

## การปรับตัวของชุมชนในสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด-19

### COMMUNITY ADAPTATION IN THE SITUATION OF COVID-19 PANDEMIC

ประคอง สุขคนจิตต์<sup>1</sup> พชรี ทองสุก<sup>2</sup> และวิเชียร จันทะเนตร<sup>3\*</sup>

Prakong Sukhonthachit<sup>1</sup>, Patcharee Thongsuk<sup>2</sup> and Wichian Chanthanet<sup>3\*</sup>

<sup>1,3\*</sup> หลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการ มหาวิทยาลัยเกริก

<sup>2</sup> หลักสูตรบริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนวัตกรรม มหาวิทยาลัยเกริก

<sup>1,3\*</sup> Bachelor of Arts Program in Management, Krirk University

<sup>2</sup> Bachelor of Business Administration Program in Innovation Management, Krirk University

E-mail: chanthanet\_w@hotmail.com

Received: January 3, 2023

Revised: April 13, 2023

Accepted: April 30, 2023

#### บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อชี้ให้เห็นถึงการปรับตัวของชุมชนในสภาวะการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 โดยศึกษาจากแนวคิดทฤษฎีและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการปรับตัว ปรากฏมูลเหตุสำคัญที่ทำให้ชุมชนสามารถปรับตัวและผ่านพ้นวิกฤติการณ์ ด้วยปัจจัย 3 ประการ คือ 1) ผู้นำที่มีความรู้ความสามารถ มีการให้ข้อมูลที่ถูกต้องแก่สมาชิกในชุมชน และการประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อติดต่อสื่อสารและขอความช่วยเหลือภายนอกชุมชนได้ 2) สมาชิกในชุมชนที่มีความสามัคคีและมีการร่วมมือกันแก้ไขปัญหา มีระบบความสัมพันธ์ของสังคมที่แน่นแฟ้นและการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และ 3) การบริหารงานของชุมชนที่มีความชัดเจน โดยแบ่งหน้าที่ของแต่ละฝ่ายอย่างชัดเจนและเหมาะสม มีการวางแผนการจัดกระบวนการภายในชุมชน การลงมือปฏิบัติตามแผนงานและมีการประเมินผล ซึ่งประกอบกันเป็นชุมชนที่เข้มแข็ง สามารถพึ่งตนเองได้ทั้งในยามปกติและในภาวะวิกฤตต่าง ๆ โดยคนในชุมชนที่มีจิตสำนึกและทัศนคติที่ดีต่อชุมชน สำคัญในหลักการประชาสังคมคือการสำนึกว่าตัวเองเป็นเจ้าของปัญหาของชุมชน มีความตั้งใจและเจตจำนงที่จะเข้าร่วมรับผิดชอบและแก้ไขปัญหาของชุมชนร่วมกัน

#### คำสำคัญ

การปรับตัวของชุมชน การระบาดของโรคโควิด-19

#### ABSTRACT

This article aimed to point out how communities adapted to COVID-19 pandemic by studying the concept of adaptation theory. The study found that the communities adapted themselves to survive the COVID-19 pandemic crisis. The

important factors were: 1) Leadership factor which leaders successfully communicated accurate information to community members and coordinated with relevant departments outside the community to get help. 2) Community member factor which the members of community had unity and collaboration to solve problems with a profound relationship system and cordial support. And 3) community administration factor which the community administration was precise with proper and clear duty breakdown structure, internal community management plan, implementation and assessments. In addition, the community was a self-reliant community both during normal times and during various crises. The community members had good conscience towards the community with civil consciousness and attitude regarding the problems of the community and had intention to join the responsibility and solve the problems together.

### Keywords

Community Adaptation, COVID-19 Pandemic

### บทนำ

การระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือ โควิด-19 (Covid-19) ได้เริ่มต้นเมื่อปลายปี พ.ศ. 2562 ซึ่งสถานการณ์ของการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 นับเป็นความท้าทายรูปแบบใหม่ที่ส่งผลกระทบต่อการดำรงชีวิตของประชากรโลกอย่างกว้างขวาง และมากกว่าการระบาดของโรคระบาดอื่น ๆ ที่ผ่านมา การระบาดครั้งนี้แพร่กระจายครอบคลุมทั่วโลกถึง 114 ประเทศ จึงสร้างความหวาดกลัวและส่งผลกระทบต่อสุขภาพ สังคมและเศรษฐกิจของประชากร กระทบเมื่อต้นเดือนมกราคม พ.ศ.2563 ตามประกาศขององค์การอนามัยโลกได้ยกระดับเป็นการระบาดใหญ่ (Pandemic) โดยมีสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดการติดเชื้อ คือ การสัมผัสอย่างใกล้ชิด (Closed Contact) กับละออง (Droplet) ที่ปนเปื้อนเชื้อไวรัสจากบุคคลสู่บุคคล หรือจากสิ่งแวดล้อมสู่บุคคล ส่วนการกำหนดมาตรการเฝ้าระวัง ป้องกันและควบคุมโรคเป็นไปอย่างเข้มข้น อาทิ การดูแลสุขอนามัยส่วนบุคคลในการใช้ชีวิตเพื่อป้องกันโรค หมั่นล้างมือ การทำความสะอาดสถานที่ อุปกรณ์ และจุดสัมผัส รวมถึงมาตรการของการเว้นระยะห่าง เพื่อลดความเสี่ยง เช่นเดียวกับประเทศไทย รัฐบาลได้ประกาศข้อกำหนดแห่งพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ.2548 (ฉบับที่ 1) ใช้บังคับทั่วราชอาณาจักร มีคำสั่งห้ามไม่ให้ประชาชนเข้าไปในพื้นที่ที่มีความเสี่ยงต่อการติดโรคโควิด-19 มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 26 มีนาคม พ.ศ.2563 และต่อมามีการสั่งปิดสถานที่เป็นการชั่วคราว เช่น ห้างสรรพสินค้า การระงับให้บริการของสถานบริการต่าง ๆ ทั้งในกรุงเทพฯ ปริมณฑลและในอีกหลายพื้นที่ มีคำสั่งงดการจัดกิจกรรมที่เป็นการรวมคนจำนวนมาก อาทิ การแข่งขันกีฬา งานบันเทิง งานอบรมสัมนา การแสดงสินค้า เป็นต้น (Department of Disease Control, 2021) จึงส่งผลกับการดำเนินชีวิตของประชาชนในทุกมิติทั้งทางสังคมและเศรษฐกิจเป็นวงกว้างอย่างชัดเจน ซึ่งผู้ที่ได้รับผลกระทบในวงกว้างในระยะเฉียบพลันน่าจะเป็นธุรกิจในเมือง อาทิ ธุรกิจการท่องเที่ยว ธุรกิจค้าปลีก

และธุรกิจร้านอาหาร โดยเฉพาะธุรกิจรายย่อย ทั้งร้านอาหารและร้านค้าปลีก ที่มีแรงงานได้รับผลกระทบโดยตรง ต้องตกงานอย่างฉับพลันมีถึงประมาณ 9.88 ล้านคน โดยมากจะเป็นกลุ่มแรงงานนอกระบบและแรงงานที่อยู่ในภาคบริการในร้านค้าและตลาด หรือเป็นกลุ่มแรงงานผู้รับค่าจ้างรายวันและกลุ่มผู้มีรายได้น้อย เป็นต้น (TDRI, 2020)

เป็นเวลามากกว่า 2 ปีที่การระบาดของโรคโควิด-19 ในประเทศไทยก็ยังคงดำเนินอย่างต่อเนื่อง และส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตของประชาชนในชุมชน ซึ่งเป็นฐานรากสำคัญของสังคมที่ก่อให้เกิดเป็นความเปลี่ยนแปลง และเกิดการเรียนรู้ปรับตัวให้เข้ากับยุคชีวิตวิถีใหม่ (New Normal) เช่น การใช้เทคโนโลยี หรือผลกระทบด้านเศรษฐกิจที่ทำให้ตกงานหรือถูกเลิกจ้าง สมาชิกครอบครัวต้องอยู่ห่างกัน และมีการรักษาระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) รวมถึงสัมพันธ์ภาพในครอบครัวและชุมชนลดลง ทำให้วิถีชีวิตเปลี่ยนไป เกิดปัญหาการขาดรายได้และชีวิตประจำวันที่ต้องปรับเปลี่ยนไป ทั้งนี้ แนวทางการรับมือของประเทศไทยได้มีการจัดตั้งคณะกรรมการศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด-19) (ศบค.) ซึ่งเป็นคณะกรรมการบริหารโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-19 แห่งชาติที่มีนายกรัฐมนตรีเป็นประธาน ได้ประกาศภาวะฉุกเฉินของประเทศไทย โดยมุ่งเน้นให้ประชาชนอยู่บ้าน (Stay at Home) ปฏิบัติงานที่บ้าน (Work from Home: WFH) รักษา ระยะห่างทางกายภาพ (Physical Distancing) รักษา ระยะห่างทางสังคม (Social Distancing) สวม หน้ากากอนามัยและล้างมือบ่อย ๆ (Coronavirus Disease 2019 Epidemic Administrative Center, 2020) ซึ่งการประกาศภาวะฉุกเฉินส่งผลให้ประชาชนต้องมีการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตทั้งหมด หรือควรต้องเรียนรู้วิธีการปรับตัวของคนในชุมชน

ด้วยชุมชนที่ถือเป็นฐานสำคัญในการจัดการการระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือ โควิด-19 (Covid-19) ที่เกิดขึ้นให้มีประสิทธิภาพ เนื่องจากชุมชนเป็นพื้นที่ที่มีประชากรอยู่ร่วมกัน มีการใช้ชีวิตร่วมกัน ซึ่งในเรื่องดังกล่าวชุมชนต้องมีการเตรียมความพร้อมให้กับคนในชุมชน โดยการเพิ่มศักยภาพให้กับชุมชนเพื่อเป็นทักษะที่จำเป็นในการดำรงชีวิต และเพื่อแก้ปัญหาและวิกฤติต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชุมชนได้ โดยต้องอาศัยกระบวนการเรียนรู้วิธีการปรับตัวของชุมชน เพื่อมุ่งไปสู่จุดมุ่งหมาย การเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นของชุมชน และคงไว้ซึ่งความสามารถในการพึ่งตนเองได้อย่างยั่งยืนต่อไป

### แนวความคิดเกี่ยวกับการปรับตัว

#### 1. ความหมายของการปรับตัว

Bernard (1960) ให้ความหมายของการปรับตัวว่าเป็นการที่บุคคลสามารถปรับตัวให้เข้ากับตนเองและโลกภายนอกได้อย่างดี ความพึงพอใจ ความแจ่มใสอย่างสูงสุด มีพฤติกรรมที่เหมาะสมกับสภาพสังคม มีความสามารถที่จะเผชิญและยอมรับความจริงของชีวิต

Coleman (1981) กล่าวว่า การปรับตัว หมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตน ไม่ว่าจะปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือด้านอารมณ์ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่บุคคลนั้นอยู่

Hutangkool (1992) ให้ความหมาย การปรับตัว หมายถึง กระบวนการตอบสนองของระบบสิ่งมีชีวิตต่อสิ่งเร้าที่ก่อนความจำเป็นให้ระบบต้องปรับกระบวนการ เพื่อรักษาคุณภาพของชีวิต สิ่งเร้าที่เรียกร่องการปรับตัว ได้แก่ สิ่งเร้าที่รบกวนหรือคุกคามคุณภาพต่อระบบ

Charurat (1989) ได้กล่าวไว้ว่า การปรับตัว หมายถึง กระบวนการปรับความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม โดยอาศัยพลังกาย ใจ และสติปัญญาระหว่างความต้องการกับมโนธรรมของบุคคลและความเป็นจริง เพื่อให้บรรลุเป้าหมายต่าง ๆ ที่เขาแสวงหาหรือปรารถนา

จากความหมายของการปรับตัวที่กล่าวมาข้างต้น อาจสรุปได้ว่า การปรับตัวเป็นการแก้ไขปรับปรุงความคับข้องใจ ด้วยการแสวงหาวิถีทางในการตอบสนองความต้องการของตนเองทั้งการปรับตัวทางภายนอกและภายในร่างกาย ให้สามารถปรับตัวได้ดีต่อสภาวะแวดล้อมในชีวิต รวมทั้งตอบสนองความต้องการทางร่างกาย จิตใจและสังคม

## 2. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการปรับตัว

ทฤษฎีการปรับตัวที่ใช้อยู่ในปัจจุบันมีต้นกำเนิดมาจากสาขาวิชาวิทยาศาสตร์ ซึ่งเป็นการอธิบายถึงพฤติกรรมที่ช่วยให้สิ่งมีชีวิตสามารถรับมือกับการเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อมได้ นอกจากนี้ ทฤษฎีการปรับตัวได้ถูกนำมาประยุกต์ใช้ในศาสตร์อื่น ๆ เช่น การแพทย์ การศึกษา เศรษฐศาสตร์ รวมถึงการบริหารธุรกิจด้วย ซึ่งทฤษฎีการปรับตัวที่เป็นที่รู้จักมากที่สุด คือ ทฤษฎีการปรับตัวของรอย (Roy, 1976) ที่เสนอรูปแบบการปรับตัวไว้ 4 แบบ ด้วยกัน คือ

1. การปรับตัวด้านร่างกาย (Physiological Model) เป็นรูปแบบความต้องการพื้นฐานสำหรับการดำรงชีวิต ได้แก่ อากาศ น้ำ สารอาหาร กิจกรรม การพักผ่อนนอนหลับ รวมถึงการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย

2. การปรับตัวด้านอัตมโนทัศน์ (Self-concept Model) เป็นการผสมผสานความรู้สึก ความเชื่อเกี่ยวกับตนเองทั้งด้านภาพลักษณ์ ความคิด บุคลิกภาพ จิตวิญญาณ ความเชื่อรวมถึงศาสนา

3. การปรับตัวด้านบทบาทหน้าที่ (Role Function Model) บทบาทหน้าที่ของบุคคลแบ่งเป็น 3 ระดับ ได้แก่ บทบาทปฐมภูมิ (Primary Role) เป็นบทบาทที่ถูกกำหนดตามอายุ ทางเพศ และระยะของการพัฒนาการ ต่อมาคือ บทบาททุติยภูมิ (Secondary Role) เป็นบทบาททางสังคมของบุคคล ที่เกี่ยวข้องกับบทบาทปฐมภูมิ เช่น บทบาทการเป็นมารดา บทบาทการเป็นครู บทบาทการเป็นลูกที่ดี บทบาทเหล่านี้บุคคลต้องทำหน้าที่ตามบทบาทตลอดเวลา และสุดท้ายคือ บทบาทตติยภูมิ (Tertiary Role) เป็นบทบาทชั่วคราวที่เกิดขึ้นในบางช่วงของชีวิตที่บุคคลต้องทำหน้าที่ตามบทบาทนั้น บทบาทที่กล่าวมานี้มีผลต่อการปรับตัวของบุคคลทั้งสิ้น เพื่อให้สามารถทำหน้าที่ได้ตามบทบาทของตนเอง

4. การปรับตัวด้านการพึ่งพาอาศัย (Interdependence Model) การปรับตัวด้านนี้ให้ความสำคัญกับการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การให้ความสำคัญกับสัมพันธ์ภาพ ซึ่งเป็นไปตามบริบททางสังคมของบุคคลซึ่งเกี่ยวข้องกับบุคคลเอง กลุ่มของบุคคล และสังคม

จากทฤษฎีการปรับตัวของรอยนี้ แสดงให้เห็นว่าเมื่อมีสิ่งเร้ากระทบต่อบุคคล บุคคลย่อมมีการปรับตัวโดยแสดงพฤติกรรมที่ทำให้ตนเองอยู่รอดได้ การปรับตัวของชุมชนก็เช่นกัน เมื่อสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลงไปชุมชนจะต้องมีการปรับตัวเพื่อให้คนในชุมชนอยู่รอดต่อไป

### ชุมชนที่มีการปรับตัวในสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา (โควิด-19)

1. ชุมชน ม.3 ตำบลบางบัวทอง อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี (Sombutphiboon & Rattanaset, 2021) จากการศึกษาชุมชนใน ม.3 ตำบลบางบัวทอง อำเภอบางบัวทอง จังหวัดนนทบุรี ซึ่งนับเป็นชุมชนที่มีลักษณะเป็นหมู่บ้านจัดสรร อาศัยอยู่หลายหลังคาเรือน ชุมชนมีความรักความสามัคคี เกื้อหนุนกัน มีการตัดสินใจแก้ไขปัญหาาร่วมกันโดยส่วนรวม มีการรวมกลุ่มเพื่อดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง และได้รับการบริการทางด้านสาธารณสุขโรคและสาธารณสุขการอย่างทั่วถึง ดังนั้นเมื่อเกิดการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ทำให้ชุมชนต้องรับมือกับโรคระบาดที่เกิดขึ้น ซึ่งเป็นเรื่องใหม่ที่ไม่เคยเกิดขึ้น ประชากรในชุมชนต้องร่วมมือกันในการแก้ไขและป้องกันไม่ให้สมาชิกในชุมชนได้รับผลกระทบจากโรคดังกล่าว โดยคนในชุมชนมีการร่วมมือ มีการวางแผนทั้งจากผู้นำชุมชน คณะกรรมการของหมู่บ้านและคนในชุมชนที่มีส่วนเกี่ยวข้องต่าง ๆ เพื่อรับมือกับการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 จากการศึกษาพบว่าปัจจัยสำคัญที่ทำให้ชุมชนสามารถปรับตัวกับสถานการณ์ดังกล่าว คือ 1) ปัจจัยด้านผู้นำ ที่ต้องมีความรู้ความสามารถ มีการประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องและประชาสัมพันธ์อย่างทั่วถึงในชุมชน และทำงานด้วยความเสียสละและอดทน 2) ปัจจัยด้านสมาชิกในชุมชนที่มีความสามัคคีและมีการร่วมมือกันแก้ไขปัญหา มีการทำกิจกรรมร่วมกันในชุมชนมาอย่างต่อเนื่อง 3) ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ระหว่างผู้นำและคนในชุมชนมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน และ 4) ปัจจัยด้านการบริหารงานของชุมชนที่มีการบริหารงานที่มีความชัดเจนและได้รับความร่วมมือและสนับสนุนจากหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง นอกจากนี้ยังมีปัจจัยในการปรับตัวของคนในชุมชนกับการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 คือ 1) คนในชุมชนมีจิตสำนึกและทัศนคติที่ดีต่อชุมชน สำนึกกว่าตัวเองเป็นเจ้าของปัญหาของชุมชน ที่มีความตั้งใจและเจตจำนงที่จะเข้าร่วมรับผิดชอบและแก้ไขปัญหาภัยต่าง ๆ อย่างเท่าเทียมกัน มีส่วนร่วมในแก้ไขปัญหาของชุมชนร่วมกัน 2) มีการจัดการชุมชนที่ดี มีการจัดทำแผนชุมชนที่เกิดจากการมีส่วนร่วมของประชาชน มีการดำเนินงานในชุมชนที่มีการจัดตั้งกลุ่มองค์กรต่าง ๆ ภายในชุมชน เช่น คณะกรรมการหมู่บ้าน กลุ่มแม่บ้านเกษตรกร กลุ่มอาชีพต่าง ๆ เป็นต้น 3) ภาวะผู้นำ ผู้นำชุมชนนั้นต้องเป็นผู้ประสานความคิดเห็นต่าง ๆ เข้าด้วยกัน โดยการรับฟังความคิดเห็นของทุกฝ่าย อีกทั้งเปิดโอกาสให้สมาชิกในชุมชนสามารถแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข่าวสารและความคิดเห็นได้อย่างเท่าเทียมกัน และ 4) ชุมชนพึ่งพาตนเองได้ คือสมาชิกและองค์กรต่าง ๆ ในชุมชนมีความเข้มแข็งพอที่จะช่วยเหลือหรือพึ่งตนเองได้ ทั้งในยามปกติและในยามประสบกับภาวะวิกฤตต่าง ๆ

2. ชุมชนบ้านหนองสวรรค์ ตำบลเชียงพิณ อำเภอมือง จังหวัดอุดรธานี (Panyathorn et al, 2021) บ้านหนองสวรรค์เป็นหมู่บ้านขนาดเล็ก ตั้งอยู่ในเขตตำบลเชียงพิณ อำเภอมือง จังหวัดอุดรธานี มีจำนวน 257 หลังคาเรือน ประชากร 1,052 คน ประชากรวัยทำงานส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรมและรับจ้าง โดยทำงานในตัวเมือง ต่างจังหวัด ในช่วงที่มีการระบาดของโรคโควิด-19 ระลอกแรก รัฐบาลได้กำหนดพระราชบัญญัติสถานการณ์ฉุกเฉินและปิดกิจการที่เสี่ยงต่อการแพร่ระบาดของโรค ทำให้ประชากรวัยทำงานจำนวนมากเดินทางกลับเข้าสู่หมู่บ้าน ทำให้หมู่บ้านเป็นพื้นที่เสี่ยงต่อการแพร่ระบาดของโรค ประชาชนเกิดความกลัวติดโรคโควิด-19 จากการศึกษาชุมชน จำนวน 100 คริวเรือน คิดเป็นร้อยละ 38.91 ของครัวเรือนทั้งหมด และจัดลำดับความสำคัญของปัญหาที่ชุมชนต้องการแก้ไข พบว่า ประชาชนให้ความสำคัญกับโรคโควิด-19 เป็นลำดับแรก เนื่องจากเป็น

โรคอันตรายและเป็นเรื่องใกล้ตัวที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต จากการวิเคราะห์สาเหตุของปัญหา พบว่ามาจากสาเหตุ 4 ประการ ได้แก่ 1) ประชาชนขาดความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด-19 เนื่องจากเป็นโรคอุบัติใหม่ ประชาชนยังไม่เคยมีความรู้มาก่อน บุคลากรทางสุขภาพและผู้นำชุมชนให้ความรู้ไม่ทั่วถึง และไม่เพียงพอ 2) ประชาชนขาดการรับรู้ความเสี่ยงและความรุนแรงของโรค จากการที่อยู่แต่บ้าน เป็นผู้สูงอายุที่อยู่บ้านคนเดียว เจ็บป่วย และการมุ่งทำงานหาเลี้ยงชีพ 3) ประชาชนมีพฤติกรรมการป้องกันโรคไม่เหมาะสม โดยไม่สวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้า เนื่องจากรู้สึกอึดอัด หายใจไม่สะดวก เคยชินกับการไม่ต้องสวม คิดว่าไม่จำเป็นต้องสวมเพราะอยู่ในหมู่บ้าน มีค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้น ยุ่งยากในการใช้ หน้ากากมีไม่เพียงพอและบางครั้งลืมใช้ ไม่เว้นระยะห่างทางสังคม ยังใช้ชีวิตตามปกติที่เคยทำมา มีการรวมกลุ่มทำกิจกรรมในชุมชน และ 4) ชุมชนขาดมาตรการป้องกันโรคที่จะนำไปปฏิบัติในแนวทางเดียวกัน ผลการศึกษาพบว่า ผู้นำชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้ดำเนินการป้องกันโรค โดยให้ความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด-19 แก่ประชาชนในหมู่บ้าน วิธีการป้องกันโดยการสวมหน้ากากอนามัย การล้างมือบ่อย ๆ การเว้นระยะห่างทางสังคม และสนับสนุนหน้ากากอนามัย แต่การดำเนินงานดังกล่าวยังไม่ทำให้ประชาชนมีพฤติกรรมการป้องกันโรคที่เหมาะสมและหน้ากากอนามัยที่สนับสนุนไม่เพียงพอต่อความต้องการ ประกอบกับช่วงที่ดำเนินการเป็นช่วงหลังฤดูกาลเก็บเกี่ยว ทำให้ประชาชนให้ความสำคัญกับการทำงานให้แล้วเสร็จก่อน นอกจากนี้ ชุมชนมีกระบวนการพัฒนาแบบมีส่วนร่วมของชุมชนในการป้องกันโรคโควิด-19 โดยมีการวางแผนการดำเนินการและได้เสนอกิจกรรมในการป้องกันโรค ดังนี้ การให้ความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด-19 แก่แกนนำชุมชนและตัวแทนสมาชิกครัวเรือนทางหอกระจายข่าวหมู่บ้าน เพื่อลดการรวมกลุ่มทำกิจกรรมของคนจำนวนมาก มีการเคาะประตูบ้านทุกหลังคาเรือน มีการสำรวจพฤติกรรมการป้องกันโรคโควิด-19 ของประชาชนในชุมชน ดำเนินการทั้งในระดับครัวเรือน โรงเรียนและวัด นอกจากนี้ยังพบว่า การให้ความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด-19 ผู้ฟังเป็นผู้ที่อยู่บ้านในขณะนั้น ผู้ที่ทำงานนอกบ้านจะไม่ได้รับความรู้ โดยวิธีนี้ มีการเคาะประตูบ้านให้ความรู้รายครัวเรือนโดย อสม. และนักศึกษาพยาบาลให้ข้อมูลการระบาดของโรคทุกวัน และพบว่าประชาชนมีพฤติกรรมการป้องกันโรคที่เหมาะสมมากขึ้น โดยอยู่บ้าน จะออกจากบ้านเมื่อจำเป็นและสวมหน้ากากอนามัยหรือหน้ากากผ้าเมื่อออกจากบ้าน ล้างมือบ่อย ๆ และเว้นระยะห่างทางสังคม นอกจากนี้เมื่อมีการประชุมกลุ่มย่อยติดตามการดำเนินงานทุกเดือน เพื่อทราบปัญหาและกระบวนการแก้ไข พบว่า ชุมชนให้ความสนใจและเข้าร่วมกิจกรรมเป็นอย่างดี แกนนำชุมชนดำเนินงานด้วยความเข้มแข็ง และประชาชนยินดีให้การสนับสนุน เพราะเข้าใจและรับรู้ถึงประโยชน์ที่ตนเองจะได้รับ สามารถจัดการตัวเองให้มีพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม

3. ชุมชนในเทศบาลตำบลลำทับ องค์การบริหารส่วนตำบลลำทับ เทศบาลตำบลเขาพนม องค์การบริหารส่วนตำบลพรุเดียว เทศบาลตำบลเหนือคลองและองค์การบริหารส่วนตำบลคลองเขม่า จังหวัดกระบี่ (Kanthanon et al, 2021) จากการศึกษาพฤติกรรมการใช้ชีวิต การปรับตัวและการเรียนรู้ของประชาชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 สู่การปรับตัวของชุมชนวิถีใหม่ในพื้นที่จังหวัดกระบี่ พบว่า 1) สถานภาพทางเศรษฐกิจลดลง มีการพัฒนาตนเองเพิ่มขึ้น บุคคลที่ตกงานมักหาแนวทางเพื่อให้ตนเองมีความอยู่รอด มีการวางแผนใช้เงินและวางแผนการชีพ 2) ด้านสุขภาพมีความเครียดเพิ่มขึ้น ความสัมพันธ์เป็นปกติ ล้างมือ สวมหน้ากาก เว้นระยะห่าง ใช้ช้อนกลาง แยกของใช้ส่วนตัว อาหารสุกใหม่ หลีกเลี่ยงการไปในที่ชุมชน การเข้าใช้

บริการสถานที่ต่าง ๆ มีมาตรการป้องกันและตรวจวัดอุณหภูมิของผู้ใช้บริการ ลงทะเบียนเข้าใช้บริการ มีการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลข่าวสาร 3) สังคมและสิ่งแวดล้อมไม่มีผลกระทบวิตกกังวลกับบุคคลรอบข้าง กิจกรรมในชุมชนลดลง การปรับตัวพูดคุยได้รับความช่วยเหลือจากญาติ บางครั้ง 4) ด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ มีการใช้โทรศัพท์ โน้ตบุ๊ก เรียนรู้เทคโนโลยีมากขึ้น 5) ด้านการศึกษา ต้องเรียนออนไลน์ ซึ่งการเรียนออนไลน์ทำให้เกิดการปรับตัวของครูและนักเรียน ครั้งยิ่งใหญ่ บางโรงเรียนก็มีการปรับพฤติกรรมอย่างรวดเร็ว แต่ในบางโรงเรียนก็มีการปรับตัวช้า ทำให้ต้องมีการหยุดเรียนไประยะหนึ่ง และทำการเร่งอบรมครูและจัดวางระบบการเรียนออนไลน์ใหม่ให้ทันสถานการณ์

การป้องกันและแก้ไขปัญหาการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 พบว่าชุมชนได้มีการปฏิบัติในการป้องกันและแก้ปัญหาของโรคระบาด โดยการให้ทุกคนป้องกัน ดูแลตัวเองและช่วยสอดส่องบุคลากรภายนอกที่เข้ามาในชุมชน ว่าเป็นคนที่มาจากกลุ่มเสี่ยงหรือไม่ และมีแนวทางในการวางแผนการใช้ชีวิตวิถีใหม่ หากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 ยังไม่เบาบางหรือลดลง ซึ่งมีความรุนแรงและยังไม่เคยเกิดขึ้นในประวัติศาสตร์โลกมาก่อน ควรมีการวางแผนการใช้ชีวิตที่จะดำรงชีวิตต่อไปหากวิธีป้องกันสถานการณ์ให้ผ่านไปได้ พอเพียง หลีกเสี่ยง พักผ่อนและมีแนวทางการสื่อสารข้อมูลหรือเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งการได้รับข้อมูลที่ถูกต้องจะช่วยให้ประชาชนเตรียมพร้อมรับมือได้อย่างทันสถานการณ์ (Coronavirus Disease 2019 Epidemic Administrative Center, 2020) ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 และประเด็นที่ควรสื่อสาร ความจริงเรื่องจริง ทุกสิ่ง (ช่องทางการสื่อสาร) ต้องควบคุม การรับสื่อมาจากสิ่งต่าง ๆ ก็ต้องรอบรู้ แนะนำข่าวสารที่เป็นความจริงทุกอย่างมาสื่อต่อคนในครัวเรือนและชุมชนอย่างถูกต้องและแพร่หลายเพื่อช่วยเหลือกันในยามตกทุกข์ได้ยาก และมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับไวรัส การติดตามข้อมูลข่าวสาร มีความตระหนักแต่ไม่ตระหนกเป็นการเตรียมรับมือเพื่อป้องกันและควบคุมการแพร่ระบาดในประเทศไทยได้

### คุณลักษณะของชุมชนที่เข้มแข็งในสถานการณ์โควิด-19

ชุมชนนับเป็นฐานสำคัญในการจัดการความเสี่ยงจากภัยพิบัติต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น เนื่องจากชุมชนเป็นพื้นที่ที่มีประชาชนอยู่รวมกัน และมีการใช้ชีวิตประจำวันร่วมกัน ในการจัดการภัยพิบัติในชุมชนต้องมีการเตรียมความพร้อมให้กับประชาชนในชุมชน โดยการเพิ่มศักยภาพให้กับชุมชนเพื่อเป็นทักษะที่จำเป็นในการดำรงชีวิตและเพื่อแก้ไขปัญหาและวิกฤติต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชุมชนได้ โดยต้องอาศัยกระบวนการเรียนรู้ที่เกิดขึ้น มีจุดมุ่งหมายไปสู่การเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้นของชุมชน เกิดชุมชนเข้มแข็งพึ่งตนเองได้อย่างยั่งยืน (Sombutphiboon & Rattanaset, 2021) จากการศึกษาพบว่ามีปัจจัยที่ส่งเสริมให้ชุมชนเกิดความเข้มแข็งในสถานการณ์โควิด-19 มีดังนี้

1. ปัจจัยด้านผู้นำชุมชน ซึ่งผู้นำชุมชนในช่วงสถานการณ์โควิด-19 ต้องเป็นผู้มีความรู้และความสามารถในการให้ข้อมูลที่ถูกต้องแก่สมาชิกในชุมชน อีกทั้งต้องมีการประสานงานกับหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อเข้ามาให้คำแนะนำและช่วยเหลือสมาชิกในชุมชน ประชาสัมพันธ์ข้อมูลที่ถูกต้องได้อย่างทั่วถึง เพื่อให้สมาชิกในชุมชนได้รับทราบอย่างทั่วถึง ผู้นำชุมชนยังต้องทำงานด้วยความเสียสละ อดทน เพราะเป็นผู้มีความสามารถในการจัดสรรและจัดการต่อสิ่งที่มีคุณค่าต่าง ๆ

มากกว่าคนอื่น เป็นผู้มีความรู้ ความสามารถในการประสานงานในการเรียกร้องสิ่งต่าง ๆ และเข้าไปมีส่วนร่วมในการวางแผนบริหารพัฒนาท้องถิ่นในแต่ละด้าน เป็นบุคคลที่ชาวบ้านรักใคร่ นับถือและไว้วางใจ สามารถเข้าใจปัญหาของชุมชน และสุดท้ายผู้นำชุมชนสามารถเข้าใจและอธิบายให้ชาวบ้านเข้าใจวัตถุประสงค์และผลประโยชน์ที่จะได้รับจากการพัฒนาได้เป็นอย่างดี มีความสามารถประสานงาน ติดต่อสื่อสารและขอความช่วยเหลือภายนอกชุมชนได้

2. ปัจจัยด้านสมาชิกในชุมชนที่มีความสามัคคีและมีการร่วมมือกันแก้ไขปัญหาและสมาชิกในชุมชนมีการทำกิจกรรมร่วมกันในชุมชนมาอย่างต่อเนื่อง การมีระบบความสัมพันธ์เชิงสังคมที่แน่นแฟ้น หมายความว่าชุมชนที่มีความสัมพันธ์ในลักษณะที่อยู่รวมกันเป็นกลุ่มที่มีความสามัคคี มีความปรองดองกัน ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน มีกิจกรรมที่ปฏิบัติร่วมกันจะส่งผลต่อความเข้มแข็งของชุมชน

3. ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้นำและประชาชนในชุมชน โดยสมาชิกในชุมชนยอมรับในบทบาทและตำแหน่งหน้าที่ของผู้นำชุมชนเป็นอย่างดี หากผลงานของคณะกรรมการชุมชนแสดงให้เห็นความตั้งใจจริงในการทำงานก็จะทำให้ได้รับการยอมรับในบทบาทของคณะกรรมการชุมชน ทำให้สมาชิกในชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมกับกรรมการชุมชน เกิดเป็นความสามัคคีในชุมชนและเกิดความไว้วางใจกันในการดูแลความปลอดภัยในชุมชน

4. ปัจจัยด้านการบริหารงานของชุมชนที่มีความชัดเจน โดยมีการแบ่งหน้าที่ของแต่ละฝ่ายอย่างชัดเจนและเหมาะสม ซึ่งทำให้สมาชิกในชุมชนสามารถติดต่อประสานงานได้โดยสะดวก ชุมชนที่มีระบบการบริหารงานในชุมชนที่ชัดเจนจะทำให้สมาชิกให้ความสำคัญและให้การสนับสนุนในการแก้ไขปัญหาสาธารณูปโภคและสาธารณูปการของชุมชน เพื่อแก้ไขปัญหาพื้นฐานในการอยู่อาศัยของสมาชิกในชุมชนร่วมกันอย่างดีที่สุด อีกทั้งชุมชนยังได้รับความร่วมมือและการสนับสนุนจากหน่วยงานภายนอกที่มีความพร้อมในด้านงบประมาณและบุคลากร ทำให้ชุมชนสามารถดำเนินการในการทำกิจกรรมของชุมชนไปได้อย่างราบรื่น

5. ปัจจัยด้านการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน ที่มีระดับของการเข้าร่วมต่างกัน จำแนกตามบทบาท หน้าที่ เช่น ผู้นำชุมชน คณะกรรมการชุมชน และคณะทำงานที่ได้รับมอบหมายงานการป้องกันการระบาดของโรคโควิด-19 (อสม./อสส.) ต้องเข้ามามีส่วนร่วมในทุกขั้นตอนดำเนินงานสมาชิกในชุมชน ต้องความร่วมมือ สนับสนุนกระบวนการเรียนรู้เกี่ยวกับภาวะของโรคและการป้องกันการระบาด พร้อมทั้งเป็นผู้นำแนวทางดำเนินงานไปปฏิบัติหรือต้องเป็นผู้ตระหนักถึงส่วนรวมและมีความพร้อมในการปรับตัว





ภาพที่ 1 ปัจจัยที่ทำให้ชุมชนเข้มแข็งสามารถปรับตัวได้ภายใต้การระบาดของโรคโควิด-19

นอกจากนี้ยังมีปัจจัยที่สำคัญ อาทิ คนในชุมชนมีจิตสำนึกและทัศนคติที่ดีต่อชุมชน มีการจัดการชุมชนที่ดี ภาวะผู้นำและเป็นชุมชนพึ่งพาตนเอง

1. คนในชุมชนมีจิตสำนึกและทัศนคติที่ดีต่อชุมชน ต้องมีจิตสำนึกประชาสังคม (Civic Consciousness) คือการสำนึกว่าตัวเองเป็นเจ้าของปัญหาของชุมชน มีความตั้งใจและเจตจำนงที่จะเข้าร่วมรับผิดชอบและแก้ไขปัญหาภัยกับฝ่ายต่าง ๆ อย่างเท่าเทียมกัน มีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาของชุมชนร่วมกัน และยอมรับในความคิดเห็นและเห็นคุณค่าของความแตกต่างหลากหลาย

2. มีการจัดการชุมชนที่ดี โดยชุมชนมีการวางแผน การจัดกระบวนการภายในชุมชน การลงมือปฏิบัติตามแผนงานและมีการประเมินผล กระบวนการจัดการของชุมชน ส่งผลต่อความเข้มแข็งของชุมชน มีการจัดทำแผนชุมชนที่เกิดจากการมีส่วนร่วมของประชาชน มีการดำเนินงานในชุมชนที่มีการจัดตั้งกลุ่มองค์กรต่าง ๆ ภายในชุมชน ไม่ว่าจะเป็นคณะกรรมการหมู่บ้าน กลุ่มแม่บ้านเกษตรกร กลุ่มอาชีพ กลุ่ม OTOP และบูรณาการการทำงานกับหน่วยงานต่าง ๆ ภายในชุมชน

3. ภาวะผู้นำ ผู้นำชุมชนนั้นต้องเป็นผู้ประสานความคิดเห็นต่าง ๆ เข้าด้วยกัน โดยการรับฟังความคิดเห็นของผู้คนทุกฝ่าย อีกทั้งต้องเปิดโอกาสให้สมาชิกในชุมชนสามารถแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ข่าวดสารและความคิดเห็นกันได้อย่างเท่าเทียมกัน ผู้นำชุมชนต้องมีภาวะความเป็นผู้นำสูง ต้องมีความสัมพันธ์กับคนอื่น สร้างโอกาสให้แก่สมาชิกได้เข้ามามีส่วนร่วมและริเริ่มสร้างสรรค์ พร้อมทั้งจะเรียนรู้แลกเปลี่ยนข้อมูลและความคิดเห็นกับผู้อื่น เป็นผู้นำที่ฝึกตนเองเข้ากับชุมชนอย่างแนบแน่น และร่วมทำประโยชน์ต่าง ๆ เพื่อชุมชน

4. ชุมชนพึ่งพาตนเอง ต้องเป็นชุมชนพึ่งตนเองได้ คือ สมาชิกและองค์กรต่าง ๆ ในชุมชนมีความเข้มแข็งพอที่จะช่วยเหลือหรือพึ่งตนเองได้ทั้งในยามปกติและประสบกับภาวะวิกฤตต่าง ๆ

#### การมีส่วนร่วมของชุมชนในการป้องกันการระบาดของโรคโควิด-19

ในกระบวนการพัฒนาแบบมีส่วนร่วมของชุมชนในการป้องกันโรคโควิด-19 สมาชิกทุกคนในชุมชนต้องเข้ามามีส่วนร่วมในการพัฒนาทุกขั้นตอน ตั้งแต่การวิเคราะห์วางแผนลงมือปฏิบัติการสังเกตการณ์และการสะท้อนผลถอดบทเรียนร่วมกัน เนื่องจากเห็นความสำคัญและตระหนักว่า

การป้องกันโรคโควิด-19 เป็นบทบาทหน้าที่ของทุกคนในชุมชน และรู้สึกถึงความเป็นเจ้าของครัวเรือน และชุมชน โดยมีการปรับเปลี่ยนกิจกรรมในแต่ละวงรอบไปตามสภาพปัญหาและความต้องการของชุมชน ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านความรู้ การรับรู้และพฤติกรรมในการป้องกันโรคโควิด-19 ของคนในชุมชน ซึ่งกระบวนการมีส่วนร่วมดำเนินการครอบคลุมพื้นที่ในชุมชน ทั้งครัวเรือน โรงเรียน และวัด นับเป็นการสร้างโอกาสให้แกนนำชุมชนและตัวแทนสมาชิกครัวเรือนเกิดการแลกเปลี่ยนความรู้ ประสบการณ์ สามารถนำเสนอความคิดของตนต่อกลุ่ม มีความเข้าใจสภาพปัญหา ความต้องการและข้อจำกัดที่มี ประกอบกับมีการสนับสนุนจากองค์กรทุกภาคส่วน ทั้งภาครัฐและภาคเอกชน ทำให้การดำเนินงานเกิดผลดี ชุมชนเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด-19 การรับรู้ความเสี่ยงและความรุนแรงของโรคโควิด-19 และพฤติกรรมในการป้องกันโรคโควิด-19 กระบวนการมีส่วนร่วมทำให้ประชาชนมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาของชุมชน ใช้ทรัพยากรจากชุมชน มาพัฒนาศักยภาพชุมชน ให้สามารถคิด วิเคราะห์ วางแผนดำเนินการและติดตามประเมินผลการแก้ไขปัญหาของชุมชน เกิดความสามัคคี ช่วยเหลือเกื้อกูล เป็นการสร้างคุณค่าให้แก่ผู้ร่วมกิจกรรม และเกิดประโยชน์แก่ชุมชน

หลังการพัฒนา ทั้งแกนนำชุมชนและตัวแทนสมาชิกครัวเรือนมีความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด-19 สูงกว่าก่อนการพัฒนา อธิบายได้ว่าแกนนำชุมชนเป็นกลุ่มที่ได้รับการถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด-19 เป็นกลุ่มแรก ๆ ในช่วงที่มีการระบาดของโรค และมีส่วนร่วมในการดำเนินงานป้องกันโรคโควิด-19 ในชุมชนร่วมกับเจ้าหน้าที่สาธารณสุขและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ส่วนตัวแทนสมาชิกครัวเรือนได้รับการพัฒนาความรู้โดยใช้วิธีการที่เหมาะสม สอดคล้องกับวิถีการดำเนินชีวิตและสภาพปัญหาในช่วงที่ต้องเว้นระยะห่างทางสังคม งดการรวมกลุ่มจัดกิจกรรม โดยการให้ความรู้ทางหอกระจายข่าวหมู่บ้านและการเคาะประตูบ้านให้ความรู้รายครัวเรือน ซึ่งนับเป็นวิธีการที่เหมาะสม กระบวนการมีส่วนร่วมทำให้อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านซึ่งเป็นกลุ่มแกนนำ มีการรับรู้ความเสี่ยงและความรุนแรงของโรคโควิด-19 สูงกว่าก่อนการพัฒนา การให้ข้อมูลสถานการณ์การระบาดของโรค ความเสี่ยงและความรุนแรงของโรคทุกวัน ด้วยวิธีการที่หลากหลายและเหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย ทำให้กลุ่มเป้าหมายมีการรับรู้ความเสี่ยงและความรุนแรงของโรคโควิด-19 มากขึ้น

จากการศึกษา “การมีส่วนร่วมของชุมชนในการป้องกันการระบาดของโรคโควิด-19: กรณีศึกษาชุมชนบางบัว เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร” (Sukhonthachit, Chanthanet, Chairob & Wongchaisuvan, 2022) พบว่าชาวชุมชนบางบัว ประกอบด้วยสมาชิกในชุมชนบางบัว 1,284 คน จำนวน 229 หลังคาเรือน โดยมีแกนนำร่วมเป็นนักวิจัยชุมชน 5 คน ซึ่งเป็นคนภายในชุมชนและเป็นผู้นำชุมชน นอกจากนี้มีอาสาสมัครสาธารณสุข (อสส.) ซึ่งคอยดูแลด้านสุขภาพของคนภายในชุมชน ประสานงานร่วมกับทางศูนย์บริการสาธารณสุข 24 บางเขน (ศบส. 24 บางเขน) ทั้งนี้ทางนักวิจัยชุมชน และชาวบ้านชุมชนบางบัว ได้รับผลกระทบจากการระบาดของโรคโควิด-19 โดยตระหนักถึงทั้งผลกระทบทางสุขภาพและผลกระทบด้านอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นทางเศรษฐกิจ สังคมของชาวบ้านชุมชนบางบัว ในช่วงแรกได้รับการช่วยเหลือจากทางภาครัฐ และเอกชน แต่เนื่องจากสถานการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 ยังคงระบาดอย่างต่อเนื่องมาเป็นเวลา 2 ปี และยังคงพบผู้ติดเชื้อ ถึงแม้จะได้เข้ารับการฉีดวัคซีนป้องกันโรคโควิด-19 แต่เมื่อติดโควิด-19 ไม่เพียงแต่ส่งผลกระทบต่อข้างต้น ยังคงส่งผลกระทบต่อสุขภาพในระยะยาวหรือ Long Covid อีกด้วย จึงทำให้โครงการงานวิจัยนี้ได้รับ

ความสนใจ และได้รับความร่วมมือจากชาวบ้านชุมชนบางบัวเป็นอย่างมาก โดยประสานงานผ่านกลุ่มแกนนำผู้นำชุมชน ที่เป็นนักวิจัยชุมชนในครั้งนี้นี้ โดยทางทีมวิจัยอาจารย์ได้ลงพื้นที่ติดต่อประสานงานกับทางทีมวิจัยชุมชนอย่างต่อเนื่อง โดยมีการจัดกิจกรรม ลงพื้นที่สำรวจประชากร ข้อมูลพื้นฐานของชาวบ้านชุมชนบางบัว และจัดงานประชุม ณ ห้องประชุมชุมชนบางบัว ในทุกครั้งที่ทีมวิจัยชาวบ้านสนใจเข้าร่วม และเล่าถึงประสบการณ์ ผลกระทบของตนและคนในชุมชนบางบัว ที่ได้รับจากการระบาดของโรคโควิด-19 โดยมีการประชุมลงพื้นที่หารือกับนักวิจัยชุมชนอย่างต่อเนื่อง และวันประชุมเปิดตัวโครงการ เมื่อวันที่ 30 มีนาคม 2565 ได้รับความสนใจจากทางชาวบ้านชุมชนบางบัวเป็นอย่างมาก

ด้วยในวันเปิดตัวโครงการวิจัย “การมีส่วนร่วมของชุมชนในการป้องกันการระบาดของโรคโควิด-19 : กรณีศึกษา ชุมชนบางบัว เขตบางเขน กรุงเทพมหานคร” ได้มีพยาบาลวิชาชีพปฏิบัติการจากศูนย์บริการสาธารณสุข 24 บางเขน 2 คน (นางอรพรรณ บุญฉั่ว และนางพรพรรณ รัชนิพนธ์) ซึ่งภายหลังได้ร่วมเป็นภาคีเครือข่ายในคณะกรรมการป้องกันการระบาดของโรคโควิด-19 มาเป็นวิทยากรมอบความรู้เกี่ยวกับโรคโควิด-19 และการป้องกันดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง รวมถึงจัดกิจกรรมบอกเล่าประสบการณ์ของชาวบ้านที่เคยได้รับเชื้อโควิด-19 และผลกระทบความเดือดร้อนที่ชาวบ้านได้รับ และได้มีการศึกษาดูงานชุมชนต้นแบบที่ประสบความสำเร็จในการป้องกันการระบาดของโรคโควิด-19 แบบมีส่วนร่วมของประชาชน ทางนักวิจัยชุมชนและทีมวิจัยอาจารย์ รวมจำนวน 15 คน ได้แก่ทีมวิจัยและ อสส. ชุมชนบางบัว 10 คน ปลัดอำเภอบางใหญ่ ผู้นำชุมชนและหัวหน้าส่วนงานสาธารณสุขในพื้นที่จำนวน 5 คน ได้เดินทางไปยังศูนย์พักคอยโควิด-19 ตำบลบางเลน อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี และที่ทำการผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 14 ตำบลบางม่วง อำเภอบางใหญ่ จังหวัดนนทบุรี ทางทีมวิจัยและ อสส. ชุมชนบางบัว ร่วมกันศึกษากระบวนการเข้าไปมีส่วนร่วมของชุมชนที่ประสบความสำเร็จ ในการป้องกันการแพร่ระบาด เนื่องจากการมีส่วนร่วม ของชุมชนที่เข้มแข็ง จึงทำให้ชาวบ้านในตำบลบางเลนและตำบลบางม่วง สามารถรับมือกับวิกฤตการณ์การระบาดของโรคโควิด-19 ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และหลังจากการศึกษาดูงาน ทางทีมวิจัยได้กลับมาจัดประชุมหารือกับทางทีมวิจัยชุมชนและทาง ศบส. 24 บางเขน ได้ผลสรุปจากการไปศึกษาชุมชนต้นแบบคือ ทาง อสส. และทีมผู้นำชุมชนได้มีการจัดตั้งกลุ่มไลน์ ในการดูแลป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 และมีการแบ่งโซนพื้นที่ชุมชนในการรับผิดชอบ เป็น 4 โซน เพื่อให้ได้รับการดูแลอย่างครอบคลุมและทั่วถึงทั้งชุมชนบางบัว

## สรุป

พฤติกรรมการใช้ชีวิต การปรับตัวและการเรียนรู้ของชุมชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 เป็นสิ่งกระตุ้นให้ประชาชนต้องเรียนรู้ปรับตัวเข้ากับชุมชนวิถีใหม่ภายใต้เงื่อนไขของสถานการณ์ทางเศรษฐกิจที่ลดลง จำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องมีการพัฒนาตนเองเพิ่มขึ้น เช่นในกรณีบุคคลที่ตกงานมักหาทางออกด้วยการงานเริ่มทำสิ่งใหม่หรือการค้าขายอิสระ โดยเฉพาะการทำงานเป็นพนักงานส่งอาหาร (Rider-man) เพื่อให้ตนเองมีความอยู่รอด อีกทั้งมีการวางแผนใช้เงินและวางแผนอาชีพ ขณะที่ ด้านสุขภาพ ที่มีความเครียดเพิ่มขึ้น ก็ต้องดูแลสุขภาพให้แข็งแรง หมั่นล้างมือ สวมหน้ากาก ใช้ช้อนกลาง แยกของใช้ส่วนตัว กินอาหารปรุงสุกใหม่ และการเว้นระยะห่างทางสังคม ที่มีผลทำให้ความสัมพันธ์กับคนในชุมชนก็ลดลง มีความหวาดระแวงบุคคลรอบข้าง

กิจกรรมในชุมชนลดลง หลีกเลี่ยงการไปในที่ชุมนุมหรือแหล่งที่มีคนรวมกลุ่มจำนวนมาก การตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลข่าวสาร ติดตามสถานการณ์จากแหล่งข้อมูลที่เชื่อถือได้ การใช้โทรศัพท์ โน้ตบุ๊ก เรียนรู้เทคโนโลยีมากขึ้น อย่างเช่นการปรับตัวทางด้านการศึกษาที่มีการเรียนการสอนแบบออนไลน์ เป็นต้น ยิ่งไปกว่านั้น ปัจจัยเชิงสาเหตุสำคัญ ที่ส่งเสริมให้ชุมชนเกิดความเข้มแข็งและสามารถปรับตัวให้ผ่านพ้นวิกฤติ การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 เป็นไปได้ด้วยดี คือ 1) ปัจจัยด้านผู้นำชุมชน ที่มีภาวะผู้นำในระดับสูง เป็นผู้มีความรู้ความสามารถในการคิด วิเคราะห์ ตัดสินใจ และให้ข้อมูลที่ถูกต้องแก่สมาชิกในชุมชน อีกทั้งยังเป็นผู้ประสานงานกับหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องแบบเป็นเครือข่าย เพื่อให้การติดต่อสื่อสารและการขอความช่วยเหลือจากภายนอกชุมชน เป็นไปอย่างรวดเร็ว 2) ปัจจัยด้านสมาชิกในชุมชนที่มีการตระหนักรู้ถึงผลกระทบต่อตนเองและชุมชน ซึ่งต้องอาศัยความสามัคคีและมีการร่วมมือกันแก้ไขปัญหา โดยใช้ระบบของความสัมพันธ์เชิงสังคมที่แน่นแฟ้น และเป็นเสมือนสะพานเชื่อมให้ผู้คนสามารถพบปะพูดคุยกันด้วยความไว้วางใจ และไม่ระแวงต่อกัน รวมถึงการช่วยเหลือเกื้อกูลกันในยามยาก ทั้งการแบ่งปันข่าวสาร อาหารแห้ง และเวชภัณฑ์ ตามกำลังของแต่ละคนผ่านตู้ปันสุข และ 3) ปัจจัยด้านการบริหารงานของชุมชนที่มีความชัดเจน มีการวางแผนรับมือการระบาดโดยอ้างอิงตามแนวทางของสาธารณสุขชุมชน มีการจัดกระบวนการภายในชุมชน การลงมือปฏิบัติติดตามแผนงาน และมีการประเมินผลอย่างต่อเนื่อง ดังปรากฏผลลัพธ์เชิงประจักษ์แล้วว่า ปัจจัยที่กล่าวมาข้างต้น สามารถหนุนเสริมให้ชุมชนปรับตัวได้ และเกิดเป็นความเข้มแข็งของชุมชนที่พึ่งพิงตนเองได้ ทั้งในยามปกติและในยามวิกฤติ ทำให้ก้าวผ่านปัญหาและอุปสรรคต่าง ๆ ที่เข้ามากระทบชุมชนได้เป็นอย่างดี

### References

- Bernard, H. W. (1960). *Mental health for classroom*. New York: McGraw-Hill.
- Charurat, S. (1989). *Kānpraptuālaesukphāp̄chit: Čhitwitthayābūāngton* [Adaptation and Mental Health: Psychology]. Bangkok: Khon Kaen University Printing House.
- Coleman, J. S. (1981). Cognitive outcomes in public and private schools. *Sociology of Education*. 55(31), 65-76.
- Coronavirus Disease 2019 Epidemic Administrative Center. (2020). *lakken læ næo patibat nai kān khat krōng kāndoenthāng ‘ōk noḵ khēt khuāpkhum sūngsut læ khēmnguāt samrap khēt khuāpkhum sūngsut læ khēmnguāt hā čhangwat daikæ Samut Sākhoḵ Chon Buri Rayōng Čhanthaburi Trāt* [Criteria and guidelines for screening travel outside the highest and strict control area for the highest and strict control area 5 provinces, consisting of Samut Sakhon, Chonburi, Rayong, Chanthaburi, Trat] Retrieved from <http://www.moicovid.com>
- Department of Disease Control. (2021). *Coronavirus Disease 2019: COVID-19*. Retrieved from <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/measure.php>

- Hutangkool, L. (1992). **Lakphunthanphuakaphayaban Chiwa-chit-sangkhom** [Principles implied to biopsychosocial nursing]. Bangkok: Rangsit University Printing House.
- Kanthanon, S., Siemmai, A., Nakaro, A., Thumsri, K. & Chansa, W. (2021). **kan prap tua khong chumchon rap khwam pakati mai chak kan rabat khong rok titchua wairat khonana songphansipkao nai changwat Krabi** [The community adaptation of new normal of the COVID-19 Outbreak in Krabi Province]. In **kan prachum radap chat mahawitthayalai ratchaphat phu ket khrang thi sipsam bun na kan saha sakha wichaphua kanphatthana thongthin** [National Conference 13<sup>th</sup> Phuket Rajabhat University “Multidisciplinary Integration for Local Development”]. (pp. 1-13). Phuket: Phuket Rajabhat University.
- Panyathorn, K., Sapsirisopa, K., Tanglakmankhong, K. & Krongyuth, W. (2021). **kanmi sanruam khong chumchon nai kan pongkan rok COVID - sipkao ban nong sawan tambon chiang phin ‘Amphoe Muang changwat ‘Udon Thani** [Community Participation in COVID-19 Prevention at Nongsawan Village, Chiangpin Sub-district, Mueang District, Udon Thani Province]. **Journal of Phrapokklao Nursing College**. 32(1), 189-204.
- Roy, C. (1976). **Introduction to nursing: An adaptation model**. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Sombutphiboon, P. & Rattanaset, W. (2021). **khunnalaksana khong chumchon khemkhæng nai sathanakan kho wit - sipkao korani suksa chumchon mu sam tambon bang bua thong ‘amphoe bang bua thong changwat Nonthaburi** [Characteristics of the community strength in the situation of COVID-19: Case study of moo 3 community, Bang Bua Thong Subdistrict, Bang Bua Thong District, Nonthaburi Province]. Master’s thesis, Dhurakij Bundit University.
- Sukhonthachit, P., Chanthanet, W., Chairob, S. & Wongchaisuvan, C. (2022). **kanmi sanruam khong chumchon nai kan pongkan kan rabat khong rok kho wit - sipkao: korani suksa chumchon bang bua kheth Bang Khen Krung Thep Mahā Nakhon** [Community Participation in Preventing COVID-19 Pandemic: A Case Study of Bang Bua Community Bang khen Bangkok]. Research Reports, Krirk University.
- TDRI: Thailand Development Research Institute. (2020). **The impact of COVID-19 on employment in the service sector of Thailand**. Retrieved from <https://tdri.or.th/2020/09/services-sectors-affected-by-the-covid-19>