

คนเครียดกลัวโควิดระบอบใหม่

กรุงเทพโพลล์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ เผยผลสำรวจความคิดเห็นประชาชนเรื่อง “สุขภาพจิตคนไทยวันนี้ เป็นอย่างไร” เนื่องในวันที่ 10 ต.ค.ของทุกปีเป็นวันสุขภาพจิตโลก โดยเก็บข้อมูลจากประชาชนทั่วประเทศ พบว่า เรื่องที่ทำให้สุขภาพจิตแย่ ทำให้เครียด วิตกกังวลมากที่สุด ในปีนี้ พบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ 51.6 กลัวโควิด-19 ระบอบระลอกใหม่ รองลงมา ร้อยละ 44.9 กลัวติดโควิด-19 ร้อยละ 43.1 รายได้ไม่พอจ่ายเป็นหนี้เป็นสิน และร้อยละ 31.7 ปัญหาการเรียน ลูกหลานเรียนช้า คุณภาพการศึกษา

เมื่อถามว่า “ในภาพรวม สุขภาพจิต ความเครียด ความวิตกกังวล เป็นอย่างไร เมื่อเทียบกับปีที่ผ่านมา” พบว่าส่วนใหญ่ร้อยละ 50.2 เห็นว่า แย่กว่าเดิม ร้อยละ 41.9 เห็นว่าเหมือนเดิม ร้อยละ 7.9 เห็นว่าดีกว่าเดิม ส่วนกิจกรรมที่ทำเพื่อคลายความเครียด หลังมาตรการผ่อนคลายเป็นของ สบค. พบว่า ร้อยละ 22.9 ไปเล่นกีฬา วิ่งออกกำลังกาย รองลงมา ร้อยละ 17.2 ไปเดินเล่น ซ้อมปิ้งในห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 16.0 ไปเสริมสวย ทำเล็บ ตัดผม ร้อยละ 44.9 อยู่บ้านไม่ไปไหน กลัวติดโควิด-19 และสุดท้ายถามว่า ปัจจุบันปรับตัวในการใช้ชีวิตกับโควิด-19 ได้มากน้อยเพียงใดพบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ 91.1 ปรับตัวได้ค่อนข้างมากถึงมากที่สุด ขณะที่ร้อยละ 8.9 ปรับตัวได้ค่อนข้างน้อยถึงน้อยที่สุด.