



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ประสบการณ์ด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสดของผู้หญิงไทย

Psychological Experiences of Thai Women Who Decided to Remain Single

ฉัตรศรีพ้อง ศรีภักดิ์ (Chatsriphong Siripak)¹ จิระสุข สุขสวัสดิ์ (Jirasuk Suksawat)²นิรันดร์ แสนสา (Niranart Sansa, Associate Professor)³

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสดของผู้หญิงไทย ผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ผู้หญิงไทย มีสถานภาพโสด จำนวน 9 คน ได้โดยการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจงจากเกณฑ์ที่กำหนด เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ (1) แนวคำถามสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้าง (2) แบบบันทึกภาคสนาม (3) แบบบันทึกการสังเกต และ (4) เครื่องบันทึกเสียง วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์เนื้อหาและสร้างข้อสรุปแบบอุปนัย ผลการวิจัยปรากฏว่า ประสบการณ์ด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสดของผู้หญิงไทย พบ 4 ประเด็นหลัก ดังนี้ (1) พื้นฐานชีวิตเรื่องความรัก แบ่งเป็นประเด็นรอง 2 ประเด็น คือ (1.1) เคยมีประสบการณ์ด้านความรักมาก่อนและ (1.2) ไม่เคยมีประสบการณ์ด้านความรัก (2) การตัดสินใจครองโสด แบ่งเป็นประเด็นรอง 5 ประเด็น คือ (2.1) รู้สึกเหงาบ้างบางเวลา (2.2) การพึ่งตนเองได้และมีอิสระในการใช้ชีวิต (2.3) ตัวอย่างชีวิตที่ล้มเหลวของคนในครอบครัวและเพื่อนสนิท (2.4) การทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเองเพื่อลดการพึ่งพาบุคคลอื่น และ (2.5) การมีเงินใช้และเก็บออมมากขึ้น (3) กิจกรรมยามว่างหลังการตัดสินใจครองโสด แบ่งเป็นประเด็นรอง 3 ประเด็น คือ (3.1) การดูแลครอบครัว (3.2) การออกกำลังกาย และ (3.3) การพบปะสังสรรค์กับเพื่อน และ (4) การวางแผนของชีวิตในอนาคต แบ่งเป็นประเด็นรอง 2 ประเด็น คือ (4.1) การได้มีโอกาสดูแลครอบครัว และ (4.2) การสร้างความสุขให้ตัวเอง

คำสำคัญ ประสบการณ์ด้านจิตใจ การตัดสินใจครองโสด ผู้หญิงไทย

¹ นักศึกษาหลักสูตรศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต การแนะแนวและปรึกษาเชิงจิตวิทยา มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช chatsriphong@gmail.com² อาจารย์ ดร. แชนงวิชาการแนะแนวและปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช jirasuk.stou@gmail.com³ รองศาสตราจารย์ ดร. แชนงวิชาการปรึกษาเชิงจิตวิทยา สาขาวิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช niranart@hotmail.com



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

Abstract

The purpose of this research was to study psychological experiences of Thai women who decided to remain single. The key research informants were 9 Thai women with single status who were selected purposively based on the following criteria: The employed research instruments were (1) question guidelines for semi-structured in-depth interviews, (2) a field recording form, (3) an observation recording form, and (4) a voice recording machine. Data were analyzed with content analysis to create inductive conclusions. The research results on psychological experiences of Thai women who decided to remain single revealed the following four main issues: (1) the background of life concerning love which was consisted of two sub-issues, namely, (1.1) having love experience in the past, and (1.2) having no love experience in the past; (2) the decision to remain single which was consisted of five sub-issues, namely, (2.1) sometimes feeling lonely, (2.2) being self-reliant and having freedom to spend one's life, (2.3) having seen examples of love life failure of family members or close friends, (2.4) doing things by oneself in order to reduce dependence on the others, and (2.5) having more money for spending and saving; (3) the free time activities after deciding to remain single which were consisted of three sub-issues, namely, (3.1) looking after the family, (3.2) engaging in exercises, and (3.3) meeting and conversing with friends; and (4) the planning for life in the future which was consisted of two sub-issues, namely, (4.1) having the opportunity to take care of one's family, and (4.2) creating happiness for oneself.

Keywords: Psychological Experience, Decision to Remain Single, Thai Women



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

บทนำ

ในช่วงหลายปีที่ผ่านมาได้มีการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศไทยตามกระแสการพัฒนาแนวทันสมัย ที่มุ่งเน้นให้ความสำคัญทางเศรษฐกิจและการพัฒนาอุตสาหกรรมบทบาทหน้าที่ของคนในสังคมก็เกิดการเปลี่ยนแปลง โดยเฉพาะกับผู้หญิง มีสถานภาพเปลี่ยนไปจากบทบาทเดิมที่ต้องรับผิดชอบงานบ้านผู้หญิงก็ต้องออกมาทำงานนอกบ้าน จาก การเปลี่ยนแปลงสัดส่วนของบุคคลที่มีสถานภาพโสดสภาพสังคม และบทบาทที่เปลี่ยนไปส่งผลให้อัตราสถานภาพโสดของ ผู้หญิงมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น ดังจะเห็นได้จากข้อมูลสำมะโนประชากรและเคหะ ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2558-2559 พบว่า เพศหญิง จำนวน 34.3 ล้านคน และเพศชาย จำนวน 32.8 ล้านคน และมีจำนวนของผู้หญิงที่ยังคงสถานภาพโสดใน กลุ่มอายุ 30 ปีขึ้นไป เพิ่มมากขึ้น (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560)

ในเรื่องเศรษฐศาสตร์เกี่ยวกับความโสด จรัมพร โห้ลายอง (2560) ระบุว่า ในปัจจุบันคนรุ่นใหม่ไม่นิยมแต่งงาน ทำให้อัตราจำนวนประชากรลดน้อยลง และส่งผลต่อความมั่นคงของประเทศ การครองโสดของผู้หญิงไทยมีอัตราสูงถึง ร้อยละ 60 ของคนทำงานในวัยเจริญพันธุ์ (จรัมพร โห้ลายอง, 2560) เมื่อผู้หญิงไทยมีอัตราการครองโสดเพิ่มขึ้น และมี คุณภาพชีวิตดีขึ้น เนื่องจากในปัจจุบันผู้หญิงออกมาทำงานหาเลี้ยงครอบครัว เลี้ยงตนเองมากขึ้น สมัยก่อนผู้หญิงจะไม่ได้รับ ตำแหน่งบริหารระดับสูง แต่ปัจจุบันโลกเปลี่ยนไป ผู้หญิงสามารถก้าวขึ้นสู่ตำแหน่งระดับสูงในบริษัทชั้นนำเพิ่มมากขึ้นทำให้ ผู้หญิงรู้สึกภูมิใจ และมั่นใจในการทำงานมากขึ้น จึงส่งผลต่อคุณภาพในการดำเนินชีวิตที่ดีขึ้นและส่งผลต่ออัตราการครองโสด ที่สูงเพิ่มตามไปด้วย

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับผู้หญิงโสดพบปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจที่จะครองโสดหรือแต่งงานล่าช้า ของคนโสดที่มีอายุระหว่าง 30-50 ปี พบว่า มีปัจจัยหลัก 4 ประการ คือ ต้องการความเป็นอิสระ ยังไม่พบคู่ที่ถูกต้อง มีความ ผูกพันกับครอบครัวมาก และความแตกต่างทางสังคม ซึ่งใกล้เคียงกับการศึกษา เรื่องความคิดเกี่ยวกับตนเองของสตรีโสด ศึกษากรณีสตรีที่ไม่เคยแต่งงาน และมีอายุ 30 ปีขึ้นไปของชัชสุนี ศุขสิริวัฒน์ (2528) พบว่า เหตุผลในการครองตัวอยู่เป็นโสด ของสตรีสองอันดับแรก คือ มีอิสระมากกว่าชีวิตแต่งงาน และยังไม่พบคู่ที่ถูกต้อง นอกจากนี้งานวิจัยของกัญญารัตน์ สุดสะอาด (2542) เรื่องสตรีโสดในสังคมไทยปัจจุบัน พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อการอยู่เป็นโสดของสตรีนั้น ได้แก่ ค่านิยมในการแต่งงาน และการเลือกคู่ครอง กระแสการเปลี่ยนแปลงด้านสิทธิสตรีและการเปลี่ยนแปลงทางสังคม และวัฒนธรรม ส่วนความรู้สึกลบของสตรีโสด เช่น การไม่ได้รับการยอมรับจากสังคม การมีความรู้สึกกดดัน และการเกิดความเครียดจากคนรอบข้าง การรู้สึกวิตกกังวลเมื่ออยู่ในวัยชรา การมีความต้องการพึ่งพาเพศตรงข้าม การมีความต้องการเพื่อนคู่คิด การกลัวความเหงา การมีความโดดเดี่ยว การต้องการมีชีวิตที่สมบูรณ์แบบ และการรู้สึกอายที่ต้องอยู่เป็นโสด (กัญญารัตน์ สุดสะอาด, 2542) และสอดคล้องในงานวิจัยของ ชัญญาลิ ศิธรุฬาย (2546) ที่ศึกษาเรื่อง ความเครียดในการอยู่เป็นโสดของสตรีโสดอายุ 30 ปี ขึ้นไปในหน่วยงานรัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร ด้วยเช่นกันซึ่งปัจจัยเหล่านี้ได้ส่งผลต่อการเห็นคุณค่าใน ตนเองของผู้หญิงโสด เช่น งานวิจัยของนิภาวรรณ กิริยะ (2534) ที่ได้ศึกษาเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของสตรีโสด และสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีอายุ 30 ปี ขึ้นไปในกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า สตรีที่อยู่เป็นโสด โดยความสมัครใจ เห็น คุณค่าในตนเองสูงกว่าสตรีที่เป็นโสดโดยไม่สมัครใจ และการเห็นคุณค่าในตนเอง จะลดระดับลงเรื่อยๆ ตามการเพิ่มขึ้นของ อายุโดยเฉพาะสตรีที่มีการศึกษาไม่สูง (ต่ำกว่าปริญญาตรี) แนวที่สองนั้นเป็นไปในทางกลับกัน สตรีโสดอีกส่วนหนึ่งกลับมี ความรู้สึกในด้านบวกต่อการเป็นโสด เนื่องจากสังคมให้การยอมรับ มีความรู้สึกกว่าชีวิตโสดเป็นชีวิตที่อิสระ ไม่ต้องมีการะในการเลี้ยงดูบุตร ไม่รู้สึกวิตกกังวลถึงวัยชราสามารถพึ่งตนเองได้ และมีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น (กัญญารัตน์ สุดสะอาด, 2542)



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

จากวรรณกรรมข้างต้นพูดถึงถึงความสุขของการอยู่ครองโสดของผู้หญิงไทย ปัจจุบันที่มีผลต่อการตัดสินใจครองโสด ความเครียดในการอยู่เป็นโสด แต่ยังไม่มียุทธศาสตร์ที่กล่าวถึงประสบการณ์ทางด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสดอย่างลึกซึ้ง ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยในฐานะที่ศึกษาในแขนงวิชาการแนะแนวและปรึกษาเชิงจิตวิทยาจึงต้องการศึกษาประสบการณ์ด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสดของผู้หญิงไทยในมุมมองกว้างขวางและลึกซึ้ง เพื่อให้เกิดความเข้าใจในประสบการณ์ความหมายของประสบการณ์ด้านจิตใจ ของผู้หญิงโสดอย่างแท้จริง และนำข้อมูลที่ได้มาใช้เป็นแนวทางจัดบริการด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยาให้กับผู้หญิงโสดที่ต้องเผชิญหน้ากับการไม่ยอมรับของสังคม ความกดดันจากครอบครัวและสภาพแวดล้อม ให้ดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยความสุข ไม่หวั่นไหวไปกับทัศนคติของบุคคลภายนอก จนมองเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ และเกิดความเครียด ให้สามารถปรับตัวได้ ยอมรับตนเองได้ ใช้ชีวิตอยู่ในสังคมนี้อย่างมีความสุข และเป็นกำลังสำคัญต่อการพัฒนาประเทศต่อไป

วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาประสบการณ์ด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสดของผู้หญิงไทย

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยในครั้งนี้เป็นวิจัยแนวปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological research) เพื่อศึกษาและทำความเข้าใจเกี่ยวกับประสบการณ์ด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสดของผู้หญิงไทย

1. ผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ผู้หญิงไทยมีสถานภาพโสดจำนวน 9 ราย โดยพิจารณาเกณฑ์การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล คือ 1) เพศหญิงมีสถานภาพโสด และมีอายุตั้งแต่ 35 ปีขึ้นไป 2) มีสัญชาติไทย 3) ไม่ผ่านการแต่งงานอย่างถูกต้องตามกฎหมายไม่มีความสัมพันธ์ฉันคู่รักกับใคร ไม่ได้อยู่กินกับใครโดยพฤตินัย และตัดสินใจครองตนเป็นโสดนานเป็นเวลา 3 ปีขึ้นไป 4) มีความสนใจ และยินดีเข้าร่วมวิจัย และ 5) ไม่มีปัญหาทางการได้ยินหรือการใช้ภาษาสามารถสื่อสารและเข้าใจภาษาไทยได้ข้อมูลดังรายละเอียดในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 ข้อมูลเบื้องต้นของผู้ให้ข้อมูลหลัก (n= 9)

รหัส	อายุ (ปี)	ระดับการศึกษา	ระยะเวลา ในการครองโสด	สถานะภาพ ครอบครัว	ภูมิลำเนา
ID1	39	อนุปริญญา	19 ปี	อยู่กับแม่ ยาย น้าสาว	ภูเก็ต
ID2	36	ปริญญาโท	8 ปี	แม่ และพ่อ	ยะลา
ID3	35	ปริญญาตรี	8 ปี	อยู่กับ แม่ และพี่สาว	กรุงเทพมหานคร
ID4	37	ปริญญาโท	ไม่เคยมีแฟน	อยู่กับพ่อแม่ และพี่ชาย	ภูเก็ต
ID5	41	ปริญญาโท	ไม่เคยมีแฟน	อยู่คนเดียว	พังงา
ID6	40	ปริญญาตรี	ไม่เคยมีแฟน	อยู่คนเดียว	นครศรีธรรมราช
ID7	38	ปริญญาตรี	8 ปี	อยู่คนเดียว	ภูเก็ต
ID8	35	ปริญญาตรี	10 ปี	อยู่คนเดียว	ยะลา
ID9	42	ปริญญาโท	7 ปี	อยู่คนเดียว	ตรัง



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีดังนี้

1. แนวคำถามสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้าง ที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้น โดยเป็นแนวคำถามปลายเปิด เพื่อใช้สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลครอบคลุมประเด็นประสบการณ์ด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสดของผู้หญิงไทย
2. แบบบันทึกภาคสนาม เป็นแบบบันทึกเรื่องราวที่เกิดขึ้นทั้งเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น กริยาท่าทาง บรรยากาศระหว่างการสัมภาษณ์กับผู้ให้ข้อมูล
3. แบบบันทึกการสังเกต เป็นแบบบันทึกการสังเกตระหว่างการสัมภาษณ์กับผู้ให้ข้อมูล เพื่อบันทึกสภาพแวดล้อมทั่วไป บุคคลที่อยู่ในเหตุการณ์ ปฏิสัมพันธ์ และกิจกรรมที่ทำ หรือบันทึกข้อมูลเพิ่มเติมจากการสัมภาษณ์ เมื่อต้องการเก็บข้อมูลเพิ่มเติมจากผู้ให้ข้อมูลในครั้งต่อไป
4. เครื่องบันทึกเสียง ใช้ในการบันทึกเสียงในขณะที่ทำการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูล เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ถูกต้องสมบูรณ์ และสามารถตรวจสอบได้

3. การเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกโดยใช้แนวคำถามแบบกึ่งโครงสร้าง โดยมีแนวคำถามการสัมภาษณ์ที่เกี่ยวกับประสบการณ์ด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสด มีขั้นตอนดังนี้

3.1 เมื่อผู้วิจัยได้คัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลโดยการสอบถามจากคนรู้จักและคนใกล้ชิดตามเกณฑ์การคัดเลือกเรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยเริ่มต้นทดลองสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลจำนวน 3 คนแรก โดยผู้วิจัยเริ่มต้นนัดหมาย ตามวัน เวลา และสถานที่ที่เอื้อต่อการสัมภาษณ์ มีบรรยากาศสบายๆ ไม่ตึงเครียด ไม่มีผู้คนพลุกพล่าน และต้องไม่มีผู้อื่นอยู่ร่วมการสัมภาษณ์ เพื่อเป็นการรักษาความลับของผู้ให้ข้อมูล

3.2 เมื่อผู้ให้ข้อมูลมาถึงที่นัดหมายแล้วก่อนเริ่มต้นการสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้อธิบายถึงกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ แนวปรากฏการณ์วิทยา กระบวนการให้ข้อมูลแก่กลุ่มผู้ให้ข้อมูล ทั้งนี้ผู้วิจัยคำนึงถึงจรรยาบรรณในการวิจัยและการพิทักษ์สิทธิของผู้ให้ข้อมูล โดยผู้ที่เข้าร่วมการวิจัยสามารถสอบถามข้อสงสัยได้ตลอดเวลาที่ดำเนินการสัมภาษณ์ หากผู้ให้ข้อมูลรู้สึกอึดอัดใจ ไม่พอใจในการสัมภาษณ์ ผู้ให้ข้อมูลสามารถปฏิเสธหรือยุติการการสัมภาษณ์ได้ตลอดเวลา โดยไม่ต้องให้เหตุผล และไม่สูญเสียประโยชน์แต่อย่างใด การรักษาความลับของข้อมูล การนำเสนอผลการวิจัยเป็นภาพรวม และผู้วิจัยขออนุญาตบันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์รวมทั้งลงชื่อใบรับรองยินยอมในการเข้าร่วมวิจัย

3.3 ผู้วิจัยเริ่มต้นการสัมภาษณ์โดยให้ครอบคลุมขอบเขตเนื้อหาเกี่ยวกับประสบการณ์ด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสดของผู้หญิงไทย โดยมีแนวคำถามแบบกึ่งโครงสร้างที่ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นเป็นแนวทางที่ใช้ในการสัมภาษณ์ทั้งนี้ ผู้วิจัยได้มีการปรับเปลี่ยนคำถาม ขณะสัมภาษณ์ตามความเหมาะสมของแต่ละสถานการณ์เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ลึก และละเอียดมากขึ้นทั้งนี้ ผู้วิจัยสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลจำนวน 9 คน

3.4 หลังจากสัมภาษณ์เสร็จแล้วผู้วิจัยทำการถอดเทปแบบคำต่อคำ พร้อมทั้งตรวจสอบบทสนทนาที่ถอดเทปอีกครั้งเพื่อตรวจสอบความครบถ้วน และให้ครอบคลุมประเด็นต่างๆ ในบางบทสนทนาผู้วิจัยพบว่าได้ข้อมูลไม่ครบตามวัตถุประสงค์ ผู้วิจัยจึงนัดหมายสัมภาษณ์เพิ่ม และวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบวิธีวิจัยแนวปรากฏการณ์วิทยาในลำดับต่อไป

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 ผู้วิจัยทำการถอดเทปสัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดแบบคำต่อคำ (verbatim) แล้วนำมาตรวจสอบความถูกต้องของเนื้อหาด้วยการนำบทสัมภาษณ์ที่ถอดเทปไว้เป็นตัวอักษรมาเปรียบเทียบกับเสียงในการสัมภาษณ์ว่าได้ใจความถูกต้องตรงกันหรือไม่



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

4.2 ผู้วิจัยเริ่มต้นการวิเคราะห์ข้อมูล โดยผู้วิจัยอ่านบทสัมภาษณ์ซ้ำเพื่อทำการถอดรหัสข้อความ (coding) และกำหนดประเด็นหลัก (theme)

4.3 หลังจากนั้นผู้วิจัยทำการจัดหมวดหมู่ (categories) ของรหัสข้อความที่มีความเหมือนหรือคล้ายคลึงกันเข้าเป็นหมวดหมู่ตามลักษณะของประเด็นหลักที่กำหนดไว้

4.4 ผู้วิจัยวิเคราะห์หาข้อสรุป โดยนำข้อมูลที่จัดไว้เป็นหมวดหมู่มาพิจารณาในรูปแบบความสัมพันธ์ของประเด็นต่างๆที่เกิดขึ้นในข้อมูล ศึกษาหาข้อมูลสนับสนุนเพื่อช่วยในการวิเคราะห์และเชื่อมโยงประเด็นเหล่านั้นอย่างมีเหตุและผลนำไปสู่การสร้างข้อสรุปที่สอดคล้องกับข้อเท็จจริง

4.5 ผู้วิจัยทำการตรวจสอบข้อมูลและความน่าเชื่อถือของผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลให้ผู้ให้ข้อมูลรับทราบเพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลตรวจสอบข้อสรุปและการตีความของผู้วิจัยนั้นถูกต้องตามทัศนะของผู้ให้ข้อมูล (member check)

4.6 ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลเพิ่มเติม และแก้ไขการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติมหากพบว่า ข้อสรุปหรือการตีความของผู้วิจัยยังไม่ถูกต้อง หรือข้อมูลที่ได้อาจไม่ครอบคลุมทุกประเด็นคำถามในงานวิจัย

ผลการวิจัย

สามารถอธิบายประสบการณ์ด้านจิตใจในการตัดสินใจครองโสดของผู้หญิงไทย ได้ 4 ประเด็นหลัก คือ ประเด็นหลักที่ 1 พื้นฐานชีวิตเรื่องความรัก ประกอบด้วยประเด็นรอง 2 ประเด็นคือ 1) เคยมีประสบการณ์ความรักมาก่อน และ 2) ไม่เคยมีประสบการณ์ด้านความรัก ประเด็นหลักที่ 2. การตัดสินใจครองโสด ประกอบด้วยประเด็นรอง 5 ประเด็นคือ 1) รู้สึกเหงาบ้าง บางเวลา 2) การพึ่งตนเองได้และมีอิสระในการใช้ชีวิต 3) ตัวอย่างชีวิตที่ล้มเหลวของครอบครัวและเพื่อนสนิท 4) การทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเองเพื่อการพึ่งพาบุคคลอื่น และ 5) การมีเงินใช้และเก็บออมมากขึ้น ประเด็นหลักที่ 3. กิจกรรมยามว่างหลังการตัดสินใจครองโสด ประกอบด้วยประเด็นรอง 3 ประเด็นคือ 1) การดูแลครอบครัว 2) การออกกำลังกาย และ 3) การพบปะสังสรรค์กับเพื่อน และ ประเด็นหลักที่ 4. การวางแผนของชีวิตในอนาคตประกอบด้วยประเด็นรอง 2 ประเด็นคือ คือ 1) การได้มีโอกาสดูแลครอบครัว และ 2) การสร้างความสุขให้ตัวเอง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. พื้นฐานชีวิตเรื่องความรัก

ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลของการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา ในประเด็นหลัก “พื้นฐานชีวิตเรื่องความรัก” สามารถจำแนกได้เป็น 2 ประเด็นรอง คือ 1) เคยมีประสบการณ์ความรักมาก่อน และ 2) ไม่เคยมีประสบการณ์ด้านความรัก ดังรายละเอียดต่อไปนี้

เมื่อชีวิตโสดของผู้ให้ข้อมูลมีที่มาของความรู้สึก อารมณ์ ความเชื่อ มุมมอง ความคิด และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในอดีตที่แตกต่างกัน ซึ่งส่งผลในการตัดสินใจครองโสดมาจนถึงปัจจุบัน มีรายละเอียดดังนี้

1.1 เคยมีประสบการณ์ด้านความรักมาก่อน ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่าประสบการณ์ด้านความรักที่เคยมีไม่ว่าจะเป็นช่วงวัยเรียน หรือวัยทำงานจะรู้สึกตื่นเต้นในช่วงระยะเวลานั้นไม่ว่าจะสั้นหรือยาวของช่วงเวลาที่ความรักยังดีอยู่ แต่เมื่อถึงเวลาที่ต่างฝ่ายต่างรับซึ่งกันและกันไม่ได้ กลับทำให้เกิดความรู้สึกอึดอัดและรู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเองมีมากขึ้นจนถึงขั้นที่ต้องตัดสินใจแยกทางกัน ประกอบด้วย 3 ประเด็นย่อย ดังนี้



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

1.1.1 การเคยมีแฟนในอดีต ผู้ให้ข้อมูลได้บอกเล่าถึงช่วงชีวิตวัยรุ่นและประสบการณ์การมีแฟนและคบหาอยู่กับแฟนซึ่งเป็นช่วงเวลาที่มีความสุขในชีวิตช่วงหนึ่ง เหมือนการใช้ชีวิตในวัยรุ่นทั่วๆ ไปแต่ก็ไม่เคยมีความคิดหรือความรู้สึกอยากแต่งงานและร่วมคู่ชีวิตกับใคร เพราะชอบสัมพันธ์ภาพแบบเพื่อนและมิตรภาพแบบเพื่อนมากกว่าคู่รัก เมื่อมีปัญหาหรือห่างหายกันไป จึงไม่เกิดความรู้สึกโกรธ หรือเกลียดต่อกัน แต่เกิดความรู้สึกต่างๆ ระหว่างคบกัน เช่น 1) รู้สึกตื่นเต้นเมื่อเคยมีความรักช่วงวัยรุ่น 2) รู้สึกอึดอัดเมื่อต้องแต่งงาน และ 3) รู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเอง ดังนี้

1. รู้สึกตื่นเต้นเมื่อเคยมีความรักช่วงวัยรุ่น ในเรื่องของ การคบหาใจในช่วงชีวิตรักในอดีตให้ความรู้สึกตื่นเต้นและมีความสุข เพราะคนรักเก่าให้ความใส่ใจ คอยดูแลเอาใจใส่ ขยันทำงาน โทรศัพท์พูดคุยเรื่องราวต่างๆ อย่างสม่ำเสมอส่งผลให้รู้สึกตื่นเต้นและมีความสุขในความรักช่วงวัยรุ่น ดังคำกล่าวที่ว่า

“ช่วงเรียน ปวส. เคยคบหาใจกันกับแฟน หนึ่งปี เกือบจะจบ ปวส. ปีสุดท้ายฝ่ายชายก็สม่ำเสมอ โทรหาเวลาเดิม แต่ระยะเวลาที่คุยกันก็จะนาน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“พี่เคยมีแฟนที่คบจริงจังนะ คือเราเป็นคนรักใคร่แล้วรักจริงจังทุ่มจนหมดใจ ให้ได้ทุกอย่าง ทั้งเวลา เงินทอง แม้กระทั่งชีวิต เหมือนเขาเป็นทุกอย่างของชีวิตเลยละ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3

2. รู้สึกอึดอัดเมื่อต้องแต่งงาน เมื่อทดลองคบหาใจกันสักระยะจนพัฒนาเป็นแฟน แต่ในความรู้สึกเล็กๆ ที่ซ่อนอยู่นั้นไม่ได้อยากมีคู่ชีวิตที่ต้องถึงขั้นแต่งงานกัน เป็นการคบหาที่เรียกว่าแฟน และเพื่อนคู่คิดเท่านั้น เมื่อถึงเวลาที่ต้องแต่งงาน ผู้ให้ข้อมูลกลับปฏิเสธการแต่งงานกับฝ่ายชายเพราะรู้สึกอึดอัดไม่อยากแต่งงาน ไม่อยากรู้สึกยุ่งยากใจในการใช้ชีวิต รู้สึกไม่เสียดาย และไม่เสียใจที่ได้ใช้ชีวิตคู่กัน ดังคำกล่าวที่ว่า

“เขาเคยขอพี่แต่งงานนะ แต่พี่ไม่อยากแต่ง เลยบอกว่าให้ไปทำตัวเองให้พร้อม ต่างคนต่างทำตัวเองให้พร้อม จนวันเวลาผ่านไปเขากลับมาขอแต่งงานใหม่ พี่เลยบอกว่าสัญญาปากเปล่าไม่ถือว่าเป็นจริง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“ไม่อยากแต่งงานนะ อยู่แบบนี้ดีกว่า อยู่แบบโสดที่ว่าพี่สบายใจดี ไม่อยากมีใครเข้ามาปวดหัวในชีวิต ไม่มีคู่ก็ไม่ได้หมายความว่าไม่มีความสุขนะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่2

3. รู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเอง ในช่วงของการใช้ชีวิตคู่ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่ามีความรู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเอง อยากจะทำอะไรก็ต้องขึ้นอยู่กับฝ่ายชายทั้งหมดบางครั้งอยากจะไปเที่ยว หรือไปนั่งทานข้าวร่วมกับเพื่อนก็ไม่สะดวก ฝ่ายชายจะคอยโดยตามกลับหรือโดนห้ามตลอดเวลา ทุกอย่างที่ต้องการทำสิ่งต่างๆ ต้องขึ้นอยู่กับทางครอบครัวของฝ่ายชาย เพราะฝ่ายชายจะไปไหนหรือทำอะไร จะมีครอบครัวไปด้วยตลอดส่งผลให้รู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเองดังคำกล่าวที่ว่า

“ยังมีอะไรอีกหลายอย่างที่เรทำให้เขา ทำตามเขาบอกทุกอย่าง เกี่ยวกับเพื่อนก็ไม่ได้ กลับมานอนบ้านตัวเองก็ไม่ได้ ไปไหนก็ต้องไปกับเขาตลอดไปพร้อมกับครอบครัวเขาด้วย เคยมีครั้งหนึ่งเราไปนั่งกินข้าวร้านอาหาร แล้วเจอเพื่อนเราก็คงอนุญาตเขากับครอบครัวเขาว่าขอไปนั่งคุยกับเพื่อนเขาก็ให้ไปนะแต่รู้ไหมเราไปนั่งได้แค่ 5 นาที แล้วเขาก็ตามกลับมาเรารู้สึกอึดอัดนะในตอนนั้นแต่ก็ยังคง ทำตามเพราะเรารักใจ ไม่ได้คิดว่าเป็นการบังคับ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

“เขาชอบให้พี่ฟังเขา แต่เขาไม่เคยฟังพี่ พยายามประคับประคองแล้วจนยังงี้ก็ไปต่อด้วยกันไม่ได้ สุดท้ายก็เลิกกัน ตอนนั้นพ่อกับแม่ดีใจมาก”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่9

1.1.2 การเลิกกับแฟน ผู้ให้ข้อมูลบางรายมีประสบการณ์การเลิกกับแฟนที่แตกต่างกัน แต่มีความรู้สึกและอารมณ์คล้ายกัน คือ รู้สึกไม่โกรธ และไม่เกลียดแฟนเก่า เพราะมีสัมพันธ์ภาพคล้ายเพื่อน พี่ น้อง มากกว่าคู่ชีวิต ทำให้เมื่อถึงเวลาที่ต้องจากลา กัน ไม่ว่าจะในสถานการณ์ใดก็ตามแต่ยังคงเป็นเพื่อนที่ดีต่อกันได้ โดยมีสาเหตุเลิกกับแฟน 3 ประการ คือ 1) ถูกแฟนเก่านอกใจ 2) ห่างหายเพราะทำงานต่างกัน และ3) รู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเอง ดังนี้

1. ถูกแฟนเก่านอกใจ ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่า การถูกแฟนเก่านอกใจเป็นสาเหตุสำคัญที่นำมาสู่ต้นเหตุของการตัดสินใจครองโสด ผู้ให้ข้อมูลเกิดความรู้สึกอึดอัด รู้สึกเสียใจ รู้สึกตกใจ ที่โดนหักหลังจากคนที่รักมาถึงจุดที่แตกหักจนไปต่อไม่ได้ แต่ไม่ถึงขั้นเกลียดกันเพราะมีสายสัมพันธ์แบบเพื่อนที่สามารถพูดคุยกันได้ การปล่อยให้เวลาผ่านไปจนเยียวยาทุกอย่างมาจนถึงปัจจุบันดังคำกล่าวที่ว่า

“เขาหายไป พี่พยายามติดต่อก็ติดต่อไม่ได้ จนมาเจอกันด้วยความบังเอิญ ที่โรงพยาบาล เลยได้รู้ว่าเขาทำผู้หญิงท้อง ในตอนนั้นถามว่าตกใจไหมตกใจมาก แต่ถามว่าโกรธไหม บอกเลยว่าไม่ได้โกรธ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“พอมาถึงจุดหนึ่งที่เราารู้สึกว่าอยู่แล้วอึดอัดเราไม่ได้เป็นของตัวเอง ทำอะไรก็ตรงข้ามกับตัวเรา ต้องคอยทำตามที่เขาสั่งตลอดเวลา อีกอย่างที่เป็น ชี้แจง ชี้แจง เมื่อมาถึงจุดๆหนึ่งที่ไม่ไหวเลยทำให้เลิกกับแฟน แต่พี่คอยประคับประคองแล้วนะ ก็ไม่เป็นผล สุดท้ายก็เลิกกันอยู่ดี แต่เราเลิกกันด้วยดีนะ ปัจจุบันก็ยังคุยเป็นเพื่อนกันได้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3

2. ห่างหายเพราะทำงานต่างกัน ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่าในช่วงชีวิตที่มีคู่ครองเป็นช่วงที่มีความสุขแต่ก็ไม่นาน เพราะเป็นช่วงที่ทั้งคู่ต้องทำงาน และเป็นการทำงานที่ต่างเวลา ต่างสถานที่ ต่างสังคมส่งผลให้ การปรับตัวเข้าหากันเป็นไปได้ในทางที่ไม่ดี จึงทำให้ห่างหายกันไปเองตามเวลา ดังคำกล่าวที่ว่า

“ช่วงเปลี่ยนจากเรียน เข้าสู่การทำงาน ช่วงแรกๆเขาสมาเสมอมาก โทรหาบ่อย ด้วยความที่อายุต่างกัน สังคมการทำงานต่างกัน เลยทำให้ห่างๆกันไปเอง ถามว่าเสียใจไหม ก็ไม่เสียใจนะ เพราะเราทำงาน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“เขาอยากให้เราทำงานเดียวกับที่เขาทำ แต่พี่ไม่ถนัดพี่พยายามแล้วมันกดดันและเครียดเกินไป นอกจากเขาจะเจ้าชู้แล้วเรื่องงาน เขาก็บังคับให้เราทำตาม พี่เลยคิดว่าโชคไม่ดีที่ออกมาจากจุดนั้นได้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3

3. โดนบังคับในการใช้ชีวิตคู่ การใช้ชีวิตคู่มีบางครั้งทำอะไรที่ไม่ตรงใจกันผู้ให้ข้อมูลเล่าว่าระหว่างการคบกันในช่วงแรกๆทุกอย่างเป็นไปในทางที่ดี แต่เมื่อวันเวลาผ่านไปการกระทำค่อยๆเปลี่ยนแปลงเสมอ การทำอะไรเริ่มไม่ถูกใจ ไม่เข้าใจกัน เกิดการบีบบังคับกัน ด้วยความรักของบางคู่ ก็ยอมให้กันเสมอเมื่อเวลาผ่านไปนานๆความอดทนเริ่มลดน้อยลง และอึดอัดใจมากยิ่งขึ้นส่งผลต่อสัมพันธ์ภาพที่เห็นห่างกัน ดังคำกล่าวที่ว่า



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

“เรารู้สึกอึดอัดนะในตอนนั้นแต่ก็ยังคง ทำตามเพราะเรารักใจ ไม่ได้คิดว่าเป็นการบังคับ จนสุดท้ายเขาจะให้เรารออกจากงานที่ทำเพื่อมาทำงานที่บ้านเขา ในตอนนั้นเรารู้สึกว่าเราไม่อยากจะออกจากงานเพราะเราอยากทำงานของตัวเอง ในตอนนั้นคิดว่าถ้าเราไปกันไม่รอดเราก็จะตกงานทันทีเลยบอกเขาว่าเราไม่ออกจากงานเด็ดขาด”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่4

“ชอบบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่อยากทำแต่พี่ก็ทำให้ตลอดนะ เขาชอบให้พี่ฟังเขา แต่เขาไม่เคยฟังพี่ พยายามประคับประคองแล้วจนยังงี้ก็ไปต่อด้วยกันไม่ได้ สุดท้ายก็เลิกกัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่9

1.1.3 การมีคนใหม่เข้ามาในชีวิต การใช้ชีวิตโสดเป็นเวลานานทำให้เกิดความรู้สึกเคยชิน และเกิดความรักอิสระของตัวเองมากขึ้น บางช่วงชีวิตมีคนใหม่ๆ เข้ามาสานสัมพันธ์ฉันคู่รัก แต่ผู้ให้ข้อมูลกลับมีความรู้สึกเฉยๆ รู้สึกไร้ค่า รู้สึกเบื่อหน่าย รู้สึกกลัวซ้ำรอยอดีต และรู้สึกไม่อยากจะจริงจังกับบุคคลใดอีกเพราะ ไม่ชอบการมีพันธะผูกพันกับใครอีก ไม่ต้องการมีใครเข้ามาในชีวิต อยากทำในสิ่งที่ตนเองต้องการโดยไม่มีคนคอยขัดใจไม่ต้องการพึ่งพาหรือรอคอยใคร และชอบอยู่กับตัวเองและครอบครัวสำหรับผู้ชายบางคนเมื่อเข้ามากลับไม่ได้สร้างความสุข ไม่ได้เข้ามาเติมเต็มในส่วนที่ขาดหาย ส่งผลให้ความสัมพันธ์กับผู้ให้ข้อมูลเป็นเพียงฉันเพื่อนเท่านั้น เพราะผู้ให้ข้อมูลคิดว่าเป็นความสัมพันธ์ที่ยืนยาวมากกว่า

1.2 ไม่เคยมีประสบการณ์ด้านความรัก ผู้ให้ข้อมูลบางรายไม่เคยผ่านประสบการณ์การมีความรักและการมีคู่ชีวิตมาก่อน ทำให้บางครั้งเกิดความรู้สึกเหงา แต่ก็ไม่ได้มีความคิดว่าต้องมีบุคคลใดเข้ามาในชีวิต เพราะคิดว่าการมีบุคคลสักคนที่เข้ามาในชีวิตอาจแยกว่าการอยู่คนเดียว และการครองโสดทำให้การดำเนินชีวิตมีอิสระ สามารถทำตามใจตนเองได้อย่างเสรี สามารถดูแลตนเอง และครอบครัวได้ และรู้สึกสบายใจที่ใช้ชีวิตโสด ดังคำกล่าวที่ว่า

“มีคนมาจีบนะ แต่ไม่สนใจใคร จะให้จริงจังไม่มีใคร เป็นคนไม่ชอบผูกมัดไม่ชอบมีพันธะ ชอบอิสระ ในความรู้สึกอยู่คนเดียวจะไปไหนมาไหนไม่ต้องรอใคร จะไปไหนก็ได้ ถึงตอนนี้ไม่คิดเรื่องมีคู่แล้วแหละ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“ความรู้สึกในการครองโสดตอนนี้คิดว่าได้อยู่แล้ว ได้ทำงานมีเงินใช้ มีกินมีใช้ดูแลตัวเอง ดูแลแม่ได้ตรงนี้คิดว่าดีมากๆ เพราะครอบครัวจะสอนตลอดให้ทำอะไรด้วยตัวเอง เพราะฉะนั้นเวลาทำอะไรจะไม่พึ่งคนอื่น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่2

2. การตัดสินใจครองโสด

ประเด็นหลักที่ 2 การตัดสินใจครองโสดสามารถจำแนกได้เป็น 5 ประเด็นย่อย ได้แก่ 1) รู้สึกเหงาบ้างบางเวลา 2) การพึ่งตนเองได้และมีอิสระในการใช้ชีวิต 3) ตัวอย่างชีวิตที่ล้มเหลวของคนในครอบครัวและเพื่อนสนิท 4) การทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเองเพื่อลดการพึ่งพาบุคคลอื่น และ 5) การมีเงินใช้และเก็บออมมากขึ้น ดังนี้

2.1 รู้สึกเหงาบ้างบางเวลา ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่า บางสถานการณ์เมื่อเห็นคนมีคู่ หรือดูหนังที่มีบทเกี่ยวกับเรื่องคู่ของตัวเอง ตนเองจะรู้สึกอิจฉา แต่ก็แค่ช่วงเวลาสั้นๆ ทั้งนี้ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่าเขาไม่ต้องการใครเข้ามาในชีวิตเพื่อมาเติมเต็ม แต่กลับขึ้นชอบการใช้ชีวิตอยู่กับตัวเองเพียงลำพัง ถึงแม้บางครั้งอาจเกิดความรู้สึกเหงา แต่ก็สามารถจัดการกับความรู้สึกเองได้โดยไม่ต้องมีใครเข้ามาเป็นคู่ชีวิตดังคำกล่าวที่ว่า

“มาถึงตอนนี้ มันเหงาบ้าง แต่ก็พยายามที่จะไปออกไปเที่ยวกับเพื่อน ไปเดินเล่น แต่ปกติก็จะทำงานทุกวันอยู่แล้วเลยไม่ค่อยมีเวลาคิดหรือรู้สึกเหงามากขนาดนั้น”



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“รู้สึกเหงาบ้างนะ เวลาเห็นแฟนของน้องที่ทำงาน มารับมาส่ง ซื้อข้าวมาให้ คอยดูแล มันก็รู้สึกที่ดีจัง แต่ ก็ไม่ได้คิดจะหา หรือมองใครมาเป็นคู่ชีวิตเรานะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่2

2.2 การพึ่งตนเองได้และมีอิสระในการใช้ชีวิต ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่าถึงแม้จะมีความเหงาจากการตัดสินใจครองโสดแต่ยังมีความรักอิสระในการใช้ชีวิตเพราะสามารถพึ่งตนเองได้ไม่จำเป็นต้องคิดถึงใคร สามารถใช้ชีวิตได้ตามที่ต้องการ ใช้ชีวิตด้วยความสบายใจ มีงานทำมีเงินใช้และการมีครอบครัวและเพื่อนมาเติมเต็มทำให้มีความสุขกับการตัดสินใจในการชีวิตโดยลำพัง ดังคำกล่าวที่ว่า

“มันได้ความสบายใจมากๆมากขึ้น ได้อยู่กับครอบครัว ได้ใช้ชีวิตกับครอบครัวมันสบายใจไม่ต้องคอยคิดระแวงหรือคอยตามหึงหวงให้ใจเราย่ำแย่ลง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3

“พี่ว่าการโสดทำให้พออิสระมาก อยากไปไหนทำอะไรก็สบายใจ หรือเราคิดจะไปไหนมาไหนกับเพื่อนๆก็สบายใจไม่ต้องคอยบอกใคร”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่4

2.3 ตัวอย่างชีวิตที่ล้มเหลวของคนในครอบครัวและเพื่อนสนิท เมื่อคนในครอบครัวและเพื่อนสนิทคือแบบอย่างในการใช้ชีวิต ผู้ให้ข้อมูลรับรู้เหตุการณ์ปัญหาของครอบครัว เช่น การทะเลาะ การนอกใจ การไม่เข้าใจกัน การล่าจากการเลี้ยงลูก และการใช้ชีวิตแบบไม่มีความสุข การร้องไห้จากความทุกข์ของคู่รักที่เห็นเป็นประจำตั้งแต่วัยเด็ก จนถึงในปัจจุบัน การกระทำทุกอย่างย่อมได้รับการซึมซับ หรือแม้กระทั่งการเข้าไปมีส่วนร่วมในชีวิตคู่ที่ไม่สมหวัง หรือการมีส่วนร่วมให้การครองคู่ของคนที่เป็นญาติพี่น้องต้องเลิกรากันซึ่งชีวิตคู่ไม่ได้ดำเนินต่ออย่างสมบูรณ์แบบ เมื่อเกิดเหตุการณ์เหล่านี้ ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความทุกข์ใจ รู้สึกเหนื่อยล้า จนไม่อยากพบเจอกับความไม่สมหวังในชีวิตคู่ ดังคำกล่าวที่ว่า

“เห็นคนอื่นแต่งงานแล้วไม่สมหวังในชีวิตคู่ก็มีเยอะนะ พี่ก็ไม่คิดว่าอยากจะเจอแบบนั้น พออยู่เป็นโสดแบบนี้ดีแล้ว เวลาเห็นเพื่อนมีความสุขนะก็รู้สึกดีนะ แต่เวลาเห็นเขาทุกข์ก็แยเหมือนกัน”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่2

“เพราะเห็นชีวิตคู่ของเพื่อน คนรอบข้าง หรือแม้กระทั่งคนใกล้ชิดอย่างพ่อแม่และแม่ทุกวันนี้ก็ยังทะเลาะกัน ทะเลาะกันบ่อยมากเห็นมาตั้งแต่เด็กๆ จนเรารู้สึกเหนื่อย และไม่อยากจะเจอชีวิตแบบนี้ ชีวิตคู่ของเพื่อนคนรอบข้างที่ไม่สมหวังในชีวิตครอบครัว มีการนอกใจกันเกิดขึ้น ปัญหานี้ก็จะวนอยู่แบบนี้อยู่ตลอด จนในปัจจุบันเลยรู้สึกเหนื่อยมากๆ ขออยู่แบบโสดดีกว่าแบบโสด สวย และรวยมาก”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3

2.4 การทำสิ่งต่างๆด้วยตนเองเพื่อลดการพึ่งพาบุคคลอื่น ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่าการยืนด้วยลำแข้งของตัวเอง และเรียนรู้การทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเองมากขึ้น จากที่ไม่เคยทำอะไรเองคนเดียวจนสามารถใช้ชีวิตได้โดยไม่ต้องพึ่งพาบุคคลอื่น จนเกิดความแข็งแกร่ง เกิดการเรียนรู้การเอาตัวรอด รู้จักการวางแผนการใช้ชีวิต พึ่งตนเองได้ลดการพึ่งพาจากบุคคลอื่น การฝึกแก้ไขปัญหาสิ่งที่ยากๆ และคิดว่าทำไมได้กลับสามารถทำได้ด้วยตนเอง และมีการปรับตัวได้ดีมากขึ้น การมีอิสระไม่ต้อง



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

คอยวนวายกับใคร และการมีเวลาดูแลครอบครัว สิ่งต่างๆ เหล่านี้สร้างความภูมิใจให้แก่ผู้ให้ข้อมูลในการตัดสินใจใช้ชีวิตสด ดังคำกล่าวที่ว่า

“ตอนนี้มีความพึงพอใจกับการใช้ชีวิตสดมาก เพราะสามารถทำอะไรทุกอย่างได้ด้วยตนเอง ไม่ต้องง้อใคร ไม่เหนื่อย รู้สึกตัวเองแข็งแรง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3

“มีความสบายใจมาก ได้อยู่กับครอบครัว สนุกกับครอบครัวมากขึ้น เวลาเหงาก็มาทำกิจกรรมกับแม่ทำกับข้าว ออกมาเลี้ยงหลาน ไม่มีความทุกข์ใจ ไม่มีคนคอยบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่อยากทำ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่4

2.5 การมีเงินใช้และเก็บออมมากขึ้น เมื่อตัดสินใจครองโสดและใช้ชีวิตโดยไม่คู่ครองแล้ว สิ่งที่ทำให้ข้อมูลมุ่งเน้นมากที่สุด คือการตั้งใจทำงานเพื่อให้มีเงินในชีวิตประจำวัน และมีเงินเหลือเพื่อเก็บออม เพราะการใช้ชีวิตโสดทำให้มีเงินใช้ในชีวิตประจำวัน และมีเงินออมมากขึ้น ซึ่งเงินออมเป็นความมั่นคงที่ใช้ในการดำเนินชีวิตในปัจจุบันไปจนถึงการใช้ชีวิตในอนาคตกับครอบครัวที่อบอุ่นโดยไม่ต้องพึ่งพาคู่คนอื่น เมื่อมีเงินออมผู้ให้ข้อมูลรู้สึกมีความสุขและรู้สึกมีหลักประกันให้ชีวิตมั่นคงมากยิ่งขึ้น ดังคำกล่าวที่ว่า

“ปัจจุบันรู้ว่าชีวิตการครองโสดดีกว่าชีวิตมาก เพราะเรามีเงินใช้ ก็ถือว่ายืนอยู่ได้ด้วยตนเอง มีทั้งครอบครัว พ่อแม่ พี่ น้อง ด้วยพื้นฐานครอบครัวความอบอุ่น หากถามว่าจะเปลี่ยนใจไหมถึงตอนนี้คงยากแล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“ไม่ได้คิดว่าต้องมีใครเข้ามานะ ตอนนี้ก็ทำงานเก็บเงิน ทำประกันไว้บ้าง เผื่อเอาไว้ใช้ หรือช่วงที่เราอยากพักผ่อนก็จะได้มีเงินส่วนนี้เอาไว้ใช้”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่2

3. กิจกรรมยามว่างหลังการตัดสินใจครองโสด

ผู้ให้ข้อมูลมักใช้เวลาว่างอยู่กับครอบครัว โดยกิจกรรมในยามว่างส่วนมากจะเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความสุขกับตนเองและครอบครัว ประกอบด้วยประเด็นรอง 3 ประเด็น คือ 1) การดูแลครอบครัว 2) การออกกำลังกาย และ3) การพบปะสังสรรค์กับเพื่อน ดังนี้

3.1 การดูแลครอบครัว เมื่อตัดสินใจครองโสด นอกจากการตั้งใจทำงาน การมีเงินออม การเข้าสังคมแล้ว ครอบครัวก็มีความสำคัญเป็นอันดับต้นๆ ที่จะต้องดูแลให้ดีที่สุด เหมือนคำพูดที่ว่าไม่มีที่ไหนสุขใจเท่าบ้านเรา ผู้ให้ข้อมูลเล่าว่าส่วนมากว่างจากการทำงานจะให้เวลากับครอบครัวเป็นหลัก และเน้นการสร้างความสัมพันธ์กับครอบครัวให้แน่นแฟ้นมากยิ่งขึ้น เช่น การทำงานบ้าน การทำอาหารร่วมกัน การรับประทานอาหารร่วมกันนอกบ้าน การซื้อของใช้ร่วมกัน เป็นต้น เมื่อพ่อแม่มีความสุข ผู้ให้ข้อมูลเองก็รู้สึกมีความสุขไป ดังคำกล่าวที่ว่า

“วันไหนเป็นวันหยุดยาว มีเวลาว่างพิก็จก็จะกลับบ้านไปดูแลพ่อกับแม่ หรือญาติๆ เพราะเขาก็แก่มากแล้ว”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“เวลาเลิกงาน ส่วนมากจะกลับบ้านเลยไม่ค่อยจะไปเที่ยวไหน เพราะเป็นคนมีโลกส่วนตัวสูงมากๆ ชอบอยู่คนเดียว ไม่ชอบความวุ่นวายจะออกไปไหนที่หนึ่งก็นานๆ ครั้ง แต่โดยส่วนมากจะกลับบ้านอ่านหนังสือ หรือมีบางครั้งที่เข้าร้านหนังสือ วันหยุดอยู่บ้านก็อยู่กับแม่ กับยาย หรือไม่ก็อ่านหนังสือในห้องเสียๆ”



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ผู้ให้ข้อมูลรายที่2

3.2 การออกกำลังกาย เมื่อใช้ชีวิตอยู่คนเดียวสิ่งที่ทำเป็นประจำคือการออกกำลังกาย ไม่ว่าจะเป็นปั่นจักรยาน เดิน วิ่งในงานวิ่งมาราธอน ถึงแม้บางครั้งต้องไปคนเดียว แต่ก็เหมือนการได้พบคนแปลกหน้า ได้เจอเพื่อนใหม่ ดังคำกล่าวที่ว่า “ในช่วงเช้าของทุกวัน พี่เป็นคนตื่นเช้ามาก พี่ก็จะไปเดินออกกำลังกายที่สะพานหิน ไปพบปะเจอเพื่อนใหม่ๆที่รุ่นราวคราวเดียวกัน วันไหนเป็นวันหยุดมีเวลาวางก็จะกลับบ้านไปดูแลพ่อกับแม่”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“เวลาในตัวจังหวัดมีการจัดงานวิ่งมาราธอน พี่จะนัดกลุ่มเพื่อนไปลงวิ่ง วิ่งสนุกๆไปได้ออกกำลังกายด้วย ได้เจอเพื่อนด้วย สนุกดีค่ะ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่5

3.3 การพบปะสังสรรค์กับเพื่อน เมื่อมีเวลาวางจากการทำงาน กิจกรรมยามว่างเพื่อคลายความเหงา คือ การพบปะเพื่อนสมัยเรียนและเพื่อนในที่ทำงานในงานเลี้ยงสังสรรค์ การไปรับประทานอาหารอร่อยๆ การไปดูหนัง การไปฟังเพลงในร้านที่บรรยากาศผ่อนคลาย ถึงแม้ว่าจะตัดสินใจครองโสด แต่ก็ไม่ได้จำเป็นต้องอยู่คนเดียวเสมอไปการมีกิจกรรมยามว่างด้วยการพบปะสังสรรค์กับเพื่อนสมัยเรียนและเพื่อนที่ทำงาน ก็ช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลผ่อนคลายความเหงาไปได้บ้าง ดังคำกล่าวที่ว่า “พี่จะมีออกไปกับเพื่อนสมัยเรียนบ้างหรือเพื่อนที่ทำงานบ้าง ในเวลาที่มีการเลี้ยงสัง หรือคิดถึงกันก็จะนัดเจอกันบ้างแต่นานๆครั้ง”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่2

“วันไหนเพื่อนว่างตรงกัน ก็จะนัดกันไปหาอะไรอร่อยๆกินกัน ไปดูหนัง นั่งร้านสบายๆฟังเพลง ชีวิตแบบนี้มีความสุขมาก”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3

4. การวางแผนของชีวิตในอนาคต

การวางแผนของช่วงชีวิตในอนาคต เป็นการวางแผนเพื่อรองรับการใช้ชีวิตที่ต้องอยู่โดยลำพังไม่ให้เกิดความลำบากหรือเป็นภาระผู้อื่น ประกอบด้วย 2 ประเด็นรอง คือ 1) การได้มีโอกาสดูแลครอบครัว และ 2) การสร้างความสุขให้ตัวเอง ดังนี้

4.1. การได้มีโอกาสดูแลครอบครัว ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่มีความรักและผูกพันกับครอบครัวของตนเอง การตัดสินใจครองโสดทำให้มีโอกาสเพิ่มขึ้นในการมีเวลาดูแลคนในครอบครัวของตัวเองในอนาคต ประกอบด้วยประเด็นย่อย 3 ประเด็น คือ 1) การเก็บเงินใช้หนี้ให้กับครอบครัว 2) การไปเที่ยวพักผ่อนกับครอบครัว และ 3) การเก็บออมเงินเป็นค่ารักษาพยาบาลแก่ชรา ดังนี้

4.1.1. การเก็บเงินใช้หนี้ให้กับครอบครัว ความสุขในการใช้ชีวิตโสดที่มีความอิสระให้ความพึงพอใจเป็นอย่างมากถึงแม้จะมีความพึงพอใจในการครองโสดแต่ก็ยังมีภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบ คือ การปลดหนี้ของครอบครัว การไม่มีหนี้ชีวิตจะอิสระมากขึ้น เมื่อวันหนึ่งสามารถปลดหนี้ได้ ผู้ให้ข้อมูลจะรู้สึกสบายใจและเกิดความภาคภูมิใจในสิ่งที่ทำโดยที่ไม่พึ่งใคร ดังคำกล่าวที่ว่า

“ตอนนี้พี่ขอทำงานเก็บเงินก่อนดีกว่า เพราะครอบครัว และตัวพี่เองก็ยังต้องจ่ายค่าสหกรณ์ออมทรัพย์อยู่ เมื่อหมดหนี้ก้อนนี้ก็เท่ากับผ่อนบ้านหมดก็สบายใจละ”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่2



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

“อยากใช้นี้ให้แม่แค่นี้ก็มีความสุขแล้ว ตอนนี้มีเรื่องพึงพอใจกับการใช้ชีวิตโสดมาก เพราะสามารถทำอะไรทุกอย่างได้ด้วยตนเอง ไม่ต้องง้อใคร”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3

4.1.2. การไปเที่ยวพักผ่อนกับครอบครัว การใช้ชีวิตโสดทั้งในปัจจุบันและในอนาคตนั้นการวางแผนในการใช้ชีวิตมีอยู่มากมาย อย่างหนึ่งที่ดีไม่ได้ คือการทำให้ครอบครัวมีความสุข เมื่อถึงเวลาที่อึดอัดจากการทำงานแล้ว ก็จะมีเวลาให้กับครอบครัวเต็มที่ ได้พาพ่อแม่ไปเที่ยว ใช้เวลาว่างร่วมกัน ทำให้ครอบครัวมีความสุขมากที่สุด แล้วตัวเองก็มีความสุขไปด้วย ดังคำกล่าวที่ว่า

“พี่เป็นคนชอบเที่ยวนะ พอวันหยุดก็จะชอบพาแม่ไปกินขนม ไปช้อปปิ้ง ในอนาคตอยากพาแม่ไปต่างประเทศ แม่อยากไปเมืองจีน พี่เองก็อยากเที่ยวต่างประเทศด้วย”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3

“กับครอบครัวจะดูแลให้ดีที่สุด เพราะไม่มีใครที่มีแค่ครอบครัวนี้แหละช่วยเหลือทุกอย่าง อยากจะทำงานเก็บเงินเยอะๆไว้พาแม่ไปเที่ยวได้หลายๆที่ ได้มีเงินเหลือใช้กับครอบครัวในอนาคตข้างหน้า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่4

4.1.3 การเก็บออมเงินเป็นค่ารักษายามแก่ชรา คำว่าเก็บเงินเอาไว้ใช้ในยามแก่ชราเป็นการมองถึงอนาคตอันไกลที่ได้วางแผนไว้เมื่อคิดและยืนยันในการตัดสินใจครองโสดแล้วนั้น การเก็บออมเงินไว้ให้กับตัวเอง ครอบครัว และทำประกันชีวิตสำหรับตนเองและคนในครอบครัวเพื่อเป็นการออมเงินและค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้รู้สึกสบายใจ รู้สึกมั่นคง และไม่ต้องคอยกังวลในเรื่องของการใช้ชีวิตโดยลำพังที่จะต้องเป็นภาระหรือสร้างความลำบากให้ผู้อื่น ดังคำกล่าวที่ว่า

“เราเชื่อในเรื่องบุญบารมีแล้ว ถ้ามันจะคู่กันก็ยอมจะคู่กัน มาถึงตอนนี้ทำงานเก็บเงินไว้ใช้ในอนาคตเผื่อว่าต่อไปให้กับคนที่มาดูแล”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“ในอนาคตก็ยังยืนยันคำเดิมว่าไม่เปลี่ยนความคิดในการครองโสด แต่ก็วางแผนทำงานเก็บเงินทำประกัน และออมเงินให้แม่แบบนี้นี่สบายใจกว่า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่2

4.2 การสร้างความสุขให้ตัวเอง นอกจากการได้มีโอกาสดูแลครอบครัวแล้วผู้ให้ข้อมูลเล่าว่า ตนเองนั้นมีความสุขในอิสระ ชอบสร้างความสุขให้ตัวเองอยู่เป็นประจำ โดยสามารถสร้างได้ทุกที่ ทุกเวลา รวมไปถึงสร้างความสุขให้คนรอบข้าง โดยเฉพาะคนในครอบครัวแต่ก็ไม่มีสิ่งที่จะสร้างความสุขให้ตัวเองโดยการวางแผนการใช้ชีวิตในอนาคต ประกอบด้วยประเด็นย่อย 2 ประเด็น คือ 1) การสร้างธุรกิจส่วนตัว 2) การเก็บออมเงินไว้ใช้ส่วนตัวยามแก่เฒ่า

4.2.1. การสร้างธุรกิจส่วนตัว ในอนาคตข้างหน้าเมื่อเริ่มอายุมากขึ้น ในตอนนี้ยังสามารถทำงานเก็บเงินไว้ได้ ก็จะทำงานให้เต็มที่ เมื่อมีเงินสักก้อนจะได้นำเงินเก็บเหล่านั้นมาลงทุนทำธุรกิจ เพื่ออยู่กับความสุขเล็กๆ ที่ยังพอมีรายได้เข้ามาหล่อเลี้ยงชีวิต ในอนาคตข้างหน้าเมื่อเริ่มอายุมากขึ้น เช่น เปิดร้านกาแฟ ร้านขายของ และธุรกิจบ้านเช่า ดังคำกล่าวที่ว่า

“ฝันอยากจะมีธุรกิจร้านขายของเล็กๆอยู่หน้าบ้านเป็นของตัวเองอยู่แล้ว ตอนนี้เลยอยากออมเงินเพื่อข้างหน้าออกจากงานอยากจะทำร้านขายของเล็กๆ ที่บ้านอยู่แบบนี้สบายใจกว่า”



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ผู้ให้ข้อมูลรายที่2

“ในอนาคตส่วนตัวพี่ พี่จะเก็บเงินทำบ้านเช่า พี่คงไม่ทำงานที่นี้นาน สร้างสมบัติให้ตัวเอง อนาคตแก่ตัวไปจะได้มีรายได้ โดยที่ไม่ต้องกลัวไม่มีเงินใช้ในอนาคต”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่4

4.2.2 การเก็บออมเงินไว้ใช้ส่วนตัวยามแก่เฒ่า ในอนาคตข้างหน้าเมื่อเราตัดสินใจครองโสดแล้ว สิ่งที่ต้องยอมรับคือการอยู่คนเดียว การเก็บออมเงินเอาไว้ใช้ไม่ว่าจะมาจากการทำงาน หรือทำประกันก็เป็นวิธีที่หลายๆคนนำมาใช้เพื่อเก็บเอาไว้ใช้ยามแก่ชรา และใช้ตอบแทนบุคคลที่ดูแลเราในอนาคตข้างหน้า ดังคำกล่าวที่ว่า

“มาถึงตอนนี้ทำงานเก็บเงินไว้ใช้ในอนาคตเพื่อว่าต่อไป ให้กับคนที่มาดูแลเราในช่วงอายุที่แก่ตัวมากขึ้น”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่1

“ในอนาคตก็ไม่ได้วางแผนอะไรที่ชัดเจนมาก แต่ก็พยายามเก็บเงินเอาไว้ให้เยอะๆเพื่ออนาคตแก่ตัวไปแล้วไม่มีใครเข้ามาดูแลจริงๆ เราได้มีเงินส่วนนี้เอาไว้ใช้ในอนาคข้างหน้า”

ผู้ให้ข้อมูลรายที่3

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยในประเด็นที่ 1 พื้นฐานชีวิตเรื่องความรักประกอบด้วยประเด็นรอง 3 ประเด็นรอง คือ การเคยมีแฟนในอดีต การเลิกรักกับแฟน และการมีคนใหม่เข้ามาในชีวิตสามารถอภิปรายได้ดังรายละเอียดต่อไปนี้

การเคยมีแฟนในอดีต ผลการวิจัยพบว่าผู้ให้ข้อมูลมีความรู้สึกตื่นเต้น กับการมีชีวิตคู่ มีความสุขกับการใช้ชีวิตคู่ของช่วงชีวิตในอดีต เนื่องจากผู้ให้ข้อมูลเคยมีความรักช่วงวัยรุ่น และพึงพอใจกับการกระทำที่สม่ำเสมอ ในขณะนั้นจึงส่งผลต่อความรู้สึกภายในจิตใจทำให้เกิดความสุข และต้องการพึ่งพิงบุคคลที่เข้ามาสร้างความผูกพัน เพราะฉะนั้นจึงทำให้รู้ว่าผู้ให้ข้อมูลเกิดความรู้สึกที่ไม่ต่างจากคนมีคู่ครอง ความรู้สึกนี้ยังส่งผลต่อจิตใจของผู้ให้ข้อมูลอีกด้วย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Dory, Phillip and Omri (2008) ศึกษาเรื่องรูปแบบความผูกพันและการดำรงสถานภาพโสดของบุคคลในระยะยาวจำนวน 142 คน ที่อาศัยอยู่ในสหรัฐอเมริกา ผลการวิจัยพบว่า คนโสดนั้นมีความผูกพันแบบมั่นคงและพึงพิงบุคคลที่เขาผูกพันไม่ต่างจากคนมีคู่ จะเห็นได้ว่าเมื่อเกิดความผูกพันซึ่งกันและกันระหว่างคนโสดกับบุคคลที่เข้ามาผูกพันย่อมส่งผลต่อความรู้สึกในจิตใจ ทำให้รู้สึกดี มีความสุข ไม่ต่างจากคนมีคู่ครอง

รู้สึกอึดอัดเมื่อต้องแต่งงาน ผู้ให้ข้อมูลแสดงความรู้สึกตรงกันว่า ถึงแม้ว่าจะมีแฟนในช่วงวัยรุ่น หรือช่วงทำงานแต่ก็ไม่ได้มีความคิดในเรื่องของการแต่งงานกันเลยเมื่อถึงเวลาที่โดนขอแต่งงานหรือพูดถึงเรื่องแต่งงาน ผู้ให้ข้อมูลกลับมีความรู้สึกที่อึดอัด ไม่ต้องการแต่งงานพร้อมทั้งเป็นฝ่ายปฏิเสธ และสร้างเงื่อนไขของการแต่งงานขึ้นเพื่อยืดระยะเวลาในการตัดสินใจแต่งงานออกไปจึงเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ความสัมพันธ์แย่ง จนต้องแยกทางกันและครองโสดมาจนถึงปัจจุบัน ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยและศึกษาจากนักวิจัยด้านสังคมวิทยาแห่ง Ohio State University Dmitry (2018) พบว่าผู้หญิงที่เข้าพิธีแต่งงานคู่มือแรกจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าผู้หญิงโสด เนื่องจากทุกวันนี้มีปัจจัยใหม่ๆ มากมายที่สามารถกลายมาเป็นประเด็นปัญหาในการอยู่ร่วมกันได้ เช่น รูปแบบการทำงาน ความจำเป็นในการใช้เงินในการดำรงชีพ และเทคโนโลยีที่มีความทันสมัย อีกทั้งคู่รักในปัจจุบันก็ยังมีความโน้มเอียงที่จะใช้เวลาด้วยกันน้อยลงจึงส่งผลให้มีความสัมพันธ์และกิจกรรมต่างๆ ภายในครอบครัวน้อยลง



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

รู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเอง ความรู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเองของผู้ให้ข้อมูลเกิดจากการกระทำที่ขัดแย้งต่อความต้องการ การทำตามใจคนอื่นโดยที่ตนเองไม่เต็มใจจะทำสิ่งนั้น แต่ต้องทำเพื่อทำให้ความสัมพันธ์นั้นดีขึ้น จนทำให้ไม่เป็นตัวของตัวเองมากขึ้น เกิดความอึดอัดใจ ไม่มีความสุข จนในสุดท้ายก็ต้องแยกทางกันซึ่งสอดคล้องกับนักสังคมวิทยา Eric Klinenberg (2018) เชื่อว่าในยุคที่ดิจิทัลมีเดียต่างๆ กำลังเติบโต การเป็นโสดนั้นถือเป็นข้อได้เปรียบอย่างชัดเจน เพราะช่วงเวลาที่พวกเขาอยู่คนเดียวจะช่วยให้พวกเขาค้นพบตัวตนที่แท้จริง และพบว่าอะไรที่ทำให้ชีวิตของพวกเขามีความหมาย แล้วยังช่วยกำหนดเป้าหมายได้ชัดเจนมากกว่าคนมีคู่

การถูกแฟนเก่านอกใจ จากการวิจัยการถูกแฟนเก่านอกใจเป็นสาเหตุสำคัญที่นำมาสู่ต้นเหตุของการตัดสินใจครอง โสด ผู้ให้ข้อมูลเกิดความรู้สึกอึดอัด รู้สึกเสียใจ รู้สึกตกใจ ที่โดนหักหลังจากคนที่รักมาถึงจุดที่แตกหักจนไปต่อไม่ได้ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กฤตติภัส พันศิริ (2555) ผลการวิจัยพบว่า เมื่อเจอสถานการณ์การนอกใจ จะแสดงความหึงหวงแบบตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นมากกว่าความหึงหวงแบบอื่น จะเห็นได้ว่าการถูกแฟนเก่านอกใจเป็นสิ่งกระตุ้นและเป็นสาเหตุสำคัญที่นำมาสู่ต้นเหตุของการตัดสินใจครองโสด

จากผลการวิจัยในประเด็นที่ 1 พื้นฐานชีวิตเรื่องความรักประเด็นรองอีกประเด็นหนึ่ง คือไม่เคยมีประสบการณ์ด้านความรัก เหตุการณ์นี้เป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับคนที่ไม่มีความรู้สึกนึกคิดหรือความรู้สึกที่ต้องการมีคู่ชีวิต ใช้ชีวิตในรูปแบบของตัวเอง เพียงคนเดียว และสามารถช่วยเหลือตัวเองและครอบครัวได้เป็นอย่างดีทำให้รู้สึกว่าชีวิตไม่ได้ขาดอะไรจึงนำพามาสู่เหตุของการตัดสินใจครองโสด ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยและศึกษาจากนักวิจัยด้านสังคม Ohio State University Dmitry (2018) พบว่าปัจจุบันโลกของเราก้าวหน้าไปมาก ผู้หญิงเองก็มีอิสรภาพมากกว่าแต่ก่อน สามารถดูแลตัวเองได้ พึ่งพาตัวเองได้ รู้สึกว่าสามารถเติมเต็มตัวเองได้แม้จะไร้คู่ก็ตาม ดังนั้นสมมติฐานในเรื่องของการแต่งงาน ที่จะทำให้ชีวิตดีกว่าการอยู่เป็นโสดจึงใช้ไม่ได้อีกต่อไป

จากผลการวิจัยในประเด็นที่ 2 การตัดสินใจครองโสด

การพึ่งตนเองได้และมีอิสระในการใช้ชีวิต เหตุการณ์นี้เกิดขึ้นเมื่อตัดสินใจครองโสดเพราะมีความรักอิสระในการใช้ชีวิตเพราะสามารถพึ่งตนเองได้ไม่จำเป็นต้องคิดถึงใคร สามารถใช้ชีวิตได้ตามที่ใจต้องการ ใช้ชีวิตด้วยความสบายใจ มีครอบครัวและเพื่อนมาเติมเต็มเหตุการณ์นี้ทำให้มีความสุขกับการตัดสินใจในการใช้ชีวิตโดยลำพัง และยังเป็นอิสระในการใช้ชีวิต

การมีเงินใช้และเก็บออมมากขึ้น เมื่อตัดสินใจครองโสดแล้ว สิ่งที่คุณให้ข้อมูลมุ่งเน้นมากที่สุด คือการออมเงิน เพราะการใช้ชีวิตโสดทำให้มีเงินใช้ในชีวิตประจำวัน และมีเงินออมมากขึ้น ซึ่งเงินออมเป็นความมั่นคงที่ใช้ในการดำเนินชีวิตในปัจจุบันไปจนถึงการใช้ชีวิตในอนาคตกับครอบครัวโดยไม่ต้องพึ่งพาบุคคลอื่น เหตุการณ์นี้ทำให้คนที่ตัดสินใจครองโสดรู้สึกว่าเมื่อมีเงินออมก็เหมือนมีหลักประกันให้ชีวิตมั่นคงมากยิ่งขึ้น

จากผลการวิจัยในประเด็นที่ 3 กิจกรรมยามว่างหลังการตัดสินใจครองโสด

การออกกำลังกาย เมื่อใช้ชีวิตอยู่คนเดียวสิ่งที่ทำเป็นประจำคือการออกกำลังกาย ไม่ว่าจะเป็นปั่นจักรยาน เดิน วิ่งในสวน วิ่งมาราธอน ถึงแม้บางครั้งต้องไปคนเดียว แต่ก็เหมือนการได้พบคนแปลกหน้า ได้เจอเพื่อนใหม่ ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ University of Maryland (2018) พบว่าหญิงและชายอายุระหว่าง 18 ถึง 64 ปี ที่เป็นโสด มีแนวโน้มที่จะออกกำลังกายบ่อยกว่าคนที่มีความสัมพันธ์ที่คงที่มากกว่าคนที่แต่งงานมีครอบครัวแล้ว คนที่แต่งงานไปแล้วจะไม่ค่อยดูแลร่างกายของตัวเอง และมีภาวะโรคอ้วนตามมา



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

การพบปะสังสรรค์กับเพื่อน เมื่อมีเวลาว่างจากการทำงาน กิจกรรมยามว่าง คือ การพบปะเพื่อนฝูงหรือการไปงานเลี้ยงสังสรรค์ การไปรับประทานอาหารร่วมกับเพื่อน ไปดูหนัง ไปฟังเพลงในร้านที่บรรยากาศผ่อนคลาย ถึงแม้ว่าจะตัดสินใจครองโสด แต่ก็ไม่ได้จำเป็นต้องอยู่คนเดียวเสมอไป ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของสถาบันวิจัย National Bureau of Economic Research(2010) ได้เปรียบเทียบชาวอเมริกันระหว่างคนที่แต่งงานแล้วกับคนที่ยังโสดโดยผลวิจัยบอกว่าคนที่โสดจะได้รับการติดต่อและการสนับสนุนจากเพื่อนมากกว่าคนที่แต่งงานแล้ว ส่งเสริมให้พวกเขาเข้าสังคมกับเพื่อนๆ หรือคนรอบข้างมากกว่า

จากผลการวิจัยในประเด็นที่ 4 การวางแผนของชีวิตในอนาคตของชีวิต ประกอบด้วยประเด็นรอง 2 ประเด็น คือ การได้มีโอกาสดูแลครอบครัว และการสร้างความสุขให้ตัวเอง โดยมีรายละเอียดดังนี้

การเก็บเงินใช้หนี้ให้กับคนในครอบครัว จากการวิจัยความสุขในการใช้ชีวิตโสดที่มีความอิสระให้ความพึงพอใจเป็นอย่างมากถึงแม้จะมีความพึงพอใจในการครองโสดแต่ก็ยังมีภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบ คือ การปลดหนี้ของครอบครัว การไม่มีหนี้ชีวิตจะอิสระมากขึ้น เมื่อวันหนึ่งสามารถปลดหนี้ได้ผู้ให้ข้อมูลจะรู้สึกภาคภูมิใจในสิ่งที่ทำโดยไม่พึ่งใคร สอดคล้องกับงานวิจัยของ Amy (1994) ศึกษาเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมของผู้หญิงโสดชี้ให้เห็นข้อดีของการเป็นหญิงโสดว่าในสิ่งแวดล้อมที่พวกเขาต้องอยู่อาศัยและทำงานนั้นผู้หญิงโสดเหล่านี้ต้องเผชิญกับปัญหาทางการเงิน โดยเฉพาะในการซื้อบ้าน และมีความกดดันเรื่องเวลาเพราะต้องทำงานหลายๆ ชั่วโมง หรือหลายๆ งาน ไม่เหมือนกับผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว หรือมีความสัมพันธ์อยู่ ผู้หญิงโสดไม่ได้เพียงแค่ต้องพึ่งพากับรายได้ ของคนคนเดียวเท่านั้น แต่ยังเป็นรายได้ของผู้หญิงคนเดียวอีกด้วยซึ่งเป็นรายได้ ที่น้อยกว่าค่าเฉลี่ยจะเห็นได้ว่าผู้หญิงที่ตัดสินใจครองโสดในประเด็นนี้มีโอกาสเพิ่มขึ้นในการดูแลครอบครัวปลดหนี้ให้กับคนในครอบครัว ซึ่งถือเป็นความภาคภูมิใจโดยไม่ต้องพึ่งใคร

ข้อเสนอแนะ

1. นักจิตวิทยา นักแนะแนว และบุคลากรที่เกี่ยวข้องสามารถนำผลการวิจัยที่ได้ไปเป็นแนวทางในการทำความเข้าใจ มุมมอง ความรู้สึกนึกคิดของผู้หญิงโสดในวัย 35 ปี ขึ้นไป และนำข้อมูลที่ได้มาเป็นแนวทางในการให้บริการแนะแนว หรือให้บริการปรึกษาเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้หญิงโสดที่ต้องเผชิญหน้ากับการอยู่โดยลำพัง ให้ดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยมีความสุข
2. หน่วยงานของรัฐบาลหรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการดูแลทุกข์สุขของประชาชนควรนำผลการวิจัยที่ได้ไปใช้เป็นแนวทางในการเตรียมการทางสังคมเพื่อส่งเสริมให้ผู้หญิงโสดสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมีความสุขมากขึ้นเนื่องจากจำนวนประชากรของผู้หญิงโสดมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง
3. องค์กรทั้งภาครัฐและเอกชนควรจัดหาผู้ให้บริการปรึกษาไว้ในองค์กร เพื่อคอยให้คำแนะนำช่วยเหลือพนักงานหรือลูกจ้างของตน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับผู้หญิงโสดซึ่งมีแนวโน้มที่จะตัดสินใจครองโสด

เอกสารอ้างอิง

- กฤตติภัส พันศิริ. (2555). *อิทธิพลของรูปแบบความผูกพันต่อความหึงหวงและความก้าวร้าว*. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- กัญญารัตน สุตสะอาด. (2542). *สตรีโสดในสังคมไทยปัจจุบัน*. (วิทยานิพนธ์ศ.ม.ไทยศึกษา กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย) มหาวิทยาลัยรามคาแหง, กรุงเทพมหานคร.



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

- ซัซสุณี ศุภิลวรรณ. (2528). *ความเครียดเกี่ยวกับตนเองของสตรีโสด: ศักยภาพสตรีที่ไม่เคยแต่งงาน และมีอายุ 30 ปีขึ้นไป*. (วิทยานิพนธ์สส.ม.สังคมวิทยาและมานุษยวิทยากรุงเทพมหานคร บัณฑิตวิทยาลัย) มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพมหานคร.
- ชัยญาติ ศิธรุพ่าย. (2546). *ความเครียดในการอยู่เป็นโสดของสตรีโสดอายุ 30 ปี ขึ้นไปในหน่วยงานรัฐ รัฐวิสาหกิจ และเอกชน เขตกรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ จิตวิทยาพัฒนาการ) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.
- นิภาวรรณ กิริยะ. (2534). *การเปรียบเทียบการเห็นคุณค่าในตนเองของสตรีโสดและสตรีที่สมรสแล้ว ที่มีอายุ 30 ปีขึ้นไปใน กรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิตภาควิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา) จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพมหานคร.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). *ประชากรอายุ 35 ปีขึ้นไป จำแนกตามสถานภาพสมรส หมวด อายุ เพศ และ เขตการปกครอง พ.ศ. 2560*, สืบค้นเมื่อ 27 สิงหาคม 2560, จาก www.nso.go.th
- Amy, L. C. (1994). "The world around me": The environment and single women. *Sex Roles*, 31, 309-328.
- Dory, A. S., Phillip, R. S., & Omri, G. (2008). *Attachment style and long-term singlehood. Personal Relationships*, 15, 479-491.
- Eric Klinenberg. (2561). *คนโสดประสบความสำเร็จในชีวิตมากกว่าคนมีคู่* พ.ศ.2561, สืบค้นเมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2561, จาก <http://www.catdumb.com>
- National Bureau of Economic Research (February). Retrieved June 20, 2018 from <https://www.js100.com/en/site/>
- Ohio State University Dmitry (September). Retrieved October 7, 2018 from <https://www.junjaonews.com>
- University of Maryland (September). Retrieved October 7, 2018 from <https://www.junjaonews.com/archives/3527>.