนวน 5,663 คน (Department of Disease Control, 2021) จังหวัดระนองเป็นพื้นที่บริการวิชาการของมหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี ดังนั้นมหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานีจึงเข้าร่วมเป็นเครือข่ายของมหาวิทยาลัยราชภัฏทั่วประเทศ ในการทำวิจัยสำรวจการปรับตัวของชุมชนวิถีใหม่ซึ่งได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ประจำปี พ.ศ.2564 มุ่งศึกษาสถานการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของประชาชนในพื้นที่ ได้แก่ สถานการณ์ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านสุขอนามัยชุมชน ด้านสิ่งแวดล้อม และหรือด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ที่ส่งผลกระทบต่อการป้องกันและการปรับตัวต่อการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ของประชาชนทั่วประเทศ รวมทั้งการปฏิบัติตามมาตรการที่ประกาศตาม พ.ร.ก. ฉุกเฉินของประชาชนในแต่ละพื้นที่ การสร้างความตระหนักรู้ และความมั่นใจต่อมาตรการต่าง ๆ เพื่อความเชื่อมั่นต่อเศรษฐกิจในชุมชน และโดยเฉพาะกระบวนการพัฒนานักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏร่วมกับเครือข่ายชุมชนในการให้ความรู้ และเฝ้าระวังการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลกระทบด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตในชุมชนพบว่าคนในชุมชนเกิดความเครียดกับผลกระทบจากโรคระบาดอย่างต่อเนื่อง กลัวว่าจะเกิดการระบาดซ้ำเดิมอีก อีกทั้งพื้นที่จังหวัดระนองติดกับตะเข็บชายแดนประเทศพม่า มีแรงงานต่างด้าวมาทำงานในพื้นที่ระนองอยู่เป็นจำนวนมาก ช่วงที่พบผู้ติดเชื้อในจังหวัดระนองล่าสุดนี้ทำให้ชาวบ้านเกิดความกลัวจนไม่ออกไปทำกิจกรรมนอกบ้าน เช่น หลังจากการทำงานเข้าสวนในช่วงเช้าเสร็จ ชาวบ้านโดยเฉพาะผู้ชายมักจะชอบนั่งจับกลุ่มพูดคุยสัพเพเหระกันแต่เดี๋ยวนี้อาจจะไม่ค่อยแยกตามบ้านใครบ้านมัน เพราะต่างคนต่างต้องป้องกันตัวเอง กลัวการนำเชื้อโรคไปติดผู้อื่น และในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่าย มีความหวั่นกลัวมากเพราะส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ เป็นต้น ชาวบ้านมีการป้องกันตัวเองมากขึ้น มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพ คือ สวมใส่หน้ากากอนามัย

ตลอดเวลาที่ออกจากบ้านไปในที่สาธารณะและพกเจลแอลกอฮอล์ลดขนาดเล็กน้อย อีกทั้งไม่พูดคุยกับคนในชุมชนที่ไม่ใส่หน้ากากอนามัย การใช้บริการสุขภาพของชาวบ้านในชุมชนจะมี อสม. จะเป็นตัวกลางประสานกับทางโรงพยาบาลไปรับยามาให้แต่ละครัวเรือนที่ไม่สามารถเดินทางไปได้ เช่น ผู้ป่วยติดเตียง อสม.เป็นคนอำนวยความสะดวกในการรับบริการสาธารณสุขในแต่ละพื้นที่ที่รับผิดชอบ ส่วนสถานบริการทางสาธารณสุขอื่น ๆ นั้นต่าง ๆ มีข้อกำหนดที่เป็นไปตามมาตรการของสถานบริการสุขภาพในเรื่องของการเฝ้าระวังโรคระบาดโควิด-19 นี้ เช่น รพ.สต.ม่วงกลวง และ รพ.สต.นาคา จะไม่ให้บริการกับผู้ที่ไม่ใส่หน้ากากอนามัย และไม่มีการตั้งกล่องหน้ากากอนามัยสำหรับให้ฟรี เพราะสร้างนิสัยการป้องกันให้เคยชินแก่คนในชุมชน คนที่ลืมจะต้องกลับบ้านไปเอาผ้าปิดจมูกที่เป็นของตนเองมา ในขณะเดียวกันนั้น Laguna et al. (2020) ทำการวิจัย เรื่อง “The impact of COVID-19 lockdown on food priorities: Results from a preliminary study using social media and an online survey with Spanish consumers” อธิบายถึงผลกระทบต่อวิถีสุขภาพจากโรคโควิด-19 โดยศึกษาจากความคิดเห็นและพฤติกรรม ของผู้คนที่ซื้ออาหาร ซึ่งมีการศึกษาวิวัฒนาการของการค้นหาข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตของผู้คนในลักษณะของการ ดูวิดีโอบน YouTube ที่มีคนดูมากที่สุด และข้อความที่ทวีตเกี่ยวกับโควิด-19 และการค้นหาเรื่องราวเกี่ยวกับ อาหาร การทำแบบสอบถามออนไลน์ ประชาชนชาวสเปน 362 ราย เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การจับจ่ายอาหารในช่วงที่มีมาตรการการปิดพื้นที่ ผู้คนให้ความสนใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงและการค้นหาข้อมูล ในการปรับตัวเพื่อให้เข้ากับสถานการณ์ ยังต้องปฏิบัติตามมาตรการป้องกันอย่างเคร่งครัดโดยคนจะอยู่แต่บ้าน ไม่ออกไปข้างนอกและจะหา กิจกรรมทำกันภายในครอบครัวของตนเองเช่น ทำอาหารกินกันเอง ซึ่งงานวิจัย World Health Organization (2020) ระบุว่า การทำอาหารเป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้ป้องกัน ตัวเองตามกฎการแยกตัวเองออกจากสังคม

วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อศึกษาผลกระทบและความวิตกกังวลของประชาชนภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ในพื้นที่จังหวัดระนอง
- 2) เพื่อศึกษาการปรับตัวของประชาชนภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ในพื้นที่จังหวัดระนอง

ทบทวนวรรณกรรม

ทฤษฎีการปรับตัวของรอย (Roy & Andrew, 1999) มาประยุกต์ใช้เพื่ออธิบายถึง พฤติกรรมการปรับตัวของบุคคลเมื่อปรับตัวเมื่อเผชิญการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ซึ่งจำแนกเป็น 4

ด้าน ดังนี้ (1) การปรับตัวด้านร่างกาย (Physiological mode) เป็นการรักษาสสมดุลทางร่างกาย เพื่อความอยู่รอดในการดำรงชีวิต เช่น ปรับตัวด้านพฤติกรรมสุขภาพ การทำกิจกรรมประจำวัน และการพักผ่อน เป็นต้น ผู้ที่ปรับตัวได้จะสามารถทำกิจวัตรส่วนตัวต่าง ๆ ได้ดี ไม่มีปัญหาสุขภาพร่างกาย นอกจากนั้น ยังรวมถึงการปรับตัวด้านสุขภาพจิตที่อาจส่งผลกระทบต่อสุขภาพกาย เช่น การไม่มีความวิตกกังวล หรือความเครียดเมื่อต้องเผชิญกับโรคโควิด-19 เป็นต้น (2) การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ (Self- concept mode) หมายถึง การปรับตัวทางด้านจิตใจที่เป็นความเชื่อและความรู้สึกที่มีต่อตนเอง โดยจำแนกเป็นอัตมโนทัศน์ด้านร่างกาย (Physical self) และอัตมโนทัศน์ส่วนบุคคล (Personal self) ในช่วงโควิดหลายที่มีคำสั่งให้บุคลากร Work Form Home ทำงานอยู่ที่บ้านพักของแต่ละคน บุคคลที่ปรับตัวได้จะเห็นคุณค่าแห่งตนโดยยังมีความมั่นใจในการทำงาน มีกำลังใจในการทำงานอยู่เสมอ รู้สึกภูมิใจกับงานที่ทำสำเร็จ รวมถึงการใส่ใจในรูปร่างและภาพลักษณ์ตนเองแม้ว่าทำงานที่บ้านในช่วงการเฝ้าระวังและป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ก็ตาม (3) การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ (Role function mode) หมายถึง การปรับตัวตามบทบาทหน้าที่ให้เป็นไปตามความคาดหวังของสังคม บุคคลที่ปรับตัวได้จะแสดงพฤติกรรมตามความคาดหวังของตนเองและบุคคลอื่น โดยบุคคลจะยังคงทำหน้าที่และรับผิดชอบงานตามตำแหน่งในองค์กร พร้อม ๆ กับสามารถทำหน้าที่ในครอบครัวได้อย่างไม่บกพร่อง นอกจากนั้น เพื่อให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ บุคคลจะแสวงหาความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน รวมถึงพัฒนาทักษะในการใช้เทคโนโลยีที่จำเป็นในการทำงานที่บ้าน ซึ่งจะส่งผลให้สามารถแก้ไขปัญหาในการทำงานได้ แม้ว่าทำงานที่บ้าน (4) การปรับตัวด้านการพึ่งพาระหว่างกัน (Interdependent mode) หมายถึง การปรับตัวด้านการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลหรือกลุ่มคน ทั้งด้านการพึ่งพาตนเองและพึ่งพาบุคคลอื่น บุคคลที่ปรับตัวได้จะสามารถรักษาความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้แม้ทำงานที่บ้านในช่วงการป้องกันและเฝ้าระวังการแพร่ระบาดของโควิด-19 เช่น ได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการทำงานที่บ้านกับเพื่อนร่วมงานในช่วงโควิดและได้ติดต่อสื่อสารกับองค์กรอย่างต่อเนื่อง เป็นต้น และ Lazarus (1969) ได้ให้ความหมายว่าการปรับตัวเป็นพฤติกรรมของมนุษย์ที่แสดงถึงมุมมองและความเข้าใจ ซึ่งพฤติกรรมนั้นมีความเกี่ยวข้องกับความต้องการขั้นพื้นฐานจากสิ่งแวดล้อมที่มีความแตกต่างกัน ในแต่ละบุคคลความต้องการเหล่านี้อาจเป็นได้ทั้งทางสภาพร่างกาย สภาพจิตใจ และสภาพแวดล้อม ซึ่งในสถานการณ์ปัจจุบันการเผชิญกับสถานการณ์โรคระบาดโควิด-19 ทำให้มนุษย์ต้องปรับพฤติกรรมการสวมใส่หน้ากากอนามัยร้อยละ 100 มีการล้าง

มือด้วยเจลแอลกอฮอล์ที่พกติดตัวเวลาออกจากบ้านนั้นแสดงถึงมุมมองและความเข้าใจในการป้องกันโรคระบาดโควิด-19 ไม่ให้แพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่นได้

จากความหมายที่กล่าวมาทั้งหมดผู้วิจัยขอสรุปความหมายของการปรับตัว คือ พฤติกรรมของมนุษย์ที่ปรับตัวให้เข้ากับสภาพปัญหาที่กำลังเผชิญไม่ว่าจะเป็นเรื่องใดเรื่องหนึ่งที่เข้ามากระทบส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมนุษย์จึงต้องปรับตัว เพื่อให้ดำรงอยู่ได้ในสังคมอย่างปลอดภัยและมีความสุขในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19

แนวคิดเรื่องความปกติใหม่ในวิถีชีวิต

ความปกติใหม่ (New Normal) หมายถึง สถานการณ์หรือปรากฏการณ์ที่แต่เดิมเป็นสิ่งที่ไม่ปกติ ผู้คนไม่คุ้นเคย ไม่ใช่มาตรฐานหรือบรรทัดฐาน (Norm) แต่ต่อมาได้มีเหตุหรือเกิดวิกฤตบางอย่างทำให้มีการเปลี่ยนแปลง สถานการณ์หรือปรากฏการณ์นั้นกลายเป็นความปกติใหม่ หรือฐานวิถีชีวิตใหม่ (Royal Academy, 2020) ว่าเป็นการดำเนินชีวิตแบบใหม่ในสังคมเก่าบนพื้นฐานของการปรับตัวภายใต้สภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง ประกอบด้วย 1) การดำเนินชีวิตแบบใหม่ วิถีใหม่ ต้องใส่หน้ากากอนามัย ต้องเว้นระยะห่างทางสังคม ต้องหมั่นล้างมือ ต้องใช้แอปพลิเคชัน ต้องสแกนคิวอาร์โค้ด จนเกิดมีปัจจัยที่จำเป็นสำหรับการดำเนินชีวิตมากขึ้นนอกจากปัจจัยสี่ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมโดยภาพรวม 2) ในสังคมเก่า มีลักษณะการอยู่ร่วมกันบนโลกใบเดิม ภายใต้โครงสร้างทางสังคมเดิมในระดับครอบครัว ชุมชน องค์กร เมือง ประเทศ และโลก ในรูปแบบของการติดต่อสื่อสารกันแบบไร้พรมแดน ทั้งที่เป็นทางการและไม่เป็นทางการ และรูปแบบของการพาณิชย์อิเล็กทรอนิกส์ (E-commerce) 3) มีการปรับตัว พัฒนารูปแบบและระบบกลไกการจัดการสังคมยุคความปกติใหม่ (New Normal) ภายใต้สภาพแวดล้อมที่มีความกดดันและเปลี่ยนแปลงด้วยกระบวนการสร้างเครือข่ายการมีส่วนร่วมทางสังคม ให้สังคมสามารถสร้างกระบวนการการเรียนรู้และการจัดการตนเองบนพื้นฐานต้นทุนของสังคม

แนวคิดเรื่องความปกติใหม่กับสุขภาพ

Department of Mental Health (2020) ได้กล่าวถึงโรคโควิด-19 กับวิถีชีวิตปกติใหม่ ก่อนสถานการณ์โรคโควิด-19 ในด้านการพัฒนาประเทศ และเศรษฐกิจ กล่าวได้ว่า ประเทศไทยได้เผชิญวิกฤติมาหลายครั้ง แต่วิกฤติโรคโควิด-19 ครั้งนี้ ถือได้ว่าเป็นปรากฏการณ์ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมหาศาล เพราะเป็นการระบาดใหญ่ทั่วโลก ส่งผลให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

อย่างรุนแรงในระยะสั้น และหลายพฤติกรรมจะอยู่ถาวรกลายเป็นชีวิตปกติใหม่ซึ่งเป็นสิ่งที่หลายองค์กร กำลังศึกษาอยู่ เนื่องจากโรคโควิด-19 เป็นโรคอุบัติใหม่ที่เรายังไม่รู้จักมาก่อน ส่งผลต่อวิถีชีวิต การทำงาน การดำเนิน ชีวิตประจำวัน การเกิดขึ้น และการดำเนินโรคโควิด-19 ครั้งนี้ เป็นสถานการณ์ที่หลายคนคาดว่าจะยาวนานพอสมควร จนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างถาวรในหลายพฤติกรรมของผู้คน ความไม่แน่นอน และการคาดเดาสถานการณ์ไม่ได้ ประกอบกับการได้รับข้อมูลข่าวสารถึงผลกระทบต่าง ๆ อาจก่อให้เกิดความเครียด ความกลัวในจิตใจของคนไทยได้ทุกเพศทุกวัย

แนวคิดเรื่องปกติใหม่กับเศรษฐกิจ

การใช้ชีวิตในแบบ New Normal ของต่างประเทศ เมื่อวันที่ 25 พฤษภาคม 2563 หลังจากหลายประเทศทั่วโลก เริ่มผ่อนคลาย "ล็อกดาวน์" หรือ ผ่อนปรนมาตรการควบคุมการระบาดของโรคโควิด-19 ดูเหมือนว่าการ ปลดล็อกจะช่วยประชาชนในทั่วโลกใช้ชีวิตง่ายขึ้น แต่ต้องมีระยะห่างทางสังคม ประชาชนกำลังเริ่มปรับตัวใช้ชีวิตในแบบ New Normal เช่น ประเทศฝรั่งเศส : มาตรการเตือนเพิ่มเติมเกี่ยวกับร้านเสริมสวยที่ร้านทำผมฝรั่งเศสอีกหนึ่งแห่งหนึ่งในปารีส รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการคลัง และเศรษฐกิจ บรูโน เลอมาเร (2020) ลงเข้าสำรวจพื้นที่เมื่อวันที่ 5 พฤษภาคม 2563 ในขณะเดียวกัน ประเทศไทยเรายังประสบปัญหาเศรษฐกิจตกต่ำในขณะที่เกิดโรคโควิด-19 ระบาดเป็นระลอก ยังผลให้ต้องมีการประกาศจากกรมควบคุมโรคแต่ละจังหวัดในการจัดระเบียบ ห้างสรรพสินค้า สถานประกอบการ ร้านค้า รวมไปถึงตลาดในชุมชนท้องถิ่นในการซื้อขาย สินค้าและบริการ ให้ปฏิบัติตามมาตรการการเฝ้าระวังโรคโควิด-19 หากฝ่าฝืนจะได้รับการดำเนินคดีตามกฎหมายต่อไป

แนวคิดเรื่องปกติใหม่กับนันทนาการ

ความปกติใหม่กับนันทนาการที่ปรากฏในงานวิจัยของ Gigolo (2020) เรื่อง “การตัดสินใจที่เปลี่ยนไป จนเกิดเป็นพฤติกรรมใหม่ของผู้บริโภค (New Normal) หลังสิ้นสุดโควิด-19” Marketingoops (April) จาก สถานการณ์โรคโควิด-19 ที่ผ่านมามีทำให้เกิดมาตรการต่าง ๆ ออกมา ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในหลายด้าน จนนำไปสู่การเกิดเป็นพฤติกรรมใหม่ชั่วคราวและถาวรหรือ “ความปกติใหม่” เป็นผลมาจากการตัดสินใจใน 3 ด้านที่เปลี่ยนไป ทั้งในด้านความพึงพอใจ (Gratification) ด้านเทคโนโลยีตัวแทน (Agency) และด้านความมั่นคง (Stability) ได้แก่

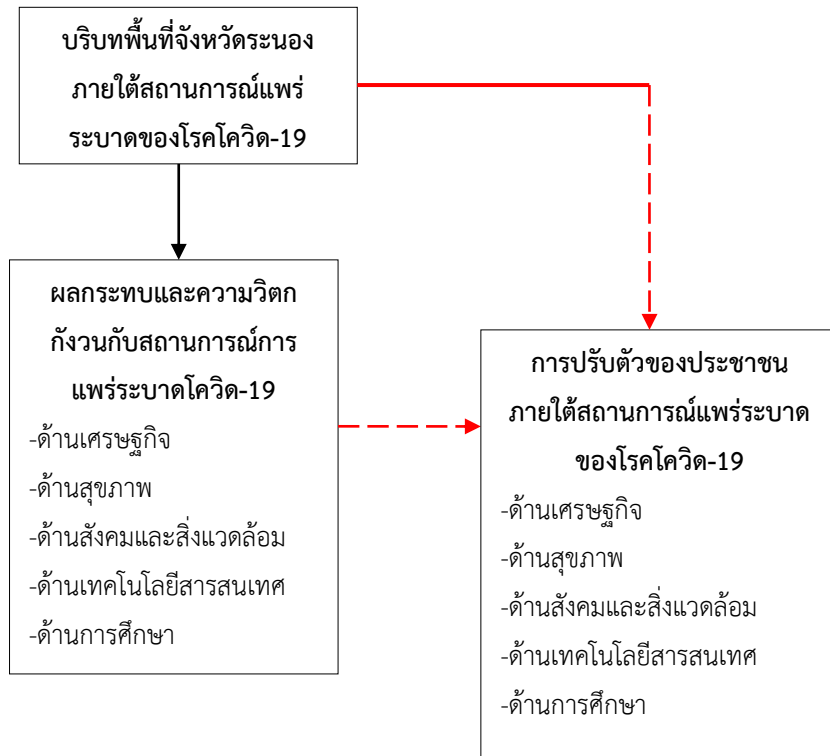
การกำหนดแทนที่อยู่นอกประเภท (Category) ในราคาที่ถูกลง (เป็นผลมาจากข้อจำกัดด้านการเงินช่วงที่ต้องกักตัวอยู่แต่ในบ้าน) ทำให้คนยังมีความกังวลว่าโรคโควิด-19 จะกลับมาซ้ำอีก ส่งผลให้การใช้จ่ายมีการพะวงหน้าพะวงหลัง ใช้จ่ายแบบประหยัดการตัดสินใจเลือกซื้อสินค้าที่ขนาด และปริมาณ (Sizing) โดยเฉพาะในกลุ่มสินค้าฟุ่มเฟือย ยกตัวอย่างเช่น การเปลี่ยนจากชื่อน้ำหอมในราคาแพง มาเป็นชื่อสบู่ที่ผลิตจากบริษัทน้ำหอมในราคาที่ถูกลง และในช่วงเวลาที่ต้องกักตัวอยู่ในบ้านยังส่งผลให้สิทธิ และเสรีภาพบางส่วนหายไป เพื่อให้สถานการณ์โรคโควิด-19 คลี่คลายลง (Peeraphat Jaikawma, 2020)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความปรกติใหม่กับวิถีชีวิตที่ปรากฏในงานการวิจัยเรื่อง “Information management research and practice in the post-covid-19 world.” ของ Barnes, Stuart J. (2020) ได้ทำการศึกษาเพื่อแสดงให้เห็นว่า การระบาดของโรคโควิด-19 ได้เปลี่ยนแปลงชีวิตมนุษย์และสังคมโลกอย่างสิ้นเชิงในหลายๆ ด้าน ทั้งในปัจจุบันและใน อีกหลายปีข้างหน้า สิ่งสำคัญของการเปลี่ยนแปลงนี้ คือ การเพิ่มความเป็นดิจิทัล ที่มีแนวโน้มการดำเนินเกิดขึ้น การอย่างรวดเร็วกว่าที่คาดการณ์ไว้เมื่อหลายปีก่อน รายงานฉบับนี้ยังได้กล่าวถึงความพยายามของมนุษย์กระตุ้นที่จะต้องทำการปรับตัวให้เข้ากับ “ความปรกติใหม่” ผ่านความจำเป็นในด้านต่างๆ ทั้งด้านการทำงาน การศึกษา การดูแลสุขภาพ ความบันเทิงและการพักผ่อน และการค้าออนไลน์ สภาพแวดล้อมใหม่ต่างๆ เหล่านี้จะช่วยสร้าง 74 โอกาสแบบที่ไม่เคยมีมาก่อน ในขณะเดียวกันนั้น Laguna et al. (2020) ทำการวิจัย เรื่อง “The impact of COVID-19 lockdown on food priorities: Results from a preliminary study using social media and an online survey with Spanish consumers” อธิบายถึงผลกระทบต่อวิกฤตสุขภาพจากโรคโควิด-19 โดยศึกษาจากความคิดเห็นและพฤติกรรม ของผู้คนที่มีความสนใจต่ออาหาร ซึ่งมีการศึกษาวิวัฒนาการของการค้นหาข้อมูลทางอินเทอร์เน็ตของผู้คนในลักษณะของการ ดูวิดีโอบน YouTube ที่มีคนดูมากที่สุด และข้อความที่ทวีตเกี่ยวกับโรคโควิด-19 และการค้นหาเรื่องราวเกี่ยวกับ อาหาร การทำแบบสอบถามออนไลน์ ประชาชนชาวสเปน 362 ราย เพื่อศึกษาการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การจับจ่ายอาหารในช่วงที่มีมาตรการการปิดพื้นที่ ผู้คนให้ความสนใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงและการค้นหาข้อมูลในการปรับตัวเพื่อให้เข้ากับสถานการณ์ยังต้องปฏิบัติตามมาตรการป้องกันอย่างเคร่งครัดโดยคนจะอยู่แต่บ้าน ไม่ออกไปข้างนอกและจะหลีกเลี่ยงการทำกันภายในครอบครัวของตนเองเช่น ทำอาหาร

กินกันเอง ซึ่งงานวิจัย World Health Organization (2020) ระบุว่า การทำอาหารเป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้ป้องกัน ตัวเองตามกฎหมายการแยกตัวเองออกจากสังคม การเลือกทำอาหารเองอยู่ที่บ้านโดยเลือกเมนูและเลียนวิธีการทำจาก Youtube วิถีชีวิตปรกติใหม่ที่เกิดขึ้นมีความสำคัญมากที่ทุกคนสามารถใช้เป็นมาตรการป้องกันและหลีกเลี่ยงการ แพร่ระบาดของโรคติดต่อได้เป็นอย่างดี การระบาดของโควิด 19 ทำให้เราได้เห็นคนไทยปรับตัวจาก **“การตื่นกลัว กลายเป็นการตื่นรู้”** ประชาชน ควรจะเกิดการเรียนรู้ครั้งใหญ่ ที่จะรับมือกับการระบาดของไวรัส เรียนรู้ในการดูแลตัวเอง การเว้นระยะห่างทาง สังคม หากสามารถกระทำต่อเนื่อง ก็จะสามารถสร้างความเข้มแข็งให้กับประชาชน การทำเครือข่ายอาสาสมัคร ยกระดับให้มีมาตรการในการดูแลกันเองในอนาคตข้างหน้า รวมถึงได้มีการออกมาตรการของตัวเองในการจัดการ กับโรคระบาดที่เกิดขึ้น ได้แก่ มาตรการของรัฐ การทำมาตรการของตัวเองในชุมชนเพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยง เช่น ผู้สูงอายุ กลุ่มเด็กเล็ก กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เป็นต้น พร้อมกับการมีมาตรการดูแลทางสังคม เช่น การตั้งโรงงาน การดูแลกันเรื่องความมั่นคงทางอาหาร เป็นต้นบทเรียนเหล่านี้สามารถยกระดับเป็นธรรมเนียมของชุมชน เพื่อรับมือ (Avathip Ware, 2020) และจากงานวิจัยของ (Bordin Chatavatee, 2020) นักวิทยาศาสตร์สุขภาพ คณะการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ที่แสดงให้เห็นว่า ความปรกติใหม่ หรือ New Normal เป็น 25 รูปแบบการดำเนินชีวิตอย่างใหม่ที่แตกต่างจากอดีต กำลังจะกลายเป็นวิวัฒนาการใหม่ของสังคมมนุษย์ และระบบ สังคมใหม่ของโลก ทั้งนี้จากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ 2019 (COVID-19) หรือ โรคโควิด-19 เกิดผลกระทบต่อ ระบบเศรษฐกิจและสุขภาพของประชากรทั่วโลก ทำให้ต้องมีการปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิต เพื่อสร้างความ ปลอดภัยและลดการแพร่กระจายของเชื้อโรค ซึ่งในช่วงที่ผ่านมาจะเห็นได้ว่า ทุกคนต้องมีการปรับตัวเป็นอย่างมาก ในการดูแลตนเองเปลี่ยนแปลงทางด้านพฤติกรรมและการใช้ชีวิตเพื่อให้อยู่รอดปลอดภัยและมีความสุขในสังคม

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย (Conceptual Framework)

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษานี้เป็นการวิจัยผสมโดยวิจัยเชิงปริมาณคือการเก็บข้อมูลจากแบบสอบถามใช้การสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายจากประชาชนในพื้นที่จังหวัดระนอง และใช้การวิจัยเชิงคุณภาพโดยสังเกตการณ์ลงพื้นที่เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์จากผู้ให้ข้อมูลตามหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

3.1 กลุ่มเป้าหมาย ในการสำรวจการปรับตัวของประชาชนในพื้นที่จังหวัดระนอง ได้แก่ ครีวเรือนที่กระจายอยู่ในจังหวัดระนอง จำนวน 400 ครีวเรือน และตัวแทนผู้รับผิดชอบ (Key informants) ในการประชาสัมพันธ์ หรือการผลิตสื่อเพื่อการป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคโควิด-19 ใน จังหวัดระนอง คณะกรรมการโรคติดต่อประจำจังหวัด สาธารณสุขจังหวัด อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อ.ส.ม.) สถานีวิทยุโทรทัศน์แห่งประเทศไทย สถานีวิทยุกระจายเสียงแห่งประเทศไทย สื่อมวลชน หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่ จำนวน 8 คน

3.2 การสำรวจการปรับตัวของประชาชนในพื้นที่จังหวัดระนอง มุ่งศึกษาสถานการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของประชาชนในพื้นที่ ได้แก่ สถานการณ์ด้านเศรษฐกิจ ด้านสังคม ด้านสุขอนามัยชุมชน ด้านสิ่งแวดล้อม และหรือด้านอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ที่ส่งผลกระทบต่อป้องกัน และการปรับตัวต่อการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ของประชาชนทั่วประเทศ

3.3 การสุ่มเลือกพื้นที่ศึกษา โดยอาศัยจากจำนวนประชากรจากมากไปหาน้อย ประกอบด้วยระดับอำเภอมี 3 ขนาด คือ ใหญ่ กลาง เล็ก และระดับตำบล กำหนดให้อำเภอละ 2 ตำบล โดยการแบ่งเป็น ตำบลที่มีเทศบาล และ ตำบลที่ไม่มีเทศบาลด้วยวิธีการจับฉลาก (ตารางที่ 1) เก็บข้อมูลครัวเรือน ตามสัดส่วนจำนวนครัวเรือนในแต่ละตำบล รวม 400 ครัวเรือน

ตารางที่ 1 พื้นที่ศึกษาและจำนวนกลุ่มตัวอย่างในพื้นที่จังหวัดระนอง

ชื่ออำเภอ	ชื่อตำบล	เขต	จำนวนครัวเรือนทั้งหมด	จำนวนครัวเรือนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
กะเปอร์	กะเปอร์	ในเขตเทศบาล	2,670	38
	ม่วงกลวง	นอกเขตเทศบาล	1,268	18
กระบุรี	จ.ป.ร	ในเขตเทศบาล	12,884	181
	ปากจั่น	นอกเขตเทศบาล	7,018	99
สุขสำราญ	กำพวน	ในเขตเทศบาล	2,323	33
	นาคา	นอกเขตเทศบาล	2,204	31
จำนวนครัวเรือนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง			28,367	400

3.4 แบบสอบถาม/แบบสัมภาษณ์ ได้รับการออกแบบและการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัยจากคณะกรรมการส่วนกลางฯ ทำงานได้นำแบบสัมภาษณ์และแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปขอรับคำแนะนำปรึกษาจากคณะผู้เชี่ยวชาญ รวมทั้งขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

3.5 การศึกษาครั้งนี้ใช้การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เนื้อหาและการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติเชิงพรรณนา โดยการหาค่าร้อยละ และนำเสนอข้อมูลในรูปแบบของตารางประกอบการบรรยายและการสรุปผลการดำเนินการวิจัย (Boonchom Sri Sa-saat, 2013)

ผลการวิจัยเชิงปริมาณ

ผลกระทบของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 สู่การปรับตัวของประชาชนในพื้นที่จังหวัดระนอง พบว่า

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของผลกระทบจากสถานการณ์โรคโควิด-19 และข้อมูลเปรียบเทียบด้านรายได้ ค่าใช้จ่าย ภาระหนี้สิน และการออมของครัวเรือนในการระบาดครั้งแรกและในปัจจุบัน

ผลกระทบด้านเศรษฐกิจ

สถานภาพทางเศรษฐกิจ	ผลกระทบระยะระบาดครั้งแรก (ก่อน 3 พฤษภาคม 2563)						ผลกระทบในปัจจุบันเมื่อเทียบกับระยะระบาดครั้งแรก					
	เพิ่มขึ้น		ลดลง		ไม่มีผลกระทบ		เพิ่มขึ้น		ลดลง		ไม่มีผลกระทบ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1.รายได้	97	24.31	260	65.16	41	10.28	37	9.27	327	81.95	15	3.76
2.การใช้จ่ายใช้สอยเพื่อการอุปโภคบริโภคสินค้าต่าง ๆ	137	34.34	209	52.38	49	12.28	71	17.79	284	71.18	22	5.51
3.ภาระหนี้สินในระบบ	174	43.61	119	29.82	101	25.31	144	36.09	169	42.36	64	16.04
4.ภาระหนี้สินนอกระบบ	91	22.81	128	32.08	171	42.86	72	18.05	162	40.60	138	34.59
5.เงินออม	107	26.82	228	57.14	56	14.04	35	8.77	295	73.93	42	10.53

จากตารางที่ 2 แสดงผลกระทบจากสถานการณ์โรคโควิด-19 และข้อมูลเปรียบเทียบด้านรายได้ ค่าใช้จ่าย ภาระหนี้สิน และการออมของครัวเรือนในการระบาดครั้งแรกและในปัจจุบัน พบว่า ระยะการระบาดครั้งแรกกลุ่มตัวอย่างได้รับผลกระทบมากที่สุดในด้านรายได้ที่ลดลง และเงินออมลดลง คิดเป็นร้อยละ 65.16 และ 57.14 ตามลำดับ เช่นเดียวกับผลสำรวจครั้งปัจจุบันที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างได้รับผลกระทบมากที่สุดในด้าน รายได้และเงินออมที่ลดลง คิดเป็น ร้อยละ 81.95 และ 73.93 ตามลำดับ แม้ว่าผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการระบาดครั้งแรกและครั้งปัจจุบันจะสอดคล้องกันในด้านรายได้และเงินออม แต่เมื่อพิจารณาจากสัดส่วนของร้อยละ จะเห็นว่าเป็นจำนวนร้อยละที่เพิ่มขึ้น แสดงให้เห็นว่า หากจะมีการระบาดเพิ่มขึ้นยังจะส่งผลกระทบต่อความรุนแรงของทั้งสองด้านเพิ่มขึ้นได้

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของการป้องกันการติดเชื้อและดูแลสุขภาพและความวิตกกังวล/ความเครียดของสมาชิกในครัวเรือนเมื่อเปรียบเทียบกับภาวะปกติ

ผลกระทบทางสุขภาพ	เพิ่มขึ้น		ลดลง		ไม่มีผลกระทบ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ทำให้สมาชิกในครัวเรือนของท่านมีการป้องกันการติดเชื้อและดูแลสุขภาพ	337	84.46	27	6.77	35	8.77
2. การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ก่อให้เกิดผลกระทบทำให้สมาชิกในครัวเรือนของท่านมีความเครียด/วิตกกังวล	325	81.45	35	8.77	39	9.77

จากตารางที่ 3 แสดงผลกระทบจากสถานการณ์โรคโควิด-19 ในการป้องกันการติดเชื้อและดูแลสุขภาพและความวิตกกังวล/ความเครียดของสมาชิกในครัวเรือน พบว่า การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลให้มีการป้องกันการติดเชื้อและดูแลสุขภาพ และทำให้เกิดความเครียด/วิตกกังวลเพิ่มขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับภาวะปกติ คิดเป็นร้อยละ 84.46 และ 81.45 ตามลำดับ

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของสมาชิกในครัวเรือนที่ได้รับผลกระทบทางสังคมและสิ่งแวดล้อม

ผลกระทบทางสังคมและ สิ่งแวดล้อม	บ่อยครั้ง		บางครั้ง		ไม่มีผลกระทบ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. การทะเลาะเบาะแว้งในครอบครัว	3	0.75	97	24.31	299	74.94
2. ความรุนแรงในครอบครัว	2	0.50	75	18.80	322	80.70
3. การถูกล้อเลียน/ทำให้อับอาย/ ถูกรังเกียจจากผู้อื่น	8	2.01	62	15.54	328	82.21
4. วิตกกังวลในความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน	39	9.77	170	42.61	190	47.62
5. วิตกกังวลในการไปเกี่ยวข้องกับบุคคลรอบข้าง	59	14.79	152	38.10	188	47.12
6. การทำกิจกรรมร่วมกันของสมาชิกในครัวเรือน	29	7.27	186	46.62	184	46.12
7. การเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชน เช่น งานบุญประเพณี	13	3.51	155	38.85	230	57.64
8. การพบปะกับเพื่อนบ้าน/คนในชุมชน (ทั่วไป)	16	4.01	169	42.36	214	53.63
9. การทำกิจกรรมสังสรรค์	21	5.26	135	33.83	243	60.90
10. อื่น ๆ	3	0.75	5	1.25	2	0.50

จากตารางที่ 4 แสดงผลกระทบจากสถานการณ์โรคโควิด-19 ประเด็นสมาชิกในครัวเรือนที่ได้รับผลกระทบทางสังคมและสิ่งแวดล้อม พบว่า ส่วนใหญ่ไม่ได้รับผลกระทบทางสังคมและสิ่งแวดล้อม ส่วนกลุ่มที่ได้รับผลกระทบทางสังคมและสิ่งแวดล้อมในบางครั้งมากที่สุดจากการทำกิจกรรมร่วมกันของสมาชิกในครัวเรือน รองลงมาคือ วิตกกังวลในความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน คิดเป็นร้อยละ 46.62 และ 42.61 ตามลำดับ ทั้งนี้ ประเด็นที่กลุ่มตัวอย่างได้รับผลกระทบทางสังคมและสิ่งแวดล้อมบ่อยครั้งมากที่สุดคือ วิตกกังวลในการไปเกี่ยวข้องกับบุคคลรอบข้าง คิดเป็น ร้อยละ 14.79

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของผลกระทบจากการใช้เทคโนโลยีของสมาชิกในครัวเรือนเมื่อเทียบกับสถานะปกติ

ผลกระทบจากการใช้เทคโนโลยี	มากขึ้น		เท่าเดิม		น้อยลง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. เกิดการเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีใหม่ ๆ	299	74.94	90	22.56	9	2.26
2. ปัญหาสุขภาพกายจากการใช้อุปกรณ์สื่อสาร (เช่น ปวดตา นิ้วล็อก ฯลฯ)	207	51.88	175	43.86	17	4.26
3. เสี่ยงต่อการรับข้อมูลข่าวสารเท็จจากสื่อเทคโนโลยีต่าง ๆ	263	65.91	124	31.08	11	2.76
4. ปัญหาสุขภาพจิตจากการวิตกกังวลเมื่อรับข้อมูลข่าวสารจากสื่อเทคโนโลยีต่าง ๆ	269	67.42	113	28.32	13	3.26
5. อื่น ๆ	0	0.00	5	1.25	1	0.25

จากตารางที่ 5 แสดงผลกระทบจากสถานการณ์โรคโควิด-19 ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ ประเด็นผลกระทบจากการใช้เทคโนโลยีของสมาชิกในครัวเรือนเมื่อเทียบกับสถานะปกติ พบว่า กลุ่มตัวอย่างได้รับผลกระทบจากการใช้เทคโนโลยีเท่าเดิม โดยส่วนใหญ่จะเป็นผลกระทบจากปัญหาสุขภาพจากการใช้อุปกรณ์สื่อสาร (เช่น ปวดตา นิ้วล็อก ฯลฯ) คิดเป็นร้อยละ 43.86 ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่ได้รับผลกระทบจากการใช้เทคโนโลยีที่เพิ่มมากขึ้นส่วนใหญ่จะเกิดผลกระทบจากการเรียนรู้เทคโนโลยีใหม่ ๆ ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะใช้ช่วงเวลาดังกล่าว รัฐบาลมีนโยบายส่งเสริมและประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนดาวน์โหลดแอปพลิเคชันต่าง ๆ มาใช้ เช่น หมอชนะ เป็นต้น รวมถึง นโยบายกระตุ้นเศรษฐกิจในช่วงเวลาดังกล่าว ประชาชนจึงจำเป็นต้องมีการศึกษาการใช้เทคโนโลยีต่าง ๆ เพิ่มมากขึ้น

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของผลกระทบด้านการศึกษาเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ของสมาชิกในครัวเรือนเมื่อเทียบกับสภาวะปกติ

ผลกระทบด้านการศึกษา	มากขึ้น		ไม่มีผลกระทบ		น้อยลง	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. นักเรียน/นักศึกษาต้องเรียนออนไลน์	295	73.93	75	18.80	6	1.50
2. ผู้ปกครองต้องหยุดงานเพื่อดูแลบุตรหลานที่หยุดเรียน	247	61.90	118	29.57	11	2.76
3. ผู้ปกครองต้องซื้ออุปกรณ์ด้านเทคโนโลยีเพิ่ม	283	70.93	90	22.56	3	0.75
4. ผู้ปกครองมีค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการศึกษาเพิ่ม เช่น ค่าอินเทอร์เน็ตรายเดือน	284	71.18	90	22.56	2	0.50
5. เด็กมีพฤติกรรมติดสื่อ/เกม/มือถือ	261	65.41	110	27.57	5	1.25
6. เด็กเรียนไม่ทันเพื่อน	254	63.66	116	29.07	5	1.25
7. เด็กต้องเรียนชดเชย	263	65.91	104	26.07	8	2.01
8. อื่น ๆ	0	0.00	8	2.01	0	0.00

จากตารางที่ 6 แสดงผลกระทบจากสถานการณ์โรคโควิด-19 ด้านการศึกษา พบว่า กลุ่มอย่าง ได้รับผลกระทบด้าน นักเรียน/นักศึกษาต้องเรียนออนไลน์ และผู้ปกครองมีค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการศึกษาเพิ่ม เช่น ค่าอินเทอร์เน็ตรายเดือน มากขึ้น คิดเป็นร้อยละ 73.93 และ 71.18 ตามลำดับ และส่วนใหญ่มิได้รับผลกระทบคือผู้ปกครองต้องหยุดงานเพื่อดูแลบุตรหลานที่หยุดเรียน และเด็กเรียนไม่ทันเพื่อน คิดเป็นร้อยละ 29.57 และ 29.07 ตามลำดับ 4.2 ประชาชนเกิดความวิตกกังวลจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ในพื้นที่จังหวัดระนอง ดังนี้

1) ด้านเศรษฐกิจ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ยังคงวิตกกังวลเป็นบางครั้ง (3-4 วัน/สัปดาห์) เกี่ยวข้องจะถูกเลิกจ้าง/ไม่มีงานทำมากที่สุด รองลงมาคือวิตกกังวลว่าจะไม่มีรายได้/รายได้ลดลง และอาจมีหนี้สินเพิ่มขึ้น คิดเป็นร้อยละ 39.75 และ 39.25 ตามลำดับ ส่วนความวิตกกังวลที่ไม่มีเลยคือวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนวิธีการทำงาน เช่น ทำงานที่บ้าน ทำงานเป็นกะ/เป็นช่วงเวลา

2) ด้านสุขภาพ พบว่า กลุ่มตัวอย่างวิตกกังวลเป็นบ่อยครั้ง (5-6 วัน/สัปดาห์) ว่าจะมีโอกาสติดโรคโควิด-19 มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 47.75 และเทียบไม่มีความวิตกกังวลเลยเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อป้องกันการติดโรคโควิด-19 เช่น กักตุนอาหาร หรือหน้ากาก โดยคิดเป็นร้อยละ 6.50

3) ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม พบว่า กลุ่มตัวอย่างวิตกกังวลเป็นบางครั้ง (3-4 วัน/สัปดาห์) ว่าจะต้องออกไปร่วมทำกิจกรรมในชุมชน เช่น งานศพ งานบวช งานแต่งงานมากที่สุดร้อยละ 49.75 รองลงมาคือ วิตกกังวลว่าจะไม่มีใครให้ความช่วยเหลือที่เกิดจากผลกระทบโรคโควิด-19 ร้อยละ 46.25 และไม่มีการวิตกกังวลว่าจะทำหน้าที่ของตนเองตามบทบาทในครัวเรือนได้ไม่เพียงพอ เช่น การดูแลคนในครอบครัว ร้อยละ 4.75

4) ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างวิตกกังวลเป็นบ่อยครั้ง (5-6 วัน/สัปดาห์) เกี่ยวกับการรับทราบข่าวสารเรื่องโรคโควิด-19 มากเกินไป คิดเป็นร้อยละ 43.50 และวิตกกังวลบ่อยครั้ง (5-6 วัน/สัปดาห์) เกี่ยวกับการต้องใช้ระบบออนไลน์ในชีวิตประจำวันมากขึ้น คิดเป็นร้อยละ 40.75 ส่วนความวิตกกังวลที่กลุ่มตัวอย่างไม่มีเลยคือการต้องเรียนรู้การใช้งานอุปกรณ์/เทคโนโลยีใหม่ ๆ คิดเป็นร้อยละ 3.50

5) ด้านการศึกษา พบว่า กลุ่มตัวอย่างวิตกกังวลเป็นบางครั้ง (3-4 วัน/สัปดาห์) รู้สึกท้อแท้/เหนื่อยล้าในการเตรียมความพร้อมหรือควบคุม ดูแลสมาชิกในครัวเรือนเรื่องการเรียนในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 คิดเป็นร้อยละ 40.25 รองลงมาคือวิตกกังวลว่าจะไม่สามารถรับภาระค่าใช้จ่ายด้านการศึกษาของสมาชิกในครัวเรือนได้ คิดเป็นร้อยละ 36.75 ส่วนความกังวลที่แทบไม่มี (1-2 วัน/สัปดาห์) คือความวิตกกังวลว่าหากโรคโควิด-19 ระบาดอีกจะทำให้สมาชิกในครัวเรือนต้องหยุดเรียน/การเรียนแย่ง คิดเป็นร้อยละ 10.25

ผลกระทบและความวิตกกังวลต่อสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ต่อประชาชนในพื้นที่จังหวัดระนองเชิงคุณภาพ

1) ผลกระทบด้านเศรษฐกิจ

1.1) คนในหมู่บ้านที่เป็นแรงงานไปทำงานต่างจังหวัดตาม โรงแรม สถานบริการ ห้างร้าน ที่ต้องอาศัยรายได้จากนักท่องเที่ยว เช่น จังหวัดภูเก็ต แรงงานพวกนี้ถูกยกเลิกจ้าง/พักงาน ถึงตอนนี้มีมาตรการผ่อนคลายเป็นจังหวัดระนองให้เดินทางเข้า-ออกพื้นที่ได้ พบว่าแรงงานเหล่านี้ว่างงานอยู่เพราะได้รับผลกระทบต่อเนื่องทำให้คนไม่มีรายได้ ไม่กล้าสั่งซื้อข้าวของบริการ ต่าง ๆ ในชุมชน เพราะแต่ละครัวเรือนต้องประหยัดมากกว่าเดิม ใช้จ่ายอะไรต้องพะวงหน้าพะวงหลัง จึงส่งผลกระทบแม่ค้าพ่อค้าในตลาดของชุมชนขายสินค้าไม่ได้ ทั้งนี้กลุ่มผู้ประกอบการอาชีพทำประมงพื้นบ้านแบบเรืออวนได้รับผลกระทบคือสัตว์ทะเลที่จับมาได้ขายไม่ได้เนื่องจากแต่ละครัวเรือนไม่มีกำลังซื้อเหมือนแต่ก่อน กระทั่งยังห่วงกลัวกับการ

แพร่ระบาดจากโรคโควิด-19 และกลุ่มเกษตรกรเนื่องจากคำสั่งปิดจังหวัดส่งผลกระทบต่อราคาสินค้าทางการเกษตรทำให้มีราคาตกต่ำต่อเนื่องมา

1.2) วัยผู้สูงอายุยังมีความสามารถที่จะทำงาน เช่น ปลูกผักสวนครัว เลี้ยงไก่ไข่ ทำเกษตรกรรม เล็ก ๆ ในครัวเรือนแต่ละครัวเรือนได้รับผลกระทบ คือ รายได้ลดลงจากเดิม เพราะคนในชุมชนยังรู้สึก หวั่นกลัวกับการระบาดของโรคโควิด-19 อยู่ต่อเนื่อง

1.3) กิจกรรมการท่องเที่ยวโดยชุมชน เช่น ตลาดนัดชุมชนใน ต.นาคา มี 2 วัน คือ วันจันทร์และ วันศุกร์ พ่อค้าแม่ค้าบอกได้ จากเมื่อก่อนขายได้เยอะ ตอนนี้น้ำรายได้ไม่น่าแน่นอน ลดลงจากเดิมมาก จะทำอะไรไม่กล้าลงทุนมากเพราะกังวลว่าจะ ขายไม่ได้ ขาดทุน เช่น แม่ค้าขนมหวาน กล่าวว่า “ของเหลือขาย ไม่หมด เพราะคนในชุมชนเขาไม่มีกำลังจ่าย...อีกทั้งยังกลัวโรคระบาดจะมาซ้ำอีก” ในส่วนของสถานประกอบการท่องเที่ยวในชุมชน กรณีตัวอย่าง ต.นาคา มีโฮมสเตย์บ้านแหลมนาว ถูกปิดถาวรเพราะไม่มี นักท่องเที่ยวเดินทางมา

2) ผลกระทบด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต

2.1) พบว่าคนในชุมชนเกิดความเครียดกับผลกระทบจากโรคระบาดมาอย่างต่อเนื่อง กลัวว่าจะเกิดการระบาดซ้ำเดิมอีก อีกทั้งพื้นที่จังหวัดระนองติดกับตะเข็บชายแดนประเทศพม่า มีแรงงานต่างด้าว มาทำงานในพื้นที่ระนองอยู่เป็นจำนวนมาก

2.2) ช่วงที่พบผู้ติดเชื้อในจังหวัดระนองล่าสุดนี้ทำให้ชาวบ้านเกิดความกลัวจนไม่ออกไปทำ กิจกรรมนอกบ้าน เช่น หลังจากการทำงานเข้าสวนในช่วงเช้าเสร็จ ชาวบ้านโดยเฉพาะผู้ชายมักจะชอบนั่ง จับกลุ่มพูดคุยสัพเพเหระกันแต่เดี๋ยวนี้ไม่มีจะแยกตามบ้านใครบ้านมัน เพราะต่างคนต่างต้องป้องกัน ตัวเอง กลัวการนำเชื้อโรคไปติดผู้อื่น และในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่าย มีความหวั่น กลัวมากเพราะส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ เป็นต้น

2.3) ชาวบ้านมีการป้องกันตัวเองมากขึ้น มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพ คือ สวมใส่ หน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่ออกจากบ้านไปในที่สาธารณะและพกเจลแอลกอฮอล์ลดขนาดเล็ก อีกทั้ง ไม่พูดคุยกับคนในชุมชนที่ไม่ใส่หน้ากากอนามัย

2.4) การใช้บริการสุขภาพของชาวบ้านในชุมชนจะมี อสม. จะเป็นตัวกลางประสานกับทาง โรงพยาบาลไปรับยามาให้แต่ละครัวเรือนที่ไม่สามารถเดินทางไปได้ เช่น ผู้ป่วยติดเตียง อสม.เป็นคน อำนวยความสะดวกในการรับบริการสาธารณสุขในแต่ละพื้นที่ที่รับผิดชอบ ส่วนสถานบริการทาง สาธารณสุขอื่น ๆ นั้นต่าง ๆ มีข้อกำหนดที่เป็นไปตามมาตรการของสถานบริการสุขภาพในเรื่องของการ ฝ่าระวังโรคระบาดโควิด-19 นี้ เช่น รพ.สต.ม่วงกลวง และ รพ.สต.นาคา จะไม่ให้บริการกับผู้ที่ไม่ใส่

หน้ากากอนามัย และไม่มีการตั้งกล่องหน้ากากอนามัยสำหรับให้ฟรี เพราะสร้างนิสัยการป้องกันให้เคยชินแก่คนในชุมชน คนที่ลืมจะต้องกลับบ้านไปเอาผ้าปิดจมูกที่เป็นของตนเองมา

2.5) ผู้สูงอายุต้องงดกิจกรรมรวมกลุ่มส่งเสริมสุขภาพ กรณี ต.นาคา มีโรงเรียนผู้สูงอายุประจำตำบลจะมีการจัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพไม่สามารถจัดกิจกรรมได้เพราะคนไม่เข้าร่วมกิจกรรมเป็นจำนวนมาก

3) ผลกระทบด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

การแพร่ระบาดของโควิด-19 ส่งผลต่อความสัมพันธ์และการทำกิจกรรมร่วมกันของคนในชุมชนดังนี้

3.1) ความสัมพันธ์ในครอบครัวมีทั้งลักษณะของความสัมพันธ์เชิงบวกเนื่องจากคนในครอบครัวต้องปฏิบัติตามมาตรการอยู่จึงทำให้แต่ละครอบครัวมีเวลาอยู่ด้วยกันมากขึ้น หากิจกรรมทำด้วยกัน อาทิ เช่น ทำอาหารทานด้วยกัน ปลูกผักสวนครัวด้วยกัน แต่ในทางกลับกันมีผลกระทบเชิงลบ คือ รายได้ในครัวเรือนลดลง แต่รายจ่ายกลับมีเพิ่มมากขึ้น จึงเป็นปัญหาทำให้เกิดการทะเลาะกัน

3.2) ความสัมพันธ์ในของคนในชุมชนก็ทั้งลักษณะความสัมพันธ์เชิงบวก ทุกคนให้ความร่วมมือปฏิบัติตามคำแนะนำจาก อสม. ทุกคน แต่ก็ยังมีบางคนที่มีความผิดใจต่อกัน ไม่เชื่อฟัง ไม่ปฏิบัติตาม จึงทำให้เกิดผลกระทบเชิงลบ คือ การพูดจาไม่เหมาะสมทำให้ทะเลาะกัน

3.3) การจัดกิจกรรมที่เป็นงานบุญประเพณี เช่น งานรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุในชุมชน ผู้ใหญ่บ้านจะเป็นคนจัดงานโดยคำนึงถึงการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อ ลักษณะจะเป็นการจัดแบบแยกผู้สูงอายุแต่ละหมู่บ้าน หรือ อาจจะให้ผู้สูงอายุตัวอย่างตามธรรมชาติของคนในชุมชนที่มีอายุมากที่สุดมานั่งเป็นพิธีในกิจกรรม

3.4) การจัดงาน/กิจกรรมในชุมชนต้องมีการปรับเปลี่ยนรูปชัดเจน เช่น หากมีพิธีศพ เจ้าบ้านจะต้องมาแจ้งกับผู้นำท้องถิ่นและประสานกับเจ้าหน้าที่ อสม.ให้ชัดเจน ลักษณะของงานศพในพื้นที่จังหวัดระนองเวลากลางวันจะไม่มีผู้มาร่วมงานแต่จะมาในช่วงกลางคืนส่วนใหญ่ ทุกคืนจะต้องมีเจ้าหน้าที่ อสม.จำนวน 5 คนจะต้องผลัดเวรกันปฏิบัติหน้าที่เฝ้าระวังโรคระบาดโควิด-19 ปฏิบัติตามมาตรการอย่างชัดเจน อีกทั้งเจ้างานจะต้องรับผิดชอบเรื่องการจัดการหน้ากากอนามัย เจลแอลกอฮอล์ อย่างสำหรับล้างมือ ตั้งไว้ที่จุดเข้างาน ในเรื่องการจัดงาน โต๊ะเก้าอี้จะจัดให้นั่งจำกัดจำนวนคน คือ ให้นั่งได้ไม่เกิน 3 คน เว้นระยะห่างของแต่ละโต๊ะตามมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 อย่างชัดเจน

4) ผลกระทบด้านการรับรู้ข้อมูลข่าวสารและการใช้เทคโนโลยี

4.1) การป้องกันการแพร่ระบาดของโรคหน่วยงานสาธารณสุขในพื้นที่เป็นหน่วยงานหลักในการดูแลและเฝ้าระวังการแพร่เชื้อ มีแผนผังประชาสัมพันธ์ชี้แจงเกี่ยวกับโรคระบาดโดยทุกหลังคาเรือนของแต่ละชุมชนจะมีเจ้าหน้าที่ อสม.เป็นหลักในการเคาะประตูบ้าน แจกหน้ากากอนามัย และ

เจลแอลกอฮอล์ อีกทั้งผู้ใหญ่บ้านจะต้องคอยดูแลลูกบ้านการพาคนแปลกหน้าเข้ามาในชุมชน จะต้องมีการแจ้งใน Line กลุ่มของหมู่บ้านให้รับทราบกันทั่วถึง รวมถึงข้อมูลข่าวสารจากสาธารณสุขจังหวัด ข้อความจะถูกส่งต่อกันเป็นทอด ๆ ผู้ใหญ่บ้านจะเป็นผู้รับผิดชอบในการแชร์ข่าวที่ได้รับมาผ่านทางสื่อช่องทางต่าง ๆ ในชุมชนท้องถิ่น นอกจากนี้ในพื้นที่ระนองเฝ้าระวังเป็นพิเศษในเรื่องของแรงงานต่างด้าว หากใครพบเจอการลักลอบ ให้ที่พักพิง แก่แรงงานที่เข้ามาไม่ถูกกฎหมายจะต้องแจ้งให้ผู้ใหญ่ทราบ และจะถูกดำเนินคดีตามกฎหมายต่อไป

4.2) การช่วยเหลือเยียวยาของรัฐผ่านระบบออนไลน์ต่างๆ เช่น คนละครึ่ง ไทยเที่ยวไทย ไทยชนะ เราชนะ เรารักกัน ฯลฯ ทำให้คนในชุมชนเกิดการเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีเพิ่มขึ้น ส่งผลกระทบเชิงลบในเรื่องของการหมดเงินไปกับการลงทุนซื้อโทรศัพท์ และเสียค่าอินเทอร์เน็ต จากเมื่อก่อนไม่เคยเสียเงินกับเรื่องเทคโนโลยีทำให้เกิดความกังวลในแต่ละครัวเรือน ทั้งนี้กลุ่มเจ้าหน้าที่ อสม. ที่ต้องรายงานข้อมูลระดับหมู่บ้านให้กับโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลผ่านแอปพลิเคชัน ในขณะที่ในชุมชนชาวบ้านก็เรียนรู้การใช้แอปพลิเคชันผ่านการช่วยเหลือแนะนำ/สอนจากลูกหลานของตนเอง

5) ผลกระทบการศึกษาของเด็กนักเรียน/นักศึกษา

5.1) ช่วงนี้สถานศึกษาเปิดเรียนตามปกติ เด็กนักเรียนจะต้องพกหน้ากากอนามัยติดตัว สำหรับเด็กเล็ก ผู้ปกครองจะต้องเตรียมหน้ากากอนามัยใส่ในกระเป๋า 2 – 3 ชิ้น เพื่อป้องกันการสูญหายในระหว่างอยู่โรงเรียน

5.2) ผู้ปกครองได้รับผลกระทบในเรื่องของค่าใช้จ่ายที่มีเพิ่มขึ้นจากการซื้อหน้ากากอนามัย และเจลแอลกอฮอล์ให้บุตร/หลานพกติดตัวไปโรงเรียน

การปรับตัวของประชาชนภายใต้สถานการณ์แพร่ระบาดของโควิด-19ในพื้นที่จังหวัดระนองเชิงคุณภาพ

ผลกระทบจากการระบาดของโรคโควิด-19 ทำให้ชุมชนต้องปรับตัวในทุกด้านเพื่อให้สามารถดำเนินชีวิตต่อไปได้

1) การปรับตัวด้านเศรษฐกิจ

1.1) ในชุมชนชาวบ้านที่ตกงาน ต่างเริ่มหันมาหารายได้จากกิจการของครัวเรือน บางรายก็เปิดร้านขายของเล็ก ๆ เช่น ขนม อาหาร ในชุมชน อีกทั้งผู้นำชุมชนยังมีคำแนะนำในการประกอบอาชีพเกษตรกรให้กับคนในชุมชน เช่น ต.นาका ผู้นำชุมชน หมู่ 6 ต.นาคา อ.สุขสำราญ จ.ระนอง ได้คิดจัดทำหมู่บ้านให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงนิเวศ ให้คนที่ยังว่างงานในหมู่บ้านมาช่วยกันทำงาน แบ่งกลุ่มช่วยกันตามความถนัดในงานของตนเอง อาทิเช่น วิทยุรันทกงานกลับมาอยู่บ้านก็ให้มาช่วยเรื่องการทำเพจ ส่งเสริมการท่องเที่ยวของชุมชนในเฟซบุ๊ก อีกทั้งยังมีการส่งเสริมอาชีพจากหน่วยงานภาครัฐ กรมพัฒนา

ชุมชน กองทุนพัฒนาส่งเสริมบทบาทสตรีเข้ามาสำรวจสถานะการทำงานของคนในชุมชน พร้อมทั้งมีการ
 นำนำในเรื่องของแนวทางประกอบอาชีพให้แก่ชาวบ้านทุกคนในชุมชน

1.2) ชาวบ้านหลีกเลี่ยงการพบปะสังสรรค์แบบรวมกลุ่ม ไม่ทานอาหารนอกบ้านส่วนใหญ่
 ชาวบ้านจะไปหาอาหารมาทำเองตามแต่ละครัวเรือนทำให้ไม่เกิดความพลุกพล่านของคนในชุมชน ชุมชน
 น่ายิ่งมากขึ้น

1.3) เจ้าของตลาด เช่น ตลาดของแต่ละชุมชน ปฏิบัติตามมาตรการอย่างเคร่งครัด มีมาตรการ
 ให้ผู้ค้าและผู้ซื้อทุกคนสวมใส่หน้ากากอนามัยอย่างเคร่งครัด ร่วมมือกับ รพ.สต. ฉีดพ่นน้ำยาฆ่าเชื้อใน
 ตลาด เพื่อสร้างความเชื่อมั่นในคนยังมาจับจ่ายซื้อของในตลาด

2) การปรับตัวด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต

2.1) ในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีโรคประจำตัวและต้องรับยาที่โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล
 อสม. จะเป็นผู้รวบรวมยาที่มีชื่อของผู้สูงอายุติดไว้ นำไปรับยาและนำกลับมาแจกจ่ายให้ที่บ้าน

2.2) อสม. นำประกาศเกี่ยวกับมาตรการไปให้กับร้านค้าทุกร้านค้าในชุมชน เช่น ในการระบา
 ครั้งแรก ร้านค้าต้องปรับตัวคือ ไม่ให้ลูกค้านั่งรับประทานอาหารที่ร้านและให้ซื้อกลับบ้านอย่างเดียว เมื่อรัฐ
 ประกาศมาตรการผ่อนคลาย อสม. ก็ต้องนำข้อมูลไปแจ้งแก่เจ้าของร้านค้า

2.3) อสม. ให้ความรู้แก่ชาวบ้าน โดยใช้วิธีการเคาะประตูบ้านและแนะนำการปฏิบัติตนเอง
 ให้กับครัวเรือนที่อยู่ความรับผิดชอบของตน

2.4) อบต. และเทศบาลตำบล มีไวนิลและป้ายประชาสัมพันธ์ในทุกหมู่บ้าน มีแผ่นพับให้
 คำแนะนำ มีการประชาสัมพันธ์ข้อมูลโดยใช้หอกระจายข่าวของหมู่บ้าน/ชุมชนและทางกลุ่มไลน์ตำบล

2.5) ชาวบ้านสวมใส่หน้ากากอนามัยเวลาออกไปนอกบ้าน (ถ้าไม่ใส่คนจะไม่คุยด้วย เพราะต่าง
 คนต่างกลัวโรค)

2.6) ชาวบ้านใส่ใจและมีความระมัดระวังเรื่องการซื้อของซื้ออาหาร สังเกตพฤติกรรมของผู้ขาย
 เช่น ผู้ขายไม่ใส่ถุงมือยาง เมื่อซื้อกลับมาถึงบ้านต้องล้างอาหารอีกครั้งก่อนกิน

3) การปรับตัวด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

3.1) อสม./ชรก. ร่วมมือกับวัดตั้งจุดคัดกรองและวัดอุณหภูมิ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนา
 อย่างกรณีทุกวันพระ ในตำบลนาคาจะมีการทำพิธีทางศาสนาที่วัด พระต้องสวมใส่หน้ากากอนามัยเพื่อ
 เป็นตัวอย่างแก่ชาวบ้านผู้มาร่วมพิธีทางศาสนาก็จะต้องสวมใส่หน้ากากทุกคน

3.2) อสม., รพ.สต. และผู้นำชุมชน ดำรวจ ทหาร ร่วมมือกับวัดตั้งจุดคัดกรองและวัดอุณหภูมิใน
 งานบุญ/งานประเพณี ในช่วงนี้จะต้องมีการสลับเวรอยู่ประจำจุด 5 คน บ้านที่มีการจัดงานในชุมชน หาก

มีการเข้ามาในชุมชน ทุกครัวเรือนจะต้องแจ้งให้ผู้ใหญ่รับทราบผ่านทางไลน์กลุ่มหมู่บ้าน ผู้ใหญ่บ้านจะนำทีมลงชุดเฝ้าระวังโรคระบาดประจำหมู่บ้านลงไปคัดกรอง และปฏิบัติตามมาตรการอย่างเคร่งครัด

3.3) เมื่อมีการจัดงานในชุมชน ตัวอย่างเช่น ประธาน อสม. ประจำตำบลนาคา กล่าวว่า ปกติงานศพจะมีการเล่นพนัน ชาวบ้านมักเรียกว่า *เล่นเพื่อนผี* ตอนนี้ไม่มีใครกล้ามาเล่น เพราะทุกคนกลัวติดโรค ทำให้การพนันไม่มีในพื้นที่เลย

3.4) เรื่องแรงงานต่างด้าวในชุมชน ชาวบ้านทุกคนต่างคอยเฝ้าระวังแรงงานต่างด้าวที่เข้ามาในพื้นที่แปลกหน้า หากพบว่าสถานประกอบการให้เห็นแก่ตัว ไม่ยอมปฏิบัติตามให้ถูกต้อง ชาวบ้านจะร่วมร้องเรียนเอาผิดแก่นายจ้างให้ถูกดำเนินคดีทางกฎหมายเพิ่มขึ้นเป็นสองเท่า

4) การปรับตัวด้านเทคโนโลยี

4.1) ชาวบ้านต้องเรียนรู้การใช้แอปพลิเคชันในมือถือ เพราะมาตรการเฝ้าระวังต้องทำผ่านมือถือ

4.2) ผู้สูงอายุใช้มือถือมากขึ้นบางคนใช้ฟังเพลง/ดูหนังเพื่อสร้างความบันเทิง หรือฟังธรรมะเพื่อคลายเครียด

4.3) เนื่องจากนักเรียน/นักศึกษาต้องเรียนออนไลน์ทำให้ต้องเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีตามไปด้วย

4.4) ชาวบ้านแต่ละครัวเรือนประสบปัญหาเรื่องค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้นกับเทคโนโลยี เช่น เสียค่าไฟฟ้าอินเทอร์เน็ตที่เพิ่มมากขึ้นจากเดิม

5) การปรับตัวด้านการศึกษา

5.1) อสม./ชรก. ร่วมมือกับโรงเรียนตั้งจุดคัดกรองและวัดอุณหภูมิหน้าโรงเรียน

5.2) ครูต้องปรับการเรียนการสอนให้เป็นไปตามมาตรการ และสอดแทรกความรู้เรื่องโควิด-19 ให้เด็ก

5.3) เด็กนักเรียน/นักศึกษาจะต้องมีหน้ากากอนามัยติดตัวทุกคน

5.4) ผู้ปกครองจะต้องเตรียมพร้อมในเรื่องอุปกรณ์เทคโนโลยีให้เด็กสำหรับการจัดการเรียนการสอนรูปแบบออนไลน์ เพื่อป้องกันการกลับมาของโรคระบาดซ้ำ

อภิปรายผลการวิจัย

การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลกระทบด้านเศรษฐกิจในชุมชน ดังนี้ คนในหมู่บ้านที่เป็นแรงงานไปทำงานต่างจังหวัดตาม โรงแรม สถานบริการ ห้างร้าน ที่ต้องอาศัยรายได้จากนักท่องเที่ยว เช่น จังหวัดภูเก็ต แรงงานพวกนี้ถูกยกเลิกจ้าง/พักงาน ถึงตอนนี้มีมาตรการผ่อนคลายเป็นเปิดจังหวัดระนองให้เดินทางเข้า-ออกพื้นที่ได้ พบว่าแรงงานเหล่านี้ว่างงานอยู่เพราะได้รับผลกระทบต่อเนื่องทำให้คนไม่มีรายได้ ไม่กำลังซื้อข้าวของบริการ ต่าง ๆ ในชุมชน เพราะแต่ละครัวเรือนต้องประหยัดมากกว่าเดิม ใช้

จ่ายอะไรต้องพะวงหน้าพะวงหลัง จึงส่งผลกระทบแม่ค้าพ่อค้าในตลาดของชุมชนขายสินค้าไม่ได้ ทั้งนี้ กลุ่มผู้ประกอบการอาชีพทำประมงพื้นบ้านแบบเรืออวนได้รับผลกระทบคือสัตว์ทะเลที่จับมาได้ขายไม่ได้ เนื่องจากแต่ละครัวเรือนไม่มีกำลังซื้อเหมือนแต่ก่อน กระทั่งยังห่วงกลัวกับการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 และกลุ่มเกษตรกรเนื่องจากคำสั่งปิดจังหวัดส่งผลกระทบกับราคาพืชผลทางการเกษตรทำให้มีราคาตกต่ำต่อเนื่องมา โดย Department of Mental Health (2020) ได้กล่าวถึงโควิด-19 กับวิถีชีวิตปกติใหม่ก่อนสถานการณ์โควิด-19 ในแง่การพัฒนา ประเทศและเศรษฐกิจว่า ประเทศไทยได้เผชิญวิกฤติมาหลายครั้ง แต่วิกฤติโควิด-19 ครั้งนี้ถือได้ว่าเป็น ปรากฏการณ์ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมหาศาล เพราะเป็นการระบาดใหญ่ทั่วโลก ส่งผลให้เกิดการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมอย่างรุนแรงในระยะสั้นและหลายพฤติกรรมจะอยู่ถาวรกลายเป็นชีวิตปกติใหม่ซึ่งเป็นสิ่งที่หลายองค์กร กำลังศึกษาอยู่ เนื่องจากโควิด-19 เป็นโรคอุบัติใหม่ที่เรายังไม่รู้จักมาก่อน ส่งผลต่อวิถีชีวิต การทำงาน การดำเนิน ชีวิตประจำวัน การเกิดขึ้นและการดำเนินโควิด-19 ครั้งนี้ จึงเป็นสถานการณ์ที่หลายคนคาดว่าจะยาวนาน พอสมควร อาจทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงไปอย่างถาวรในหลายพฤติกรรมของผู้คน ความไม่แน่นอนและการคาดเดา สถานการณ์ไม่ได้ ประกอบกับการได้รับข้อมูลข่าวสารถึงผลกระทบต่างๆ อาจก่อให้เกิดความเครียด ความกลัว ในจิตใจของคนไทยได้ทุกเพศทุกวัย ทั้งนี้วัยผู้สูงอายุยังมีความสามารถที่จะทำงาน เช่น การปลูกผัก การเลี้ยงสัตว์เพื่ออาหาร ทำเกษตรที่ไม่ใช้กำลังมาก ในครัวเรือนแต่ละครัวเรือนได้รับผลกระทบคือ รายได้ลดลงจากเดิม เพราะคนในชุมชนยังรู้สึกห่วงกลัวกับการระบาดของโรคโควิด-19 อยู่ต่อเนื่อง โดยครัวเรือนเลี้ยงเดี่ยวเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงที่จะได้ผลกระทบจากวิกฤติโรคระบาดโควิด-19 มากที่สุด เพราะว่าเป็นกลุ่มที่มีความอ่อนไหวทางเศรษฐกิจสูง มีรายได้ค่อนข้างต่ำ และต้องทำงานหลายงานเพื่อเลี้ยงครอบครัว ดังนั้นหากต้องปิดโรงเรียนและสถานเลี้ยงเด็กเป็นเวลานาน จะส่งผลให้เด็กๆ ได้อยู่กับผู้ปกครองมากขึ้น และได้รับความอบอุ่นมากขึ้น แต่ในทางกลับกันสภาพทางเศรษฐกิจของครัวเรือนเหล่านี้อาจจะได้รับผลกระทบที่ต้องมีภาระค่าใช้จ่ายมากขึ้นเช่นเดียวกัน การแพร่ระบาดของโควิด-19 ส่งผลต่อความสัมพันธ์และการทำกิจกรรมร่วมกันของคนในชุมชน โดยความสัมพันธ์ในครอบครัวมีทั้งลักษณะของความสัมพันธ์เชิงบวกเนื่องจากคนในครอบครัวต้องปฏิบัติตามมาตรการอยู่จึงทำให้แต่ละครอบครัวมีเวลาอยู่ด้วยกันมากขึ้น หากิจกรรมทำด้วยกัน อาทิเช่น ทำอาหารทานด้วยกัน ปลูกผักสวนครัวด้วยกัน แต่ในทางกลับกันมีผลกระทบเชิงลบ คือ รายได้ในครัวเรือนลดลง แต่รายจ่ายกลับมีเพิ่มมากขึ้น จึงเป็นเป็นเหตุทำให้เกิดการทะเลาะกัน การจัดกิจกรรมที่เป็นงานบุญประเพณี เช่น งานรดน้ำดำหัว ผู้สูงอายุในชุมชน ผู้ใหญ่บ้านจะเป็นคนจัดงานโดยคำนึงถึงการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อ ลักษณะจะเป็นการจัดแบบแยกผู้สูงอายุแต่ละหมู่บ้าน หรือ อาจจะทำให้ผู้สูงอายุตัวอย่างตามธรรมชาติของคนในชุมชนที่มีอายุมากที่สุด มานั่งเป็นพิธีในกิจกรรม ประชาชนควรจะมีการเรียนรู้ครั้งใหญ่ ที่จะรับมือกับ

การระบาดของไวรัส เรียนรู้ในการดูแลตัวเอง การเว้นระยะห่างทางสังคม หากสามารถกระทำต่อเนื่อง ก็จะสามารถสร้างความเข้มแข็งให้กับประชาชน การทำเครือข่ายอาสาสมัคร ยกระดับให้มีมาตรการในการดูแลกันเองในอนาคตข้างหน้า รวมถึงได้มีการออกมาตรการของตนเองในการจัดการ กับโรคระบาดที่เกิดขึ้น ได้แก่ มาตรการของรัฐ การทำมาตรการของตนเองในชุมชนเพื่อป้องกันกลุ่มเสี่ยง เช่น ผู้สูงอายุ กลุ่มเด็กเล็ก กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง เป็นต้น พร้อมกับการมีมาตรการดูแลทางสังคม เช่น การตั้งโรงทาน การดูแลกันเรื่องความมั่นคงทางอาหาร เป็นต้นบทเรียนเหล่านี้สามารถยกระดับเป็นธรรมนูญของชุมชนเพื่อรับมือ (Avathip Wa, 2020)

องค์ความรู้ใหม่เรื่องแนวปฏิบัติที่ดีหรือการวางมาตรการป้องกันและแก้ไขปัญหาภายใต้สถานการณ์โรคโควิด-19 ของประชาชนในพื้นที่ จังหวัดระนอง

1) ระดับนโยบาย

จังหวัดระนองเป็นจังหวัดที่สามารถควบคุมการแพร่ระบาดของโควิด-19 ได้ดีมาก เพราะในระดับจังหวัดมีการบูรณาการการทำงานของหน่วยงานทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน (สื่อ ผู้ประกอบการ ร้านค้า) และภาคประชาชนโครงสร้างการทำงานของภาครัฐมีศูนย์ประสานงานโควิด-19 จังหวัดระนองที่มีบทบาทสำคัญ ประกอบด้วย

1.1) เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงานประจำศูนย์บัญชาการป้องกันและแก้ไขปัญหาการติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด-19) จังหวัดระนอง ทำหน้าที่เป็นศูนย์กลางในการประสานงานกับกรมควบคุมโรค ให้บริการแก่ประชาชนในการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร ตอบคำถามให้แก่ประชาชน จากนั้นจังหวัดได้ผลิตสื่อ เช่น คลิปวิดีโอเพลงท่วงท่อน้อยถอยนิด เพื่อประชาสัมพันธ์และรณรงค์ป้องกันโรคติดต่อภายใต้การทำงานของกองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ ทั้งนี้สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จังหวัดระนอง เดินหน้าโครงการ พม.Mobile ปันสุขสู่ชุมชน มีรถลงไปสำรวจตรวจเยี่ยม กลุ่มเปราะบาง เช่น เด็ก ผู้สูงอายุ คนพิการ คนไร้บ้าน ผู้ด้อยโอกาส และผู้มีรายได้น้อย ซึ่งเป็นกลุ่มเปราะบางที่มีความเสี่ยงสูง

1.2) ชุดปฏิบัติการเคลื่อนที่เร็วของจังหวัดระนองทำหน้าที่รับผิดชอบกรณีที่มีเหตุสุดวิสัย เช่น มีการร้องเรียน การนำแรงงานต่างด้าวเข้ามาแบบไม่ถูกกฎหมาย หรือ ให้ที่พักพิงแก่แรงงานต่างด้าวหลบซ่อน รวมถึงทำงานหนุนเสริมการทำงานในระดับอำเภอ

1.3) เจ้าหน้าที่ประสานงานประจำหน่วยงาน ทำหน้าที่ประสานงานหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการให้ความช่วยเหลือประชาชนที่ได้รับผลกระทบจากโควิด-19

1.4) ผู้ประสานงานระดับอำเภอ ทำหน้าที่ดูแลพื้นที่ในระดับอำเภอและประสานงานกับระดับจังหวัด

2) ระดับปฏิบัติ

กรณีศึกษาโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลม่วงกลวง มีแนวปฏิบัติที่ดีในการป้องกันโรคโควิด-19 ดังนี้

2.1) ลดจำนวนผู้มาใช้บริการสุขภาพและให้บริการเฉพาะชาวบ้านที่ใส่หน้ากากอนามัย หากไม่ใส่จะต้องกลับไปเอาที่บ้านของตนเอง หากเป็นผู้สูงอายุก็จะพิจารณาเป็นรายกรณีไป จัดเวรการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ให้เพียงพอ คัดแยกกลุ่มผู้มาใช้บริการตามหมู่บ้าน ทั้งนี้หากมีผู้มาเข้ารับบริการต่าง ๆ ที่จะต้องคัดกรองตามมาตรการที่ทาง รพ.สต. ไว้กำหนดไว้

2.2) ภายในโรงพยาบาลมีการจัดพื้นที่ตามมาตรการ อาทิ มีการตั้งเต็นท์ไว้ลานด้านหน้าโรงพยาบาลสำหรับรองรับจำนวนของผู้ป่วยในแต่ละวันไม่ต้องยืนแออัดอยู่ภายในโรงพยาบาล เพิ่มจุดเพื่อคัดกรองและตรวจวัดอุณหภูมิร่างกายผู้มาใช้บริการก่อนเข้าไปรับบริการ ผู้เข้ารับบริการผ่านจุดคัดกรองแล้วจะต้องมีการติดสติ๊กเกอร์เป็นสัญลักษณ์ให้ชัดเจน

2.3) เจ้าหน้าที่อสม. ประจำตำบล ทำหน้าที่สำรวจความต้องการการใช้บริการสุขภาพของคนในชุมชนและทำหน้าที่รับผิดชอบดำเนินการให้ในกรณีที่เป็นผู้สูงอายุ ผู้ป่วยติดเตียง ผู้พิการ ที่ต้องการยา โดยจะรับยาและนำไปแจกจ่ายให้ในเขตรับผิดชอบของตน ลดภาระค่าใช้จ่ายและอำนวยความสะดวกให้ชาวบ้านแต่ละครัวเรือนได้ดีมาก หากแต่มีการนัดเจาะเลือดใหญ่ชาวบ้านจำเป็นต้องเดินทางมาโรงพยาบาลเอง

3) ระดับชุมชน

กรณีศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก มีแนวปฏิบัติที่ดีในการสร้างความเชื่อมั่นต่อการป้องกันโควิด-19 ดังนี้

3.1) การส่งข่าวสารระหว่างศูนย์พัฒนาเด็กเล็กกับผู้ปกครองนักเรียนจะมีไลน์กลุ่มสามารถแจ้งหากเด็กเกิดมีอาการป่วย ให้ผู้ปกครองสามารถแจ้งผ่านทางไลน์กลุ่มแล้วไม่ต้องให้เด็กมาโรงเรียน นอกจากนี้ในไลน์กลุ่มนั้นยังมีผู้นำชุมชนท้องถิ่นอยู่ด้วย เช่น ผู้ใหญ่บ้าน /เจ้าหน้าที่ อสม. ประจำตำบล ฯลฯ ที่เกี่ยวข้องในการเฝ้าระวังการแพร่ระบาดของโรค

3.2) ในชุมชนจะจัดให้มีเจ้าหน้าที่ยืนประจำจุดคัดกรองหน้าโรงเรียนอย่างชัดเจน เช่น โรงเรียนบ้านควนไทรงาม ม.6 ต.นาคา อ.สุขสำราญ จ.ระนอง มีการจัดเวรประจำหน้าโรงเรียนทุกเช้า ดังนี้ เจ้าหน้าที่ อสม.จำนวน 2 คน เจ้าหน้าที่ชุดปฏิบัติการหมู่บ้าน (ชรส.) จำนวน 2 คน ครูเวร จำนวน 1 คน และนักเรียนชั้น ป.6 จำนวน 2 คน ในช่วงเช้าขณะที่เด็กมาโรงเรียน จะมีการวัดอุณหภูมิ ล้างมือให้เด็กด้วยเจลแอลกอฮอล์ทุกคนจะช่วยกันคัดกรอง ดูแล นักเรียนก่อนเข้ามาในบริเวณโรงเรียน

3.3) การเรียนการสอนของครูและเด็กคำนึงถึงมาตรการของรัฐในการป้องกันการแพร่ระบาดของโควิด-19 โดยเฉพาะการรักษาระยะห่างในระหว่างการเรียนรู้และการทำกิจกรรม

3.4) ในระหว่างการเรียนรู้การสอน ครูจะให้ความรู้เรื่องการปฏิบัติตนในการป้องกันโรคติดต่อ เช่น การล้างมือให้ถูกวิธี รวมถึงเน้นย้ำให้สวมใส่หน้ากากอนามัยของตนเองอยู่เสมอ

3.5) ในช่วงพักรับประทานอาหารกลางวัน ศูนย์ฯจะให้เด็กสลับกัน โดยเด็ก 2 ขวบจะได้ทานก่อนจะมีการแยกพื้นที่ชัดเจน คือ กางเต็นท์ที่สนามหญ้า มีโต๊ะเก้าอี้ซึ่งได้รับความอนุเคราะห์จากผู้นำชุมชนท้องถิ่น โดยครูจะจัดให้นั่งโต๊ะละไม่เกิน 3 คน เว้นระยะห่างในแต่ละโต๊ะ

องค์ความรู้ใหม่เรื่องความต้องการของประชาชน ครอบครัว ชุมชน เพื่อให้สามารถปรับตัวภายใต้สถานการณ์การแพร่ระบาดโรคโควิด-19 ของประชาชนในพื้นที่จังหวัดระนอง

1) รัฐควรให้สวัสดิการแก่บุคคลที่ทำงานเพื่อชุมชน เจ้าหน้าที่ อสม. ประจำตำบล/เจ้าหน้าที่ชุดปฏิบัติการประจำหมู่บ้าน (ชรก.) เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่

2) หน่วยงานราชการที่เกี่ยวกับการพัฒนาชุมชน ควรจะมีกองทุนสนับสนุนสร้างอาชีพให้แก่คนว่างงานในชุมชน และ ส่งเสริมการทำเกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวทางของเศรษฐกิจพอเพียง ทั้งนี้ควรจัดโครงการพัฒนาความรู้เพื่อสร้างฐานให้ชุมชนเข้มแข็ง ลดการพึ่งพิงจากภายนอก

3) อยากให้มีการตั้งศูนย์บริการสุขภาพที่ให้แก่วัยบ้าน ม.6 ต.นาคา อ.สุขสำราญ จ.ระนอง เนื่องจากการเดินทางไปโรงพยาบาลประจำอำเภอสุขสำราญนั้นมีระยะทางไกลพอสมควร อีกทั้งชาวบ้านในตำบลยังมีฐานะยากจนอยู่เป็นจำนวนมากทำให้การเดินทางเข้ารับบริการที่โรงพยาบาลประจำอำเภอสุขสำราญนั้นเป็นด้วยความยากลำบาก

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

สรุป

การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลกระทบต่อด้านเศรษฐกิจในชุมชนจังหวัดระนอง คือ รายได้จากการระบาดครั้งแรกลดลง เมื่อเทียบกับผลกระทบในปัจจุบันลดลงมากกว่าการระบาดครั้งแรก ในส่วนของการใช้จ่ายใช้สอยเพื่อการอุปโภคของผลกระทบในปัจจุบันลดลง การใช้เทคโนโลยีเกิดการเรียนรู้การใช้เทคโนโลยีใหม่ ๆ มากขึ้น และส่งผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพกายจากการใช้อุปกรณ์สื่อสาร (เช่น ปวดตา นิ้วล็อก ฯลฯ) มากขึ้น และความวิตกกังวลเกี่ยวกับค่าครองชีพที่สูงขึ้นเป็นประจำทุกวัน วิตกกังวลว่าสุขภาพไม่แข็งแรงพอที่จะต่อสู้กับการติดโรคโควิด-19 เป็นประจำทุกวัน วิตกกังวลเมื่อต้องออกไปร่วมทำกิจกรรมในชุมชน เช่น งานศพ งานบวช งานแต่งงาน เป็นบางครั้ง (3-4 วัน/สัปดาห์) วิตกกังวลเพราะรับทราบข่าวสารเรื่อง โรคโควิด-19 มากเกินไปบ่อยครั้ง (5-6 วัน/สัปดาห์) วิตกกังวลว่าหากโรคโควิด-19 ระบาดอีกจะทำให้สมาชิกในครอบครัวต้องหยุดเรียน/การเรียนรู้แย่งลงบ่อยครั้ง (5-6 วัน/สัปดาห์) จังหวัด

ระนองมีวิธีการผ่อนคลายความวิตกกังวลเกี่ยวกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ของสมาชิกในครัวเรือน 5 อันดับแรก คือ ออกกำลังกาย ฟังเพลง อ่านหนังสือ ดูหนัง และสังสรรค์กับเพื่อน

ทั้งนี้การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลกระทบด้านเศรษฐกิจในชุมชน ดังนี้ คนในหมู่บ้านที่เป็นแรงงานไปทำงานต่างจังหวัดตาม โรงแรม สถานบริการ ห้างร้าน ที่ต้องอาศัยรายได้จากนักท่องเที่ยว เช่น จังหวัดภูเก็ต แรงงานพวกนี้ถูกยกเลิกจ้าง/พักงาน ถึงตอนนี้มีมาตรการผ่อนคลายเปิดจังหวัดระนองให้เดินทางเข้า-ออกพื้นที่ได้ พบว่าแรงงานเหล่านี้ว่างงานอยู่เพราะได้รับผลกระทบต่อเนื่องทำให้คนไม่มีรายได้ ไม่กำลังซื้อข้าวของบริการ ต่าง ๆ ในชุมชน เพราะแต่ละครัวเรือนต้องประหยัดมากกว่าเดิม ใช้จ่ายอะไรต้องพะวงหน้าพะวงหลัง จึงส่งผลกระทบแม่ค้าพ่อค้าในตลาดของชุมชนขายสินค้าไม่ได้ ทั้งนี้กลุ่มผู้ประกอบการอาชีพทำประมงพื้นบ้านแบบเรืออวนได้รับผลกระทบคือสัตว์ทะเลที่จับมาได้ขายไม่ได้เนื่องจากแต่ละครัวเรือนไม่มีกำลังซื้อเหมือนแต่ก่อน กระทั่งยังห่วงเกี่ยวกับการแพร่ระบาดจากโรคโควิด-19 และกลุ่มเกษตรกรเนื่องจากคำสั่งปิดจังหวัดส่งผลกระทบกับราคาพืชผลทางการเกษตรทำให้มีราคาตกต่ำต่อเนื่องมา Department of Mental Health (2020) ได้กล่าวถึงโควิด-19 กับวิถีชีวิตปกติใหม่ ก่อนสถานการณ์โควิด-19 ในแง่การพัฒนา ประเทศและเศรษฐกิจว่า ประเทศไทยได้เผชิญวิกฤติมาหลายครั้ง แต่วิกฤติโควิด-19 ครั้งนี้ถือได้ว่าเป็น ปรากฏการณ์ที่ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมหาศาล เพราะเป็นการระบาดใหญ่ทั่วโลก ส่งผลให้เกิดการปรับเปลี่ยน พฤติกรรมอย่างรุนแรงในระยะสั้นและหลายพฤติกรรมจะอยู่ถาวรกลายเป็นชีวิตปกติใหม่ซึ่งเป็นสิ่งที่หลายองค์กร กำลังศึกษาอยู่ เนื่องจากโควิด-19 เป็นโรคอุบัติใหม่ที่เรายังไม่รู้จักมาก่อน ส่งผลต่อวิถีชีวิต การทำงาน การดำเนิน ชีวิตประจำวัน การเกิดขึ้นและการดำเนินโควิด-19 ครั้งนี้ จึงเป็นสถานการณ์ที่หลายคนคาดว่าจะยาวนาน พอสมควร จนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างถาวรในหลายพฤติกรรมของผู้คน ความไม่แน่นอนและการคาดเดาสถานการณ์ไม่ได้ ประกอบกับการได้รับข้อมูลข่าวสารถึงผลกระทบต่างๆ อาจก่อให้เกิดความเครียด ความกลัว ในจิตใจของคนไทยได้ทุกเพศทุกวัย ทั้งนี้วัยผู้สูงอายุยังมีความสามารถที่จะทำงาน เช่น ปลุกผักสวนครัว เลี้ยงไก่ไข่ ทำเกษตรกรรมเล็ก ๆ ในครัวเรือนแต่ละครัวเรือนได้รับผลกระทบ คือ รายได้ลดลงจากเดิม เพราะคนในชุมชนยังรู้สึกห่วงเกี่ยวกับการระบาดของโรคโควิด-19 อยู่ต่อเนื่อง การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ส่งผลกระทบด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิตในชุมชนพบว่าคนในชุมชนเกิดความเครียดกับผลกระทบจากโรคระบาดมาอย่างต่อเนื่อง กลัวว่าจะเกิดการระบาดซ้ำเดิมอีก อีกทั้งพื้นที่จังหวัดระนองติดกับตะเข็บชายแดนประเทศพม่า มีแรงงานต่างด้าวมาทำงานในพื้นที่ระนองอยู่เป็นจำนวนมาก ช่วงที่พบผู้ติดเชื้อในจังหวัดระนองล่าสุดนี้ทำให้ชาวบ้านเกิดความกลัวจนไม่ออกไปทำกิจกรรมนอกบ้าน เช่น หลังการทำงานเข้าสวนในช่วงเช้าเสร็จ ชาวบ้านโดยเฉพาะผู้ชายมักจะขบถนั่งจับกลุ่มพูดคุย สัพเพเหระกันแต่เดี๋ยวนี้ไม่มีจะแยกตามบ้านใครบ้านมัน เพราะต่างคนต่างต้องป้องกันตัวเอง กลัวการนำ

เชื้อโรคไปติดผู้อื่น และในกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงต่อการติดเชื้อได้ง่าย มีความห่วงกังวลมากเพราะส่วนใหญ่มีโรคประจำตัว เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจ เป็นต้น ชาวบ้านมีการป้องกันตัวเองมากขึ้น มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพ คือ สวมใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลาที่ออกจากบ้านไปในที่สาธารณะและพกเจลแอลกอฮอล์ลดขนาดเล็กลง อีกทั้งไม่พูดคุยกับคนในชุมชนที่ไม่ใส่หน้ากากอนามัย การใช้บริการสุขภาพของชาวบ้านในชุมชนจะมี อสม. จะเป็นตัวกลางประสานกับทางโรงพยาบาลไปรับยามาให้แต่ละครัวเรือนที่ไม่สามารถเดินทางไปได้ เช่น ผู้ป่วยติดเตียง อสม.เป็นคนที่อำนวยความสะดวกในการรับบริการสาธารณสุขในแต่ละพื้นที่ที่รับผิดชอบ ส่วนสถานบริการทางสาธารณสุขอื่น ๆ นั้นต่าง ๆ มีข้อกำหนดที่เป็นไปตามมาตรการของสถานบริการสุขภาพในเรื่องของการเฝ้าระวังโรคระบาดโควิด-19 นี้ เช่น รพ.สต.ม่วงกลวง และ รพ.สต.นาคา จะไม่ให้บริการกับผู้ที่ไม่ใส่หน้ากากอนามัย และไม่มีการตั้งกล่องหน้ากากอนามัยสำหรับให้ฟรี เพราะสร้างนิสัยการป้องกันให้เคยชินแก่คนในชุมชน คนที่ลืมจะต้องกลับบ้านไปเอาผ้าปิดจมูกที่เป็นของตนเองมา ในขณะที่งานวิจัย World Health Organization (2020) ระบุว่า การทำอาหารเป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้ป้องกัน ตัวเองตามกฎหมายการแยกตัวเองออกจากสังคม การแพร่ระบาดของโควิด-19 ส่งผลต่อความสัมพันธ์และการทำกิจกรรมร่วมกันของคนในชุมชน โดยความสัมพันธ์ในครอบครัวมีทั้งลักษณะของความสัมพันธ์เชิงบวกเนื่องจากคนในครอบครัวต้องปฏิบัติตามมาตรการอยู่ จึงทำให้แต่ละครอบครัวมีเวลาอยู่ด้วยกันมากขึ้น หากิจกรรมทำด้วยกัน อาทิเช่น ทำอาหารทานด้วยกัน ปลุกผักสวนครัวด้วยกัน แต่ในทางกลับกันมีผลกระทบเชิงลบ คือ รายได้ในครัวเรือนลดลง แต่รายจ่ายกลับมีเพิ่มมากขึ้น จึงทำให้เกิดการทะเลาะกันในครอบครัว การจัดกิจกรรมที่เป็นงานบุญประเพณี เช่น งานรดน้ำดำหัวผู้สูงอายุในชุมชน ผู้ใหญ่บ้านจะเป็นคนจัดงานโดยคำนึงถึงการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อ ลักษณะจะเป็นการจัดแบบแยกผู้สูงอายุแต่ละหมู่บ้าน หรือ อาจจะให้มีผู้สูงอายุตัวอย่างตามธรรมชาติของคนในชุมชนที่มีอายุมากที่สุด มานั่งเป็นพิธีในกิจกรรม ประชาชนควรจะเกิดการเรียนรู้ครั้งใหญ่ ที่จะรับมือกับการระบาดของไวรัส เรียนรู้ในการดูแลตัวเอง การเว้นระยะห่างทาง สังคม หากสามารถกระทำต่อเนื่อง ก็จะสามารถสร้างความเข้มแข็งให้กับประชาชน

ข้อเสนอแนะ

- 1) ควรมีการนำแนวปฏิบัติที่ดีของการป้องกันการแพร่ระบาดของโควิด-19 เผยแพร่สู่ชุมชนอื่น ๆ
- 2) ควรมีส่วนร่วมกับหน่วยงานในพื้นที่ในการดำเนินการเพื่อสังคมในหลาย ๆ ด้าน เช่น การแจกอาหาร ประชาสัมพันธ์ข้อมูลช่วยเหลือของรัฐกับชุมชนที่อยู่ห่างไกล การสร้างอาชีพใหม่รวมถึงความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นทั้งสุขภาพและเศรษฐกิจ เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- Alon, T, M Doepke, J Olmstead-Rumsey & M Tertilt (2020), “*The Impact of COVID-19 on Gender Equality*”, Covid Economics:Vetted and Real-Time Papers, Issue 4, London: CEPR Press.
- Avathip Wa. (2020). COVID-19 and learning to change health behaviors today [In Thai]. *Journal of the Health Education Professional Association*, 1(35), 24-29.
- Stuart J.Barnes. (2020). Information management research and practice in the post-COVID-19 world. *International Journal of Information Management*. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0268401220309956>
- Boonchom Sri Sa-saat. (2013). *Statistical Methods for Research* [In Thai]. Volume 1 (5th ed.). Bangkok: Suwiriyasan.
- Department of Mental Health. (2020). *New Normal New way of life* [In Thai]. Retrieved from <https://www.dmh.go.th/news/view.asp?id=2288>
- Department of Mental Health. (2021). *Coronavirus disease 2019 (COVID-19)* [In Thai]. Retrieved from <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/index.php>
- Gigolo. (2020). *Penetrating 3 aspects of decision making that has changed until becoming a new behavior of consumers (New Normal) after the end of COVID-19* [In Thai]. Retrieved From <https://www.marketingoops.com/reports/research/new-normal-after-end-covid19/>
- International Security Division, Office of the National Security Council. (2020). International security situation after the COVID-19 outbreak [In Thai]. *Security Perspective Journal*, (4), 49-58.
- Jaileawma, P. (2020). *A study of new normal living behavior during The COVID-19 crisis appearing on the social media* [In Thai]. (B.S. Thesis in Geography). Naresuan University.
- Lagunaa, L., Fizmana, S., Puerta, P., Chayab, C. & Tárregaa, A. (2020). The impact of COVID19 lockdown on food priorities. Results from a preliminary study using Social media and an online survey with Spanish consumers. *Food Quality and Preference*, (86). Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0950329320302974?via%3Dihub>

- Roy, Sr. C., & Andrews, H. (1999). *The Roy adaptation model (2nd ed.)*. Stamford: Appleton & Lange.
- Mikolai, J., Keenan, K., & Kulu, H. (2020). Intersecting household level health and socio-economic vulnerabilities and the COVID-19 crisis: An analysis from the UK. *SSM – Population Health*, (12). Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352827320302652>
- Donthu, N. & Gustafsson, A. (2020). Effects of COVID-19 on business and research. *Journal of Business Research*, (117), 284-289. Retrieved from. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0148296320303830>