

การจัดเรียงกลุ่มอาคารในย่านการค้ากับสุขภาวะที่ดี : บริเวณแยกสี่กั๊กพระยาศรีและถนน มหาจักร

Urban Building Blocks in Commercial Districts and People's Well-being: The Areas of Phraya Si Intersection and Mahachak Road

ศุภกิตติ ปัญญาคารวะ*, รองศาสตราจารย์ ดร.สุพักตรา สุทศสุภา**

Supakit Panyacarawa*, Associate Professor Supagtra Suthasupa, Ph.D.**

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการจัดเรียงกลุ่มอาคารในย่านการค้ากับสุขภาวะที่ดี บริเวณแยกสี่กั๊กพระยาศรีและถนนมหาจักร เพื่อนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดทำแผนพัฒนาพื้นที่เมืองที่สร้างสุขภาวะที่ดีในพื้นที่อื่นที่มีลักษณะสภาพแวดล้อมและสภาพสังคมที่ใกล้เคียงกัน โดยในงานวิจัยชิ้นนี้มุ่งเน้นศึกษาไปที่ปัจจัยภายนอก ได้แก่ องค์ประกอบทางกายภาพ และสภาพแวดล้อมที่สร้างขึ้น ว่าความแตกต่างของรูปแบบการจัดเรียงกลุ่มอาคารในแต่ละย่าน จะเกี่ยวข้องกับระดับสุขภาวะอย่างไร โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้ประกอบการย่านการค้า ทำการศึกษาเปรียบเทียบผ่าน 5 พื้นที่ที่มีลักษณะการจัดเรียงกลุ่มอาคารที่แตกต่างกัน ได้แก่ 1.รูปแบบ Courtyard 2.รูปแบบ City Block 3.รูปแบบ Arcade 4.รูปแบบ Row และ 5.รูปแบบ Group ผ่านการค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร การสำรวจในพื้นที่และการจัดทำแบบสอบถามดรรชนีชี้วัดสุขภาวะ กับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 68 คน เพื่อประเมินระดับสุขภาวะในแต่ละพื้นที่ โดยใช้หลักสถิติมาตรฐานค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัยพบว่าผู้อยู่อาศัยที่เป็นผู้ประกอบการในพื้นที่ศึกษา 5 พื้นที่ ที่มีสภาพแวดล้อมและการจัดเรียงกลุ่มอาคารที่แตกต่างกันนั้น มีค่าคะแนนระดับสุขภาวะที่แตกต่างกัน เรียงลำดับจากมากไปน้อย ดังนี้ พื้นที่ชุมชนในรูปแบบ Courtyard รองลงมา คือ พื้นที่รูปแบบ City Block, พื้นที่รูปแบบ Row พื้นที่รูปแบบ Arcade และพื้นที่รูปแบบ Group หลังจากนั้นได้วิเคราะห์ค่าคะแนนที่ได้ในแบบสอบถามกับลักษณะทางกายภาพของแต่ละพื้นที่ที่เกิดจากการจัดเรียงกลุ่มอาคารที่แตกต่างกัน สามารถสรุปออกมาเป็น 3 ลักษณะ คือ ลักษณะที่ 1 การจัดเรียงที่มีลักษณะที่เอื้อให้เกิดกิจกรรมบางอย่างในพื้นที่ ลักษณะที่ 2 เป็นพื้นที่เปิดที่คนภายนอกสามารถเข้า-ออกได้โดยสะดวก เอื้อต่อการเข้าไปใช้งาน และลักษณะที่ 3 มีพื้นที่สีเขียว เปิดโล่ง มีแสงแดดและอากาศถ่ายเท โดย 3 ลักษณะนี้เป็นลักษณะของพื้นที่ศึกษาที่มีการจัดเรียงรูปแบบ Courtyard ซึ่งมีความเป็นไปได้ที่จะเอื้อให้เกิดสุขภาวะที่ดีมากกว่าพื้นที่รูปแบบอื่น ๆ

คำสำคัญ : การจัดเรียงกลุ่มอาคาร, สุขภาวะ, ย่านการค้า

ABSTRACT

This research aims to examine the arrangements of building blocks in commercial districts and people's well-being, so as to apply the findings to develop urban planning strategies that foster better well-being in other areas with similar environmental and social characteristics. This study focuses on external factors, including physical and built environments, to understand how different arrangements of building blocks in various neighborhoods are related to levels of well-being. The study was conducted in five areas with different building block arrangement styles: 1) Courtyard, 2) City Block, 3) Arcade, 4) Row, and 5) Group. Data were gathered through document reviews, field surveys, and well-being index questionnaires which assess well-being of the 68 samples. Standard statistical methods, including mean and standard deviation, were used for analysis. The results revealed varying levels of well-being among the samples in the five study areas. The well-being scores, ranking from the highest to the lowest, were as follows: those of the Courtyard; followed by those of City Block, Row, Arcade, and Group. The analysis of the questionnaire scores and the physical characteristics of the areas revealed that the Courtyard style, with the highest score of well-being, has three distinct features: 1. The arrangement which supports activities other than commercial purposes. 2. The area, not displaying overly specific activities or characteristics, which is open and well-accessible can facilitate uses and multipurpose functions. 3. There is a presence of green spaces, open areas, sunlight, and good ventilation. The Courtyard style, with these three features, possibly enhances more well-being than other building block arrangements do.

Keyword : Urban Building Blocks, Well-being, Commercial Districts

บทนำ (Introduction)

ปัจจุบันปัญหาสุขภาพภาวะที่ความหนักหน่วงรุนแรงขึ้น ทั้งในประเทศที่ร่ำรวยและยากจน ด้วยอัตราความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า และโรคเครียดที่มากขึ้นทั้งจากเหตุการณ์ภัยพิบัติธรรมชาติ รวมถึงจากพฤติกรรมของมนุษย์ โดยมีรายงานการศึกษาจากผู้เชี่ยวชาญด้านเศรษฐศาสตร์จากมหาวิทยาลัยในสหรัฐอเมริกา พบว่า ปัญหาสุขภาพจิตของบุคคลที่เกิดขึ้นเพียง 1 วันใน 1 เดือน ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจและรายได้ของประเทศ 1.84% นั้นหมายถึงว่า รายได้รวมของประเทศลดลงกว่าหลายพันล้านดอลลาร์สหรัฐ (กรมสุขภาพจิต, 2016) แสดงให้เห็นถึงปัญหาของสุขภาพจิตที่นอกจากจะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตระดับบุคคลแล้ว ยังส่งผลกระทบต่อระดับสังคมและเศรษฐกิจในระดับประเทศด้วย จากความเห็นของนักวิชาการและผู้เชี่ยวชาญจากหลากหลายสาขาวิชา ได้อธิบายว่า ปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดขึ้นนั้น มาจากระดับการ

เข้าถึงบริการสุขภาพจิตที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการ และความเสี่ยงจากจำนวนประชากรที่เพิ่มมากขึ้น จากความตึงเครียดของสังคมภายในเมือง ระยะห่าง ความแออัดของผู้คนในเมือง รวมถึงความรุนแรงและอาชญากรรมในเมืองที่เพิ่มมากขึ้น ซึ่งแสดงให้เห็นว่าสภาพแวดล้อมและรูปแบบทางสังคม เป็นสิ่งเร้าที่ส่งผลต่อสภาวะความเครียดและสุขภาพจิตของสังคมเมืองในปัจจุบัน (กรุงเทพมหานคร, 2560) จะเห็นได้ว่าปัญหาสุขภาพจิต เป็นปัญหาที่ไม่อาจมองข้ามและมีผลกระทบต่อสังคมและเศรษฐกิจในบริเวณกว้าง

จากการศึกษาทางบทความและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สุขภาพจิต คือ หนึ่งในมิติของสภาวะ ที่หมายถึง การดำรงชีพของบุคคลอย่างมีสุข มีความสมดุลทั้งทางกาย จิต ปัญญาและทางสังคมที่มีความสัมพันธ์เชื่อมโยงสมดุลกัน (อัมพร โอตระกูล, 2540) หมายความว่าเมื่อมีสภาวะที่ดีย่อมหมายถึงการมีสุขภาพจิตที่ดี แต่การมีสุขภาพจิตที่ดี ไม่ได้หมายความว่าต้องมีสภาวะที่ดีตามไปด้วย ซึ่งทำให้เห็นความสำคัญของการศึกษาเพื่อส่งเสริมสภาวะที่ดี มากกว่าการศึกษาแค่ส่งเสริมสุขภาพจิต และปัจจุบันเรื่องของสภาวะ (Well-being) ถูกให้ความสำคัญและยังได้รับการกำหนดให้เป็น 1 ใน 17 เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals: SDGs) ที่สหประชาชาติร่วมกันกำหนดขึ้นเป็นวาระการพัฒนาระดับโลกที่ต้องบรรลุให้ได้ (อรทัย วลีวงศ์, 2021)

โดยในรายงานการวิจัยในประเทศ ได้ระบุว่าสภาพแวดล้อมในย่านหรือละแวกบ้านมีผลกระทบต่อสภาวะของผู้อยู่อาศัย โดยกล่าวว่าสภาพแวดล้อมมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมสภาวะผู้อยู่อาศัย ทั้งสภาพแวดล้อมที่สร้างขึ้นและสภาพแวดล้อมทางสังคม ซึ่งประกอบไปด้วยปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก โดยแต่ละปัจจัยมีความสำคัญ และส่งผลต่อสภาวะที่แตกต่างกัน (Zhang et al., 2022) จึงเป็นที่มาของการตั้งคำถามในงานวิจัยชิ้นนี้ที่มองลักษณะการก่อตัวของย่านในเชิงองค์ประกอบทางกายภาพ สภาพแวดล้อมที่สร้างขึ้น ว่าความแตกต่างของรูปแบบการจัดเรียงกลุ่มอาคารในแต่ละย่านหรือแต่ละละแวกบ้านนั้น จะมีระดับความเกี่ยวข้องกับสภาวะของผู้อยู่อาศัยแตกต่างกันอย่างไร

“ปัญหาสภาวะ” เป็นประเด็นปัญหาที่พบมากในวัยทำงาน โดยปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการเกิดปัญหาสภาวะในวัยนี้ได้แก่ ความเครียดจากงาน สภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม การไม่มีสมดุลในงาน (เจตน์ รัตนจินะ, 2566) เนื่องจากการดำเนินชีวิตในแต่ละวันของคนวัยนี้จะอยู่ในช่วงเวลาของการทำงานเกือบจะทั้งหมด การทำงานส่งผลที่สัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ โดยที่สภาพแวดล้อมมีส่วนอย่างมากต่อคุณภาพและผลผลิตของงาน กล่าวคือ ถ้าบุคคลมีประสบการณ์ที่ดีทั้งจากสภาพแวดล้อมและสภาพสังคม ย่อมส่งผลต่อคุณภาพชีวิตและผลผลิตของงานที่ดีตามไปด้วย และด้วยเวลาทั้งหมดของวัยนี้หมดไปกับการทำงานซึ่งอยู่ในสถานที่ทำงานเป็นหลัก รวมถึงพื้นที่อื่นๆเพื่อตอบสนองการใช้ชีวิต เช่น การจับจ่ายใช้สอยสินค้าเพื่ออุปโภคและบริโภค ทำให้เป็นการยากที่จะเอาเวลาไปใช้กับการพักผ่อนหย่อนใจในพื้นที่สาธารณะ หาประสบการณ์ที่ดี หรือทำกิจกรรมที่ช่วยลดความตึงเครียดจากชีวิตประจำวัน จึงได้เล็งเห็นถึงแนวทางในการพัฒนาพื้นที่ที่ตอบสนองการใช้ชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการอุปโภคและบริโภคนั้น ให้สามารถส่งเสริมสภาวะผ่านรูปแบบการจัดเรียงกลุ่มอาคาร โดยมุ่งเน้นไปที่ย่านการค้า ซึ่งเป็นพื้นที่ที่คนทำงานถูกผูกติดไว้กับพื้นที่อย่างเลี่ยงไม่ได้ ให้คนในพื้นที่นั้นมีสภาวะที่ดี กล่าวคือ เมื่อสภาพแวดล้อมดี ย่อมส่งผลถึงสภาวะที่ดีของผู้อยู่อาศัย และเมื่อผู้คนมีสภาวะที่ดี ย่อมส่งผลถึงสภาวะของคนอื่น ๆ ที่มาเกี่ยวข้องให้มีแนวโน้มที่ดีตามไปด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Objective)

- (1) ศึกษาสภาพแวดล้อมที่ช่วยส่งเสริมสภาวะที่ดี
- (2) ศึกษาการจัดเรียงกลุ่มอาคารของเมืองที่ช่วยส่งเสริมสภาวะที่ดีในย่านการค้า

อุปกรณ์และวิธีการ (Materials and Method)

(1) ศึกษาแนวคิดการจัดเรียงกลุ่มอาคารในลักษณะต่าง ๆ ว่าลักษณะการจัดเรียงกลุ่มอาคารมีกี่รูปแบบ และแต่ละรูปแบบมีลักษณะอย่างไร เพื่อใช้เป็นขอบเขตและเงื่อนไขในการเลือกพื้นที่ศึกษา, ศึกษาทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมมนุษย์ เพื่อทำความเข้าใจในหลักการและกระบวนการในการรับรู้ เพื่อใช้เป็นเกณฑ์และกำหนดขอบเขตของการใช้เครื่องมือวิจัย และศึกษาแนวคิดเกี่ยวกับสุขภาวะ โดยศึกษานิยาม ความหมาย และองค์ประกอบที่มีผลต่อสุขภาวะ รวมถึงมิติและความเกี่ยวข้องที่เกิดขึ้นของสุขภาวะ

(2) สร้างเครื่องมือการเก็บรวบรวมข้อมูลได้แก่แบบสอบถาม (Questionnaire) เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการวัดค่าระดับความเกี่ยวข้องของสุขภาวะของกลุ่มตัวอย่างกับพื้นที่ศึกษา

(3) เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 68 คน เลือกจากกลุ่มประชากรที่เป็นผู้ประกอบการย่านการค้าในพื้นที่กรุงเทพมหานคร โดยเลือกบริเวณแยกสี่กั๊กพระยาศรีและถนนมหาจักร ที่มีรูปแบบการจัดเรียงกลุ่มอาคารแตกต่างกัน 5 รูปแบบ (อ้างอิงจากการศึกษา Urban Building Block ของ Burklin and Peterek (2008) ได้แก่ (1) รูปแบบ Courtyard ในพื้นที่ชุมชนแพรงภูธร (2) รูปแบบ City Block ในพื้นที่ลานจอดรถ J Park เสาชิงช้า (3) รูปแบบ Arcade ในพื้นที่ซอยวานิช 1 (4) รูปแบบ Row ในพื้นที่ตึกแถวริมถนนมหาจักร และ (5) รูปแบบ Group ในพื้นที่ชุมชนเลื้อนฤทธิ์

(4) วิเคราะห์ข้อมูลจากการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) วิเคราะห์ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม ว่าการจัดเรียงกลุ่มอาคารที่ต่างกัน จะส่งผลเกี่ยวข้องกับสุขภาวะของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกันอย่างไร

(5) นำเสนอสรุปผล หลักการหรือแนวคิด ที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดทำแผนพัฒนาพื้นที่เมืองที่สร้างสุขภาวะที่ดีในพื้นที่อื่นที่มีลักษณะสภาพแวดล้อมและสภาพสังคมที่ใกล้เคียงกัน

ผลและวิจารณ์ (Result and Discussion)

ผลจากแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง

จากการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างในพื้นที่ศึกษา 5 พื้นที่ที่มีรูปแบบการจัดเรียงอาคารแตกต่างกัน 5 รูปแบบ ผ่านแบบสอบถามดรรชนีชี้วัดสุขภาวะทั้ง 5 ข้อ ได้ค่าคะแนนระดับสุขภาวะของกลุ่มตัวอย่างดังนี้ (ตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ตารางแสดงการเปรียบเทียบระดับสุขภาวะของผู้ตอบแบบสอบถามใน 5 พื้นที่

ข้อ	คำถาม	พื้นที่ศึกษา (ค่าคะแนน)					ค่าความแตกต่างระหว่างคะแนนมากที่สุดกับคะแนนน้อยสุด
		(พื้นที่ 1) ชุมชนแพรงภูธร	(พื้นที่ 2) ลานจอดรถ J Park เสาชิงช้า	(พื้นที่ 3) ซอยวานิช 1	(พื้นที่ 4) ตึกแถวริมถนนมหาจักร	(พื้นที่ 5) ชุมชนเลื้อนฤทธิ์	
1	ฉันรู้สึกเบิกบานและอารมณ์ดี	3.53	3.50	3.16	3.66	3.55	0.50
2	ฉันรู้สึกสงบและผ่อนคลาย	3.40	3.00	3.33	3.33	3.55	0.55

ตารางที่ 1 ตารางแสดงการเปรียบเทียบระดับสุขภาวะของผู้ตอบแบบสอบถามใน 5 พื้นที่ (ต่อ)

ข้อ	คำถาม	พื้นที่ศึกษา (ค่าคะแนน)					ค่าความแตกต่างระหว่างคะแนนมากที่สุดกับคะแนนน้อยสุด
		(พื้นที่ 1)	(พื้นที่ 2)	(พื้นที่ 3)	(พื้นที่ 4)	(พื้นที่ 5)	
		ชุมชนแพรงภูธร	ลานจอดรถ J Park เสาชิงช้า	ซอยวานิช 1	ตึกแถวริมถนนมหาจักร	ชุมชนเลื่อนฤทธิ์	
3	ฉันรู้สึกกระฉับกระเฉงและมีพลัง	2.80	3.25	3.16	2.66	2.70	0.59
4	ฉันตื่นขึ้นมาด้วยความรู้สึกสดชื่น และได้พักเพียงพอ	3.66	3.00	2.58	3.00	2.48	1.18
5	ชีวิตประจำวันของฉันเต็มไปด้วยสิ่งที่น่าสนใจ	3.60	2.87	2.25	2.00	1.74	1.86
ผลจากแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง							
รวม (ค่าคะแนน)		16.99	15.62	14.48	14.65	14.02	-
รวม (ร้อยละ)		67.96	62.50	57.92	58.60	56.08	-

ที่มา : ผู้วิจัย

ผลการประเมินจากปัจจัยของพื้นที่

จากการศึกษาของ Gifford (2018) ได้กล่าวว่าสภาพแวดล้อมทางกายภาพสามารถส่งผลโดยตรงต่อสุขภาวะทางอารมณ์ จิตใจ และร่างกายของบุคคลได้ ซึ่ง 5 คำถามในแบบสอบถามข้างต้นเป็นการวัดระดับความเป็นอยู่ที่ดี หรือการเปลี่ยนแปลงของช่วงชีวิต ณ ช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง และจากการศึกษาของ Berger and Luckmann (1996) ที่กล่าวว่าสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกันย่อมส่งผลต่อการรับรู้และพฤติกรรมที่แสดงออกแตกต่างกัน นั้นทำให้คาดการณ์ได้ว่าสภาพแวดล้อมที่อาศัยอยู่ของผู้ตอบแบบสอบถามมีส่วนสำคัญต่อค่าคะแนนระดับสุขภาวะที่ได้ในแบบสอบถาม โดยจากการอ้างอิงข้างต้น รวมถึงประสบการณ์ของผู้วิจัยที่มีอยู่ อาจกล่าวได้ว่าคำถามทั้ง 5 ข้อในแบบสอบถามมีความสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางกายภาพ โดยได้พิจารณาถึงความสัมพันธ์ของคำถามแต่ละข้อกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพเป็นดังนี้ (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 ตารางประเมินลักษณะของปัจจัยของพื้นที่ที่มีผลต่อสุขภาพ (โดยการให้คะแนน)

คำถาม	ลักษณะ	พื้นที่ศึกษา (ค่าคะแนน)				
		(พื้นที่ 1)	(พื้นที่ 2)	(พื้นที่ 3)	(พื้นที่ 4)	(พื้นที่ 5)
		ชุมชน แพรงภูธร	ลานจอด รถ J Park เสาชิงช้า	ซอยวานิช 1	ตึกแถว ริมถนน มหาจักร	ชุมชน เลื่อนฤทธิ์
ฉันรู้สึกเบิกบาน และอารมณ์ดี	แสงธรรมชาติ	5	4	1	2	3
	พื้นที่สีเขียว	5	4	1	3	2
	การจัดการพื้นที่	4	3	1	2	5
	รวม	14	11	3	7	10
ฉันรู้สึกสงบและ ผ่อนคลาย	ห่างจากเสียงรบกวน	2	4	3	1	5
	กลิ่นและอากาศ	5	1	3	2	4
	พื้นที่ส่วนตัว	5	3	1	2	4
	รวม	12	8	7	5	13
ฉันรู้สึก กระฉับกระเฉง และมีพลัง	แสงและสี	3	2	5	4	1
	พื้นที่เปิดโล่ง	5	3	1	2	4
	การจัดการพื้นที่	4	3	1	2	5
	รวม	12	8	7	8	10
ฉันตื่นขึ้นมาด้วย ความรู้สึกสดชื่น และได้พักเพียงพอ	อากาศ	5	1	3	2	4
	แสง	5	4	1	2	3
	ห่างจากเสียงรบกวน	2	4	3	1	5
	รวม	12	9	7	5	12
ชีวิตประจำวันของ ฉันเต็มไปด้วยสิ่งที่ น่าสนใจ	การเข้าถึง	3	4	2	5	1
	การตกแต่งพื้นที่	4	3	1	2	5
	พื้นที่เปิดโล่ง	5	3	1	2	4
	รวม	12	10	4	9	10
ผลการประเมินจากปัจจัยของพื้นที่		62	46	28	34	55

หมายเหตุ : อันดับ 1 = 5 คะแนน, อันดับ 2 = 4 คะแนน, อันดับ 3 = 3 คะแนน, อันดับ 4 = 2 คะแนน และ อันดับ 5 = 1

คะแนน

ที่มา : ผู้วิจัย

ตารางที่ 3 ตารางเปรียบเทียบผลการประเมินจากปัจจัยของพื้นที่ กับผลจากแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษา	พื้นที่ศึกษา				
	(พื้นที่ 1)	(พื้นที่ 2)	(พื้นที่ 3)	(พื้นที่ 4)	(พื้นที่ 5)
	ชุมชน แพรงภูธร	ลานจอด รถ J Park เสาชิงช้า	ซอยวานิช 1	ตึกแถว ริมถนน มหาจักร	ชุมชน เลื่อนฤทธิ์
ผลการประเมินจากปัจจัยของพื้นที่ (ค่าคะแนน)	62	46	28	34	55
ผลจากแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง (ร้อยละ)	67.96	62.50	57.92	58.60	56.08

ที่มา : ผู้วิจัย

จากผลการวิจัยที่ได้จากการทำแบบสอบถามใน 5 พื้นที่ หลังจากที่ทำการศึกษาควบคุมตัวแปรปัจจัยส่วนบุคคลที่เป็นปัจจัยภายในทั้งเรื่องเพศสภาพ ช่วงอายุ และสถานภาพ พบว่าสภาพแวดล้อมมีความเกี่ยวข้องกับสุขภาวะของผู้อยู่อาศัย คือ 1. สภาพแวดล้อมทางกายภาพที่สอดคล้องกับคุณลักษณะหรือปัจจัยที่ได้ทำการศึกษาไว้ จะมีแนวโน้มที่จะได้คะแนนจากกลุ่มตัวอย่างค่อนข้างมาก นั่นหมายถึงกลุ่มตัวอย่างที่อาศัยอยู่ในสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม สอดคล้องกับลักษณะทางกายภาพที่ได้ศึกษาไว้ จะมีแนวโน้มที่จะมีสุขภาวะที่ดี และ 2. จากผลแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่างในบางข้อคำถาม แสดงให้เห็นว่าความรู้สึกและประสบการณ์ส่วนบุคคลมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตมากเพียงใด แม้ว่าสภาพแวดล้อมภายนอกไม่เอื้ออำนวย ไม่เป็นไปตามที่คาดว่าจะจะเป็น นั่นคือบางคำถามในข้อคำถาม ผลจากแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง กับสภาพแวดล้อมที่เป็นอยู่ไม่สัมพันธ์กัน นั่นหมายถึงแม้ว่าจะทำการควบคุมปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอกสำหรับการศึกษาความเกี่ยวข้องกับระดับสุขภาวะแล้ว แต่ก็มีปัจจัยภายในบางอย่าง ทั้งเรื่องของความรู้สึกและประสบการณ์ส่วนบุคคลที่ไม่สามารถควบคุมได้ และส่งผลต่อระดับสุขภาวะของกลุ่มตัวอย่าง

บทสรุป (Conclusion)

ผลการศึกษาของผู้วิจัยพบว่าลักษณะการจัดเรียงกลุ่มอาคารเกี่ยวข้องกับการรับรู้ของคนในพื้นที่ ซึ่งแต่ละพื้นที่ ผู้คนจะมีลักษณะการตอบสนองที่แสดงออกมาแตกต่างกัน (สังเกตจากค่าคะแนนในแบบสอบถาม) ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Berger and Luckmann (1996) เรื่องของสภาพแวดล้อม ที่กล่าวว่าสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกันย่อมส่งผลต่อการรับรู้และพฤติกรรมที่แสดงออกแตกต่างกัน และปัจจัยทางกายภาพที่เกิดจากการสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกันนั้นมีความสัมพันธ์กับค่าคะแนนในแบบสอบถามของกลุ่มตัวอย่าง สามารถสรุปออกมาเป็น 3 ลักษณะ ที่คาดการณ์ว่าจะทำให้ผู้อยู่อาศัยในพื้นที่นั้น ๆ มีความเป็นไปได้อย่างมีสุขภาวะที่ดี คือ ลักษณะที่ 1 การมีพื้นที่ที่เอื้อให้เกิดกิจกรรมอื่น ๆ นอกจากกิจกรรมการค้า ลักษณะที่ 2 การเข้าถึงที่ง่ายจากคนทั่วไป ไม่จำเป็นต้องไปเพื่อจุดประสงค์การค้าขายอย่างเดียวเท่านั้น และลักษณะที่ 3 แสงแดดและการถ่ายเทอากาศที่มากกว่าพื้นที่อื่น ๆ

ข้อเสนอแนะ (Suggestions)

(1) เสนอให้เพิ่มพื้นที่สำหรับทำกิจกรรมรูปแบบอื่น ๆ นอกจากกิจกรรมการค้า จากผลการศึกษาและวิเคราะห์โดยผู้วิจัยพบว่า การสร้างพื้นที่ที่สร้างสุขภาวะที่ดี ควรคำนึงถึงปัจจัยด้านอื่น ๆ ที่ตอบรับการใช้ชีวิต นอกจากการทำงาน ควรมีพื้นที่ที่มีอิสระให้คนในพื้นที่สามารถไปใช้ทำกิจกรรมอื่น ๆ ร่วมกันได้ เหมือนพื้นที่ชุมชนแพ่งภูธรที่มีลานภูธร เป็นพื้นที่ออกกำลังกายร่วมกันในตอนเย็น โดยเสนอให้ทางพื้นที่ปลัดอกลานจอตรด J Park เสาชิงช้า ให้กำหนดช่วงเวลาหรือแบ่งสัดส่วนพื้นที่ที่เป็นพื้นที่จอตรดมาจัดกิจกรรมร่วมกัน และเพิ่มพื้นที่สีเขียวให้มากที่สุดเท่าที่เป็นไปได้ เพื่อลดความเป็นพื้นที่หลังบ้าน และลดความเป็นพื้นที่ตาดแข็งลง, พื้นที่ซอยวานิช 1 เนื่องจากการสำรวจในพื้นที่เพื่อแจกแบบสอบถามพบว่า บางอาคารในพื้นที่เป็นอาคารที่ไม่ได้เกิดการใช้งาน จึงเสนอแนะให้มีการปรับปรุงอาคาร และปรับเปลี่ยนการใช้งานอาคารนั้นให้เป็นพื้นที่กึ่งภายนอก เป็นพื้นที่ส่วนรวมของทุกคน หลังจากที่จัดการเรื่องกรรมสิทธิ์ของอาคารเรียบร้อยแล้ว, พื้นที่ตึกแถวริมถนนมหาจักร เสนอให้มีการใช้งานของพื้นที่ตาดฟ้าด้านบนของอาคารที่ส่วนมากไม่เกิดการใช้งาน ทบรวกกันตกระหว่างอาคารออก ให้ตาดฟ้าทั้งหมดเหมือนเป็นพื้นที่ 1 ผืน ออกแบบเป็นเหมือนพื้นที่สวนลอยฟ้าของผู้อยู่อาศัยในอาคาร ซึ่งแต่ละคนอาจจะมีพื้นที่ของตัวเองที่ชัดเจน แต่ยังสามารถเกิดปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้อยู่อาศัยในอาคารอื่น ๆ ได้ แต่อาจจะมีข้อจำกัดเรื่องการเข้ามาใช้งานของบุคคลภายนอกที่ไม่ได้อาศัยอยู่ในอาคารนั้น ๆ และความปลอดภัยของผู้อยู่อาศัยในอาคารหากเกิดการจัดการที่ไม่ดีพอ และชุมชนเลื่อนฤทธิ์ เสนอให้มีการแบ่งโซนกันพื้นที่ให้ชัดเจน เพื่อสำหรับการทำกิจกรรมร่วมกันโดยเฉพาะ โดยอาจจะสลับการกันโซนพื้นที่ไปเรื่อย ๆ เพื่อให้เกิดความเสมอภาคและเกิดความรู้สึกแปลกใหม่ในแต่ละครั้ง

(2) เสนอให้มีการปรับปรุงสภาพแวดล้อมในพื้นที่ให้มีความสะดวก และเอื้อต่อการเข้าไปใช้งาน จากผลการศึกษาและวิเคราะห์ในงานวิจัย แต่ละพื้นที่มีเอกลักษณ์เป็นของตัวเอง แต่บางพื้นที่เอกลักษณ์นั้นทำให้รู้สึกไม่สามารถเข้าถึงได้ หรือคนทั่วไปไม่รู้ว่าสามารถเข้าไปใช้งานในพื้นที่ได้ เช่น พื้นที่ชุมชนเลื่อนฤทธิ์ ที่มีลักษณะแตกต่างจากบริบทโดยรอบอย่างชัดเจน ทำให้รู้สึกว่าเป็นพื้นที่เฉพาะของกลุ่มบุคคลใดกลุ่มบุคคลหนึ่ง ซึ่งเมื่อไม่มีผู้เข้าไปใช้งาน หรือมีจำนวนคนเดินที่ไม่มากนักพอ ส่งผลให้บรรยากาศในพื้นที่ไม่เอื้อให้เกิดการจับจ่ายใช้สอย ย่อมส่งผลโดยตรงต่อผู้ประกอบการในพื้นที่ โดยรับรู้ได้จากการตอบแบบสอบถามที่วัดระดับสุขภาวะของกลุ่มตัวอย่างในพื้นที่ชุมชนเลื่อนฤทธิ์ เป็นต้น เนื่องจากการเข้าไปใช้งานในแต่ละพื้นที่ ขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ในการไปเพื่อกิจกรรมหรือสินค้าบางอย่าง จึงเสนอให้สร้างเอกลักษณ์หรือความชัดเจนของสินค้าหรือกิจกรรมภายในพื้นที่ ด้วยการประชาสัมพันธ์ หรือกิจกรรมเชิญชวน เพื่อสร้างก้าวแรกในการเข้าไปใช้งาน และปรับปรุงสภาพแวดล้อม เพิ่มพื้นที่ส่วนกลางตามข้อเสนอแนะที่ (1) และข้อเสนอแนะที่ (3) เพื่อให้พื้นที่เอื้อให้คนอยากเข้าไปใช้งานมากยิ่งขึ้น

(3) เสนอให้มีการปรับปรุงพื้นที่ที่คำนึงถึงความเป็นพื้นที่สีเขียว มีอากาศถ่ายเทและแสงจากธรรมชาติ จากผลการตอบแบบสอบถามวัดระดับสุขภาวะจากกลุ่มตัวอย่าง ความเป็นพื้นที่สีเขียวแปรผันตรงกับแบบสอบถามวัดระดับสุขภาวะ โดยเสนอให้พื้นที่ปลัดอกลานจอตรด J Park เสาชิงช้าเพิ่มเติมไม้ใหญ่ บริเวณพื้นที่จอตรดด้านหลังอาคาร เพื่อช่วยเพิ่มอากาศบริสุทธิ์ และลดความร้อนจากการเป็นพื้นที่ตาดแข็ง รวมถึงการรณรงค์ให้ปลูกต้นไม้กระถางบริเวณหน้าบ้านของทุก ๆ หลัง, พื้นที่ซอยวานิช 1 เสนอให้มีการปรับปรุงหลังคา และจัดการพื้นที่ค้าขายภายในซอยใหม่ โดยทำข้อตกลงกับร้านค้าที่อยู่ในอาคาร ให้ถอยพื้นที่ร้านค้าแฉงลอย เข้าไปอยู่ใต้อาคาร เพื่อเพิ่มพื้นที่ทางสัญจรตรงกลางให้กว้างมากขึ้น เพื่อให้อากาศถ่ายเทได้สะดวกขึ้น รวมถึงปรับปรุงหลังคาทางเดินให้แสงและอากาศเข้าถึงพื้นที่ได้มากยิ่งขึ้น, พื้นที่ตึกแถวริมถนนมหาจักรเสนอให้ทำข้อตกลงระหว่างเพื่อนบ้าน ทำเป็นสวนตาดฟ้าส่วนรวม รวมถึงการจัดการกับพื้นที่ Façade อาคาร

ด้านหน้าใหม่ ให้แสงและอากาศถ่ายเทมากขึ้น โดยที่ยังคำนึงถึงความเป็นส่วนตัวและความปลอดภัยของผู้อยู่อาศัย และพื้นที่ชุมชนเล่นนันทนาการ เสนอให้มีการจัดการกับ Façade อาคารเหมือนกับตึกแถวริมถนนมหาจักร และเนื่องจากบริเวณด้านหน้าของอาคารในชุมชนเมื่อเทียบกับพื้นที่อื่น ๆ แล้วมีพื้นที่กว้างมากกว่า เสนอให้ปลูกต้นไม้เป็นแนวยาวตลอดอาคาร เพิ่มพื้นที่รับน้ำเข้าไปในชุมชน ลดความเป็นพื้นที่คอนกรีตลง

เอกสารอ้างอิง (Reference)

กรมสุขภาพจิต. (2016). สุขภาพจิตไม่ดี เพียง 1 วัน ใน 1 เดือน มีผลต่อรายได้ประเทศลดลง 1.84%.

<https://www.sciencedaily.com/releases/2018/07/180730120359.htm>

กรุงเทพธุรกิจ. (2560). "เรื่องร้ายของ "คนเมือง". 2.

เจตน์ รัตนจินะ. (2566). สุขภาพจิตวัยทำงาน <https://chulalongkornhospital.go.th/kcmh/line/working-age-mental-health/>

อรทัย วลีวงศ์. (2021). "Good Health and Well-being :เมื่อนิยามของสุขภาพดี 'ไม่ได้หยุดอยู่แค่ร่างกายแข็งแรง"

<https://www.sdgmovement.com/2021/01/25/sdg-updates-good-health-and-well-being/>

อัมพร ไตรระกุล. (2540). สุขภาพจิต (2 ed.). วิทยพัฒน์.

Berger, P. L., & Luckmann, T. (1996). *The Social Construction of Reality*. the Penguin Group.

Burklin, T., & Peterek, M. (2008). *Basics Urbanism Urban Building Blocks*. German National Library.

Gifford, R. (2018). *Environmental Psychology: An Introduction* (J. I. M. d. G. Linda Steg, Ed.). John Wiley & Sons Ltd.

Zhang, L., Suhong, Z., Lantan, Q., & Yue, D. (2022). "Nonlinear Effects of the Neighborhood Environments on Residents' Mental Health". *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(3), 1-20, Article 1205.