



ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5005 ภายใน 5666
โทรศัพท์/โทรสาร 0-2258-0311

ข่าวจากหนังสือพิมพ์คมชัดลึก ฉบับประจำวันพุธที่ 18 เดือนกรกฎาคม พ.ศ.2550 หน้า 9

ศูนย์สารสนเทศและการประชาสัมพันธ์ ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดูที่ได้ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

'หญิงแกร่ง'ป่วยโรคเครียดได้ง่าย

มศว สืบสาวพบหญิงวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้าน รับแรงกดดันสูงทั้งจากที่ทำงานและครอบครัว ประกอบกับร่างกายเริ่มเข้าสู่วัยทอง เสี่ยงถูกโรคเครียดรุมเร้า

ดร.อังคินันท์ อินทรกำแหง อาจารย์สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว) กล่าวว่า หญิงวัยกลางคนที่แต่งงานแล้วและทำงานนอกบ้าน รับบทบาทหน้าที่การงานเท่าเทียมผู้ชาย ทั้งยังรับผิดชอบในการเลี้ยงดูลูกและดูแลบ้าน ขณะที่ร่างกายและฮอร์โมนเพศเริ่มร่วงโรย ทำให้เกิดความกดดันทั้งภายในร่างกายตัวเองและภายนอก ส่งผลให้เกิดความเครียดได้ง่าย

ข้อมูลดังกล่าวได้จากการสำรวจผู้หญิง อายุ 35-55 ปี มีบุตรอย่างน้อย 1 คน รวม 1,375 คน จากหน่วยงานขนาดใหญ่ของภาครัฐ รัฐวิสาหกิจและเอกชน รวม 12 แห่งในเขตกรุงเทพฯ และปริมณฑล

ผู้หญิงที่ทำงานนอกบ้านในวัยนี้ ยังประสบกับปัญหาที่ไม่สามารถเปิดเผยต่อสังคม หรือที่เป็นคดีความ จากการศึกษาของแพทย์ที่ให้การรักษาด้านจิตแพทย์พบว่า สตรีทำงานรวมทุกระดับใน 100 คน มีถึง 92 คน เคยถูกคุกคามทางเพศจากชายโรคจิตบนรถโดยสาร หรือผู้บังคับบัญชาในที่ทำงาน แต่ไม่กล้าเปิดเผยเพราะกลัวเสียชื่อเสียง

ดร.อังคินันท์ จัดทำข้อเสนอแนะถึงหน่วยงานด้านบุคคลในสถานที่ทำงาน ควรให้ความสนใจ ให้กำลังใจ ให้การสนับสนุน และที่สำคัญต้องให้ข้อมูลที่ชัดเจนในงาน จัดภาระงานให้เหมาะกับบริบทของผู้หญิง ส่วนสมาชิกในครอบครัวควรให้การสนับสนุนผู้ที่เป็นแม่หรือภรรยา ช่วยกันแบ่งเบาภาระงานบ้าน พร้อมให้กำลังใจในการเผชิญกับสภาพแวดล้อมในสังคมเมือง

ขณะที่ภาครัฐควรมีหน่วยงานที่ให้คำปรึกษากับปัญหาต่างๆ ให้แก่สตรีวัยกลางคนโดยเฉพาะ หรือมีเครือข่ายเพื่อนผู้หญิงวัยเดียวกัน พร้อมทั้งจะช่วยเหลือ สนทนาเพื่อลดความเครียด เสนอแนวทางในการเผชิญปัญหาและการปรับตัว

