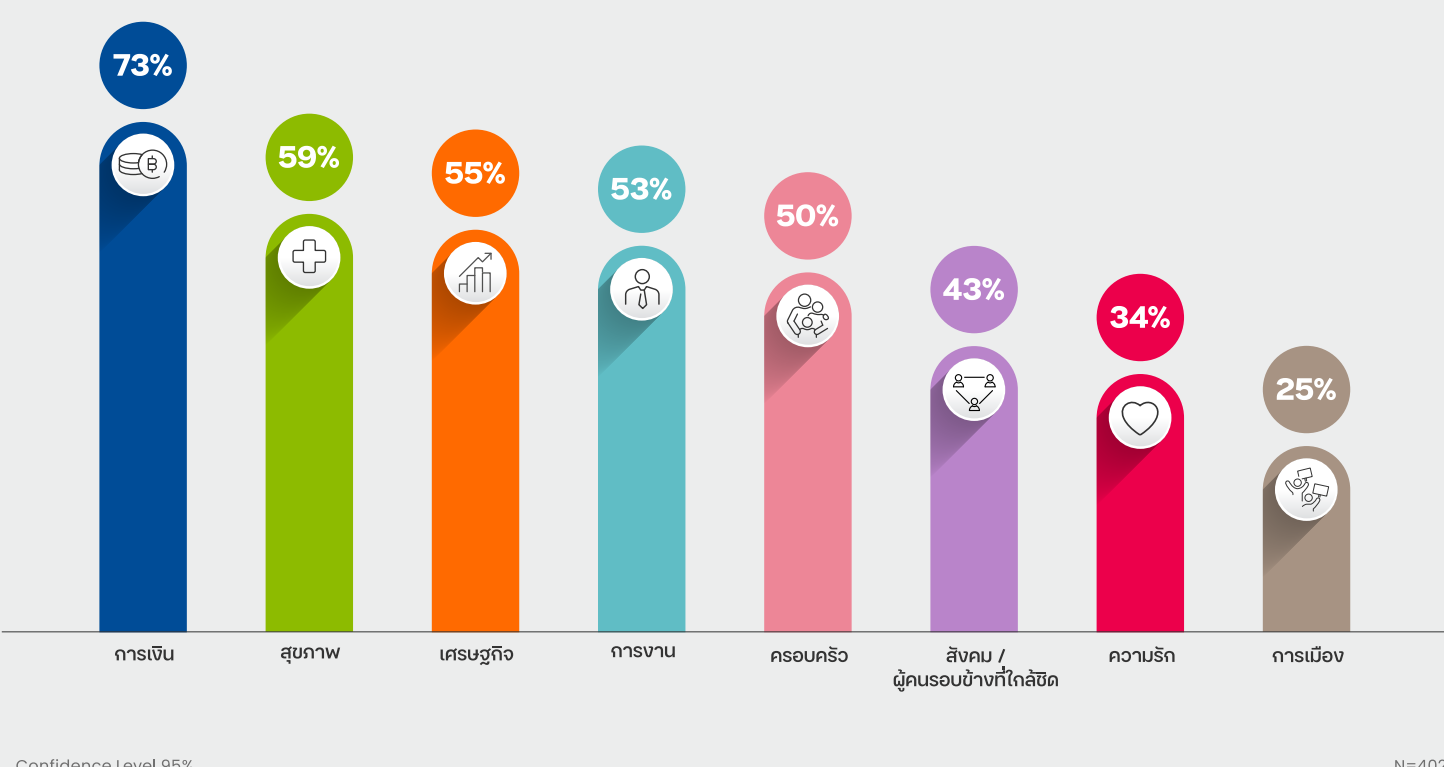


ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต (Mental Health)

The Wall Poster ฉบับที่ 33

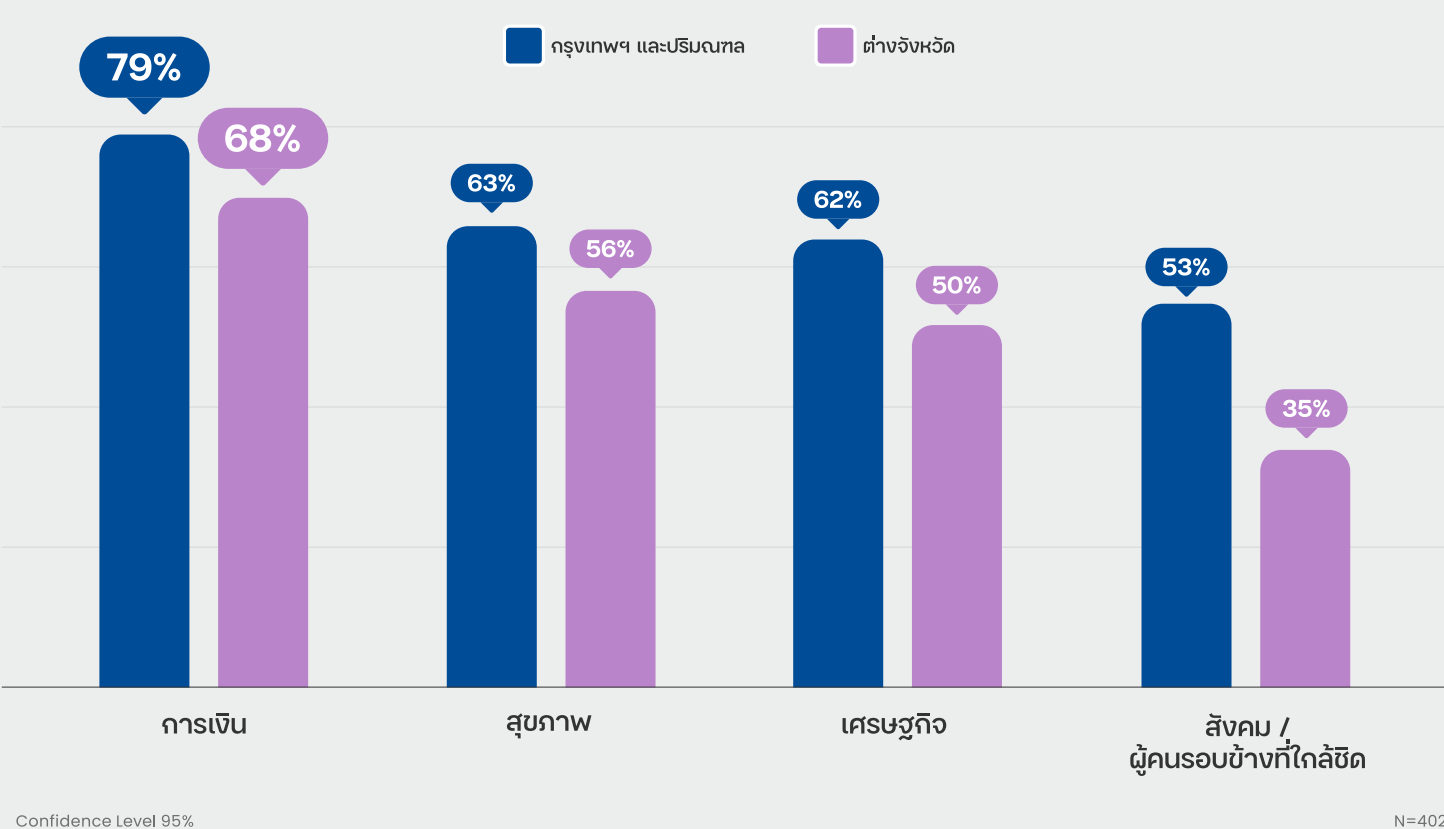
The Wall Poster ฉบับที่ 33 จัดทำเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต (Mental Health) โดยมีระยะเวลาการเก็บผลสำรวจ ในช่วงวันที่ 25 มกราคม - 31 มกราคม 2566 มีผู้ตอบแบบสอบถามทั้งสิ้น 402 คน ทั้งเพศชายและหญิง ช่วงอายุตั้งแต่ 13 ปีขึ้นไป

ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต โดยภาพรวม



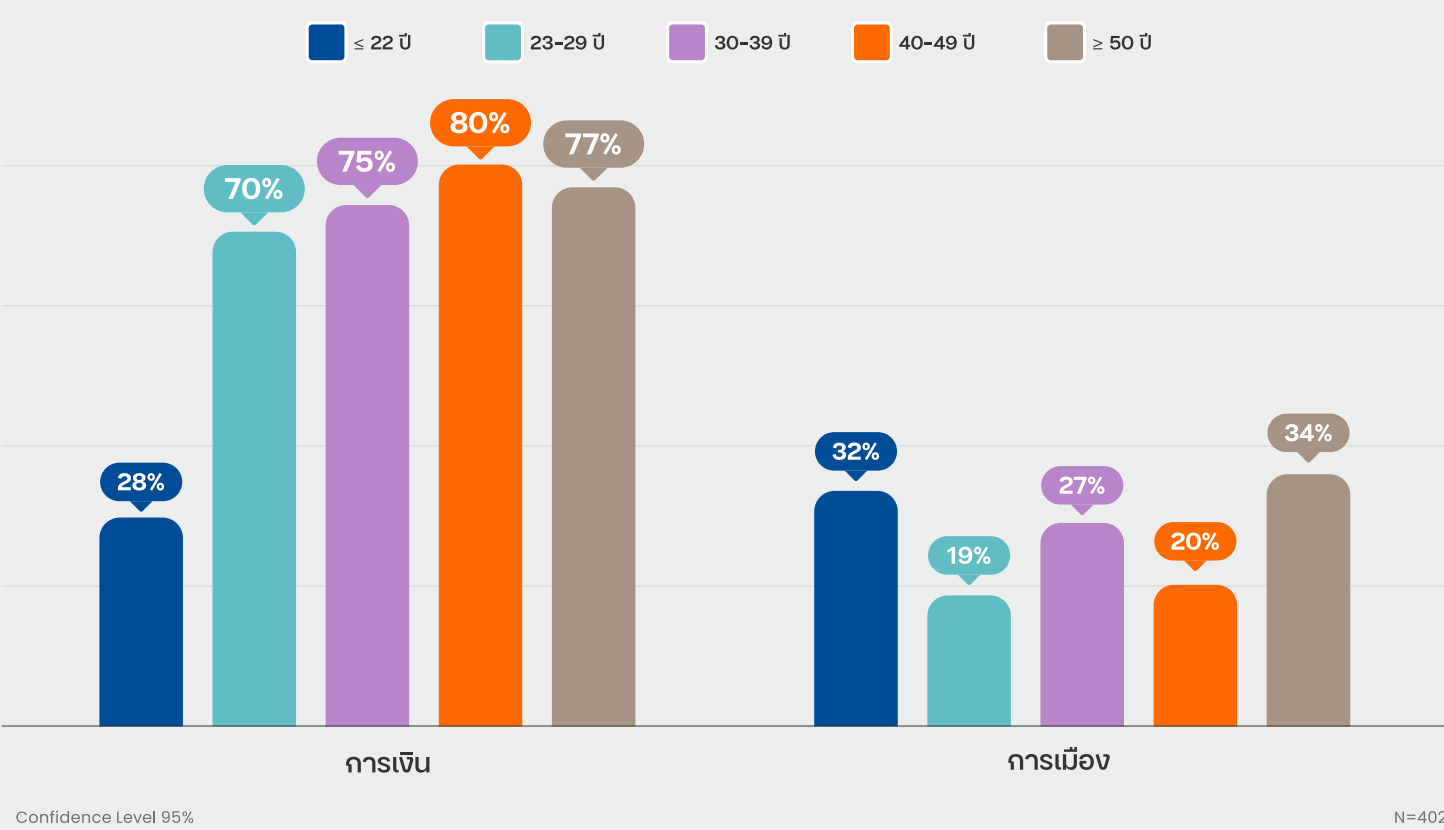
จากการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต (Mental Health) พบว่า 5 เรื่อง (Top 5) ที่ผู้ตอบแบบสอบถามมองว่าส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของตนเองมากที่สุด คือ เรื่องการเงิน (73%) สุขภาพ (59%) เศรษฐกิจ (55%) การงาน (53%) และครอบครัว (50%) และเมื่อคำนวณค่าเฉลี่ยทางสถิติแล้ว 1 คน ตอบว่ามีถึง **3.93** ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตตนเอง โดยค่าเฉลี่ยของกลุ่มคนกรุงเทพฯ สูงกว่าค่าเฉลี่ยในกลุ่มคนต่างจังหวัดอย่างมีนัยสำคัญ (4.28 ปัจจัย และ 3.64 ปัจจัย)

ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตแบ่งตามพื้นที่ที่อยู่อาศัย



4 เรื่องหลักที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตแตกต่างกันอย่างชัดเจนระหว่างคนกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด คือ เรื่องการเงิน สุขภาพ เศรษฐกิจ และสังคม / ผู้คนรอบข้างที่ใกล้ชิด

ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตแบ่งตามช่วงอายุ



หากหยิบยก 2 ประเด็นที่น่าสนใจที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต คือเรื่องการเงินที่ส่งผลกระทบมากที่สุดและการเมืองที่ส่งผลกระทบน้อยสุด มาพิจารณา พบว่า **เรื่องการเงิน** เป็นปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้ตอบแบบสอบถามในทุกช่วงอายุ ยกเว้นช่วงอายุ 16-22 ปี ส่วนเรื่องการเมือง ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของผู้ตอบแบบสอบถามในกลุ่มอายุ 50 ปี ขึ้นไป และกลุ่ม 16-22 ปี สูงถึง 34% และ 32% ตามลำดับ

โดยสรุป*

เรื่องการเงิน เป็นปัจจัยหลักที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิตของทุกกลุ่ม กลุ่มที่ตอบว่าได้รับผลกระทบจากปัจจัยต่างๆ หลากหลายด้านมากที่สุด คือกลุ่ม อายุ 40-49 ปี (ได้รับผลกระทบโดยเฉลี่ย 4.27 ปัจจัย) ทั้งนี้เพราะเป็นวัยที่ต้องดูแลรับผิดชอบรอบด้านทั้งเรื่องการเงิน การงาน และความสัมพันธ์ ในครอบครัวไปพร้อมๆ กัน