



สถาบันวิจัยประชากรและสังคม
มหาวิทยาลัยมหิดล

ประชากร และการพัฒนา

Population and Development Newsletter ISSN: 2822-0404 (Online)
Website: www.newsletter.ipsr.mahidol.ac.th

อายุมากขึ้น
ความหลัง
ก็รุ่งพुरु

หน้า 6-7

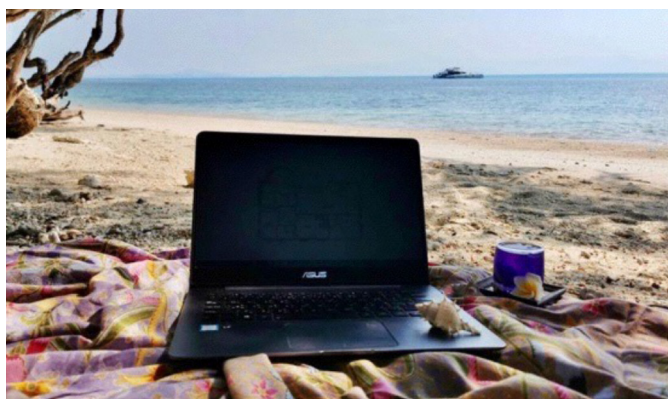
วิชาสำหรับดิจิทัลโนแมด: แนวโน้มของโลกยุคหลังโควิด-19

สักกรินทร์ นียมศิลป์
sakkarin.niy@mahidol.ac.th

ดิจิทัลโนแมด (Digital Nomad) เป็นศัพท์ที่เกิดขึ้นตั้งแต่ปี 1997 และแพร่หลายขึ้นอย่างรวดเร็วนับจากนั้น เพื่อเรียกผู้ย้ายถิ่นที่มีวิถีชีวิตที่เชื่อมโยงกับเทคโนโลยีดิจิทัล และไม่ยึดติดกับสถานที่แห่งใดแห่งหนึ่ง (location-independent) โดยการทำงานของ กลุ่มบุคคลดังกล่าวต้องอาศัยอินเทอร์เน็ตความเร็วสูง เทคโนโลยี การประชุมทางไกล และใช้ฮาร์ดแวร์และซอฟต์แวร์เพื่อส่งมอบบริการ ผ่านเครือข่ายการประมวลผลแบบคลาวด์ (cloud computing) ในระบบออนไลน์ไปยังผู้ว่าจ้าง โดยทั่วไปดิจิทัลโนแมดจะแตกต่าง จากแรงงานข้ามชาติ (migrant workers) เนื่องจากไม่ได้ทำงาน ทหารายได้ในสถานที่ที่ตนอาศัยอยู่ในช่วงเวลานั้นๆ แต่มีรายได้จาก นายจ้างในต่างประเทศ โดยมีรูปแบบการทำงานทางไกล (remote work) เช่น การทำงานที่บ้าน (work from home) หรือการทำงาน ในต่างประเทศในช่วงระยะเวลาหนึ่ง เป็นต้น โดยอาจเป็นพนักงาน ขององค์กรใดองค์กรหนึ่ง หรือประกอบอาชีพอิสระ (freelance) ซึ่งรับงานจากผู้ว่าจ้างหลายรายก็ได้ นอกจากนี้ ดิจิทัลโนแมด ยังอาจเป็นผู้ประกอบการในลักษณะธุรกิจสตาร์ทอัพ (Startup) ก็ได้ โดยดิจิทัลโนแมดมักเป็นคนหนุ่มสาวที่นิยมเดินทางท่องเที่ยวต่าง ประเทศควบคู่ไปกับการทำงานทางไกล กลุ่มดิจิทัลโนแมดได้เติบโต อย่างรวดเร็วในช่วงสองทศวรรษที่ผ่านมา อันเป็นผลมาจากการ ปฏิวัติอุตสาหกรรมครั้งที่ 4 ที่เทคโนโลยีดิจิทัล อุตสาหกรรมหุ่นยนต์ และปัญญาประดิษฐ์ (AI: Artificial Intelligence) เข้ามาทดแทน การผลิตในรูปแบบเก่า ทำให้ธุรกิจในโลกยุคใหม่สามารถขับเคลื่อนได้ บนโลกออนไลน์ โดยเชื่อมโยงผู้ทำงานทางไกล (remote workers) จากทุกมุมโลกเข้าด้วยกัน

และการทำงานทางไกล (remote work) โดยผู้ทำงานในลักษณะ ดังกล่าวเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 7.9 ของผู้ที่มีงานทำทั่วโลกในช่วงก่อน โควิด-19 เป็นร้อยละ 17.4 ในช่วงไตรมาสสองของปี 2563¹ ในบาง ประเทศ เช่น สหรัฐฯ กลุ่มที่ทำงานทางไกลมีสัดส่วนกว่าครึ่งหนึ่งของ แรงงานทั้งหมดในช่วงที่มีการระบาดรุนแรง แม้ว่าภายหลัง สถานการณ์ของโควิด-19 จะคลี่คลายลง และแรงงานส่วนใหญ่ จะกลับไปทำงานตามปกติ แต่คนจำนวนมากก็ยังเลือกที่จะทำงาน ทางไกลต่อไป โดยองค์กรเอกชนจำนวนมากอนุญาตให้พนักงานของ ตนทำงานแบบยืดหยุ่น โดยทำงานทางไกลได้ หรือทำงานในลักษณะ ผลผสม (hybrid) ที่ต้องเข้าออฟฟิศในบางเวลา ด้วยเหตุนี้ แรงงาน ที่มีทักษะจำนวนมากได้ผันตนเองมาเป็นดิจิทัลโนแมดที่เดินทางไป พักอาศัยและทำงานในประเทศที่มีค่าครองชีพต่ำและมีคุณภาพชีวิต ที่ดีเป็นระยะๆ

การเติบโตอย่างรวดเร็วของดิจิทัลโนแมดซึ่งเป็นแรงงานที่มี ทักษะด้านเทคโนโลยี อีกทั้งนิยมพักอาศัยในแต่ละประเทศเป็นเวลายานหลายเดือน ทำให้เป็นกลุ่มผู้ย้ายถิ่นที่ได้รับความนิยมจากหลาย ประเทศ ทั้งในฐานะนักท่องเที่ยวระยะยาว (long-stay tourist) และ แรงงานที่มีทักษะต่างชาติ (foreign talent) ที่จะสร้างรายได้จากการ ท่องเที่ยวและอาจเกิดการถ่ายเทเทคโนโลยีและสร้างเครือข่าย กับกลุ่มธุรกิจท้องถิ่น ทำให้บางประเทศออกวีซ่าพิเศษสำหรับ กลุ่มดิจิทัลโนแมด (specific visas for digital nomads: DNVs) เพื่อดึงดูดกลุ่มบุคคลดังกล่าว โดยเอสโตเนียริเริ่มวีซ่าดังกล่าวใน เดือนสิงหาคม 2563 ตามด้วยคอซตาริกา และกรีซในปี 2564 ยังการี ในปี 2565 จากนั้น หลายประเทศก็ได้แข่งกันออก DNVs จนถึงเดือน มิถุนายน 2565 ราว 25 ประเทศได้ริเริ่ม DNVs ของตนเอง และ เพิ่มขึ้นเป็น 49 ประเทศ/ดินแดน ในเดือนตุลาคม 2565 ซึ่งรวมถึง ประเทศในอาเซียน เช่น ไทย มาเลเซีย และอินโดนีเซีย นอกจากนี้ นโยบายเรื่องวีซ่าแล้ว บางประเทศยังมีนโยบายสร้างชุมชนดิจิทัล โนแมดในประเทศตน ด้วยแรงจูงใจต่างๆ เช่น ที่พักอาศัยในราคาที่ เหมาะสม, Coworking office, ผู้จัดการชุมชนมีอาชีพ, กิจกรรม



ที่มา: <https://news.cision.com/tourism-authority-of-thailand/tr/workation---be-digital-nomad-in-thailand.c3295245>

เมื่อเกิดการแพร่ระบาดของโควิด-19 ตั้งแต่ปลายปี 2562 เป็นต้นมา ส่งผลให้องค์กรต่างๆ ทั่วโลก ต้องปรับรูปแบบการทำงานแบบ ยืดหยุ่น โดยอนุญาตให้มีการทำงานที่บ้าน (work from home)



Zadar Valley ในประเทศโครเอเชีย ที่มา: <https://www.euronews.com>

และการลี้ภัยต่างๆ, ส่วนลดสำหรับสินค้าและบริการจากรัฐกิจท้องถิ่น, และโครงสร้างพื้นฐานที่ยอดเยี่ยม ดังเช่น Zadar Valley ในประเทศโครเอเชีย² จนได้รับฉายาว่าเป็นหมู่บ้านดิจิทัลโนแมดแห่งแรกของโลก

อย่างไรก็ตาม DNVs ข้างต้น มีเงื่อนไขที่แตกต่างกันในเรื่องคุณสมบัติของดิจิทัลโนแมด ระยะเวลาของวีซ่า และภาษีเงินได้ เป็นต้น เช่น ประเทศจอร์เจีย อนุญาตให้ประชาชนจาก 95 ประเทศสามารถทำงานทางไกลในจอร์เจียได้ครั้งละ 1 ปี โดยต้องมีรายได้ขั้นต่ำเดือนละ 2,000 ดอลลาร์ ส่วนประเทศกรีซ อนุญาตให้ทำงานทางไกลในกรีซได้ 1 ปีและขอต่ออายุได้เต็มที่ 3 ปี โดยมีรายได้ขั้นต่ำเดือนละ 3,500 ยูโร³ แต่สำหรับประเทศไทยได้ออกวีซ่าระยะยาว 10 ปี (LTR Visa) สำหรับคน 4 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้มีความมั่งคั่งสูง กลุ่มผู้เกษียณอายุจากต่างประเทศ กลุ่มผู้ที่ต้องการทำงานจากประเทศไทย (หรือ remote workers นั่นเอง) และผู้ที่มีทักษะเชี่ยวชาญพิเศษ แต่ได้กำหนดเงื่อนไขเรื่องคุณสมบัติ remote workers ไว้สูงลิ่วกว่าประเทศอื่น เช่น ต้องมีรายได้ขั้นต่ำ 80,000 เหรียญสหรัฐต่อปีในช่วงสองปีที่ผ่านมา นายจ้างต้องเป็นบริษัทที่มีรายได้ไม่ต่ำกว่า 150 ล้านดอลลาร์สหรัฐฯ ในช่วง 3 ปีที่ผ่านมา เป็นต้น ซึ่งจะทำให้ดิจิทัลโนแมดส่วนใหญ่ซึ่งเป็นคนหนุ่มสาวที่เงินเดือนยังไม่สูงมากไม่สามารถสมัครได้ อีกทั้งไทยไม่อนุญาตให้กลุ่มผู้ทำงานอิสระขอวีซ่าดังกล่าว LTR Visa ของไทยจึงยังไม่สอดคล้องกับคุณลักษณะของดิจิทัลโนแมดโดยทั่วไป

สรุป

ดิจิทัลโนแมดเป็นแรงงานทักษะที่ย้ายถิ่นบ่อยครั้ง เพื่อหาประสบการณ์ชีวิตและทำงานควบคู่กันไป กลุ่มคนดังกล่าวเป็นผลพวงจากการเติบโตของเทคโนโลยีดิจิทัล และถูกเร่งให้เติบโตอย่างรวดเร็วหลังการระบอบของโควิด-19 ที่ทำให้การทำงานทางไกลเป็นวิถีชีวิตของคนในปัจจุบัน หลายประเทศได้หันมาให้ความสนใจกับคนกลุ่มนี้ด้วยการออกวีซ่าเฉพาะ เพื่อดึงดูดกลุ่มแรงงานทักษะดังกล่าว อย่างไรก็ตาม นโยบายวีซ่าดังกล่าวเป็นเรื่องใหม่ที่ประเทศต่างๆ ต้องเรียนรู้และปรับปรุง เพื่อให้มีประสิทธิภาพในการดึงดูดกลุ่มคนที่ตนต้องการ และจัดการความเสี่ยงจากปัญหาที่อาจเกิดขึ้น เช่น ปัญหาอาชญากรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (cybercrime) จากการเข้ามาของกลุ่มมาเพียข้ามชาติ เป็นต้น⁴

¹ Kate Hooper and Meghan Benton (2022). The Future of Remote Work. Washington, D.C.: Migration Policy Institute

² สืบค้นจาก <https://www.total-croatia-news.com/digital-nomads-in-croatia/56442-croatian-digital-nomad-village-zadar> วันที่ 9 พฤศจิกายน 2565

³ Kate Hooper and Meghan Benton (2022) (อ้างแล้ว)

⁴ สืบค้นจาก <https://asq.in.th/th/thailand-ltr-long-term-resident-visa> วันที่ 9 พฤศจิกายน 2565



ประชากรท่องเที่ยว

นิพนธ์ คาราวุฒิมาประภรณ์
niphon.dar@mahidol.ac.th

เมืองมะละกา กับมะละกอ และกิมชามป้อม เกี่ยวข้องกันอย่างไร

เมืองมะละกา (Malacca หรือ Melaka) ของประเทศมาเลเซีย ได้รับยกย่องจากยูเนสโกจัดให้เป็นเมืองมรดกโลกในอดีตเมืองมะละกาเคยเป็นเมืองท่าทางทะเลที่สำคัญในการเดินทางติดต่อค้าขายระหว่างชาติตะวันตกและตะวันออก ที่เรารู้จักในนามว่า “ช่องแคบมะละกา” เป็นช่องแคบที่อยู่ระหว่างคาบสมุทรมาลายู ประเทศมาเลเซีย กับเกาะสุมาตราของประเทศอินโดนีเซีย เมืองมะละกาเคยตกเป็นอาณานิคมของชาติตะวันตกทั้ง โปรตุเกส เนเธอร์แลนด์ และอังกฤษ ทำให้เมืองมะละกา มีสถาปัตยกรรมและวัฒนธรรมที่หลากหลายผสมผสานระหว่างชาติตะวันตกและตะวันออก เป็นเมืองแห่งสายน้ำที่มีมนต์เสน่ห์ให้น่ามาเยี่ยมชมสักครั้ง การมาเดินเล่นริมน้ำแถวย่านเมืองเก่า ก็จะพบกับความหลากหลายทางวัฒนธรรมไม่ว่าจะเป็นบ้านเรือนสไตล์ชิโน-โปรตุกีส วัด มัสยิด โบสถ์ ศาลเจ้า ที่อยู่ในละแวกใกล้เคียงกัน หรือสามารถเดินชิมรสอาหารที่มีความหลากหลายที่สืบทอดกันมาตั้งแต่สมัยบรรพบุรุษ เมืองมะละกาเป็นเมืองที่อยู่ร่วมกันอย่างผสมผสานกันอย่างลงตัว

มะละกอ เป็นผลไม้ที่คนไทยทุกคนน่าจะรู้จักกันเป็นอย่างดี เพราะเป็นวัตถุดิบสำคัญในการทำส้มตำ อาหารรสชาติแซ่บซี้ดถูกปากคนไทย แต่จะมีสักกี่คนที่รู้ว่าแท้จริงแล้วมะละกอนั้นไม่ได้เป็นผลไม้ประจำถิ่นของไทย มะละกอมีถิ่นกำเนิดจากทวีปอเมริกากลางในแถบประเทศเม็กซิโก คอสตาริกา แต่ชาวโปรตุเกสที่เดินทางข้ามน้ำข้ามทะเลมาค้าขายสินค้าผ่านทางช่องแคบมะละกาจึงเอามะละกอติดเรือมาด้วย และได้นำมะละกอ

มาปลูก ณ เมืองมะละกา หลังจากนั้นจึงมีการนำเข้ามามะละกอจากเมืองมะละกาสู่ประเทศไทย เมืองมะละกาจึงกลายเป็นเมืองที่ปลูกและแพร่ขยายมะละกอออกไปสู่ประเทศอื่นๆ ในแถบประเทศเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ นอกจากนี้คำว่ามะละกาในภาษามลายูนั้น มีความหมายถึงพืชอีกชนิดหนึ่งคือ ต้นมะขามป้อม (Melaka tree) หรือที่เรารู้จักคือ ต้นมะขามป้อมนั่นเอง



รูป: จัตุรัสแดง (Red Square) แห่งเมืองมะละกา

รูปโดย: นิพนธ์ คาราวุฒิมาประภรณ์



รัฐบาลปากีสถานไม่ละเลยประชาชน...บริการตู้ ATM บนเทือกเขาสูงกว่าระดับน้ำทะเล 4,500 เมตร

การสำรวจสำมะโนประชากรประเทศปากีสถาน ปี 2560¹ มีประชากร ประกอบด้วย เพศชายประมาณ 106 ล้านคน เพศหญิงประมาณ 101 ล้านคน และเพศทางเลือกลองหมื่นกว่าคน

ประชากร ร้อยละ 59 สามารถอ่านออกเขียนได้ ปัจจุบันปากีสถาน มีประชากรรวม 230,968,207 คน และเป็นอันดับที่ 5 ของโลก² รัฐบาลปากีสถานมีนโยบายหลากหลายรูปแบบเพื่อพัฒนาประเทศและเพื่อยกระดับประชาชนให้พ้นจากความหิวโหยและความเหลื่อมล้ำในสังคม เช่น นโยบายส่งเสริมภาคเกษตรกรรมรายย่อยระดับครอบครัว เพื่อผลิตอาหารให้เพียงพอในระดับครัวเรือน อย่างไรก็ตาม สภาวะทางเศรษฐกิจทรุดหนักอย่างต่อเนื่องและเป็นสาเหตุประการหนึ่งที่ประชากรวัยแรงงานย้ายถิ่นไปทำงานต่างประเทศ

ขณะที่ความมั่นคงทางการเมืองขาดเสถียรภาพ การใช้ความรุนแรงกับผู้นำประเทศโดยการลอบสังหาร เช่น เหตุการณ์ลอบสังหาร เบนอาซี บุตโต อดีตนายกรัฐมนตรี เมื่อปี 2550 และเกิดขึ้นอีกครั้งเมื่อปี 2551 ในสมัยของอดีตนายกรัฐมนตรี ยูซุบ ราซา ตร์รอดชีวิต และเหตุการณ์ครั้งล่าสุดคือความพยายามลอบสังหารนายอิหมรอน ข่าน อดีตนายกรัฐมนตรี เมื่อวันที่ 3 พฤศจิกายน ที่ผ่านมา ขณะออกหาเสียงให้พรรคสำหรับการเลือกตั้งคราวหน้า แต่กระสุนพลาดเป้าหมายและได้รับบาดเจ็บที่ขาจึงรอดตาย อย่างไรก็ตามผู้ติดตามรักษาความปลอดภัยเสียชีวิต 1 ราย

ปากีสถานและอินเดียแม้เป็นประเทศเพื่อนบ้านกันก็ไม่ได้หมายความว่าทั้งสองประเทศมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน มีความขัดแย้งที่คุกรุ่นมานานและต่อเนื่อง เช่น การใช้สิทธิครอบครองแค้วนัจมู-แคชเมียร์ ทางตอนเหนือของประเทศที่มีประชากรส่วนใหญ่เป็นมุสลิม ในที่สุดมีข้อตกลงเพื่อรักษาผลประโยชน์ของทั้งสองประเทศด้วยการแบ่งพื้นที่การปกครองแค้วนัจมู-แคชเมียร์ เป็นสองส่วน โดยไม่สนใจความรู้สึกของประชาชน

แม้ว่าปัญหาปากท้องเป็นเรื่องสำคัญสำหรับชีวิตประจำวัน ยังมีเรื่องน่าอภิมภยให้ประชาชนมีความหวังได้เช่นกัน ทราบหรือไม่ว่าปากีสถานทพบสถิติโลกด้วยการที่รัฐบาลติดตั้งตู้เอทีเอ็มเมื่อปี พ.ศ. 2559 ที่ความสูงจากระดับน้ำทะเล 4,500 เมตร โดยการใช้กระแสไฟฟ้าจากระบบ solar cell และพลังงาน ใช้เวลาในการติดตั้งและทดลองระบบ รวม 4 เดือน จากสถิติความถี่และจำนวนเงินที่ผ่านระบบเอทีเอ็มที่เจ้าหน้าที่ธนาคารบันทึกไว้โดยเฉลี่ยใน 15 วัน มีผู้ใช้บริการจำนวนเงินผ่านระบบเอทีเอ็ม ประมาณ 820,000 บาท อย่างไรก็ตาม การดูแลระบบการทำงานในช่วงจะเป็นเรื่องง่าย เจ้าหน้าที่ธนาคารสาขาที่ทำหน้าที่ดูแลระบบ ที่อยู่ใกล้ที่สุดระยะทางราว 90 กิโลเมตร ต้องตรวจสอบปัญหาต่างๆ เช่น ใช้เครื่องมือวัดระดับกระแสไฟฟ้าจากระบบ solar cell กระแสลมพายุที่อาจแรงเกินไป วัดแรงสะท้อนจากแผ่นดินไหว รวมทั้งปัญหาบัตรกดเงินค้างเครื่อง เป็นต้น

ตู้เอทีเอ็มเป็นผลจากเทคโนโลยีช่วยให้ชีวิตประจำวันของประชาชนรวมทั้งเจ้าหน้าที่อุทยานแห่งชาติ Khunjerab และเจ้าหน้าที่หน่วยลาดตระเวนรักษาความปลอดภัยในพื้นที่รอยต่อชายแดนระหว่างปากีสถานและจีนให้มีคุณภาพมากขึ้น เช่น การโอนเงินเดือนผ่านตู้เอทีเอ็มให้ครอบครัวโดยไม่ต้องเดินทางข้ามภูเขาเป็นระยะทางไกล เพื่อลงพื้นที่ราบในเขตเมืองที่มีบริการดังกล่าว



รูป: เชิงดอย Hunza ชุมชนที่อยู่ใกล้อุทยานแห่งชาติ Khunjerab ตอนเหนือสุดของประเทศปากีสถาน

ที่มา: https://global-geography.org/af/Geography/Asia/Pakistan/Pictures/Northern_Pakistan/Hunza_Valley สืบค้นเมื่อ 9 พฤศจิกายน 2565

ดอย Hunza ชุมชนที่มีระยะทางไกลที่สุดกับจุดผ่านชายแดน Khunjerab และตู้เอทีเอ็มดังกล่าว เมื่อแรกตั้ง อุทยานแห่งชาติ Khunjerab ปี 2561 มีชุมชนใกล้เคียง รวม 8 หมู่บ้าน (หมายเหตุ: ไม่มีข้อมูลจำนวนประชากร) รัฐบาลขอความร่วมมือให้ชาวบ้านทำงานร่วมกับเจ้าหน้าที่อุทยานแห่งชาติ ลดการล่าสัตว์ป่าในบริเวณที่กำหนดไว้ รวมทั้งมีการจ้างแรงงานในพื้นที่

ผลพลอยได้จากเรื่องนี้คือ อุทยานแห่งชาติ Khunjerab กลายเป็นจุดขายสำหรับการท่องเที่ยวที่กำลังได้รับความนิยมจากนักท่องเที่ยวจากแดนไกลมากขึ้น เช่น อัฟริกาใต้ และไม่เว้นแม้กลุ่มนักเรียนในประเทศเพื่อทัศนศึกษาเชิงนิเวศน์ ที่ต้องการไปสัมผัสตู้เอทีเอ็มและทดลองใช้บริการถอน-โอน หรือบริการอื่นๆ จะเป็นจริงตามเสียงเล่าลือหรือไม่ รวมทั้งถ่ายรูปเป็นที่ระลึก



รูป: ตู้เอทีเอ็ม ที่จุดผ่านชายแดน Khunjerab ประเทศปากีสถาน

ที่มา: <https://www.bbc.com/travel/article/20221003-the-worlds-highest-atm-pakistans-mountaintop-bank-machine> สืบค้นเมื่อ 9 พฤศจิกายน 2565

ถ้าสนใจไปผจญภัยเพื่อมีประสบการณ์กดเงินผ่านตู้เอทีเอ็มที่ความสูงที่สุดในโลก สามารถหารายละเอียดผ่าน google เล่าสู่กันฟังบ้าง ถ้าได้ลองของจริง ท่านอาจจะลืมหมายเลขบัตรและกดเงินไม่ได้เพราะอุณหภูมิหน้าร้อนประมาณ ลบ 7 องศาเซลเซียส

¹ <https://www.pbs.gov.pk/sites/default/files/population/2017/tables/pakistan/Table01n.pdf> สืบค้นเมื่อ 9 พฤศจิกายน 2565
² <https://www.worldometers.info/world-population/paki> สืบค้นเมื่อ 9 พฤศจิกายน 2565



มหาวิทยาลัยแบบไหนครองใจนักศึกษาไทย

ช่วงนี้ หลายคนอาจได้เห็นนักเรียนมางานเปิดรั้ว หรือ OPEN HOUSE ของมหาวิทยาลัยต่างๆ ที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้เข้ามาใช้ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยได้เห็นบรรยากาศและรูปแบบการเรียนการสอนของคณะและมหาวิทยาลัยในฝันของตัวเองกันก่อน เพื่อใช้ประกอบการตัดสินใจและเพิ่มแรงขับเคลื่อนให้ฮึดสู้ไปสู่ความฝันของตัวเองให้เต็มที่ ซึ่งต้องบอกว่าปีนี้งาน OPEN HOUSE มีความคึกคักมากเป็นพิเศษ หลังจากที่เจียบเหงาในช่วงโควิด-19 มาสักกระยะใหญ่ มีน้องๆ นักเรียนจำนวนมากให้ความสนใจและร่วมงาน OPEN HOUSE กันอย่างอุ้นหนาฝ่าคั้ง ทำให้มหาวิทยาลัยกลับมาใช้ชีวิตชีวามากยิ่งขึ้น ซึ่งแน่นอนว่ามหาวิทยาลัยต่างเตรียมตัวและพยายามแสดงศักยภาพกันอย่างเต็มที่เพื่อดึงดูดให้น้องๆ นักเรียนเกิดความประทับใจและอยากฝากความฝันทางการศึกษาในอีก 4 ปีข้างหน้าไว้กับสถาบันของตนเอง

ซึ่งต้องยอมรับว่าการพัฒนาและการแข่งขันของมหาวิทยาลัย มีความเข้มข้นมากยิ่งขึ้นในทุกๆ ปี มีการเพิ่มจำนวนสถาบันการศึกษา การขยายวิทยาเขตและเปิดหลักสูตรที่ตอบโจทย์คนรุ่นใหม่มากขึ้น เพื่อต่อสู้กับจำนวนนักศึกษาที่มีแนวโน้มลดน้อยลงอย่างต่อเนื่อง โดยสำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สภาพัฒน์) เปิดเผยจำนวนนักเรียนที่เข้าศึกษาต่อลดลงร้อยละ 25.7 ระหว่างปี 2558-2562¹ ซึ่งสาเหตุหนึ่งมาจากโครงสร้างประชากรที่เปลี่ยนแปลงไป อัตราการเกิดลดลงอย่างมาก เมื่อเทียบอัตราการเกิดปี 2564 ที่มีเด็กเกิดใหม่ประมาณ 5.4 แสนคน ซึ่งลดลงมากกว่าครึ่งจากประมาณ 1.2 ล้านคน ในปี 2514² นอกจากนี้ ค่านิยมของการศึกษาต่อในระดับปริญญาของคนรุ่นใหม่ก็อาจให้ความสำคัญกับใบปริญญาบัตรลง เพราะสามารถเข้าถึงอาชีพเกิดใหม่ที่รูปแบบแตกต่างและเปิดกว้างมากขึ้น

มหาวิทยาลัยต่างๆ จึงต้องปรับตัวเพื่อให้ตอบโจทย์ความต้องการของผู้เรียนและสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ซึ่งแน่นอนว่า ผู้เรียนล้วนแล้วแต่มีความคาดหวัง และต้องการมีช่วงเวลาวัยเรียนในรั้วมหาวิทยาลัยที่น่าจดจำ จึงเป็นคำถามที่มหาวิทยาลัยพยายามหาคำตอบว่าสิ่งๆ ที่ทำให้ชีวิตนักศึกษามหาวิทยาลัยมีความสุขคืออะไร และสภาพแวดล้อมในมหาวิทยาลัยแบบไหนที่นักศึกษาอยากอยู่แล้วมีความสุข ซึ่งโครงการ “การสนับสนุนระบบปัญญาภิวัตน์เพื่อสร้างเสริมมหาวิทยาลัยแห่งความสุขสู่องค์กรสู่ภาวะที่ยั่งยืน” หรือ Happy University โดยสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ทำการสำรวจความผูกพัน ความพึงพอใจ และความสุขของนักศึกษา ภาคีมหาวิทยาลัยแห่งความสุขในปี 2564-2565 โดยมีนักศึกษาที่ร่วมตอบแบบสอบถามรวมทั้งสิ้น 12,580 คน จาก 21 มหาวิทยาลัยทั่วประเทศ (เพศชาย 3,360 คน หญิง 8,866 คน และเพศหลากหลาย 354 คน) อายุเฉลี่ย 21 ปี (ระหว่าง 18-58 ปี) พบว่า ระดับความสุขเฉลี่ยของชีวิตนักศึกษาในรั้วมหาวิทยาลัยอยู่ที่ 6.98 คะแนน (จากคะแนนเต็ม 10) และเมื่อพิจารณาบริบทของมหาวิทยาลัยที่สัมพันธ์กับระดับความสุขโดยรวมของนักศึกษา ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการเรียน การสอน โอกาสในการเรียนรู้ การมีส่วนร่วมและความสามารถในการแสดงความคิดเห็น สิทธิ สภาพแวดล้อม บริการและสวัสดิการต่างๆ เป็นต้น พบว่า สภาพแวดล้อมโดยรวมของมหาวิทยาลัยมีความสำคัญและส่งผลกระทบต่อระดับความสุขโดยรวมของชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัยมากที่สุด (Spearman's rho = 0.418) ตามมาด้วย ความรู้สึกคุณค่าของความรู้ที่ได้กับการลงทุน ซึ่งหมายรวมถึงค่าเล่าเรียน เวลาและความทุ่มเทต่างๆ (Spearman's rho = 0.416) และสวัสดิการ/

สิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ ที่มีในมหาวิทยาลัย (Spearman's rho = 0.416)³

ปัจจัยทั้งสามข้อนี้ไม่เพียงแต่มีความสัมพันธ์กับระดับความสุขของนักศึกษาเท่านั้น แต่สภาพแวดล้อม สวัสดิการ/สิ่งอำนวยความสะดวก และความรู้สึกคุณค่ากับการลงทุน ยังเป็น 3 ปัจจัยแรกที่มีความสัมพันธ์กับระดับความผูกพันของนักศึกษาที่มีต่อมหาวิทยาลัยอีกด้วย (Spearman's rho = 0.606, 0.581 และ 0.580 ตามลำดับ)³

แม้จะเป็นความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง (Spearman's rho = 0.40 ถึง 0.69)⁴ แต่ก็แสดงให้เห็นถึงความคาดหวังของนักศึกษาว่าสภาพแวดล้อม บรรยากาศ สิ่งอำนวยความสะดวกในการเรียน การสอน และการดูแลสุข-ทุกข์ให้กับนักศึกษาเป็นต้นแรกๆ ที่ทำให้นักศึกษามีความสุขกับการใช้ชีวิตในมหาวิทยาลัยได้ โดยเฉพาะในปัจจุบันที่ทั้งนักศึกษาและมหาวิทยาลัยต่างให้ความสำคัญกับการรับผิดชอบต่อสังคม-สิ่งแวดล้อมมากขึ้น มีการจัดแคมเปญ มหาวิทยาลัยสีเขียวให้เป็นนโยบายหลักของมหาวิทยาลัย และทำให้นักศึกษามีความสุขและภูมิใจที่ได้อยู่ในมหาวิทยาลัยที่มีสภาพแวดล้อมเป็นมิตรต่อโลก เช่นเดียวกับกับความคุ้มค่า ที่นักศึกษาให้ความสำคัญว่าความรู้และการเรียนรู้ต่างๆ ที่พวกเขาได้รับจากมหาวิทยาลัยนั้นมีความเหมาะสมกับการลงทุน ลงแรง ลงเวลาของพวกเขาหรือไม่

มหาวิทยาลัยเป็นแหล่งเรียนรู้ และไม่สามารถหยุดเรียนรู้ได้เช่นกัน มหาวิทยาลัยจะยังคงพัฒนาเป็นแหล่งผลิตปัญญาของแผ่นดิน และเป็นสถานที่พุ่มพักขัดเกลาให้เยาวชนเติบโตเป็นพลเมืองที่มีคุณภาพต่อไป



ที่มา: <https://www.everypixel.com/free/vector/education/student>
สืบค้นเมื่อ 8 พฤศจิกายน 2565

¹ Tinnakorn C. (2563). สภาพัฒน์เตือน “มหาวิทยาลัยร้าง” วิกฤตอุดมศึกษาไทย. สืบค้นเมื่อ 8 พฤศจิกายน 2565 จาก <https://www.blockdit.com/posts/5f3b315b7b54741b6b692b18>
² สำนักข่าวอิศรา. (2565). เด็กไทยเกิดใหม่ปี 64 ต่ำสุดในประวัติศาสตร์ เหตุโควิดทำยอดตายพุ่งแซง-คนไม่อยากมีลูก. สืบค้นเมื่อ 8 พฤศจิกายน 2565 จาก <https://www.isranews.org/article/isranews-scoop/106341-isranews-news-29.html>
³ โครงการ “การสนับสนุนระบบปัญญาภิวัตน์เพื่อสร้างเสริมมหาวิทยาลัยแห่งความสุขสู่องค์กรสู่ภาวะที่ยั่งยืน (Wisdom Ecosystem Encouragement to promote Happy University to Sustainable Healthy Workplace)”. (2563). สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล
⁴ J. Fowler, L. Cohen and P. Jarvis. (2009). Practical Statistics for Field Biology.





เสียงสะท้อน HAPPINOMETER Happy Workplace Model

**HAPPINOMETER Happy Workplace Model คืออะไร?
ทำแล้วได้ผลจริงหรือ? ทำแล้วยั่งยืนแค่ไหน?
มาฟังเสียงสะท้อนกัน**

HAPPINOMETER Happy Workplace Model คือ

รูปแบบการสร้างเสริมองค์กรแห่งความสุข ที่พร้อมใช้ ประกอบด้วยแนวคิดแนวปฏิบัติ ระบบคุณภาพการขับเคลื่อน เครื่องมือวัด และติดตามผลสำเร็จรูป นำเสนอผ่านตารางแสดงผลสำเร็จที่เอื้อต่อการมีสุขภาพและความปลอดภัยของพนักงานและองค์กรแห่งความสุข ตามเป้าหมายและระยะเวลาที่กำหนด **รูปแบบฯ** นี้ ร่วมกันพัฒนาและสร้างสรรค์โดยศูนย์วิจัยความสุขคนทำงานแห่งประเทศไทย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม สำนักสนับสนุนสุขภาพองค์กร สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และภาคีเครือข่ายองค์กรแห่งความสุขทุกภาคส่วน ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2552 เป็นต้นมาจนถึงปัจจุบัน

ใช้ HAPPINOMETER Happy Workplace Model แล้วได้ผลจริงหรือไม่?

“ช่วยให้งานขององค์กรมีการเปลี่ยนแปลงที่ดีขึ้น เนื่องจากความสุขเป็น “นามธรรม” HAPPINOMETER สามารถวัดและสะท้อนผลความสุขบุคคลจนเกิดเป็น “รูปธรรมได้” และเป็นเครื่องมือสำคัญในการกำหนดทิศทางองค์กรว่า ควรจะสร้างสุขหรือปรับแก้ความสุขในมิติใด เกิด intervention แก้ปัญหาตรงจุด เราพบว่า บุคลากรมีความสุขเพิ่มขึ้นในมิติต่างๆ ที่ส่งผลต่อการทำงาน”

(ผู้อำนวยการ องค์กร 1, 2565)

“HAPPINOMETER MODEL สร้างการเปลี่ยนแปลงอย่างแท้จริงตอบวัตถุประสงค์ขององค์กรที่ต้องการหาเครื่องมือที่ใช้วัดจุดอ่อน จุดแข็งหรืออุปสรรค ที่ทำให้ประสิทธิภาพในการทำงานของกำลังพลลดลงหรือมีความสุขน้อยลง HAPPINOMETER ที่ใช้สำรวจฯ มีความเป็นวิชาการและมีมาตรฐาน แสดงผลชี้ชัดว่าปัญหาเหล่านี้ เกิดขึ้นจากส่วนใด และจุดที่ควรต้องจัดลำดับความสำคัญโดยมุ่งเป้าเพื่อพัฒนาเป็นการเร่งด่วนเป็นเรื่องใด”

(รองผู้อำนวยการ องค์กร 1, 2565)

“HAPPINOMETER เป็นเครื่องมือที่สะท้อนให้เห็นถึงมิติความสุขต่างๆของโรงพยาบาลได้อย่างดีเยี่ยม โดยเฉพาะมิติด้านการเงิน ในปี 2563 เกิดโครงการพิเศษ “รวมหนี้” นำเงินจากสหกรณ์ไปปิดหนี้ ผลลัพธ์ของโครงการเป็นไปในทิศทางที่ดีเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน”

(ที่ปรึกษา องค์กร 2 (อดีตนักสร้างสุข), 2565)

HAPPINOMETER Happy Workplace Model ช่วยให้คนทำงานมีสุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี จริงหรือ?

การเปลี่ยนแปลงด้านการทำงาน:

“บุคลากรได้มีโอกาสทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน ทำให้ได้รู้จักมีโอกาสพูดคุยกัน จากเดิมที่จะรวมกลุ่มอยู่เฉพาะวิชาชีพของตน ทำให้การติดต่อประสานงานในเรื่องต่างๆ ง่ายขึ้น ถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน”

(ผู้เข้าร่วมกิจกรรม องค์กร 1, 2565)

“การทำงานของบุคลากรมีประสิทธิภาพ สุขภาพ และความสุขของคนในองค์กรเพิ่มขึ้นหลังจากทำกิจกรรม มีสุขภาพที่แข็งแรงและเรื่องการเงินที่มีวินัยในการออม ทำให้ความเครียดและความกังวลลดลง มีความสุขในการทำงาน และมีระเบียบวินัยมากขึ้น”

(ผู้เข้าร่วมกิจกรรม องค์กร 2, 2565)

การเปลี่ยนแปลงด้านความสัมพันธ์และชีวิตครอบครัว:

“ความสัมพันธ์ของกำลังพลในองค์กรมีมากขึ้น จากการจัดกิจกรรมมีการสร้างช่องทางติดต่อในแต่ละกิจกรรม เพื่อแชร์ข้อมูลให้กับผู้ร่วมกิจกรรม หลังจากจบโครงการแล้ว พบว่า ยังมีการติดต่อภายในกลุ่มต่างๆ สนับสนุนมากขึ้น ความเครียดต่อเรื่องอื่นๆ ลดลง”

(ผู้เข้าร่วมกิจกรรม องค์กร 2, 2565)

“ภาระในการผ่อนชำระหนี้ที่น้อยลงในจำนวนหนี้เท่าเดิม และการมีรายได้เสริม บุคลากรสามารถจัดสรรเงินไปใช้ในเรื่องสาธารณสุขไปภาคการศึกษาบุตร ส่งผลให้ความกังวลในเรื่องเงินลดน้อยลง ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น”

(ผู้เข้าร่วมกิจกรรม องค์กร 1, 2565)

การตอบโจทย์ยุทธศาสตร์องค์กร:

“ดูได้จาก การประเมินตัวชี้วัดของกระทรวงสาธารณสุข HAPPINOMETER ตอบโจทย์ยุทธศาสตร์ของหน่วยงานและหน่วยงานในกำกับของโรงพยาบาล”

(ผู้เข้าร่วมกิจกรรม องค์กร 2, 2565)

“HAPPINOMETER MODEL ช่วยได้เยอะ การเขียนโครงการ/แผนปฏิบัติการเป็นสิ่งที่ดีมาก ได้ให้ความรู้กับกำลังพลในการจัดทำแผนสร้างความสุขและคอยช่วยปรับปรุงแก้ไข จนส่งผลให้โครงการประสบความสำเร็จ”

(ผู้บริหารองค์กร องค์กร 1, 2565)

HAPPINOMETER Happy Workplace Model “มีความยั่งยืน” แค่ไหน?

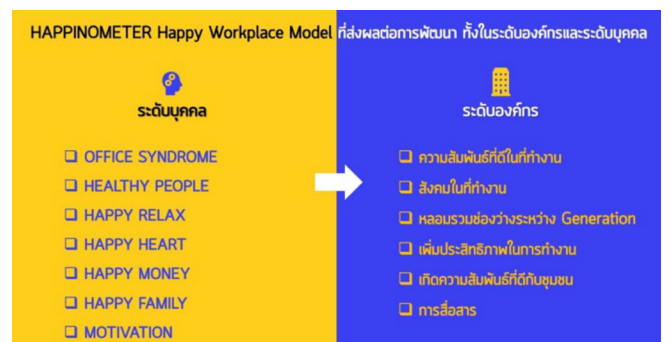
“หลายกิจกรรมตอบโจทย์การสร้างคุณภาพชีวิตของกำลังพลตามที่ผู้บริหารได้วาง มีเสียงตอบรับในด้านที่ดี และมีความต้องการที่จะเข้าร่วมกิจกรรมหากมีการจัดขึ้นอีกครั้ง มีความเป็นไปได้ที่จะขยายแนวทางในการดำเนินกิจกรรมสร้างสุข”

(นักสร้างสุข องค์กร 1, 2565)

“ปัจจุบันการสร้างเสริมองค์กรแห่งความสุข ถือเป็นวัฒนธรรมองค์กรที่ดี ใช้หลักพฤติกรรมบริการที่เป็นเลิศ (ESB) เข้ามาเสริมคุณภาพการบริการผู้ป่วย ทำให้รู้สึกผูกพันกับองค์กร พนักงานรู้สึกมีคุณค่า ในอนาคตอาจจะยังใช้เครื่องมืออยู่ หรืออาจจะปรับเปลี่ยนเครื่องมือในชุดที่ดีกว่า ตามบริบทและความเหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบัน”

(ผู้อำนวยการ องค์กร 2, 2565)

วัฒนธรรมองค์กรแห่งความสุข:



เป็นที่ประจักษ์ชัดว่า HAPPINOMETER Happy Workplace Model ไม่ใช่สร้างเสริมแค่เพียงตัวของบุคลากรและองค์กร กระบวนการ HAPPINOMETER Happy Workplace Model ได้สร้างวัฒนธรรมองค์กรขึ้นมาใหม่ ส่งผลให้บุคลากรและองค์กรเข้มแข็งมากยิ่งขึ้น เป็นวัฒนธรรมแห่งความสุขและความผูกพันที่หลอมละลาย generation และทำลายกำแพงของความไม่เข้าใจกัน จนกลายเป็นหนึ่งเดียว

อ้างอิง: การถอดบทเรียนองค์กรแห่งความสุขต้นแบบ, โครงการศึกษาวิจัยนวัตกรรมสร้างเสริมสุขภาพองค์กร เพื่อนำไปสู่องค์กรสุขภาพและความยั่งยืน, สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, กรกฎาคม 2565.



อายุมากขึ้นความหลังก็พรั่งพรู

ความหลังเมื่อยังเป็นเด็กน้อย

ผมรู้สึกว่เมื่อตัวเองมีอายุสูงขึ้น ก็ยิ่งคิดถึงอดีตมากขึ้น อดีตของเรามีเวลายาวนานเท่าอายุ ในขณะที่อนาคตของเรากำลังสั้นลงเรื่อยๆ โดยไม่รู้ว่าจะไปสิ้นสุดลงเมื่อไร อนาคตของเราอาจจะสิ้นสุดลงพรุ่งนี้ มะรืนนี้ เดือนหน้า ปีหน้า หรืออีกสิบปี ยี่สิบปีข้างหน้าก็ได้ ใครจะไปรู้ แต่ที่รู้แน่ๆ คือชีวิตของเราจะต้องจบสิ้นลงไม่วันใดก็วันหนึ่ง

วันนี้ผมขอคิดทบทวนชีวิตในอดีตอีกสักครั้ง อดีตของผมลากยาวย้อนหลังไปนานกว่า 70 ปี ผมคิดถึงบ้านที่เคยอยู่เมื่อครั้งยังเป็นเด็กก่อนวัย 10 ขวบ เมื่อเปิดหน้าต่างห้องชั้นสองมองออกไปทางทิศตะวันตกยังเห็นท้องทุ่งนากว้างไกลสุดสายตา ที่บ้านและในหมู่บ้านยังไม่มีไฟฟ้าใช้ จึงยังไม่มีตู้เย็น โทรทัศน์ พัดลม ยังไม่มีน้ำประปา ต้องใช้น้ำบ่อ ดื่มน้ำฝนที่ใส่ตุ่มใสโองเก็บสำรองไว้

สลิงเดียวก็อึดได้

เมื่อผมยังเป็นเด็กอายุยังไม่ถึง 10 ขวบ แม่ให้สลิงแค่เพียงสลิงสองสลิง ผมก็ไปตลาดซื้อขนมกินได้เพียงพอแล้ว จำได้ว่ายายซั้มแคะขนมครกขายอยู่กลางตลาด ชายขนมครกผ่าละ 5 สตางค์ สลิงหนึ่งซื้อขนมครกใส่กระทังใบตองได้สองคู่กับอีก 1 ผ่า เต้าหู้ทอดร้านที่หัวตลาดใช้เต้าหู้ก้อนสี่เหลี่ยมด้านเท่าผ่าครึ่งเฉียงกลางแบ่งออกเป็นรูปสามเหลี่ยมสองชิ้น ชายชิ้นละสลิงเดียว คนขายใช้มีดแหวกด้านฐานของสามเหลี่ยมให้เป็นร่องแล้วหยอดน้ำจิ้มซึ่งประกอบด้วยน้ำเชื่อม ถั่วลิสงตำ และน้ำส้มปนพริกพอเปรี้ยวนิดๆ อร่อยนักหนา ผมจึงชอบเต้าหู้ทอดมาตั้งแต่ยังเป็นเด็กน้อย

ผมคุ้นกับเหรียญห้าสตางค์ ลิบสตางค์ เหรียญสี่ตำหน่าและมีรูตรงกลางเป็นเหรียญยี่ลิบสตางค์ และเหรียญสลิง (25 สตางค์) สิ่งใช้แทนเงินที่สูงค่าขึ้นไปจากเหรียญก็เป็นธนบัตรที่เรียกว่า “แบงค์” เริ่มตั้งแต่แบงค์บาท แบงค์ห้า แบงค์ลิบ และสูงสุดเป็นแบงค์ร้อยมีสีแดง (แบงค์ร้อยใบแดง)

เมื่อยังเป็นเด็ก ผมชอบฟังผู้ใหญ่คุยกันถึงเรื่องในอดีต เรื่องของการเดินทางที่ต้องใช้เรือเป็นหลัก ใช้แม่น้ำลำคลองเป็น

เส้นทางคมนาคม ผมชอบฟังผู้ใหญ่เล่าเรื่องค่าของเงินในสมัยก่อนเงินแค่สตางค์สองสตางค์ก็มีความมากมายอย่างที่เด็กๆ รุ่นเรายากที่จะจินตนาการ

ผมยังมีโอกาส ใช้ เหรียญราคาหนึ่งสตางค์ เป็นเหรียญทองแดง เส้นผ่าศูนย์กลางน่าจะประมาณ 1.5 เซนติเมตร มีรูตรงกลาง พวกเราเด็กๆ ใช้ เหรียญทองแดงหนึ่งสตางค์นี้มาเป็น “อีตัว” ในการเล่นล้อต๊อก

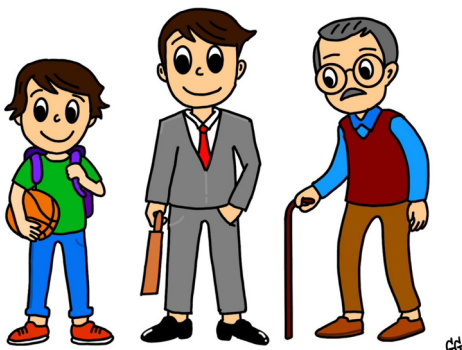
กระเป๋ามีเงิน 100 บาท ก็นับว่าหนักโข

ผมจบการศึกษาชั้นมัธยมต้นหรือชั้นมัธยมปีที่ 3 (หรือชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 ในปัจจุบัน) จากโรงเรียนมารดานฤมลแล้วเข้ามาเรียนต่อชั้นมัธยมปลาย ซึ่งเริ่มตั้งแต่ชั้นมัธยมปีที่ 4 (หรือชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในปัจจุบัน) ที่โรงเรียนเทพศิรินทร์ เด็กบ้านนอกคนหนึ่งได้เปลี่ยนสถานภาพเป็นเด็กเมืองกรุง ตั้งแต่เดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2503 เป็นต้นมา

ผมอาศัยอยู่กับคุณป้าที่ย่านประตูน้ำก่อนมาทางมักกะสัน ปีแรกผมนั่งรถรางจากสะพานเฉลิมโลกเลีย่วขวาที่สี่แยกราชประสงค์ตรงไปสุดทางที่ปลายสะพานกษัตริย์ศึก ยศเส รถรางมีใบก็เดียว แบ่งที่นั่งสำหรับผู้โดยสารออกเป็นสองส่วนเท่ากัน ส่วนครึ่งด้านหน้าเรียกว่าเป็นชั้นหนึ่ง และส่วนที่เป็นด้านท้ายเรียกว่าเป็นชั้นสอง ชั้นหนึ่งต่างจากชั้นสองตรงที่มีเบาะปูที่นั่งซึ่งเป็นแถวยาวไปตามด้านข้างของตัวรถ ราคาค่าโดยสารรถรางสายนี้ ชั้นหนึ่งสองสลิง และชั้นสองสลิงเดียว เมื่อรถรางวิ่งไปจนสุดทาง ขากลับพนักงานย่ำเอาเบาะที่นั่งมาไว้ส่วนหน้าที่นั่งชั้นหนึ่งเมื่อตอนขาไปก็กลายเป็นชั้นสองในเวลาไม่ถึงหนึ่งนาที ผมใช้บริการรถรางสายประตูน้ำ-ยศเส ได้ปีกว่าๆ ราวปี 2505 รถรางสายนี้ก็เลิกไป

ผมใช้บริการรถเมล์ขาวของบริษัทนายเลิศอยู่เป็นประจำ เมื่อยังเป็นนักเรียนนุ่งกางเกงขาสั้น ค่าโดยสารรถเมล์ตลอดสาย 50 สตางค์ หรือสองสลิงเท่านั้น บริษัทนายเลิศยังให้สิทธิพิเศษสำหรับนักเรียนด้วยการขายคูปองนักเรียนครึ่งราคา คือเพียงใบละสลิงเดียวเท่านั้น เราไปซื้อคูปองนักเรียนรถเมล์ขาวได้ที่สำนักงานซึ่งตั้งอยู่แถวๆ ตลาดเฉลิมโลก เล่มละ 10 บาท ได้คูปอง 40 ใบ

ผมขอสารภาพเกี่ยวกับความประพฤติน่าอึดเมื่อยังเป็นนักเรียน (เรื่องหนึ่ง) วันหนึ่งผมและเพื่อนอีก 2-3 คน “โคตรม” (หนีโรงเรียน) โดยเดินข้ามสะพานนพวงศ์ไปขึ้นรถเมล์ ขบส. ประจำทางสายหัวลำโพง-รังสิต เราทุกคนอยู่ในชุดนักเรียนพนักงานเก็บสตางค์จึงลดค่าโดยสารให้ครึ่งราคา จากหัวลำโพงไปจนสุดทางที่รังสิต เราจ่ายเพียงคนละสลิงเดียว (ค่าโดยสารถูกมากจนจำติดใจมาจนทุกวันนี้) เพื่อนที่คุ้นกับพื้นที่พาเราไปกินก๋วยเตี๋ยวเรือ (น่าจะเป็น “โกฮับ”) ได้สะพานรังสิต ราคาขามละ 50 สตางค์ จำได้ว่าพวกเรากินไปคนละไม่ต่ำกว่า 5 ชาม



เมื่อวัยหนุ่ม เพียงร้อยบาทก็ยังมีเป็นเศรษฐีได้

ผมเข้าเรียนที่คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี 2509 พอรู้ว่าเขามาหาวิทยาลัยได้ ผมก็เริ่มสูบบุหรี่ ตอนนั้นการสูบบุหรี่ยังไม่เป็นพฤติกรรมที่น่ารังเกียจ วัยรุ่นแสดงความเห็นหนุ่มด้วยการสูบบุหรี่ ใครๆ ก็สูบบุหรี่กัน

ราคาบุหรี่ในสมัยนั้นมีหลายระดับ บุหรี่จะบรรจุมาในซองละ 20 มวน เท่าที่จำได้ราคาต่อซองของบุหรี่ตามลำดับศักดิ์ต่ำสุดขึ้นไป รวงข้าว 6 สลึง พระจันทร์ 3 บาท เกล็ดทอง 3.50 บาท กรุงทอง 5 บาท และต่อมามีบุหรี่กันกรองคือ สายฝน 6 บาท และกรุงทองติดกันกรองกลายเป็น กรองทิพย์ 6 บาท

นอกจากขายเป็นซองแล้ว ร้านค้าทั่วไปยังมีบริการขายปลีก เป็นมวนให้พวก “ซี่ยา” ที่เขี้ยวน้อยหยอหยอ เช่น กรุงทองขาย มวนละสลึง (โชคดีที่ผมเลิกสูบบุหรี่มานานแล้ว ทราบว่าเดี๋ยวนี้ บุหรี่ไทยราคาซองละเกิน 100 บาท !!)

วุฒิชัย เกียรียงไกรเพชร เพื่อนสิงห์ดำรุ่น 19 ของผมเขียนไว้ในบทความเรื่อง “ความเปียงเบนทางเศรษฐกิจในช่วงสองทศวรรษครึ่ง: 2509-2534” ลงพิมพ์ในหนังสือ “บทวิเคราะห์ 25 ปี รัฐศาสตร์ จุฬาฯ รุ่น 19” ซึ่งพิมพ์เป็นอนุสรณ์งานชุมนุม นิสิตเก่า รุ่น 19 คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย 9 พฤศจิกายน พ.ศ. 2534 เกี่ยวกับค่าของเงินในช่วงเวลาที่พวกเรายังเป็นนิสิตอยู่ เมื่อประมาณ 50 ปีมาแล้ว ผมขอคัดบางตอนของบทความนั้นมานำเสนอให้พวกเราได้เห็นภาพ วุฒิชัยเล่าเรื่องผ่านพฤติกรรมของเพื่อนที่สมมุติชื่อว่านายอดุน (อะดุน)

“ถ้ามันมาได้มาสักสิบหรือแม่แต่ห้าบาท เขา (นายอดุน) จะกลายเป็นเศรษฐีขึ้นมาทันที แน่ละ เพราะห้าบาทในยุคนั้น หมายถึงก๊วยเตี้ยวหนึ่งชาม โอเลี้ยงหนึ่งแก้ว กรุงทองสี่ซองมวน และท้ายสุดค่ารถกลับบ้าน...ถ้าวันนั้นเขาคิดจะกลับ...”

เมื่อนายอดุนไปสังสรรค์กับเพื่อนๆ ในตอนค่ำที่ร้านอาหาร แถวซอยหลังสวน ถนนราชดำริ

“เหล้าแม่โขงแบนละสิบเอ็ด โขดาขวดละบาท...หม้อไฟสิบ... ลาบสิบ...เนื้อเค็มห้า...ถ้าใครกินโขดาเกินแบนละสี่ขวดจะถูก ถากถางว่าคออ่อนและหมู แต่ลึกกลงไปกว่านั้นคือเปลือง”

“ในสมัยนั้นความสัมพันธ์ (ของพวกเรา) อาจจะมีเริ่มจากงาน เพรชชีไนท์...วังตะไคร้...เขาใหญ่...ล่องเรือ... สารพัดมีทติ้ง จนสุดท้ายอดถึงฎาระดิง ค่าใช้จ่ายก็ถูกเสียจนไม่น่าเชื่อ สามสิบถึงห้าสิบ สำหรับงานไนท์ทั้งหลายแหล่...ถ้าเขาใหญ่ก็ร้อยยี่สิบบาท ไปจนถึงสามร้อยสำหรับฎาระดิง ทุกงานทั้งเที่ยว ทั้งกิน ทั้งดื่ม จนเพียง...ท้ายสุดแม่แต่คนที่ไม่มีเงินเลยแม่แต่บาทเดียว ก็ยังสามารถไปได้ ใครทำมาแล้วคงรู้ตัวดี...”

วันหน้า เงินร้อยบาทคงซื้อก๊วยเตี้ยวได้ชามเดียว

เมื่อถึงวันนี้ วันที่ตัวเราได้ผ่านชีวิตมายาวนานกว่าเจ็ดสิบปี ได้พบเห็นการเปลี่ยนแปลงของสังคมไทยมากมายพอสมควร ได้เห็นตั้งแต่เมืองไทยมีถนนสองเลนสายหลักก้อยไม่ก็สาย จนมีถนนแยกไปอีกกลับ 4 เลน 8 เลน และถนนลอยฟ้า ได้เห็นโทรศัพท์ เครื่องใหญ่ตามบ้าน จนกลายเป็นโทรศัพท์ขนาดพกพาเฉพาะ ส่วนบุคคลที่ใช้สัญญาณอินเทอร์เน็ต เคยทำงานส่งเสริมการ

วางแผนครอบครัวและคุมกำเนิด จนมาถึงยุคที่ต้องมาวิตกกัง ว่าเด็กจะเกิดน้อยเกินไป ยุคที่ผู้สูงอายุมีแต่จะเพิ่มขึ้นและเพิ่มขึ้น

ผมผ่านชีวิตมาจากยุคที่น้ำอัดลมขวดละบาทมาเป็นขวดละ 12 บาท บุหรี่ซองละ 5 บาท เมื่อผมเริ่มสูบบุหรี่ มาเป็นซองละ 100 กว่าบาท ผมเคยกินก๊วยเตี้ยวชามละบาทเมื่อยังเป็นเด็ก เตี้ยนี้ก๊วยเตี้ยวชามละ 40 บาท เป็นอย่างต่ำ...สินค้าและบริการ ต่างๆ มีราคาสูงขึ้นเป็นสิบและหลายสิบเท่าในช่วงชีวิตของผม

คนไทยมีอายุยืนยาวขึ้น มีคำถามว่าคนหนุ่มสาววันนี้จะต้องออมจนกระทั่งมีเงินสักเท่าไรจึงจะเพียงพอที่จะใช้จ่ายยามชรา เมื่อ 10 ปีก่อน ผมได้ยินนักวิชาการบางคนเสนอว่าต้องมีอย่างน้อย 4 ล้านบาท เมื่อไม่นานมานี้ นักวิชาการคนหนึ่งให้ตัวเลขที่สูงขึ้นไป คำนวณว่าอย่างน้อยต้องมี 7 ล้าน ผมลืมนึกว่าเงินออมจำนวนนั้นเพื่อใช้จ่ายต่อคนหรือต่อครอบครัว และผมก็ลืมนึกไปว่าเงินที่คนหนุ่มสาวจะออมไว้ใช้จ่ายยามชราจำนวน 4-7 ล้านนั้น คิดถึงอัตราเงินเฟ้อด้วยหรือเปล่า

(ผมลองใช้เครื่องคิดเลขคิดดูอย่างง่าย ๆ ถ้าอัตราเงินเฟ้อของประเทศเท่ากับ 3% ในแต่ละปี เงิน 100 บาท จะมีค่าเหลือประมาณ 76 บาท ในอีก 10 ปีข้างหน้า หรือเหลือเพียง 56 บาท ในอีก 20 ปีข้างหน้า)

คิดถึงชีวิตในอดีตที่ผ่านมายาวนาน สบายใจกว่าคิดถึงอนาคตที่คงอยู่อีกไม่นานนะครับ



มหาวิทยาลัยมหิดล
สถาบันวิจัยประชากรและสังคม

ประชากรและการพัฒนา
IPSRS

THE PRACHAKORN

กราบเรียนสมาชิกจดหมายข่าวประชากรและการพัฒนา

จดหมายข่าวประชากรและการพัฒนา ขอปรับเปลี่ยนรูปแบบ จากฉบับพิมพ์ เป็นรูปแบบออนไลน์อย่างถาวร

สามารถติดตามได้ที่ :

<http://www.newsletter.ipsr.mahidol.ac.th/>
<https://ipsr.mahidol.ac.th/book-report-all/>
<https://www.theprachakorn.com/>

สมัครสมาชิกจดหมายข่าว

จดหมายข่าวราย 2 เดือน
ปีละ 6 ฉบับ
กรณกรอก e-mail ของ
ท่าน
(ไม่เก็บค่าใช้จ่ายใดๆ
ใน)

Subscribe

สมัครสมาชิกฟรี
เพียงแค่ทำกรอกอีเมลได้ที่ลิงค์ด้านล่าง
<http://www.newsletter.ipsr.mahidol.ac.th/index.php/member-club.html>

ติดต่อเจ้าหน้าที่ : คุณจิรวรรณ พงษ์ทอง
02 441 0201-4 ต่อ 100

ขั้นตอนวิธี (algorithm)

ขั้นตอนวิธี (algorithm) คือชุดคำสั่งสำหรับการแก้ปัญหาเชิงตรรกะและคณิตศาสตร์ หรือเพื่อให้การทำงานสำเร็จ ตัวอย่างของขั้นตอนวิธีคือ ตำราอาหารที่มีขั้นตอนบอกว่าต้องทำอะไรบ้างไปตามลำดับ ตั้งแต่จัดหาเครื่องปรุง วิธีปรุง ไปจนถึงอาหารที่เสร็จแล้ว

ขั้นตอนวิธีมีมาแต่โบราณ เช่น ตำราอาหาร พิธีกรรมเกษตรกรรม สำหรับขั้นตอนวิธีที่ใช้แก้ปัญหาคณิตศาสตร์ได้เริ่มราว 1700-2000 ปีก่อนคริสตกาล เมื่อชาวอียิปต์โบราณได้คิดขั้นตอนวิธีการคูณเลข 2 ตัว ต่อมาราว 1600 ปีก่อนคริสตกาล ชาวบาบิโลนโบราณก็ได้คิดขั้นตอนวิธีการแยกตัวประกอบเพื่อหารากกำลังสอง เรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน โดยขั้นตอนวิธีที่เรารู้จักกันดีคือ PageRank ในปี 1998 BitTorrent ในปี 2001 และ Bitcoin ในปี 2009

ในการใช้ขั้นตอนวิธีเพื่อแก้ปัญหาต่างๆ โดยเฉพาะปัญหาที่ต้องใช้คอมพิวเตอร์ช่วยนั้น ขั้นตอนวิธีจะหมายถึง ชุดของกฎที่ต้องทำตามลำดับที่กำหนดไว้อย่างเคร่งครัด ขั้นตอนวิธีจึงเขียนด้วยรหัสเทียม (pseudocode) ผังงาน (flow chart) หรือภาษาโปรแกรม (ดังรูป)

```

<div class="row-1 row-first row-last">
  <div class="col-1 col-first">
    <div class="views-field views-field-title">
      <div class="views-field views-field-uc-product-image">
        <div class="field-content">
          <a href="/yellowleather/products/shoes/corfy-leather-shoes">
            </a>
        </div>
      </div>
    </div>
  </div>
  <div class="views-field views-field-display-price">
    <div class="views-field views-field-uc-product-image">
      <div class="field-content">
        <a href="/yellowleather/products/belts/embossed-spread-wing-strap-belt">
          </a>
        </div>
      </div>
    </div>
  </div>
  <div class="col-3 col-last">
    <div class="views-field views-field-title">
      <div class="views-field views-field-uc-product-image">
        <div class="field-content">
          <a href="/yellowleather/products/hats/leather-hat">
            </a>
          </div>
        </div>
      </div>
    </div>
  </div>
</div>

```

รูป: ภาษาโปรแกรม

ที่มา: https://cdn.educba.com/academy/wp-content/uploads/2015/12/programming-1009134_1280.jpg สืบค้นเมื่อ 9 พฤศจิกายน 2565

ขั้นตอนวิธีที่ดีประกอบด้วย 1) มีความถูกต้อง คือสามารถทำสิ่งที่ต้องการได้โดยไม่มีข้อผิดพลาด 2) มีประสิทธิภาพ คือมีขั้นตอนหรือคำสั่งน้อยที่สุด และใช้เวลาในการคำนวณสั้นที่สุด และ 3) เข้าใจง่าย คือออกแบบให้คนอื่นเข้าใจได้ง่าย สามารถดัดแปลงแก้ไขเพื่อตอบปัญหาที่อาจมีเพิ่มใหม่ได้

ในประเทศพัฒนาแล้วที่กำลังก้าวเข้าสู่ยุคหลังดิจิทัล (post-digital age) นั้น สิ่งของเครื่องใช้ต่างๆ จะเป็นอัจฉริยะ (smart) และมีใช้กันอย่างแพร่หลาย เช่น โทรศัพท์อัจฉริยะ (smart phone) รถยนต์อัจฉริยะ (smart car) บ้านอัจฉริยะ (smart home) โดยสิ่งของอัจฉริยะเหล่านี้ จะเชื่อมต่อกันด้วยเครือข่ายคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต ที่ครอบคลุมและพร้อมใช้งานทุกที่ทำให้เราสามารถควบคุมการทำงานได้จากกระยะไกล หรือที่เรียกว่า Internet of Things (IoT)

ในยุคนี้ ขั้นตอนวิธีจะทำงานอยู่เบื้องหลังกิจกรรมทุกอย่างในชีวิตประจำวัน ตั้งแต่รหัสคอมพิวเตอร์ที่ขึ้นอยู่กับขั้นตอนวิธี สิ่งของอัจฉริยะต่างๆ รวมทั้งอินเทอร์เน็ตจะทำงานได้ก็ต้องใช้ขั้นตอนวิธี เนื้อหาในสื่อสังคม (social media) ก็เป็นผลผลิตของขั้นตอนวิธี รวมทั้งการค้นหาออนไลน์และธุรกรรมออนไลน์ก็ต้องผ่านขั้นตอนวิธีทั้งสิ้น เช่น เว็บไซต์ร้านอาหาร เว็บไซต์ท่องเที่ยว เว็บไซต์หาคู่ เว็บไซต์ขายของ เว็บไซต์ธนาคาร

เนื่องจากขั้นตอนวิธีได้กลายเป็นส่วนประกอบพื้นฐานของโลกดิจิทัลของเราไปแล้ว ทำให้ขั้นตอนวิธีเป็นตัวกำหนดประสบการณ์ออนไลน์ของเรามากกว่าที่เราคิด โดยในแต่ละวันเราจะพบขั้นตอนวิธีที่แนะนำวิดีโอให้เราชมบน YouTube หรือกรองผลการค้นหาข้อมูลของเราใน Google หรือกำหนดว่าความคิดเห็นของเราจะถูกคนอื่นเห็นหรือไม่ใน Twitter หรือบอกว่าเราควรจะต้องติดต่อกับใครใน Facebook เป็นต้น

เนื่องจากจุดหมายของแพลตฟอร์ม (platform) เหล่านี้ ต้องการให้เราใช้เวลาบนแพลตฟอร์มให้นานที่สุด ดังนั้น ขั้นตอนวิธีจึงถูกสร้างขึ้นเพื่อดึงดูดและกระตุ้นความสนใจของเราให้มากที่สุด ด้วยการเสนอสิ่งที่เป็นลบมากกว่าสิ่งที่เป็นบวก อันเป็นธรรมชาติของมนุษย์ที่จะสนใจในข่าวร้ายมากกว่าข่าวดี สนใจในข่าวลือมากกว่าข่าวจริง และชอบทำสิ่งที่ง่ายมากกว่าสิ่งที่ยาก

ถ้าเราใช้เวลาอยู่ในแพลตฟอร์มเหล่านี้บ่อยๆ หรือนานๆ อาจทำให้แนวคิดและพฤติกรรมของเราเปลี่ยนไปได้โดยไม่รู้ตัว ดังเช่น ประเทศสหรัฐอเมริกาที่คนจำนวนมากยังคงหลงเชื่อในข่าวลือ ข่าวปลอม (fake news) ทฤษฎีสมคบคิด (conspiracy theory) และโกหกคำโต (big lie) ที่กล่าวหาโดยไม่เป็นความจริงจาก Donald J. Trump (อดีตประธานาธิบดี) ว่า เขาถูกโกงในการเลือกตั้งประธานาธิบดีที่ผ่านมา (2020) อันส่งผลให้สังคมแตกแยก

สำหรับประเทศไทยที่กำลังเข้าสู่ยุคดิจิทัลนั้น เราจึงควรที่จะต้องเรียนรู้จากประสบการณ์เหล่านี้ และพัฒนาตัวเราเองให้รู้จักและรู้เท่าทันกับขั้นตอนวิธี รวมทั้งคิดอย่างมีวิจารณญาณถึงผลกระทบของขั้นตอนวิธีที่มีต่อชีวิตของเรา ชุมชนของเรา และชาติไทยของเรา

ในปีนี้ (2022) รางวัลอิกโนเบล สาขาสันติภาพ ได้มอบให้กับนักวิจัยจากจีน ฮังการี แคนาดา เนเธอร์แลนด์ สหราชอาณาจักร อิตาลี ออสเตรเลีย สวิตเซอร์แลนด์ และสหรัฐอเมริกา (Junhui Wu, Szabolcs Szamado, Pat Barclay, Bianca Beersma, Terence Dores Cruz, Sergio Lo Iacono, Annika Nieper, Kim Peters, Wojtek Przepiorka, Leo Tiokhin และ Paul Van Lange) ที่ร่วมกันพัฒนาขั้นตอนวิธีที่ช่วยให้คนชอบนิโทษิตตัดสินใจได้ว่า จะพูดจริงเมื่อไรและจะพูดเท็จเมื่อไร

รางวัลอิกโนเบล: รางวัลที่ทำให้หัวเรอะก่อนได้คิด

แม่ทำงาน จะใช้เวลาส่งเสริมลูกให้มีพัฒนาการสมวัยได้อย่างไร?

ผู้หญิงไทยกว่าครึ่งทำงานนอกบ้าน ข้อมูลจากสำนักงานสถิติแห่งชาติพบว่าในปี 2564 ร้อยละ 58 ของผู้หญิงทำงานอยู่ในปัจจุบัน¹ และหากแต่งงานและมีลูก ผู้หญิงหลายคนก็ต้องรับบทเป็นแม่ทำงาน สิ่งที่คุณแม่หลายคนกังวลคือ จะทำหน้าที่ทั้งสองอย่างนี้ให้ดีที่สุดได้อย่างไร จะรับผิดชอบในงานที่ทำอย่างไรให้เต็มที่ และในขณะเดียวกัน จะมีเวลาเพียงพอในการเลี้ยงลูกให้ดีให้มีพัฒนาการสมวัย ได้อย่างไร หากคุณแม่ต้องทำงาน เวลาที่ใช้กับลูกย่อมมีน้อยกว่าคุณแม่ที่ไม่ต้องทำงาน ตรงนี้คุณแม่ทำงานสบายใจได้ เพราะงานวิจัยพบว่า เวลาที่มี “คุณภาพ” คือปัจจัยสำคัญที่จะส่งผลต่อพัฒนาการของลูก ถึงแม้ “ปริมาณ” จะน้อยลงก็ตาม

งานวิจัยชิ้นหนึ่งที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาของแม่ต่อพัฒนาการของลูกในสหรัฐอเมริกา ได้แบ่งการใช้เวลาของคุณแม่กับลูกเป็น 3 ประเภทตามกิจกรรมที่ทำ² ได้แก่

1. กิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ (education time) เช่น การอ่านหนังสือด้วยกัน การทำการบ้าน การสอนการบ้าน หรือการทำกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ต่างๆ
2. กิจกรรมที่มีโครงสร้าง (structured activities) เช่น การทำงานศิลปะ การเล่นกีฬา การเล่นดนตรี หรือการเต้น
3. กิจกรรมที่ไม่มีโครงสร้าง (unstructured activities) เช่น การดูทีวี การฟังเพลง หรือการใช้เวลาสำหรับกิจวัตรประจำวัน

การศึกษาที่พบว่าสองกิจกรรมแรกเท่านั้น ที่ส่งผลต่อพัฒนาการของลูก เวลาที่ใช้เพื่อการเรียนรู้ มีผลต่อความสามารถด้านภาษา ทักษะการแก้ปัญหา และการมีพฤติกรรมที่ดีของเด็ก ส่วนเวลาที่ใช้สำหรับกิจกรรมที่มีโครงสร้าง มีผลต่อการมีพฤติกรรมที่ดี ในขณะที่เวลาที่ใช้ในการทำกิจกรรมที่ไม่มีโครงสร้าง ไม่ได้มีผลในการส่งเสริมพัฒนาการของลูก นั่นเป็นเพราะกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้และกิจกรรมที่มีโครงสร้าง มักจะเป็นกิจกรรมที่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้ดูแลและเด็กสูง มีการพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น มีโอกาสการได้ประจบและแก้ไข ปัญหา จึงเป็นกิจกรรมที่เสริมสร้างทั้งความสัมพันธ์ในครอบครัว และทำให้ลูกได้เรียนรู้ค่านิยมใหม่ๆ ในขณะที่กิจกรรมที่ไม่มีโครงสร้าง มักมีปฏิสัมพันธ์หรือการพูดคุยกันค่อนข้างน้อย

สำหรับคุณแม่ที่ต้องทำงาน งานวิจัยนี้ พบว่า ถึงแม้จำนวนชั่วโมงการทำงานที่เพิ่มขึ้นจะส่งผลให้จำนวนชั่วโมงที่สามารถใช้กับลูกลดลง แต่จำนวนชั่วโมงที่ลดลงนั้น ส่วนมากเป็นเวลาที่ใช้สำหรับกิจกรรมที่ไม่มีโครงสร้าง ไม่ใช่ชั่วโมงสำหรับกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ หรือกิจกรรมที่มีโครงสร้าง นั่นหมายความว่า หากคุณแม่มีเวลาอยู่กับลูกอย่างจำกัด คุณแม่มักพยายามชดเชย “ปริมาณ” เวลาที่ลดลง ด้วยเวลาที่มี “คุณภาพ” จึงทำให้งานวิจัยนี้พบว่า การทำงานของแม่ไม่ส่งผลลบต่อพัฒนาการหรือพฤติกรรมของลูก

ช่วงเวลาที่ลูกอยู่ในวัยเด็ก เป็นช่วงเวลาสำคัญสำหรับพัฒนาการด้านสติปัญญาและพฤติกรรม การใช้เวลาสำหรับการศึกษาสำหรับเด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ จะส่งผลดีต่อทั้งพัฒนาการด้านภาษา ความสามารถในการแก้ปัญหา และพฤติกรรม ในขณะที่สำหรับเด็กที่อายุมากกว่า 6 ขวบ การใช้เวลาเพื่อการศึกษา มีผลต่อพัฒนาการด้านภาษา และทักษะการแก้ปัญหา แต่ไม่มีผลต่อด้านพฤติกรรม ในขณะที่เวลาสำหรับกิจกรรมที่มีโครงสร้าง เพิ่มพฤติกรรมที่ดีและลดพฤติกรรมที่ไม่ดีของลูกอายุมากกว่า 6 ขวบได้อย่างชัดเจน

ดังนั้น หากคุณแม่มีเวลาที่จำกัด ควรจัดสรรเวลาที่เน้นกิจกรรมที่เสริมสร้างการเรียนรู้ และกิจกรรมที่มีโครงสร้าง มีเวลาอ่านหนังสือด้วยกัน ช่วยทำการบ้าน ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน เช่น ศิลปะ ดนตรี กีฬา และกิจกรรมสร้างสรรค์ต่างๆ จะทำให้ลูกมีพัฒนาการที่ดีทั้งด้านสติปัญญา และด้านพฤติกรรม ในงานวิจัยชิ้นนี้ คุณแม่ทำงานใช้เวลาโดยเฉลี่ยเพียง 3 ชั่วโมงครึ่งต่อสัปดาห์ในการทำกิจกรรมที่เสริมสร้างการเรียนรู้ และราว 2 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ในการทำกิจกรรมที่มีโครงสร้าง จะเห็นได้ว่า จำนวนชั่วโมงนั้นไม่ได้เยอะมากต่อสัปดาห์ แต่ลูกยังคงมีพัฒนาการทั้งด้านสติปัญญาและพฤติกรรมที่ดีได้

สำหรับคุณแม่ทำงาน คุณพ่อมีบทบาทสำคัญในการใช้เวลากับลูกไม่แพ้กัน งานวิจัยนี้พบความสัมพันธ์ของลักษณะการใช้เวลาของคุณพ่อกับลูกในทิศทางเดียวกันกับระหว่างคุณแม่กับลูก นั่นคือ เมื่อพ่อใช้เวลากับลูกสำหรับกิจกรรมที่เสริมสร้างการเรียนรู้ และกิจกรรมที่มีโครงสร้าง ลูกจะมีแนวโน้มมีผลลัพธ์พัฒนาการในทุกด้านดีขึ้นเช่นกัน ดังนั้น หากคุณพ่อและคุณแม่ร่วมกันวางแผนการใช้เวลากับลูกอย่างมีคุณภาพ การมีเวลาที่จำกัด จะไม่เป็นข้อจำกัดอีกต่อไป



รูป: กิจกรรมเพื่อการเรียนรู้ของคุณแม่และลูก (ครอบครัววัยต้น)

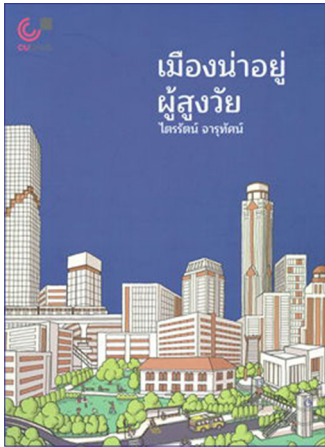
รูปโดย: เกียรตินิยม ชันดี

¹ สำนักงานสถิติแห่งชาติ. การทำงานของสตรีในประเทศไทย พ.ศ.2564

² Hsin A, Felfe C. When does time matter? maternal employment, children's time with parents, and child development. Demography. 2014;51(5):1867-94. Epub 2014/10/05. doi: 10.1007/s13524-014-0334-5. PubMed PMID: 25280840; PubMed Central PMCID: PMC4860719.



แนะนำหนังสือ เมือง (ไม่) น่าอยู่สำหรับทุกคน



หนังสือ “เมือง (ไม่) น่าอยู่สำหรับทุกคน” เป็นฉบับประชาชน มีเป้าหมายให้คนทั่วไป มีโอกาสศึกษาเรื่องราวของเมืองต่างๆ ทั่วโลก ทั้งเมืองน่าอยู่และเมืองไม่น่าอยู่

เนื้อหาของหนังสือแบ่งเป็นเมืองไม่น่าอยู่ (1) เมืองไม่น่าอยู่หรือไม่น่าอยู่ ดูตรงไหน? The Economist Intelligence Unit (EIU) สร้างดัชนีความน่าอยู่ทั่วโลก 2021 จากปัจจัย 6 หมวด

ได้แก่ ความมั่นคงปลอดภัย สุขภาพ วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม การศึกษาและโครงสร้างพื้นฐาน (2) 10 เมืองไม่น่าอยู่ที่สุดในโลก ได้แก่ กรุงแบกแดด สาธารณรัฐอิรัก ปัญหาความขัดแย้ง ความรุนแรง การจลาจลทำให้ผู้คนต้องเผชิญกับความทุกข์ยาก และล้มตาย อพยพย้ายถิ่น (3) เมืองไม่น่าอยู่สำหรับทุกคน ค.ศ. 2021 การระบาดของโควิด-19 ส่งผลให้การจัดอันดับของ The Global Livability พ้นพวน สภาพความเป็นอยู่ยังคงเลวร้ายที่สุดได้แก่ เมืองดามัสกัส สาธารณรัฐอิรักหรือซีเรีย

สำหรับเมืองน่าอยู่ (4) เมืองที่น่าอยู่ที่สุด สำรวจการจัดการจัดหา น้ำสะอาด อากาศบริสุทธิ์ อาหารและที่พักพิงที่เพียงพอ เมืองที่ “น่าอยู่ (Livable)” สร้างความรู้สึกของชุมชนและสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรกับทุกคน (5) 10 เมืองน่าอยู่ สำหรับทุกคน ค.ศ. 2021 เมืองไอศแลนด์ ประเทศนิวซีแลนด์ จากความสำเร็จในการจัดการโควิด-19 (6) โควิด-19 กระทบเมืองน่าอยู่ ระบบการดูแลสุขภาพ การศึกษาและโครงสร้างพื้นฐานที่เปลี่ยนแปลง (7) อันดับความน่าอยู่สำหรับชาวต่างชาติในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ สาธารณรัฐสิงคโปร์ เมืองน่าอยู่ที่สุด (8) การจัดอันดับคุณภาพการอยู่อาศัยของ คุณภาพชีวิตเมืองเป็นสิ่งสำคัญที่ดึงดูดนักท่องเที่ยว (9) 10 ประเทศที่น่าอยู่ที่สุดในโลก ประจำปี ค.ศ. 2022 คือ ประเทศสวีเดน (10) 10 อันดับประเทศที่เกษียณอายุที่ดีที่สุดในโลก ได้แก่ สาธารณรัฐปานามา จากเกณฑ์ที่อยู่อาศัย สิทธิประโยชน์ วิชา ภูมิอากาศ การดูแลสุขภาพ ธรรมชาติ และค่าครองชีพ

สำหรับประเทศไทย ถูกจัดอันดับที่ 11 ของประเทศที่ดีที่สุดสำหรับชีวิตเกษียณ จากสภาพอากาศ แหล่งท่องเที่ยว และวัฒนธรรมที่หลากหลาย ค่าใช้จ่าย ค่าที่พักและค่าเดินทางภายในประเทศไม่แพง แต่ยังคงพบจุดด้อยเรื่องนโยบายช่วยเหลือผู้สูงอายุ การขอวีซ่าและสัญชาติไทย

อ้างอิง: ไตรรัตน์ จารุทัศน์ และ สุจิตรา จิระวณิชกุล. (2565). เมือง (ไม่) น่าอยู่ สำหรับทุกคน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล จัดกิจกรรม IRB Talk ครั้งที่ 4 หัวข้อ “ผิดหรือไม่... ถ้าใช้รูปจากเว็บไซต์” เมื่อวันที่ 6 ตุลาคม 2565 ในรูปแบบออนไลน์ผ่านโปรแกรม Zoom และ Facebook Live โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ลักกรินทร์ นิยมศิลป์ ให้เกียรติเป็นวิทยากร และ รองศาสตราจารย์ ดร.จรัมพร ไท่ลายอง เป็นผู้ดำเนินรายการ กิจกรรมครั้งนี้ได้รับความสนใจเป็นอย่างยิ่งจากอาจารย์ นักวิจัย นักศึกษา และบุคลากร ทั้งภายในและภายนอก ผู้สนใจสามารถติดตามย้อนหลังผ่านทาง Facebook IPSRMAHIDOLUNIVERSITY: https://fb.watch/f_doFzJ7-F/ และเว็บไซต์ <https://irb-ipsr.mahidol.ac.th/th/index.php>

เสวนาได้ชัชคาประชากร

จัดเป็นประจำทุกวันพุธ เวลา 12.30-13.30 น. ณ สถาบันวิจัยประชากรและสังคม สนใจกำหนดการเสวนาแต่ละเดือน สามารถดูรายละเอียดได้ที่ ipsr.mahidol.ac.th และรับชมย้อนหลังได้ที่ Facebook: IPSRMAHIDOLUNIVERSITY

ครั้งที่ 1191 “Measuring social determinants of health and associated health factors on ‘tuberculosis in diabetes’ among pre-older to older adults” *Md. Nadim Reza*, 5 ต.ค. 65

ครั้งที่ 1192 “Determinants of disparity in access to healthcare services among the community older people in Mandalay region, Myanmar: a cross-sectional study” *Mrs. Yadanar Aung*, 12 ต.ค. 65

ครั้งที่ 1193 “Climate change effects on women, maternal and reproductive health outcomes: unraveling the health care system responses” *Dr. Eridia (Lee) F. Liams-Clark*, 19 ต.ค. 65

ครั้งที่ 1194 “Policy entrepreneurship and the making of Thailand’s national screening mechanism” *Dr. Bhanubhatra Jittiang*, 26 ต.ค. 65

ครั้งที่ 1195 “การศึกษาพร้อมหลายประเทศเพื่อทดสอบความเข้าใจในเครื่องมือสำรวจประเมินพฤติกรรมทางเพศ และผลลัพธ์ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ” *นฤมล เจริญใจ และ อรรถกร สมวาง*, 9 พ.ย. 65

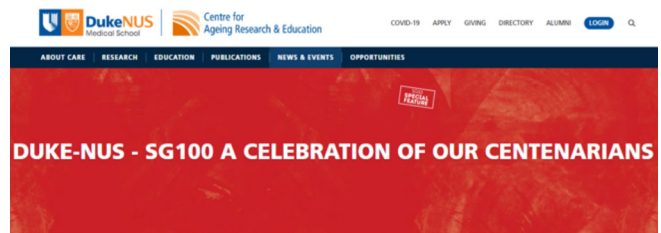
ครั้งที่ 1196 “International migration of Thailand” *Assist. Prof. Dr. Sakkarin Niyomsilpa*, 23 พ.ย. 65

ครั้งที่ 1197 “Global mental health: family and community-based approaches for closing the treatment gap in low-resource settings” *Dr. Eve Puffer, Duke University*, 30 พ.ย. 65



นิทรรศการศตวรรษิกชนในสิงคโปร์

การมีอายุยืนยาวจนเป็นศตวรรษิกชนคนร้อยปี ได้เป็นที่สนใจในหลากหลายประเทศ ประเทศสิงคโปร์ ภายใต้การดำเนินงานของคุณวิวิจัยและการศึกษาผู้สูงอายุ (CARE) มหาวิทยาลัยแห่งชาติสิงคโปร์ (National University of Singapore: NUS) ได้จัดนิทรรศการในรูปแบบออนไลน์ เพื่อนำเสนอภาพและเรื่องราว รวมถึงเคล็ดลับที่ทำให้มีอายุยืนยาวจนถึง 100 ปี นิทรรศการนี้จัดขึ้นเพื่อเฉลิมฉลองและสร้างความรู้สึกการมีคุณค่าและมีศักดิ์ศรีให้กับคนร้อยปี ท่านใดสนใจเข้าร่วมชมนิทรรศการได้ที่



ที่มา: <https://www.duke-nus.edu.sg/care/news-events/featurettes/centenarian-e-exhibition> สืบค้นเมื่อ 8 พฤศจิกายน 2565

ชวนอ่าน...
รายงานการสำรวจคุณลักษณะชีวิต ครอบครัว ครอบครัวในวัย 100 ปี
100 ปีประเทศไทย (ในโอกาส) 100 ปีประเทศไทย

การสำรวจคุณลักษณะชีวิตและความสุขของคนทำงาน (ในโอกาส) ระดับประเทศ มีมาอย่างต่อเนื่อง โดยผลการสำรวจระดับชาติที่ได้สามารถใช้เป็นระดับอ้างอิงเทียบเคียงในการประเมินสถานการณ์ความสุขคนทำงานในประเทศไทยให้กับองค์กรและหน่วยงานต่างๆ ซึ่งเป็นข้อมูลที่จะเป็นประโยชน์ ในการวางแผนพัฒนาคุณลักษณะชีวิตและความสุขของคนทำงาน รวมถึงความพึงพอใจในการทำงาน และความผูกพันต่อองค์กรได้อย่างเหมาะสม

เขียนโดย
ดิเรกพันธ์ กิตติสุขสถิต, เฉลิมบอล แจ่มจันทร์
วรรณิ์ ชุตตะนันทน์, สุภรต์ จรัสสิทธิ์
บัณเฑาะว์ ดิเรกธัมมมงคล, ปริญญา บลอมระงำ
มรุพงษ์ นามขาน, บุรณพ โขตรณานุกูล

สามารถติดตามได้ที่: <https://ipsr.mahidol.ac.th/book-report-all/>

สถิติน่ารู้

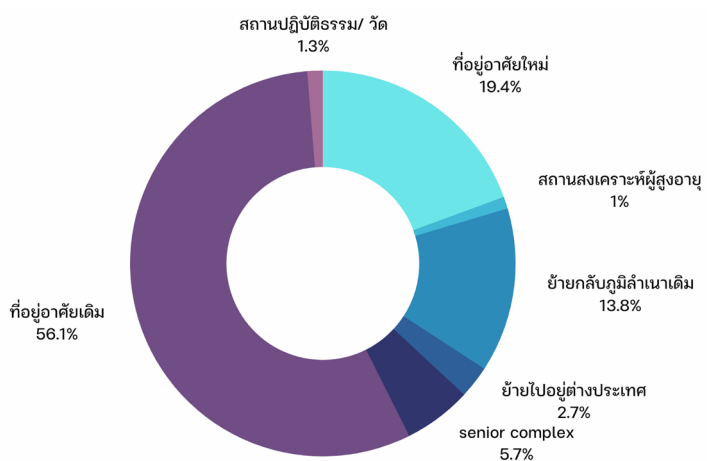
กาญจนา เทียนลาย
kanchana.tha@mahidol.ac.th

เมื่อแก่เฒ่าไป...จะอยู่กันอย่างไหน

เป็นที่ทราบกันดีว่าตอนนี้ประเทศไทยมีผู้สูงอายุมากกว่าเด็กแล้วซึ่งมีผู้สูงอายุกว่าร้อยละ 20 ในปี 2565 จากรายงานวิจัย¹ พบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ตามลำพังคนเดียวมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 1.3 ในปี 2533 เป็นร้อยละ 7.3 ในปี 2563 ทั้งนี้สอดคล้องกับการสำรวจ² ที่พบว่า 1 ใน 5 ของคนก่อนวัยสูงอายุคาดว่าจะอาศัยอยู่คนเดียวเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุ

ความคาดหวังของคนก่อนวัยสูงอายุต่อประเด็นการอยู่อาศัยในอนาคตเมื่อเป็นผู้สูงอายุ มีความคาดหวังว่าจะอยู่ในสถานสงเคราะห์เพียงร้อยละ 1 เท่านั้น ย้ายกลับภูมิลำเนาเดิมร้อยละ 14 และส่วนใหญ่กว่าร้อยละ 56 คาดว่าจะอาศัยในที่อยู่เดิม ผลการศึกษาได้ชี้ให้เห็นว่าปัจจัยการเลือกที่พักอาศัยนั้น จะเลือกพักอาศัยในแหล่งชุมชนที่มีสิ่งอำนวยความสะดวก (เช่น ร้านค้า การเดินทาง โรงพยาบาล หรือสถานบริการด้านสุขภาพ) ในการใช้ชีวิตที่สามารถจะใช้ชีวิตได้ด้วยตัวเองให้มากที่สุด รองลงมาเลือกอยู่ใกล้กับลูกหลาน ญาติพี่น้อง

วันเวลาไม่เคยรอใคร อายุ...ก็เช่นกัน แล้วคุณเล่างวางแผนในอนาคตของตัวเองอย่างไร



¹ ศุทธิดา ชวนวัน, กาญจนา เทียนลาย, วิชาญ ชูรัตน์, ปัทมวัฒน์ เกื้อนกลิ่น และสิทธิชาติ สมตา. (2565). *Research Brief: การเข้าถึงระบบบริการสังคมของประชากรในครัวเรือนก่อนวัยสูงอายุและผู้สูงอายุ ที่มีรูปแบบการอยู่อาศัยต่างกันเพื่อนำไปสู่แนวทางการสนับสนุนการบริการที่เหมาะสม.* <https://pr.mahidol.ac.th/ipsrbeta/FileUpload/PDF/Report-File-675.pdf> สืบค้นเมื่อ 9 พฤศจิกายน 2565

² จงจิตต์ ฤทธิรงค์, เฉลิมพล แจ่มจันทร์, พิมลพรรณ นิตยน์วรา และณัฐนิชา ลอยฟ้า. (2565). *Research Brief: คนวัยแรงงานคาดหวังและเตรียมตัวอย่างไรเพื่อชีวิตในวัยสูงอายุ.* <https://pr.mahidol.ac.th/ipsrbeta/FileUpload/PDF/Report-File-689.pdf> สืบค้นเมื่อ 9 พฤศจิกายน 2565

ข่าวสถาบันฯ

* 17 ก.ย. 65 รศ.ดร.สุชาดา ทวีสิทธิ์ ร่วมเสวนาในงาน “อาจารย์ค้ายส์ เดอะซีรีส์” (ตอนที่ 4): Cosmopolitan Villagers: ชาวบ้านอีสาน “ผู้รู้เกี่ยวกับโลก” ณ ม.ขอนแก่น * 21 ก.ย. 65 รศ.ดร.อารี จำปากลายเป็น ผู้อำนวยการ นำเสนอผลการศึกษารื่อง The long-term impact of diverse parental migration experiences on transition to adolescent: A case study of Thailand ณ สถาบันฯ และออนไลน์ * 23 ก.ย. 65 รศ.ดร.ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต และคณะ ต้อนรับ คณะผู้บริหารจากสมาคมขนส่งสินค้าและโลจิสติกส์ไทย เพื่อหารือแนวทางในการสำรวจคุณภาพชีวิตความสุข และความผูกพันองค์กรของคนทำงาน (HAPPINOMETER) ณ สถาบันฯ * 23 ก.ย. 65 สถาบันฯ จัดงานมหัศจรรย์ใจแต่ผู้เกษียณ ประจำปีงบประมาณ 2565 ณ สถาบันฯ และออนไลน์ **รูป 1** * 24 ก.ย. 65 รศ.ดร.มนสิการ กาญจนะจิตรา และคณะ ร่วมพิธีวางพวงมาลาถวายราชสักการะ พระราชานุสาวรีย์สมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก เนื่องในวันมหิดล ประจำปี 2565 ณ ม.มหิดล * 25 ก.ย. 65 สถาบันฯ ร่วมงานเดิน-วิ่งการกุศล MU Charity 2022 ณ ม.มหิดล * 26 ก.ย. 65 และระหว่างวันที่ 31 ต.ค. – 1 พ.ย. 65 รศ.ดร.ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต และคณะ จัดอบรม “ความก้าวหน้าการบริหารจัดการองค์ความรู้สู่ความสุขในการทำงาน: Advanced Routine to Happiness” ให้กับนักสร้างสุข ม.เทคโนโลยีราชมงคลสุวรรณภูมิ ณ จ.อยุธยา และ ม.ศิลปากร ณ จ.เพชรบุรี * 27 ก.ย. 65 รศ.ดร.กาญจนา ตั้งชลทิพย์ ร่วมเสวนาหัวข้อ Urban citizenship for inclusive & sustainable cities: เมืองสำหรับทุกคน ในงาน “MUSEF 2022” ณ ม.มหิดล * 29 ก.ย. 65 ผศ.ดร.วาทาโกะ ทาคะ และ อ.ดร.Truc Ngoc Hoang Dang เป็นวิทยากรในการอบรมการใช้โปรแกรม Canvas ณ สถาบันฯ และออนไลน์ * 6 ต.ค. 65 รศ.ดร.ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต และ ผศ.ดร.ลักขรินทร์ นิยมศิลป์ เป็นวิทยากรในกิจกรรม IRB Talk ครั้งที่ 4 เรื่อง “ผิดหรือไม่... ถ้าใช้รูปจากเว็บไซต์” ในรูปแบบออนไลน์ * 11 ต.ค. 65 สถาบันฯ ร่วมพิธีทำบุญตักบาตรอาหารแห้งแด่พระภิกษุสงฆ์และสามเณร เพื่อนำเพ็ญกุศลถวายเป็นพระราชกุศล และพิธีถวายราชสดุดี พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในวันคล้ายวันสวรรคต 13 ตุลาคม ณ ม.มหิดล * 11-13 ต.ค. 65 ผศ.ดร.ดุสิตา พึ่งสำราญ ร่วมประชุม Regional Meeting: Sharing Experiences in Multiple Micronutrient Supplementation (MMS) Policy, Advocacy and Implementation ณ ประเทศอินโดนีเซีย * 11 ต.ค. 65 รศ.ดร.อารี จำปากลายเป็น และคณะ ประชุมออนไลน์กับทีมจาก WHO หารือการสร้างเครือข่ายสนับสนุนการใช้ Life-course approach เพื่อรองรับการวิจัยในสังคมสูงวัย * 11 ต.ค. 65 ศูนย์ศึกษาการย้ายถิ่นมหิดล (MMC) จัดอบรมออนไลน์ หัวข้อ “Online Migration Writing Workshop (Part 1)” โดยมี Paul Statham และ อ.ดร.ภัทราภรณ์ จิงเลิศศิริ และ ว่าที่ร้อยตรี นิพนธ์ ดาราวุฒิมาระประภณี นำเสนอหัวข้อบทความ * 17 ต.ค. 65 รศ.ดร.อารี จำปากลายเป็น และ รศ.ดร.สุชาดา ทวีสิทธิ์ นำเสนอผลการศึกษา “โครงการวิจัยผลกระทบจากภาวะระบาดของโรคโควิด-19 ต่อแรงงานไทยมุสลิมเชื้อสายมลายูในจังหวัดชายแดนภาคใต้ที่ย้ายถิ่นกลับมาดูภูมิ: ความเปราะบางและการฟื้นฟูในมิติเศรษฐกิจของครัวเรือน” ณ จ.ปัตตานี และออนไลน์ โดยการสนับสนุนจาก บพข. * 18 ต.ค. 65 ผศ.ดร.สิรินทรยา พูลเกิด รศ.ดร.ธีรพงศ์ สุกุลศรี และ น.ส.ณัฐจิรา ทองเจริญชูพงศ์ ร่วมประชุมกับ The Center of Research Excellence in Food Retail Environments for Health (RE-FRESH) ณ ประเทศออสเตรเลีย * 19 ต.ค. 65 สถาบันฯ จัดงานแสดงความยินดีแก่ครูผู้เกษียณดี และมอบทุนการศึกษาประจำปีการศึกษา 2563 และปีการศึกษา 2564 ณ สถาบันฯ **รูป 2** * 23 ต.ค. 65 รศ.ดร.ปิยวัฒน์ เกตุวงศา อ.ดร.ดิเรก อานานดาเลียว วิทยาสตาริ และคณะ ร่วมประชุมหารือกับเครือข่าย Active Healthy Kid Global Alliance 57 ประเทศ เพื่อเตรียมความพร้อมการเปิดตัว Report Card for Children and Youths Global Matrix 4.0 พร้อมนี้ รศ.ดร.โยธิน แสงวดี และคณะนักวิจัย ร่วมนำเสนอผลงานวิจัยแบบปากเปล่าและแบบโปสเตอร์ ณ ประเทศสหรัฐอาหรับเอมิเรตส์ (UAE) * 17-23 ต.ค. 65 ผศ.ดร.พจนานันท์งานสิทธิ์ รศ.ดร.ธีรพงศ์ สุกุลศรี ผศ.ดร.สิรินทรยา พูลเกิด และคณะนักวิจัย นำเสนอผลงานวิจัยแบบปากเปล่า และแบบโปสเตอร์ รวมทั้ง จัดประชุมเชิงปฏิบัติการกับคณะผู้วิจัยของประเทศมาเลเซีย อินโดนีเซีย และฟิลิปปินส์ ในการประชุม International Congress on Obesity (ICO) 2022 ณ ประเทศออสเตรเลีย * 25-27 ต.ค. 65 รศ.ดร.จงจิตต์ ฤทธิรงค์ รศ.ดร.มนสิการ กาญจนะจิตรา อ.ดร.สพญ.สร้อยญา สุจริตพงศ์ อ.ดร.ภัทราภรณ์ จิงเลิศศิริ และ ผศ.ดร.สิรินทรยา พูลเกิด จัดอบรมเชิงปฏิบัติการการพัฒนานโยบายการป้องกันและจัดการโรคอ้วน สำหรับผู้บริหารภาครัฐ ณ หน่วยงาน **รูป 3** * 27 ต.ค. 65 รศ.ดร.จงจิตต์ ฤทธิรงค์ ร่วมเสวนาเรื่อง “สามวัย: เตรียม พร้อม เกษียณ” ณ ช.ช. * 31 ต.ค. 65 สถาบันฯ จัดกิจกรรม Healthy workplace x Love U club ภายใต้หัวข้อ “4 อ The series” ณ สถาบันฯ * 2-4 พ.ย. 65 สถาบันฯ จัดงานสัมมนาพัฒนาบุคลากร 2565 (ครั้งที่ 40) กิจกรรม Happy Work-life “ปรับสมดุลชีวิต ดูแลสุขภาพจิต” กิจกรรม Happy Relax & Engagement “การเข้าใจตนเองเพื่อการทำงานร่วมกันอย่างมีความสุข” ณ สถาบันฯ **รูป 4** และกิจกรรมสานสัมพันธ์ IPSR ณ จ.ปราจีนบุรี * 3-5 พ.ย. 65 รศ.ดร.สุดารัตน์ มูลิภาวะค์ ร่วมประชุม The Global Evaluation and Monitoring Network for Health (GEMNet-Health) Planning Meeting เนื่องในโอกาสครบรอบ 10 ปี และเป็นตัวแทน รศ.ดร.อมรา สุนทรธาดา รับมอบโล่ประกาศเกียรติคุณในฐานะ Founding Member ณ สาธารณรัฐกานา * 14 พ.ย. 65 สถาบันฯ จัดงานวันคล้ายวันสถาปนาสถาบันวิจัยประชากรและสังคม ม.มหิดล ครบรอบปีที่ 51 มีพิธีทำบุญตักบาตรอาหารแห้งแด่พระสงฆ์ จำนวน 9 รูป พร้อมมอบทุนการศึกษาให้แก่นักเรียน 7 โรงเรียน ในอำเภอพุทธมณฑล และมอบรางวัลผลงานวิจัยสร้างสรรค์ให้แก่บุคลากร ณ สถาบันฯ **รูป 5**

วิสัยทัศน์: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม เป็นสถาบันชั้นนำในระดับโลก ที่ธรรมาภิบาลด้านประชากรและสังคม เพื่อการพัฒนายั่งยืน



รูป 1



รูป 2



รูป 3



รูป 4



รูป 5

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม 73170 โทรศัพท์ 0-2441-0201 0-2441-9666 โทรสาร 0-2441-9333 E-mail: director@mahidol.ac.th Website: www.ipsr.mahidol.ac.th ที่ปรึกษา อารี จำปากลายเป็น ผู้อำนวยการ สถาบันฯ บรรณาธิการ นุชราภรณ์ เลียงรัตนมัย วิชาการ จารุเรืองไพศาล สักกรินทร์ นิยมศิลป์ ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต กองบรรณาธิการ กฤตญา สาอากัง กัญญา อภิวรัชยสกุล กาญจนา เทียนฉาย กาญจนา ตั้งชลทิพย์ เกียรตินิยม ชันดี จงจิตต์ ฤทธิรงค์ จัรมพร ให้อย่าง เฉลิมพล แจ่มจันทร์ ณปภัช สังนกุล พอลา บุญศิริณณะ นนเยาว์ บุญเจริญ นนทวัชร แสงล่อ นพณ์ ดาราวุฒิมาระประภณี ปาโมทย์ ประสาทกุล ปัทมา ว่าพัฒน์วงศ์ ภาสกร บุญคุ้ม มนสิการ กาญจนะจิตรา โยธิน แสงวดี สุทธิดา ชวนวัน รัชชีย์ ทองไทย สิรินทรยา พูลเกิด สุชาดา ทวีสิทธิ์ สุภรต์ จรัสสิทธิ์ สุภาณี ปลื้มเจริญ สุรีย์พร พันเพ็ง อภิชาติ จัรัสฤทธิรงค์ อมรา สุนทรธาดา ฝ่ายศิลป์ จุฑารัตน์ ทรัพย์ยอดแก้ว สมชาย ทรัพย์ยอดแก้ว ฝ่ายสมาชิก จีวรรณ หงษ์ทอง ติดต่อสอบถาม โครงการเผยแพร่ข่าวสารและการศึกษาด้านประชากร โทรศัพท์ 0-2441-0201 ต่อ 100 หรือ 0-2441-9666