



เมกะเทรนด์กับสุขภาพจิต

เมกะเทรนด์ ส่งผลระยะยาว ต่อเศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม และสุขภาพจิต

เมกะเทรนด์ เช่น เทคโนโลยีล้ำหน้า
การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทาง
ประชากรและสังคม การเปลี่ยนแปลง
เศรษฐกิจ การเติบโตของเมือง
และการเปลี่ยนแปลงภูมิอากาศ
มีผลกระทบระยะยาวทั้งในมิติ
เศรษฐกิจ สังคม สิ่งแวดล้อม
และสุขภาพจิต

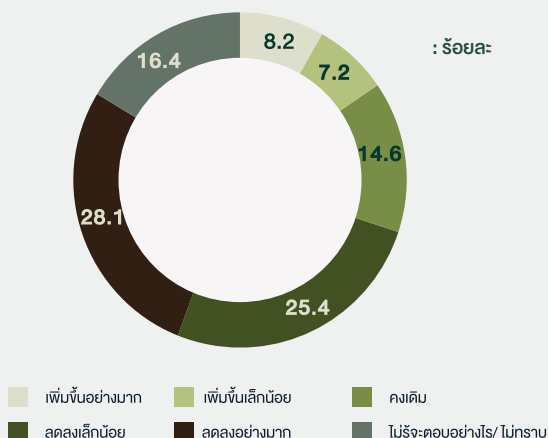
ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีดิจิทัลเติบโตอย่างรวดเร็ว ช่วยส่งเสริมเศรษฐกิจและแบ่งเบาภาระงาน แต่กลับเพิ่มความเสี่ยงต่อการตกงาน โดยเฉพาะอาชีพบริการที่มีพนักงานกว่า 3 ล้านคนตกอยู่ในความไม่มั่นคง ส่งผลให้เกิดความวิตกกังวลด้านอาชีพ

ความเสี่ยงตกงานและจำนวนแรงงานที่คาดว่าจะได้รับผลกระทบ

อาชีพ	โอกาสเสี่ยง (ร้อยละ)	กำลังแรงงานที่คาดว่าจะได้รับผลกระทบ (คน)
ผู้บัญญัติกฎหมาย ข้าราชการ ผู้จัดการ	38	486,162
ผู้ประกอบการวิชาชีพด้านต่างๆ	42	551,996
ช่างเทคนิคสาขาต่างๆ	54	587,276
พนักงานบริการ พนักงานขายในร้านค้าและตลาด	57	3,285,656
ผู้ปฏิบัติงานฝีมือด้านเกษตรและประมง	57	2,755,300
ผู้ปฏิบัติงานฝีมือในธุรกิจต่างๆ	58	1,468,133
อาชีพงานพื้นฐาน	62	1,581,264
นักปฏิบัติการด้านเครื่องจักรในโรงงาน	68	1,589,534
งานเสมียน เจ้าหน้าที่	73	685,410
รวม	54	12,990,731

ที่มา: เนื่อแพร่ เล็กเฟื่องฟู และ วรประภา นาควัชร, 2562

ความเปลี่ยนแปลงของการไม่ยอมรับผู้มีความหลากหลายทางเพศ (LGBTIQ+) ใน 5 ปีที่ผ่านมา



ในด้านสังคม วัฒนธรรมที่หลากหลายยังมีความท้าทาย โดยกลุ่ม LGBTIQ+ ยังคงเผชิญอคติและการคุกคามสูง โดยเยาวชนที่มีความหลากหลายทางเพศถูกล้อเลียนสูงถึงร้อยละ 75 ถูกคุกคามทางเพศแบบออฟไลน์ร้อยละ 58 แบบออนไลน์ร้อยละ 53 ส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต เช่น ซึมเศร้าร้อยละ 71 วิตกกังวลร้อยละ 78 มีความคิดฆ่าตัวตายร้อยละ 58 และทำร้ายร่างกายตนเองร้อยละ 25 แม้กลุ่ม LGBTIQ+ มากกว่าครึ่งรู้สึกว่าการอคติโดยรวมในสังคมลดลง แต่ร้อยละ 8.2 กลับรู้สึกว่าการอคติเพิ่มขึ้นอย่างมาก

หมายเหตุ: สอดถามจากกลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศ (LGBTIQ+) L (Lesbian) หรือผู้หญิงที่ชอบผู้หญิงด้วยกัน, G (Gay) หรือผู้ชายที่ชอบผู้ชายด้วยกัน, B (Bisexual) หมายถึง บุคคลสองเพศ ผู้ที่ชอบทั้งผู้ชายและผู้หญิง, T (Transgender) หมายถึง บุคคลข้ามเพศ หรือผู้ที่มีเพศสภาพและเพศกำเนิดไม่สอดคล้องกัน, I (Intersex) หรือเพศกำกวม หมายถึง ผู้ที่มีอัตลักษณ์ทางเพศไม่เข้ากับนิยามผู้ชาย-ผู้หญิง, Q (Queer) และ (Questioning) หมายถึง ผู้ที่ไม่จำกัดเพศ ไม่นิยามตัวเองว่าเป็นเพศใดเพศหนึ่ง, เครื่องหมาย + ใน LGBTIQ+ นั้นหมายถึงกลุ่มรสนิยมทางเพศอื่นๆ นอกเหนือจากที่กล่าวมา

ที่มา: Mental Health of LGBTIQ+ Communities in the Thailand พ.ศ. 2567, สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

สัดส่วนความรุนแรงที่เด็กและเยาวชน หลากหลายทางเพศได้ประสบ ในปีที่ผ่านมา



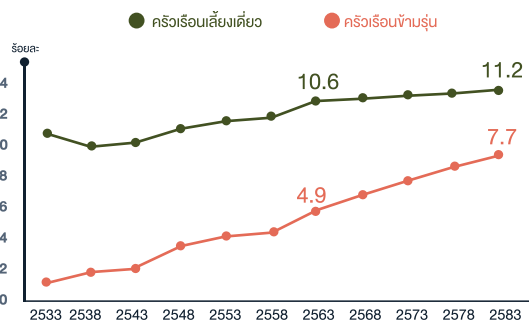
สัดส่วนผลกระทบทางสุขภาพจิตที่เด็กและเยาวชน หลากหลายทางเพศได้ประสบ ในปีที่ผ่านมา



ที่มา: รายงานสุขภาพจิตและสุขภาพของเด็กละและเยาวชนหลากหลายทางเพศในประเทศไทย พ.ศ. 2566, มูลนิธิช่วยเหลือเด็ก ประเทศไทย

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเป็นอีกเมกะเทรนด์ที่หลายประเทศทั่วโลกต้องเผชิญ การเข้าสู่สังคมสูงวัยส่งผลต่อโครงสร้างครอบครัว และช่องว่างระหว่างวัย นำไปสู่การขัดแย้งโดยเฉพาะในเรื่องการศึกษาและการทำงาน

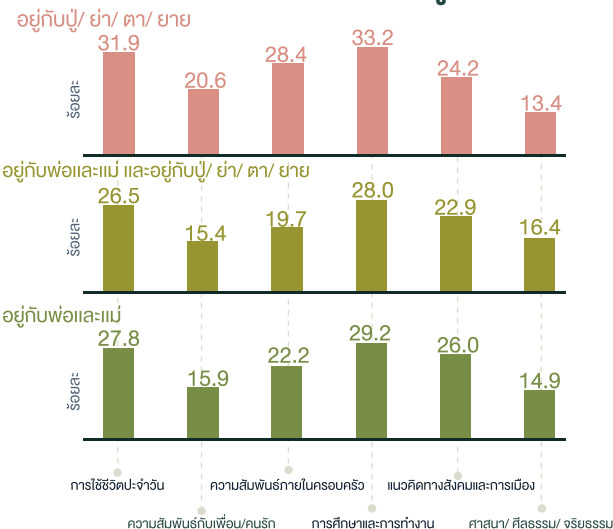
สัดส่วนครัวเรือนไม่พร้อมหน้าในกลุ่มประชากรวัยทำงาน



ที่มา: ครอบครัวไทยในอนาคต: พ.ศ. 2583, สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

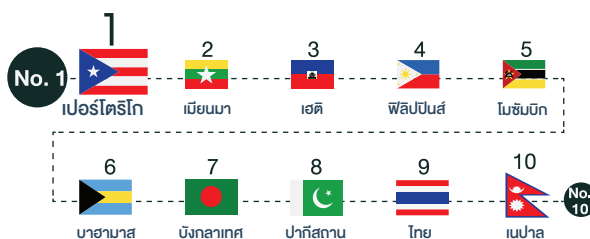
“ เพื่อลดผลกระทบจาก **เมกะเทรนด์** และสร้างความมั่นคงในระยะยาว จำเป็นต้องพัฒนาทักษะดิจิทัลให้แรงงาน ส่งเสริมความเท่าเทียมทางเพศ ปรับรูปแบบการทำงานให้เหมาะสมกับทุกช่วงวัย และพัฒนาแผนรับมือภัยพิบัติอย่างยั่งยืน ”

สัดส่วนเยาวชนที่มีความคิดขัดแย้งกับปู่ย่าตายาย



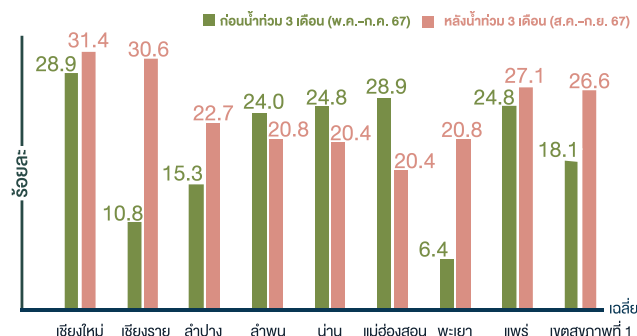
หมายเหตุ: เฉพาะคำตอบที่มีความขัดแย้งค่อนข้างมากถึงมากที่สุด
ที่มา: การสำรวจเยาวชนไทย (2565), ศูนย์ความรู้นโยบายเด็กและครอบครัว

ประเทศที่มีความเสี่ยงต่อการได้รับผลกระทบจากสภาพ การเปลี่ยนแปลงภูมิอากาศสูงที่สุด 10 อันดับ



ที่มา: โครงการสภาพคนไทย. 2566. เรื่องพิเศษประจำปี. รายงานสุขภาพคนไทย 2566 (หน้า 103) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

สัดส่วนความเครียดสูงของคนภาคเหนือจากเหตุการณ์ น้ำท่วมปี 2567



วิกฤตสิ่งแวดล้อมและภัยพิบัติ นอกจากส่งผลต่อสุขภาพกายแล้ว ยังส่งผลต่อสุขภาพจิตอีกด้วย เช่น ปัญหาน้ำท่วมใหญ่ในภาคเหนือเมื่อเดือนกันยายน 2567 ส่งผลให้คนในพื้นที่ เช่น จังหวัดเชียงราย และพะเยา เผชิญความเครียดสูงขึ้น 3 เท่าตัว