

การอยู่ลำพังในช่วงบั้นปลายของชีวิต:
การสร้างความหมายในช่วงบั้นปลายของชีวิต
และวิธีคิดที่ว่าด้วยความตาย
Living Alone in Later Life:
Meanings of Life and Death

สุนทรีย์ สิริอินตะวงศ์ (Soontree Siriinntawong)¹

²อาจารย์ประจำภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา,
คณะสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Lecturer, Department of Sociology and Anthropology,
Faculty of Social Sciences, Chiang Mai University
E-mail: soontree.siri@cmu.ac.th
(Received: December 22, 2024/
Revised: May 22, 2025/
Accepted: May 29, 2025)

1. บทนำ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาชีวิตของผู้สูงอายุที่อยู่ลำพัง ทั้งในฐานะของการเลือกของปัจเจก การเผชิญกับการสูญเสียคู่ชีวิตและสมาชิกในครอบครัวในช่วงบั้นปลายของชีวิต หรือ จากการหย่าร้าง โดยเน้นการทำความเข้าใจความหมายที่ผู้สูงอายุสร้างขึ้นเกี่ยวกับการอยู่ลำพังในบั้นปลายชีวิต การวางแผน จัดการและดูแลชีวิตของตนเอง ตลอดจนมุมมองต่อความตาย การศึกษานี้ใช้แนวคิดทางสังคมวิทยาและมานุษยวิทยาเป็นกรอบในการวิเคราะห์ ผ่านการวิจัยเชิงชาติพันธุ์วรรณา โดยเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกตการณ์ ในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังจำนวน 15 คน ทั้งในพื้นที่ตัวเมืองเชียงใหม่และพื้นที่อำเภอรอบนอกตัวเมืองเชียงใหม่ ได้แก่ อำเภอแมริมและอำเภอดอยสะเก็ด โดยกลุ่มผู้ให้ข้อมูลมีความแตกต่างหลากหลายทั้งในเรื่องเพศภาวะ ชนชั้น (ชนชั้นกลาง ข้าราชการเกษียณ และคนจนเมือง) ความพิการ พื้นที่ที่อยู่อาศัย (เมือง ชุมชนคนจนเมืองและชนบท) และสถานภาพทางสังคม (โสด หย่าร้าง หรือ คู่ชีวิตหรือสมาชิกในครอบครัวเสียชีวิตไปแล้วทั้งหมด)

ผลการศึกษาพบว่า การอยู่ลำพังของผู้สูงอายุแต่ละคนมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงอยู่กับการเปลี่ยนแปลงของโครงสร้างสังคมและเศรษฐกิจในสังคมไทย การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ส่งผลทำให้โครงสร้างครอบครัวเปลี่ยนไป สมาชิกในครอบครัวต้องย้ายถิ่นฐานเพื่อทำงานหรืออยู่อาศัยในพื้นที่อื่น ส่งผลทำให้ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้ที่จะปรับตัวเพื่อใช้ชีวิตตามลำพังและมีแนวคิดเรื่องการพึ่งตนเอง การไม่เป็นภาระของครอบครัว การมีอิสระเสรีภาพในการเลือกที่จะมีชีวิตตามที่ตนเองต้องการ การเชื่อมั่นในศักยภาพที่จะดูแลตนเองจนกว่าจะถึงวาระสุดท้าย ซึ่งเกี่ยวพันไปถึงการสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับความตายและการจัดการความตายของตนเองด้วย ดังนั้น การอยู่ลำพัง การเตรียมตัวตาย และการจัดการความตายจึงกลายเป็นอีกพื้นที่หนึ่งที่ปัจเจกพยายามแสดงให้เห็น “ความรับผิดชอบต่อตนเอง” (self-responsibility) ที่เชื่อมโยงกับวิถีคิดทางสังคมและเศรษฐกิจที่เข้ามากำหนดจริยธรรมของการดำรงชีวิตในสังคมไทยปัจจุบัน

คำสำคัญ: การอยู่ลำพัง, ความตาย, ผู้สูงอายุ

Abstract

This research studies the lives of older adults who live alone – whether as a matter of personal choice, or due to the loss of a spouse or family members in the later stages of life, or as a result of divorce. The research focuses on understanding the meaning of living alone in old age, how the elderly plan, manage, and take care of themselves in their final years, and their perspectives on death. This study is framed using sociological and anthropological concepts and employs an ethnographic methodology, using in-depth interviews and participant observation in the daily lives of 15 older adults living alone in urban Chiang Mai and its surrounding districts such as Mae Rim and Doi Saket. The participants are diverse in terms of gender, social class (middle class, retired government officials, and urban poor), disability status, residential context (urban, urban poor communities, and rural areas), social status (single, divorced, or having lost all family members or partners).

This study found that living alone among elderly is closely linked to structural changes in Thai society and the economy. These changes have led to shifts in family structures, with family members increasingly migrating to work or live elsewhere. As a result, older adults must adapt to life on their own, fostering notions of self-reliance, a desire not to burden their families, and the pursuit of autonomy in shaping their own lives. Many express confidences in their ability to care for themselves until the end of life, which also informs their understandings of death and the management of their own dying process. Thus, living alone, managing one's own life and preparing for death have become key domains in which older adults enact self-responsibility, shaped by shifting social and economic transformation. These practices inform emerging the new ethical frameworks that guide how older adults navigate the final stages of life in contemporary Thai society.

Keywords: Living alone, Death, Older Adults

บทนำ: สถานการณ์การอยู่ลำพังในประเทศไทยและพื้นที่ที่กำการศึกษา

จากสถิติในปี พ.ศ.2566 จำนวนผู้สูงอายุของประเทศไทยมีทั้งหมด 13,064,929 คน ในจำนวนนี้เป็นผู้สูงอายุที่อยู่ลำพัง 1,348,397 คน หรือ ประมาณ 10.32% ของจำนวนประชากรผู้สูงอายุทั้งหมด ซึ่งถือว่าเป็นสถิติที่ค่อนข้างสูงและมีแนวโน้มว่าจะเพิ่มสูงขึ้นเรื่อยๆ ในขณะที่สถิติของจังหวัดเชียงใหม่ (ซึ่งอยู่ในอันดับที่สามของประเทศ) ในปีเดียวกัน มีจำนวนผู้สูงอายุ 393,733 คน โดยมีผู้สูงอายุที่อยู่ลำพัง ประมาณ 43,550 คน (สถิติจาก กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ 2566) โดยอำเภอที่มีจำนวนสถิติผู้สูงอายุค่อนข้างมาก คือ อำเภอเมือง อำเภอสันทราย อำเภอสันป่าตองและอำเภอแมริมตามลำดับ (กระทรวงสาธารณสุข 2566)

ในขณะที่จำนวนผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังกำลังเพิ่มสูงขึ้น งานวิจัยเกี่ยวกับผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังหลายชิ้นกำลังสะท้อนให้เห็นว่า กลุ่มคนเหล่านี้คือ “กลุ่มที่น่าเป็นห่วงและมีความเปราะบางมากที่สุด” ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางด้านสุขภาพจิต เช่น ซึมเศร้า สิ้นหวัง ไร้คุณค่า ไม่พึงพอใจในชีวิต และอาจจะมีปัญหามากกว่ากลุ่มผู้สูงอายุที่อาศัยร่วมกับคนอื่น หรือ อาศัยอยู่กับบุตรหลาน (ศุทธิดา ชวนวัน, กาญจนา เทียนลาย, และปณณวัฒน์ เกื่อนกลิ่น 2563, 15; วรางคณา บุตรศรี 2565; กาญจนา ปัญญธร และ ชลการ ทรงศรี 2563) ข้อสมมติฐานนี้จึงมองว่าการอยู่ร่วมกันในครอบครัวจะนำมาซึ่งความรู้สึกอบอุ่นปลอดภัยและความรู้สึกมั่นคงทางจิตใจของผู้สูงอายุมากกว่าจะดำรงชีวิตตามลำพัง อีกทั้งยังถือว่าเป็นลักษณะวิถีคิดเฉพาะของสังคมไทยที่ยึดโยงความผูกพันไว้กับการได้รับการดูแลในครอบครัวเครือญาติ (Familialism) ซึ่งแนวคิดนี้ได้ละเลยบริบทการเปลี่ยนแปลงของสังคมไทยในช่วงหลายสิบปีที่ผ่านมาว่าส่งผลการต่อการดูแลในแต่ละครอบครัวอย่างไรและส่งผลต่อการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุในปัจจุบันอย่างไร ซึ่งผู้วิจัยมองว่าแนวคิดนี้ยังไม่ได้ถูกนำมาพิจารณามากขึ้นในเชิงนโยบายของรัฐบาล เพราะนโยบายของรัฐบาลไทยปัจจุบันยังคงเน้นให้ครอบครัวเป็นศูนย์กลางในการดูแลผู้สูงอายุที่มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็วมากกว่าจะทำความเข้าใจว่าผู้สูงอายุปรับตัวให้เข้ากับบริบทของสังคมไทยปัจจุบันอย่างไร

นอกจากนี้ ยังมีแนวคิดที่มองผู้สูงอายุในฐานะ “ผู้พึ่งพิง (dependents)” และ “เป็นภาระทางสังคม” ทั้งในเชิงเศรษฐกิจ อารมณ์และร่างกาย ที่ถูกนำมาใช้ทำความเข้าใจผู้สูงอายุมาเป็นเวลานาน อีกทั้งแนวคิดนี้ ยังมองว่าผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังมีภาวะเสี่ยงหรือเป็นกลุ่มที่เปราะบางที่ต้องได้รับการดูแลไปด้วย โดยงานวิจัยชิ้นนี้พยายามแสดงให้เห็นว่าผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังนั้นมีสถานทางสังคมที่แตกต่างกันทั้งในเรื่องเพศภาวะ ชนชั้น สถานภาพทางสังคมและบริบทพื้นที่ที่อยู่อาศัย เจือปนทางสังคมที่แตกต่างเหล่านี้สะท้อนให้เห็นประสบการณ์ชีวิต ตัวตนและการดำรงชีวิตลำพังที่แตกต่างกันออกไป แต่สิ่งสำคัญคือกลุ่มผู้สูงอายุเหล่านี้ยังสะท้อนให้เห็นการเป็นผู้กระทำการทางสังคม (agency) และแสดงให้เห็นความต้องการพึ่งพาตนเอง การไม่อยากเป็นภาระลูกหลาน การต้องการมีอำนาจในการดูแลตัวเอง การจัดการชีวิตและความตายได้ด้วยตัวเอง ซึ่งถือได้ว่าผู้สูงอายุกลุ่มนี้ได้พยายามสร้างรูปแบบชีวิตที่ตอบสนองต่อบริบททางสังคมและเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงไปด้วยเช่นกัน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

- 1) เพื่อทำความเข้าใจผู้สูงอายุที่อยู่ลำพัง (ทั้งในฐานะของทางเลือกหรือต้องอยู่ลำพังในช่วงท้ายของชีวิต จากการสูญเสียสมาชิกในครอบครัว หรือ การหย่าร้าง) และการวางแผน/จัดการ/และดูแลชีวิตในบั้นปลาย
- 2) เพื่อเข้าใจความหมายในบั้นปลายของชีวิตที่ต้องอยู่ลำพัง การเป็นผู้สูงอายุและวิธีคิดที่ว่าด้วยความตาย
- 3) เพื่อนำไปสู่ข้อเสนอแนะต่อ รัฐ-สังคม-ชุมชน-ภาคธุรกิจ ว่าควรจะทำแบบและจัดเตรียมอะไรเพื่อรองรับกลุ่มผู้สูงวัยที่อยู่ลำพังเหล่านี้ในระยะยาวต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

ผู้สูงอายุในที่นี้ หมายถึง กลุ่มคนที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป
ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพัง หมายถึง (1) ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมาตั้งแต่แรก (เป็นโสด ไม่แต่งงานไม่มีครอบครัว อยู่ลำพัง) (2) ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวเพราะสูญเสียสมาชิกในครอบครัว หรือ เกิดจากการหย่าร้าง (3) ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียว แต่ยังมีครอบครัวและญาติพี่น้อง/หรือไม่ได้อยู่กับครอบครัวและญาติพี่น้องด้วยเงื่อนไขในด้านต่าง ๆ โดยคนทั้งสามกลุ่ม คือ คนที่อาศัยอยู่ภายในที่พักอาศัยลำพังและใช้ชีวิตประจำวันแต่เพียงลำพังมากกว่าที่จะใช้ชีวิตร่วมกับคนอื่น ๆ

บททวนงานวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การทบทวนวรรณกรรมในงานวิจัยชิ้นนี้ได้แบ่งเป็น 3 ประเด็นหลัก ได้แก่ (1) แนวคิดเรื่องการอยู่ลำพัง (living alone) (2) การอยู่ลำพัง (Living alone) และการเชื่อมต่อกันทางสังคม (Social connectedness) และ (3) การอยู่ลำพัง (Living alone) และ ความตาย (Death)

1) สรุปแนวคิดเรื่องการอยู่ลำพัง (Living alone)

การอยู่ลำพัง (Living alone) ถูกมองว่าเป็นปรากฏการณ์ของสังคมสมัยใหม่ที่มีมากขึ้นในช่วงศตวรรษที่ 20 ซึ่งปรากฏการณ์นี้ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน หรือ เกิดขึ้นน้อยมากในสังคมก่อนอุตสาหกรรม เช่น ในศตวรรษที่ 19 การอยู่ลำพังจะเกิดกับคนเป็นหม้ายและจะอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 60-80 ปีขึ้นไป (Snell 2017) และการอยู่ลำพังหรือการถูกแปลกแยกออกจากสังคมจะใช้กับการลงโทษนักโทษเท่านั้น (Klinenberg 2012) นอกจากนี้ จากการสำรวจคนอเมริกันในปี ค.ศ.1957 พบว่า เกินกว่าครึ่งของคนตอบแบบสอบถาม มองว่า การอยู่ลำพังหรือการอยู่เป็นโสด การไม่แต่งงานจะถูกมองว่าเป็น “คนที่เจ็บป่วย” (“sick” “immoral” “neurotic”) (Klinenberg 2012) แต่ทัศนคติเชิงลบเหล่านี้ในระยะหลังก็มีน้อยลง เพราะผู้คนให้ความสำคัญกับอิสระเสรีภาพ (freedom) ความยืดหยุ่น (flexibility) และทางเลือกของปัจเจก (personal choice) มากขึ้น เช่น การให้ความสำคัญกับการประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานของตัวเองมากกว่าการสร้างครอบครัว หรือ คำนึงถึงความต้องการของปัจเจกเป็นหลักมากขึ้น แนวคิดปัจเจกนิยมเติบโตมากขึ้นในสังคมตะวันตก โดยเฉพาะในช่วงยุคช่วงหลังของศตวรรษที่ 20 เพราะมีการส่งเสริมสถานะทางสังคมของผู้หญิง (การเคลื่อนไหวของกลุ่มนักสตรีนิยมซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนสถานภาพทางสังคมของผู้หญิงในด้านการศึกษา การทำงาน และการขยับสถานะทางสังคม-ผู้วิจัย) การเติบโตของความเป็นเมือง (Urbanization) ที่ทำให้ความคิดแบบปัจเจกนิยมสามารถทำงานได้มากขึ้นและทำให้เกิดวัฒนธรรมย่อย (subculture) ที่ตอบโจทย์รสนิยมการใช้ชีวิตของคนแต่ละกลุ่มมากขึ้น การปฏิวัติด้านการติดต่อสื่อสารที่ทำให้ผู้คนสามารถติดต่อสื่อสารข้ามข้อจำกัดของพื้นที่และระยะทางมากขึ้น การปฏิวัติด้านการแพทย์ที่ส่งผลทำให้ผู้คนมีอายุยืนยาวมากขึ้นกว่าศตวรรษที่ผ่านมา ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทั้งหมดนี้ส่งผลทำให้แนวคิดปัจเจกนิยมสามารถเติบโตมากขึ้นในสังคมปัจจุบันและทำให้การอยู่ลำพังเป็นปรากฏการณ์ของคนในหลายช่วงอายุ ตั้งแต่ 20–60 ปี โดยเฉพาะผู้หญิงเป็นกลุ่มที่อยู่ลำพังมากที่สุด (Wenger 2022 [1984]; Klinenberg 2012; Snell 2017; Reher and Requena 2018)

ด้วยเหตุนี้ การอยู่ลำพัง (living alone) ของผู้คนในสังคมปัจจุบันจึงถูกนำไปเชื่อมโยงกับการแสวงหาคุณค่าที่ว่าด้วยอิสระเสรีภาพของปัจเจก (individual freedom) การมีอำนาจควบคุมและตัดสินใจด้วยตัวเอง (personal control) และ การตระหนักรู้ในตนเอง (self-realization) ซึ่งกลายเป็นคุณค่าสำคัญในโลกสมัยใหม่มากขึ้น เพราะมีการมองว่าปัจเจกต้องการค้นหาตัวตนในโลกสมัยใหม่ที่ปราศจากข้อจำกัดและการถูกควบคุม และให้ความสำคัญกับความต้องการของตนเองมากขึ้น การมีเป้าหมายในชีวิตและการค้นหาความหมายในชีวิตของตนเองมากขึ้น การให้ความสำคัญกับการสร้างครอบครัวจึงมีความสำคัญน้อยลงตามไปด้วย ด้วยเหตุนี้ การอยู่ลำพังจึงกลายเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นในหลาย ๆ ประเทศทั่วโลก และกลายเป็นรูปแบบของการดำรงชีวิตที่มนุษย์ปัจจุบันจะต้องเรียนรู้และปรับตัวที่จะอยู่ลำพังให้ได้ด้วยตัวเอง (“We are adapting. We are learning to go solo, and crafting new ways of living in the process.” From Klinenberg 2012)

จากข้อมูลงานวิจัยของ David Reher และ Miguel Requena (2018) พบว่าการครองตัวเป็นโสดมากขึ้นหรือการเลือก ที่จะอยู่ลำพังในช่วงบั้นปลายของชีวิตนั้น มีความเชื่อมโยงอยู่กับปัจจัยทางสังคมและปัจจัยส่วนบุคคลในหลายด้านด้วยเช่นกัน ไม่ว่าจะเป็น (1) การศึกษาที่สูงมากขึ้น (2) การมีทรัพย์สินที่เพียงพอในการดูแลตัวเองในช่วงบั้นปลายของชีวิต (3) การมีระบบสวัสดิการสังคม (social welfare institutions) ที่ตอบโจทย์ต่อการอยู่ลำพังเมื่อสูงอายุได้ (4) การหย่าร้างหรือการปรับเปลี่ยนรูปแบบครอบครัวในช่วงบั้นปลายของชีวิต เช่น สูญเสียสมาชิกในครอบครัว (5) ความต้องการที่จะรักษาอำนาจในการตัดสินใจที่จะกำหนดชีวิตได้ด้วยตัวเองและการคงไว้ซึ่งความเป็นปัจเจกของตนเอง (individual choice/ individual autonomy and privacy) และมองว่าการอยู่ลำพังในช่วงบั้นปลายของชีวิตนั้นเป็น ทางเลือกของปัจเจกในรูปแบบหนึ่ง (individual choice and preference - the choices people make for themselves) โดยเฉพาะหากโครงสร้างครอบครัวไม่เอื้อต่อการดำรงชีวิตในสังคมนั้นด้วยแล้ว วิธีคิดที่ว่าด้วย ความเป็นปัจเจกนิยม (individualism) จะเพิ่มสูงขึ้น ซึ่งจะส่งผลต่อการสร้างรูปแบบและกลยุทธ์ที่หลากหลายเพื่อที่จะดำรงชีวิตลำพังตามช่วงอายุที่เพิ่มมากขึ้นด้วย ดังนั้น ในบางสังคมและบางวัฒนธรรม โดยเฉพาะในประเทศที่พัฒนาหรือในประเทศตะวันตกแล้ว การอยู่ลำพังและการพึ่งพาตนเองของผู้สูงอายุจึงได้รับการยอมรับให้เป็นบรรทัดฐานทางวัฒนธรรม (cultural norms) และถูกมองว่าเป็นทางเลือกของปัจเจกที่ต้องการกำหนดการดำรงบั้นปลายชีวิตตามแบบที่ตนเองต้องการ (individual choice and preference) โดยรัฐยังคงมีหน้าที่กำหนดนโยบายหรือสร้างทางเลือกให้กับกลุ่มคนเหล่านี้เพื่อให้เป็นไปตามความต้องการของปัจเจก

ด้วยเหตุนี้เอง การอยู่ลำพังในปัจจุบันจึงสามารถเกิดขึ้นได้ทุกช่วงอายุและอาจจะเปลี่ยนแปลงไปสู่รูปแบบการใช้ชีวิตของการมีคู่ การแต่งงาน การหย่าร้าง และการกลับมาอยู่ลำพังอีกครั้งด้วยเช่นกัน ดังนั้น การอยู่ลำพัง จึงเป็นสถานะที่เปลี่ยนแปลงได้อยู่ตลอดเวลา แต่หากพิจารณาในช่วงอายุของผู้สูงวัย สถานะของการอยู่ลำพัง อาจจะดำรงอยู่จนถึงบั้นปลายของชีวิต แต่กลุ่มคนเหล่านี้จะสร้างความสัมพันธ์หรือมิตรภาพรูปแบบใหม่ขึ้นมา สร้างกลุ่มทางสังคมรูปแบบใหม่และกิจกรรมทางสังคมใหม่ๆ ขึ้นมาให้กับตัวเองและสร้างคุณค่าในการอยู่ลำพังของตนเองที่มีลักษณะเฉพาะด้วยเช่นกัน (Wenger 2022 [1984]) แม้การอยู่ลำพังจะเชื่อมโยงอยู่กับการให้คุณค่ากับการพึ่งพาตนเอง และความเป็นอิสระมากขึ้น แต่ในขณะเดียวกันก็จะส่งผลทำให้ผู้คนหวาดกลัวที่จะสูญเสียอำนาจในการควบคุมตัวเองและการต้องพึ่งพิงคนอื่น เพราะการสูญเสียอำนาจในตนเองจะทำให้คนรู้สึกไม่มั่นคงและรู้สึกขายหน้า เมื่อต้องเผชิญหน้ากับการรับรู้ว่าคุณเองไม่สามารถรับผิดชอบการดำรงอยู่ของตนเองได้อีกต่อไป หรือต้องกลายเป็น “ภาระ” หรืออยู่ในสภาวะพึ่งพิงผู้อื่น (เหมือนเช่นงานของ Allison 2016; 2018; 2023) ส่งผลทำให้กลุ่มคนเหล่านี้ปฏิเสธการร้องขอความช่วยเหลือหรือพึ่งพากลุ่มคนที่แวดล้อมไปในที่สุด

ด้วยเหตุนี้ จึงมีความน่าสนใจว่าการอยู่ลำพังที่เพิ่มสูงขึ้นในกลุ่มผู้สูงอายุในสังคมไทยสัมพันธ์กับเงื่อนไขการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสังคมและเศรษฐกิจในสังคมไทยอย่างไร และกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังมองการอยู่ลำพังของตนเองอย่างไรและสร้างความหมายของการดำรงบั้นปลายชีวิตอย่างไรด้วยเช่นกัน สรุปแนวคิดเรื่องการอยู่ลำพัง (Living alone) และการเชื่อมต่อในทางสังคม (Social connectedness)

ในที่นี้ การอยู่ลำพัง (living alone) มักจะถูกทำความเข้าใจในลักษณะของการอยู่อย่างโดดเดี่ยวและการไม่มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับคนอื่น ๆ ในสังคม ซึ่งในนัยยะหนึ่ง หมายถึง การอยู่ลำพังทั้งในเชิงพื้นที่ทางกายภาพ (physical isolation) และการอยู่ลำพังในเชิงพื้นที่ทางสังคม (social isolation) ในที่นี้ Chikako Ozawa-de Silva และ Michelle Anne Parsons (2020) มองว่า การอยู่ลำพัง (stay alone) อาจจะไม่ได้เกี่ยวกับความรู้สึกเหงา (feeling lonely) หรือการรู้สึกโดดเดี่ยว (feeling alone) หรือการแปลกแยกในทางสังคม (social isolation) ก็ได้ เพราะการอยู่ลำพังในเชิงพื้นที่ทางกายภาพ (physical isolation) อาจจะไม่ได้อาจอ้างถึง การอยู่ลำพังในเชิงพื้นที่ทางสังคม (social isolation) เพราะกลุ่มคนที่อยู่ลำพังสามารถสร้างความสัมพันธ์/การเชื่อมต่อในทางสังคม (social connection) ของตนเองกับมนุษย์ สัตว์เลี้ยง สภาพแวดล้อมภูมิประเทศ และสิ่งต่าง ๆ รอบตัวที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตและรสนิยมการใช้ชีวิตของตัวเอง

แต่ในทางตรงกันข้าม คนที่ไม่ได้อยู่ลำพังและแวดล้อมไปด้วยผู้คนมากมาย อาจจะรู้สึกเหงาหรือรู้สึกโดดเดี่ยวมากกว่าคนที่อยู่ลำพังก็ได้ เพราะความเหงา (loneliness) ในทางหนึ่งเป็นมุมมองของปัจเจกที่รับรู้ถึงการแปลกแยกออกจากสังคม มากกว่าความรู้สึกแปลกแยกในพื้นที่ทางกายภาพ (“Loneliness is a state of perceived social isolation, rather than actual physical isolation” (Ozawa-de Silva and Parsons 2020, 615; De Jong Gierveld, Van Tilburg, and Dykstra 2018)

งานของ Gwynifer Clare Wenger (2022 [1984]) ซึ่งถือได้ว่าเป็นงานวิจัยชิ้นบุกเบิก ที่นำเสนอให้เห็นการเป็นผู้กระทำการของผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังในช่วง ค.ศ.1984 ซึ่งผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังส่วนใหญ่ ณ เวลานั้น ยังถูกมองว่าเป็นปัญหาและถูกให้ภาพเชิงลบ แต่งานวิจัยชิ้นนี้พยายามนำเสนอให้เห็นชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ชนบทของประเทศอังกฤษ (North Wales) ที่ส่วนใหญ่ต้องอยู่ลำพังและต้องการที่จะอยู่ลำพัง กลุ่มคนเหล่านี้ได้สร้างเครือข่ายทางสังคมของตนเองขึ้นมาเพื่อปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ในการดำรงชีวิตลำพังของตนเอง และทดแทนเครือข่ายการสนับสนุนทางสังคมของผู้สูงอายุที่เคยมีอยู่เดิม เช่น ครอบครัว เครือญาติ ชุมชน ระบบสวัสดิการของรัฐ ซึ่งเครือข่ายเหล่านี้ถูกทำให้เปลี่ยนแปลงไปเนื่องด้วยการเปลี่ยนแปลงไปสู่สังคมสมัยใหม่และเศรษฐกิจแบบทุนนิยมอุตสาหกรรม ที่เรียกร้องให้กลุ่มวัยแรงงาน ซึ่งเป็นสมาชิกภายในครอบครัว ต้องเคลื่อนย้ายและทำงานในภาคการผลิตในระบบทุนนิยมมากกว่าจะดูแลผู้สูงอายุภายในครอบครัวที่มีอายุยืนยาวมากขึ้น ด้วยเหตุนี้ ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังจึงได้สร้างเครือข่ายทางสังคมรูปแบบใหม่ (informal care networks/informal support networks) ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มเพื่อนผู้สูงอายุ เพื่อนบ้านหรืออาสาสมัครในพื้นที่ชุมชนขึ้นมาเพื่อทดแทนเครือข่ายทางสังคมที่เคยมีในครอบครัวเครือญาติของตนเอง เช่น เพื่อนที่อยู่ในช่วงวัยและชนชั้นทางสังคมเดียวกัน มีรสนิยมการใช้ชีวิตเหมือนกัน ปลูกพืชหรือทำกิจกรรมในลักษณะเดียวกัน เป็นต้น เครือข่ายทางสังคมที่อยู่นอกเหนือสมาชิกภายในครอบครัวจึงเข้ามาทดแทนความสัมพันธ์ในครอบครัวที่เริ่มเปลี่ยนแปลงไปมากขึ้นและทำให้ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังสามารถปรับตัวในการดำเนินชีวิตประจำวันได้ ในขณะที่รัฐเองก็ยังคงได้ประโยชน์จากสมาชิกภายในครอบครัวของผู้สูงอายุเหล่านี้เพื่อทำการผลิตอยู่ในระบบทางเศรษฐกิจที่ค้ำจุนการดำรงอยู่ของรัฐต่อไป Wenger ตั้งข้อสังเกตว่า เครือข่ายการดูแลที่ไม่เป็นทางการเหล่านี้สำคัญอย่างมากต่อการทำความเข้าใจการดำรงชีวิตลำพังของผู้สูงอายุที่มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น แต่ความสัมพันธ์ที่ไม่เป็นทางการเหล่านี้กลับเป็นสิ่งที่ไม่ค่อยถูกให้ความสำคัญว่าเครือข่ายเหล่านี้ขยายไปมากน้อยขนาดไหนเพื่อให้การดำเนินชีวิตลำพังของผู้สูงอายุยังคงสามารถดำเนินต่อไปได้ (Wenger 2022 [1984], 12)

ทั้งนี้ Anne Allison (2018) และ Reher และ Requena (2018) ได้ตั้งข้อสังเกตว่า แม้วิถีคิดแบบปัจเจกนิยมจะถูกให้คุณค่ามากขึ้นและปัจเจกต้องการที่จะดูแลตัวเองหรือรับผิดชอบได้ด้วยตัวเองมากขึ้น แต่เงื่อนไขของสภาพร่างกายที่เสื่อมถอยและด้วยเงื่อนไขทางเศรษฐกิจอาจจะส่งผลต่อการสร้างทางเลือกหรือยุทธวิธีที่จะรักษาสถานภาพของตนเองเอาไว้ จึงส่งผลทำให้เกิดการรวมกลุ่มรูปแบบใหม่ที่หลากหลายมากขึ้น (different forms of co-residence) เพื่อช่วยเหลือพึ่งพาและซึ่งกันและกันในช่วงสุดท้ายของชีวิต ซึ่งอาจจะเป็นการรวมกลุ่มเพื่อนร่วมงาน เพื่อนสมัยเรียนหรือเพื่อนบ้าน ซึ่งการรวมกลุ่มจะมีลักษณะเฉพาะทางวัฒนธรรม ชนชั้น เพศภาวะ ฯลฯ รวมอยู่ด้วย สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่าความสัมพันธ์ทางสังคมในรูปแบบต่างๆ ถูกนำมาใช้ทดแทนความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่เปลี่ยนแปลงไปในกลุ่มคนที่เลือกหรือต้องอยู่ลำพังมากขึ้นด้วยเช่นกัน ซึ่งหมายความว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพัง (ทั้งในฐานะของทางเลือกหรือต้องอยู่ลำพังในช่วงท้ายของชีวิต จากการสูญเสียสมาชิกในครอบครัว หรือการหย่าร้าง) อาจจะได้ไม่ได้แยกตัวเองออกจากสังคมทั้งหมด แต่ยังคงต้องการ “พึ่งพา” การสนับสนุนจากทางสังคมบางส่วนผ่านการรวมกลุ่มในรูปแบบต่างๆ เพื่อให้สอดคล้องกับการดำรงบั้นปลายชีวิตลำพังของตนเองและตัวตนของตนเองเอาไว้

2) สรุปรูปแบบคิดเรื่องการอยู่ลำพัง (Living alone) และ ความตาย (Death)

การอยู่ลำพัง (living alone) มักจะถูกนำมาเชื่อมโยงกับ การตายอย่างโดดเดี่ยว (Dying alone) ซึ่งถือว่าเป็นปรากฏการณ์สังคมปัจจุบันที่เกิดขึ้นในหลายประเทศทั่วโลก โดยเฉพาะประเทศที่พัฒนาแล้ว เช่น ญี่ปุ่น เกาหลี สิงคโปร์ เป็นต้น การตายลำพังเป็นปรากฏการณ์ในโลกสมัยใหม่ที่หลายประเทศเฝ้าระวังและให้ความสำคัญเพราะสถิติการตายลำพังมีจำนวนเพิ่มสูงขึ้นเรื่อยๆ เช่นเดียวกับสถิติการอยู่ลำพังที่เพิ่มสูงขึ้นกรณีของประเทศไทยเองก็มีการคาดการณ์ว่าจะมีการตายลำพังเพิ่มสูงขึ้นเพราะสถิติการอยู่ลำพังที่เพิ่มสูงขึ้นด้วยเช่นกัน (สรารัฐ ไพฑูรย์พงษ์ 2560)

การตายอย่างโดดเดี่ยว (Dying alone) มักจะถูกมองว่าเป็น การตายที่ไม่ดี (bad death) คือ การตายที่ขาดการดูแล การตายที่โดดเดี่ยว เหินห่าง ไม่มีพยาน ไม่มีพิธีกรรม ในขณะที่ การตายที่ดี (good death) จะขึ้นอยู่กับคนที่ยังมีชีวิตที่เข้ามาจัดพิธีกรรมงานศพ (deathcare) เพื่อบ่งบอกว่าผู้ตายยังเป็นส่วนหนึ่งของคนที่ยังมีชีวิตไม่ว่าจะเป็นครอบครัว เครือญาติและคนในชุมชน ด้วยเหตุนี้ การตายลำพังมักจึงถูกมองว่าเป็นเรื่องน่าหดหู่ น่าเศร้าและไม่น่าปรารถนา เพราะถือเป็นการตายที่ไม่ได้ถูกรายล้อมด้วยสมาชิกในครอบครัว ญาติมิตร และคนในชุมชน เป็นการตายที่ขาดคนไว้อาลัยหรือแสดงความสูญเสียตามพิธีกรรมทางศาสนาหรือความเชื่อในทางวัฒนธรรม

นอกจากนี้ ยังเป็นการตายที่โดดเด่นและขาดความเชื่อมโยงใด ๆ กับผู้คนที่ยังมีชีวิต (Allison 2018)

ทั้งนี้ อภิโชค เกิดผล (2563) มองว่า “ความตาย” เป็นปรากฏการณ์ทางวัฒนธรรมที่สำคัญรูปแบบหนึ่ง ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างความหมายในทางสังคมที่มีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา ความตายในยุคโบราณมักจะถูกอธิบายผ่านความเชื่อท้องถิ่น ในยุคกลางศาสนาได้เข้ามามีอิทธิพลในการกำหนดความหมายหรือความเข้าใจเกี่ยวกับการตายในพื้นที่อื่น ๆ มากขึ้น จนกระทั่งเกิดการปฏิวัติอุตสาหกรรมและการพัฒนาของวิทยาศาสตร์ ความเข้าใจหรือความหมายเกี่ยวกับ “ความตาย” ในทางวิทยาศาสตร์ จึงเข้าไปแทนที่วิธีคิดทางศาสนามากขึ้น ในที่นี้ อภิโชค เสนอว่า การรับรู้ความหมาย ความตายของมนุษย์ทุกยุคสมัยล้วนสัมพันธ์อยู่กับความเชื่อชุดใดชุดหนึ่งอยู่เสมอ เพราะความตายเป็นสิ่งที่มนุษย์ไม่สามารถล่วงรู้ได้หรือทำความเข้าใจได้ในขณะที่ ยังมีชีวิต ความตายจึงถูกอธิบายผ่านความเชื่อและความหมายต่าง ๆ และเป็น *จินตนาการ* ที่มนุษย์ใช้ในการทำความเข้าใจชีวิตและการตายของตนเองและคนรอบข้าง แม้แต่ ในทางวิทยาศาสตร์ที่เชื่อในความเป็นเหตุเป็นผลก็เป็นอีกชุดความเชื่อและความหมาย ที่เกี่ยวข้องกับการตายอีกรูปแบบหนึ่ง ซึ่งความหมายเกี่ยวกับการตายจึงเป็นการช่วงชิงอำนาจ ในการนิยามความหมายและมาจากการปะทะประสานกันของวาทกรรมรูปแบบต่าง ๆ ที่ตกผลึกจนเป็นความเชื่อกระแสหลักในสังคม ณ ขณะนั้น ถึงแม้งานของ อภิโชค จะทำให้เห็นอิทธิพลทางคิดในแต่ละยุคสมัยที่มีผลต่อการสร้างความหมายเกี่ยวกับการตายให้กับมนุษย์ แต่งานชิ้นนี้ยังไม่ได้ทำให้เห็นว่าปัจเจก เลือกรับเอาความหมาย เกี่ยวกับการตายที่มีอยู่ในสังคม เช่น วัฒนธรรม ศาสนา วิทยาศาสตร์ กฎหมายและการแพทย์ (ดูวิธีคิดและค่านิยมเกี่ยวกับ “ความตาย” เพิ่มเติมได้ใน ภาวิภา ศรีรัตนบัลล์ 2561; 2566) มาใช้ในการทำความเข้าใจการดำรงอยู่และการตายของตนเองอย่างไร โดยเฉพาะในบริบทของสังคมไทยปัจจุบันที่เน้นวิธีคิดแบบปัจเจกนิยมและใช้ระบบวิธีคิด ของเศรษฐกิจเสรีนิยมใหม่มากขึ้น

ยกตัวอย่าง งานของ Allison (2018) ที่ได้ศึกษาผู้สูงอายุในประเทศญี่ปุ่นกับ สถานการณ์ของการตายเพียงลำพังที่เพิ่มสูงขึ้นในประเทศญี่ปุ่น พบว่า วิธีคิดเกี่ยวกับการเป็นผู้สูงอายุและความตายในสังคมญี่ปุ่น ได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก ซึ่งเป็นผล มาจากเงื่อนไขทางเศรษฐกิจ การเมืองและการเปลี่ยนผ่านทางสังคมที่รวดเร็วของ ประเทศญี่ปุ่นโดยเฉพาะช่วงหลังสงครามที่มีการปฏิรูปประเทศและระบบประชาธิปไตย ตั้งแต่ปี 1947 เป็นต้นมา ประเทศญี่ปุ่นได้พัฒนาความเป็นเมือง (Urbanization) ซึ่งเข้าไป เปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของคนในประเทศญี่ปุ่นมากขึ้น หลังจากปี 1990 ประเทศญี่ปุ่น

ต้องประสบปัญหาทางเศรษฐกิจและภัยธรรมชาติที่ค่อนข้างรุนแรง จึงทำให้เกิดสภาวะความโดดเดี่ยวและการฆ่าตัวตายที่เพิ่มสูงขึ้น มีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น แต่สถิติการเกิดและการแต่งงานลดลง ผู้คนอยู่ลำพังและตายลำพังมากขึ้น นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงทางสังคมในญี่ปุ่นส่งผลทำให้ผู้สูงอายุ (ในรุ่นหนึ่ง) ซึ่งกลัวการถูกทอดทิ้งจากครอบครัวหรือกลัวขาดความเชื่อมโยง (connectedness and relatedness) กับครอบครัวและบรรพบุรุษ เปลี่ยนมาเป็นผู้สูงอายุ (ในอีกรุ่นหนึ่ง) ที่กลัวการพึ่งพิงหรือการเป็นภาระของครอบครัว เครือญาติ และมีความต้องการรับผิดชอบตัวเองมากขึ้น (self-responsibilization) ซึ่งวิธีคิดเหล่านี้ส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากนโยบายของทางรัฐบาลญี่ปุ่นในช่วงที่ผ่านมานั้นเอง รวมทั้ง การพัฒนาภายในประเทศญี่ปุ่นในช่วงอุตสาหกรรมและหลังอุตสาหกรรม รวมถึงวิธีคิดเกี่ยวกับการปฏิรูปองค์กร (privatization) และการส่งเสริมวิธีคิดแบบปัจเจกนิยมมากขึ้น (individualism) ทำให้ปัจเจกเชื่อในความมีระเบียบวินัย การรับผิดชอบในตัวเอง การทำงานหนักและการประสบความสำเร็จตามการให้คุณค่าของ “การมีชีวิตที่ดี” ส่งผลทำให้เกิด *จริยธรรมการดำรงชีวิตแบบใหม่* ที่ปัจเจกต้องการกำหนดรูปแบบการดำรงชีวิตและการจัดการความตายได้ด้วยตัวเองมากขึ้น (a new ethics around self-management of death)

นอกจากนี้ เนื่องจากคนอยู่ลำพังมากขึ้นจึงทำให้การตายกลายเป็นความรับผิดชอบของปัจเจกและเป็นเรื่องเชิงพาณิชย์ (Commercialization) มากขึ้นตามไปด้วย (Allison 2023; Walter 2020) ปัจเจกสามารถตัดสินใจได้ว่า จะดำรงชีวิตแบบไหนของตนเองแบบไหนและจะตายแบบไหน จะตายโดยไม่เป็นภาระต่อครอบครัว ญาติพี่น้อง หรือ ตายโดยไม่ทำตามพิธีกรรมตามประเพณีของสังคมได้อย่างไร ชีวิตหลังความตายจึงกลายเป็นทางเลือกของปัจเจกมากขึ้น (individual choice) เกิดการสร้างธุรกิจใหม่ๆ ขึ้นมาเพื่อตอบสนองกับความต้องการของกลุ่มผู้สูงอายุกลุ่มนี้มากขึ้น อีกทั้งยังมีการออกหนังสือเพื่อแนะนำการดำรงชีวิตเพียงลำพังและการตายเพียงลำพังออกมามากขึ้นเรื่อย ๆ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ได้เข้ามาตอบสนองต่อสังคมผู้สูงอายุที่อยู่กันเพียงลำพังมากขึ้นและทำให้การตายเพียงลำพังไม่ได้ถูกมองว่า “เป็นปัญหา” อีกต่อไป (“One can now die *jibunrashi*,¹ as one likes” From Allison 2018, 185)

¹ *Jibunrashi* หมายถึง การเอาตัวเองเป็นที่ตั้ง หรือ การทำตามความต้องการของตนเอง มากกว่าการทำตามขนบธรรมเนียมประเพณีดั้งเดิมหรือตามครรลองของสังคม

จากงานวิจัยเกี่ยวกับความตายที่ได้กล่าวไปแล้วในข้างต้น สะท้อนให้เห็นว่าวิธีคิดว่าด้วย “ความตาย” ได้รับอิทธิพลจากเงื่อนไขทางด้านสังคม วัฒนธรรม ศาสนา เศรษฐกิจและการเมืองค่อนข้างมาก โดยเฉพาะในปัจจุบันที่วิถีคิดทางเศรษฐกิจเข้ามามีอิทธิพลต่อการมีชีวิตรและการตายของผู้คนมากขึ้น ด้วยเหตุนี้ จึงมีความน่าสนใจว่าผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังได้สร้างวิถีคิดเกี่ยวกับความตายและการดำรงอยู่ในช่วงบั้นปลายของชีวิตในบริบทสังคมไทยปัจจุบันอย่างไรด้วยเช่นกัน

วิธีการดำเนินการวิจัย (โดยสรุป)

1) ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง/ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants/Interlocutors) ผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไปและอยู่ลำพัง โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างของผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังจาก (1) ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวมาตั้งแต่แรก (เป็นโสดไม่แต่งงานไม่มีครอบครัวอยู่ลำพัง) (2) ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียวเพราะสูญเสียสมาชิกในครอบครัว หรือ เกิดจากการหย่าร้าง และ (3) ผู้สูงอายุที่อยู่คนเดียว แต่ยังมีครอบครัวและญาติพี่น้อง/หรือไม่ได้อยู่กับครอบครัวและญาติพี่น้อง

2) วิธีเก็บรวบรวมข้อมูล

2.1) ทบทวนทฤษฎีและแนวคิดที่เกี่ยวข้องและวิเคราะห์ข้อมูลจากเอกสาร (documentary research) ที่เกี่ยวข้องโดยเน้นแนวคิดเกี่ยวกับ (1) ผู้สูงวัย (Ageing) (2) การอยู่ลำพัง (Living alone) (3) ความเหงา (Loneliness) และ การเชื่อมต่อกับสังคม (Social connectedness) (4) ความตาย (Death) และ (5) นโยบายภาครัฐต่อผู้สูงวัยในประเทศต่าง ๆ (Ageing Policies)

2.2) เก็บรวบรวมสถิติเกี่ยวกับผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังภายในประเทศและเปรียบเทียบกับสถิติในต่างประเทศ

2.3) การเก็บข้อมูลภาคสนามในทางมานุษยวิทยา ซึ่งใช้ระยะเวลาในการลงพื้นที่ 18 เดือน (1 ตุลาคม 2566–31 มีนาคม 2568) เพื่อศึกษาชีวิตประจำวันในหนึ่งรอบปีของผู้สูงอายุ โดยจะเก็บข้อมูลโดยจะเก็บรวบรวมข้อมูลผ่านการสัมภาษณ์แบบเป็นทางการและไม่เป็นทางการ รวมทั้งการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interviews) การสังเกตการณ์แบบมีส่วนร่วม (participant observation) และการทำวิจัยโดยใช้ภาพถ่ายและภาพเคลื่อนไหว (visual ethnography) ซึ่งเป็นการถ่ายภาพในชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ

2.4) การนำข้อมูลทั้งหมดมาวิเคราะห์ผล โดยใช้แนวคิดทางสังคมวิทยา และมานุษยวิทยาเป็นกรอบในการวิเคราะห์เป็นหลัก

3) จริยธรรมการวิจัยในคน

การศึกษานี้ผ่านการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยจากคณะกรรมการ จริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (COA No. 082/66, CMUREC No.66/099, Date 13 July 2023) ผู้ให้ข้อมูลหลักจะได้รับการชี้แจงในการเข้าร่วมโครงการวิจัย ก่อนทุกครั้ง เพื่อที่กลุ่มผู้ให้ข้อมูลจะได้ตัดสินใจได้ว่าจะเข้าร่วมโครงการวิจัยหรือไม่ และ จะมีการชี้แจงให้กลุ่มผู้ให้ข้อมูลทราบว่า หากมีประเด็นคำถามไหนที่ค่อนข้างอ่อนไหว แก่ผู้ให้ข้อมูล ก็สามารถไม่ตอบหรือปฏิเสธได้ด้วยเช่นกัน และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลก็สามารถ ถอนตัวออกจากการให้ข้อมูลได้ทุกเมื่อ การเก็บข้อมูลจึงเกิดขึ้นจากความสมัครใจและ จะไม่มีการบีบบังคับหรือใช้กลวิธีที่ผิดจริยธรรมมาใช้เพื่อให้ได้ข้อมูลส่วนตัวของผู้ให้ข้อมูล นอกจากนี้จะมีชี้แจงและขออนุญาตการใช้ข้อมูลในรูปแบบต่าง ๆ ทุกครั้ง ทั้งในรูปแบบของ การบันทึกเสียงและการบันทึกภาพจะขออนุญาตผู้ให้ข้อมูลทุกครั้ง และข้อมูลเหล่านี้ จะถูกนำมาใช้เมื่อผู้ให้ข้อมูลอนุญาตด้วยเช่นกัน

ผลการวิจัย

1) สรุปข้อค้นพบ

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนาม 18 เดือน (1 ตุลาคม 2566 – 31 มีนาคม 2568) โดยเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักที่อยู่ลุ่มในในพื้นที่จังหวัดเชียงใหม่ รวมทั้งหมด 15 คน โดยเลือกจากชุมชนในเขตอำเภอเมืองเชียงใหม่ และชุมชนนอกตัวเมือง (เขตอำเภอ ดอยสะเก็ดและเขตอำเภอแมริมที่มีสถิติผู้สูงอายุค่อนข้างมากในจังหวัดเชียงใหม่) ซึ่งผู้สูงอายุที่อยู่ลุ่มในแต่ละคนจะมีสถานะทางสังคมที่แตกต่างหลากหลาย ทั้งในเรื่อง เพศ ความพิการ ลักษณะที่อยู่อาศัย (พื้นที่เมืองและชนบท) ชนชั้น (ชนชั้นกลาง ข้าราชการเกษียณและคนจนเมือง) และสถานภาพครอบครัว (โสด หย่าร้าง หรือ คู่ชีวิต เสียชีวิต) โดยสามารถสรุปข้อมูลได้ ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 1 ตารางสรุปข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลที่อยู่ลำพัง

ลำดับ ที่	ชื่อ	อายุ ณ พ.ศ. 2567 (ปี)	เพศ	ที่อยู่อาศัย	สถานภาพ/อาชีพ ปัจจุบัน	สถานภาพครอบครัว	ระยะเวลาใน การอยู่ลำพัง
1	ลุงคำมูล	69	ชาย	ชุมชนคนจนเมือง เชียงใหม่	พนักงานกวาด ถนนของเทศบาล นครเชียงใหม่	ภรรยาเสียชีวิต ลูกสาวแยกออกไปมี ครอบครัว	ตั้งแต่ พ.ศ.2563
2	ลุงเกษม	75	ชาย	ชุมชนคนจนเมือง เชียงใหม่	พนักงานกวาด ถนนของเทศบาล นครเชียงใหม่	ภรรยาเสียชีวิต ลูกชายอาศัยอยู่ต่างอำเภอ	ตั้งแต่ พ.ศ.2562
3	ป้าศรี	74	หญิง	ชุมชนคนจนเมือง เชียงใหม่	ค้าขาย	หย่าร้าง มีลูก 3 คน เสียชีวิต 2 คน เหลือลูกสาว 1 คน แต่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน	ตั้งแต่ พ.ศ.2542
4	ป้านิด	73	หญิง	ชุมชนคนจนเมือง จังหวัดเชียงใหม่	รับจ้างทั่วไป	สามีเสียชีวิต ลูกสาวไป ทำงานจังหวัดอื่น	ตั้งแต่ พ.ศ.2563
5	ป้าเกสร	75	หญิง	ชุมชนคนจนเมือง จังหวัดเชียงใหม่	พิการ	โสด	
6	ป้านี	66	หญิง	ชุมชนคนจนเมือง จังหวัดเชียงใหม่	พิการ	โสด	
7	ป้านา	63	หญิง	ชุมชนคนจนเมือง จังหวัดเชียงใหม่	ทำอาหารขาย	หย่าร้าง มีลูกสาวสองคน แยกออกไปมีครอบครัว	ตั้งแต่ พ.ศ.2557
8	ป้าเสมอ	73	หญิง	ชุมชนคนจนเมือง จังหวัดเชียงใหม่	ค้าขาย	สามีเสียชีวิต มีลูก 5 คน แต่ แยกออกไปมีครอบครัว	ตั้งแต่ พ.ศ.2565
9	ป้าดอกไม้	74	หญิง	อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่	ข้าราชการเกษียณ	หย่าร้าง ไม่มีบุตร	ตั้งแต่ พ.ศ.2545
10	ลุงตะวัน	81	ชาย	อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่	เกษียณ	โสด	
11	ป้ามะลิ	79	หญิง	อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่	ปลูกผักขาย	สามีเสียชีวิต มีลูก 5 คน เสียชีวิต 1 คน ลูกคนอื่นๆ แยกออกไปมีครอบครัว	ตั้งแต่ พ.ศ.2564
12	ลุงสะอาด	78	ชาย	อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่	อาสาสมัครกลุ่ม บันพระพุทธรูป	ภรรยาเสียชีวิต ลูกทั้ง 4 คน ไปทำงานที่กรุงเทพฯ	ตั้งแต่ พ.ศ.2550
13	ป้าทาน ตะวัน	68	หญิง	อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่	อาสาสมัครประจำ หมู่บ้าน	โสด	
14	ป้าคำปัน	87	หญิง	อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่	เกษตรกร	สามีเสียชีวิต มีลูกชายสาม คน เสียชีวิตแล้วสองคน เหลือลูกชายคนโตหนึ่งคนที่ อยู่จังหวัดอื่น	ตั้งแต่ พ.ศ. 2542
15	ป้ากอง	81	หญิง	อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่	อาสาสมัครของวัด ประจำหมู่บ้าน	สามีและลูกสองคนเสียชีวิต	ตั้งแต่ พ.ศ. 2546

2) อภิปรายผลการวิจัยในประเด็นการอยู่ลำพัง (Living alone)

ผู้วิจัย พบว่า การดำรงชีวิตลำพัง (living alone) ของผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนเป็นผลมาจากกระบวนการเปลี่ยนผ่านของโครงสร้างทางสังคมและเศรษฐกิจในสังคมไทย ช่วงหลายสิบปีที่ผ่านมา ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างภายในครอบครัวและส่งผลทำให้ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้การดำรงชีวิตลำพังและปรับเปลี่ยนความสัมพันธ์ภายในครอบครัวตามไปด้วย เช่น กรณีของ ลุงสะอาด อายุ 78 ปี อยู่ลำพังมาเป็นเวลา 17 ปี (พ.ศ.2567) หลังจากป้าสุรีย์ (ภรรยา) เสียชีวิตในพ.ศ.2550 ลุงสะอาดและป้าสุรีย์ มีลูก 4 คน (ลูกสาว 3 คน ลูกชาย 1 คน) ลูกทั้งสี่คนทำงานอยู่โรงงานเย็บผ้าในพื้นที่กรุงเทพมหานคร ซึ่งน้องสาวป้าสุรีย์เป็นเจ้าของโรงงานอีกที โดยลูกทั้ง 4 คนจะส่งเงินมาให้เดือนละ 5,000 บาทและส่งสิ่งของต่างๆ มาให้ เช่น เสื้อผ้า รองเท้าเอาไว้ออกกำลังกาย อาหาร ขนม เป็นต้น ลุงสะอาดจึงมีเงินเพียงพอในการดูแลตัวเอง และยังมีเหลือเก็บในแต่ละเดือน

“คนสมัยก่อนจะอยู่ด้วยกัน เมื่อก่อนเราก็อยู่ด้วยกันหมด (พ่อ แม่ ลูกอีก 4 คน) แต่ค่าแรงเชียงใหม่มันถูกลูกสาวคนโตก็เลยไปทำงานในโรงงาน แล้วต่อมาลูกคนอื่น ๆ ก็ทยอยไปทำงานที่เดียวกันหมด ตามกันไปทีละคน สุดท้ายก็เหลือกันสองคนผัวเมีย พอเมียตาย (ป้าสุรีย์) เราก็เลยได้อยู่คนเดียวมา 17 ปีแล้ว (คำถาม: เคยคิดอยากให้ลูกคนใดคนหนึ่งกลับมาดูแลหรือไม่) มันก็แล้วแต่เขาจะ แต่เราอยู่แบบนี้คนเดียวมานานแล้ว เราก็ชิน...ลูกทั้งสี่คนเขามาอยู่กับเรา ไม่ได้หรอก งานที่นั่นมันไม่มี อีกอย่างเขาก็ติดงานที่นั่นกันหมดแล้ว จะมาอยู่ที่นี่ก็ไม่ได้ ค่าแรงถูก เขาไปทำมาหากินทางนั่นตั้งแต่แม่ยังไม่ตายแล้ว ไปกันนานแล้ว เรายังไม่เคยคิดว่าลูกจะต้องมาอยู่กับเรา บางครั้งช่วงปีใหม่สงกรานต์หยุดยาว ลูกมาหาอยู่ด้วยหลายวัน พาเราไปเที่ยว อยากไปไหนก็พาไป แต่พออยู่ด้วยกันนาน ๆ เราก็รำคาญ คนมันเยอะ ถ้าลูกมา เราจะไปนอนข้างนอกนั่น เพราะเวลาเขามา เขาจะเปิดดูทีวีกันทั้งวัน นอนดึก เขาเคยอยู่กันแบบนี้ แต่เราไม่ชิน สามทุ่มเราหลับแล้ว แล้วก็ตื่นเข้าตี 4 ไปเดินออกกำลังกาย... เราไม่เคยคิดจะย้ายไปอยู่กับลูกเลยนะ ลูกเคยถามว่าจะมารับขึ้นเครื่องไปกรุงเทพ เราไม่ไป อยู่แบบนี้สบายแล้ว เราชอบอยู่เงียบ ๆ เราไม่เคยโทรหาลูกเลยนะ แต่ลูกจะโทรมาหาตลอด 2-3 วันครั้ง แต่เราปิดโทรศัพท์ รำคาญ เลยบอกลูกว่าโทรมาตอน 5 โมง ถึง 7 โมง นอกจากนั้นจะปิดโทรศัพท์ มีอยู่ครั้งหนึ่งลูกโทรมาแล้วไม่ได้รับ โทรศัพท์เสีย ลูกเลยโทรไปหาเจ้าหน้าที่อบต.

ดอนแก้ว เขาเลยมาตามที่บ้าน มาถามว่าทำไมไม่รับโทรศัพท์ นี่กว่าเรา
เป็นอะไร...เราชอบอยู่คนเดียว ชอบความสันโดษ” (ลุงสะอาด, สัมภาษณ์,
15 สิงหาคม 2567)

กรณีของลุงสะอาด การอยู่ลำพังสัมพันธ์กับเงื่อนไขทางด้านเศรษฐกิจ ที่ทำให้
ลูกทั้ง 4 คนต้องเคลื่อนย้ายไปทำงานที่กรุงเทพมหานคร และการเปลี่ยนแปลงภายใน
ครอบครัวจากการสูญเสียคู่ชีวิต (ป้าสุรีย์) แต่การ อยู่ลำพังตลอด 17 ปีที่ผ่านมา
ทำให้ลุงสะอาดผ่านกระบวนการคิดเกี่ยวกับการมีชีวิتلำพังและความตายของตนเอง
อยู่อย่างต่อเนื่องด้วยเช่นกัน ส่งผลทำให้การเปลี่ยนแปลงของระบบโครงสร้างทางสังคม
เศรษฐกิจ ครอบครัว นำมาสู่การเปลี่ยนแปลงจากภายในของปัจเจกเองที่ต้องปรับวิธีคิด
เพื่อให้สอดคล้องกับการดำรงชีวิตของตนเองและสมาชิกในครอบครัวที่ต้องสร้างฐานะ
และครอบครัวภายใต้เงื่อนไขทางเศรษฐกิจในสังคมไทยปัจจุบัน นอกจาก ลุงสะอาด
จะเริ่มยอมรับกับการต้องอยู่ลำพังของตนเองซึ่งเป็นเงื่อนไขที่ถูกกำหนดมาจาก
ภายนอกแล้ว ลุงสะอาดเองก็ทำให้วิถีชีวิตของการอยู่ลำพังกลายมาเป็นส่วนหนึ่ง
ในการดำรงชีวิตของตนเอง เช่น การชอบความสันโดษ การพึ่งพาตนเองได้ การไม่เป็น
ภาระให้กับลูก ๆ เป็นต้น

หรือ กรณีของป้าก่อง อายุ 81 ปี เป็นอีกหนึ่งกรณีที่อยู่ลำพังมาเป็นเวลานาน
(ตั้งแต่ พ.ศ.2546) หลังจากลูกสองคนและสามีเสียชีวิต และเนื่องจากป้าก่องเป็นคนที่
ย้ายมาจากหมู่บ้านอื่น จึงไม่มีญาติพี่น้องของตนเองอยู่ในหมู่บ้านที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน
มีแต่ครอบครัวญาติพี่น้องของสามีที่มีบ้านอยู่รายล้อมและมีหลานสาวที่ยังดูแลอยู่ใน
ระยะไกล (long-distance care) มาเป็นเวลา 10 กว่าปี โดยจะมาเยี่ยมทุก ๆ 2-3 เดือน
การมาเยี่ยมแต่ละครั้งจะซื้ออาหาร น้ำดื่ม ข้าวของเครื่องใช้ในบ้านมาให้ ปรับปรุง
ซ่อมแซมบ้านให้และมีการติดตั้งกล้อง CCTV ให้ 3 ตัว (ห้องนอน ห้องครัว ห้องน้ำ)
เพื่อดูการเคลื่อนไหวของป้าก่องภายในบ้าน

“คนสมัยก่อน มีค้อยมีใครอยู่คนเดียว เพราะลูกหลานเยอะ แต่สมัยนี้ลูกหลาน
ไปทำงานกรุงเทพฯ ไปทำงานกันที่อื่น คนแก่เลยต้องอยู่คนเดียว นาน ๆ ก็มาเยี่ยม
สักครั้ง ลูกหลานมีกัน แต่เขาไม่มีเวลามาดูแล เขาต้องทำงานกัน ถ้ามาดูแลกัน
ก็ไม่มีใครได้กินกันแล้ว ไม่มีเงินจ่ายแล้ว สมัยนี้ลูกหลานไม่เยอะ ต้องไปทำงาน
ที่อื่น ไปแต่งงานกับคนอื่น...เราก็ไม่เคยคิดว่าจะต้องมาอยู่คนเดียว หลังจาก
ลูก (สองคน) เสียแล้ว ลุง (สามี) ก็เสีย เลยอยู่คนเดียว ญาติพี่น้องก็ให้กลับไปอยู่
แม่แดง แต่เราย้ายมาอยู่บ้านลุง (สามี) นานแล้ว เราเลยไม่อยากกลับไปแล้ว

เราออกมานานแล้ว กลับไปก็ไม่มีใครอยู่แล้ว แต่เราก็มีพี่น้องอยู่ แต่พ่อแม่ไม่มีแล้ว...หมู่บ้านนี้มีคนแก่อยู่คนเดียวหลายคน แม่เหริญก็อยู่คนเดียว เป็นโรคไต แก่จนคนเดียว แม่บุดก็อยู่คนเดียว แม่สาก็อยู่คนเดียว แม่ฟองก็อยู่คนเดียว แต่คนนี้ไปอาศัยอยู่กับวัด ช่วยงานวัด แต่ตายแล้ว พระก็จัดงานศพให้...พอเราต้องอยู่คนเดียว ก็เลยไปช่วยงานที่วัด ไปกับพระอาจารย์ ทำกับข้าวไปถวายวัด พระอาจารย์ไปที่ไหน เราก็ตามไปด้วย (รูปภายในบ้าน เป็นรูปที่ปาก่องไปทำกิจกรรมทำบุญกับพระอาจารย์ที่วัดต่าง ๆ) ท่านขอให้ช่วยทำอะไร เราก็ทำช่วยวัด ท่านก็จะแบ่งเงินให้ มีอะไร ท่านก็แบ่งให้ อาหาร ขนม เราก็ทำแบบนี้มา 20 กว่าปี ตอนไม่สบายไปอยู่โรงพยาบาล ท่านก็ไปเยี่ยมที่โรงพยาบาล ท่านไม่อยู่แล้ว เราก็ใจหาย เมื่อก่อนเราก็ฝากท่านเรื่องพิธีศพ ถ้าเราตายอยากให้ท่านช่วยจัดงานศพให้เหมือนป่าฟอง แต่ตอนนี้ท่านไปแล้ว หลานสาวก็อาจจะมาจัดงานศพให้เรา” (ปาก่อง, สัมภาษณ์, 5 มกราคม 2568)

กรณีของปาก่อง อายุ 81 ปี สะท้อนให้เห็นว่าการอยู่ลำพังของผู้สูงอายุ ไม่ใช่ปรากฏการณ์ของกลุ่มคนชนชั้นกลางที่อาศัยอยู่ในเมืองเท่านั้น แต่สถานการณ์การอยู่ลำพังของผู้สูงอายุในชนบทก็เพิ่มมากขึ้นด้วยเช่นกัน (สุนทรีย์ สิริอินตะวงศ์ 2566; 2567)² จากสองกรณีตัวอย่างในข้างต้น สะท้อนให้เห็นว่า การเปลี่ยนผ่านทางสังคมและเศรษฐกิจในสังคมไทยส่งผลทำให้ผู้สูงอายุต้องยอมรับกับสภาวะของการอยู่ลำพังของตนเองมากขึ้น การดำรงชีวิตลำพัง (ซึ่งผู้ให้ข้อมูลหลายคนอยู่ลำพังมาเป็นเวลานานมากกว่า 10 ปีขึ้นไป) ทำให้ผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนต้องผ่านกระบวนการคิดเกี่ยวกับการ

² จากการสำรวจพื้นที่อำเภอเมืองและพื้นที่อำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ และอำเภอเมืองมหาสารคาม จังหวัดมหาสารคาม ของ สุนทรีย์ สิริอินตะวงศ์ (2566; 2567) พบว่า ผู้สูงอายุในหลายพื้นที่มีลูกหลานไปทำงานในพื้นที่ตัวเมืองจังหวัดเชียงใหม่ ในต่างจังหวัดหรือในประเทศ ทำให้ผู้สูงอายุที่ยังมีสามีหรือภรรยาจะต้องดูแลกันเอง และหากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเสียชีวิต อีกฝ่ายก็ต้องอยู่อาศัยในบ้านเพียงลำพัง โดยมีญาติพี่น้องหรือเพื่อนบ้านที่เป็นผู้สูงอายุที่มีบ้านใกล้เคียงเคียงช่วยดูแล มากกว่าจะมีสมาชิกภายในครอบครัวดูแลกันเอง นอกจากนี้ จากการสัมภาษณ์ผู้ใหญ่บ้านของแต่ละหมู่บ้าน พบว่า ผู้สูงอายุที่จะอยู่ลำพังอาจจะมีเพิ่มมากขึ้นในอนาคต เพราะกลุ่มคนที่มียุวกะรัตลงมา (ซึ่งจะกลายเป็นผู้สูงอายุในช่วง 10-20 ปีข้างหน้า) ส่วนใหญ่จะครองตัวเป็นโสดทั้งชายและหญิงและมีการหย่าร้างค่อนข้างมาก อีกทั้ง จำนวนการเกิดในชุมชนก็ลดน้อยลงเป็นอย่างมากด้วยเช่นกัน

ดำรงชีวิตลำพังของตนเองและต้องปรับตัวจากวิถีคิดของการรับการดูแลจากครอบครัวแบบเดิมมาสู่การดูแลตนเองและการพึ่งพาตนเองในการใช้ชีวิตอย่างลำพังมากขึ้น แม้กลุ่มผู้ให้ข้อมูลไม่ได้ “เลือก” การอยู่ลำพังมาตั้งแต่แรก แต่กลุ่มคนเหล่านี้ก็เริ่มเรียนรู้ อิสระเสรีภาพของตนเองที่แตกต่างไปจากการอยู่กับครอบครัวมากขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่เป็นผู้สูงอายุผู้หญิงหลายคนที่สะท้อนให้เห็นว่า การอยู่ลำพังในบั้นปลายชีวิตทำให้ตนเองมีอิสระเสรีภาพมากขึ้น ได้ทำอะไรเพื่อตนเองมากขึ้น ไม่ต้องดำเนินตามบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบตามความคาดหวังทางสังคมในฐานะของลูกสาวแม่และเมียที่ต้องทำงานเพื่อดูแลสมาชิกในครอบครัวและเสียสละเพื่อคนในครอบครัวก่อนตัวเอง เช่น กรณีของป้านา อายุ 63 ปี อยู่ลำพังตั้งแต่ประมาณ พ.ศ.2557 หลังจากลูกสาวทั้งสองคนแต่งงานและย้ายออกไปอาศัยอยู่ที่อื่น

“เราเคยอยู่แบบครอบครัวมาก่อน ภาระความรับผิดชอบมันเยอะ พออยู่คนเดียว เราได้มีชีวิตของตัวเอง ได้มีเวลาเป็นของตัวเอง แต่ก็ไม่ได้หมายความว่าเราไม่รักลูกทั้งสองคนนะ เราชักเขามาก เราเป็นห่วงด้วย เขาก็เป็นห่วงเรานะ โทรมาตลอด (ลูกสาวโทรมาหาในช่วงที่สัมภาษณ์)...พอเราอยู่คนเดียว เราก็มีเงินเองได้กินได้ใช้เพื่อตัวเอง อยากไปไหนก็ได้ไป ได้ทำเพื่อตัวเอง ตอนอายุยังน้อยๆ ตอนรับจ้างเข็นรถเข็น เราก็ต้องส่งเงินกลับไปบ้านให้พ่อแม่ให้พี่ให้น้องไม่เคยได้ใช้เงินเพื่อตัวเอง ไม่เคยได้สบาย ตอนมีลูกอยู่ด้วย เราก็ต้องห่วงลูก ต้องเจียดไปให้เขาก่อน จะไปไหนก็ต้องเอาเขาไปด้วย ซื้ออะไรกินก็ต้องห่วงลูก ถ้าจะกินของดี ๆ อร่อย ๆ เราก็ต้องเอาไว้ให้ลูกก่อน เรากินที่เหลือยังงี้ก็ได้ เราต้องคิดถึงเขาก่อน ก่อนที่จะคิดถึงตัวเอง เราต้องคิดเผื่อเขาไว้ก่อน แต่ตอนนี้ลูกเราก็เป็นแบบนี้ ถ้าเขาซื้ออะไรดี ๆ มา เขาก็จะให้เรากินก่อน เขาก็ห่วงเราเหมือนกัน แต่พออยู่คนเดียว มันก็เป็นอีกแบบ เราก็ได้ทำเพื่อตัวเองมากขึ้น” (ป้าก่อง, สัมภาษณ์, 29 กรกฎาคม 2567)

กรณีของป้านา อายุ 63 ปี คล้ายกับกรณีผู้สูงอายุผู้หญิงหลายคน เช่น กรณีของป้าศรี อายุ 74 ปี ที่เลิกกับสามีและย้ายออกจากหมู่บ้านมาทำงานรับจ้างและทำอาหารขายในเมืองเชียงใหม่ ตั้งแต่ พ.ศ.2542 มีลูกสามคน เสียชีวิตแล้วสองคน เหลือลูกสาวคนเล็กที่มีอาการลึนหัวใจรั่วอาศัยอยู่ในหมู่บ้านเดิม ส่วนป้าศรีเข้ามาใช้ชีวิตลำพังในเมืองเชียงใหม่มาจนถึงปัจจุบัน หรือ กรณีของป้านิด อายุ 73 ปี ที่มีลูกสองคน แต่ลูกชายเสียชีวิตด้วยโรคไตตอนอายุ 19 ปี ปัจจุบันจึงเหลือลูกสาวเพียงคนเดียว อายุ 52 ปี ทำงานดูแลบ้านให้กับครอบครัวคนจีนที่พำนัก ในขณะที่มีสามีป้านิด

ซึ่งเป็นผู้ป่วยติดเตียงและป้านิดต้องดูแลมาตลอด 19 ปี ได้เสียชีวิตประมาณปี พ.ศ.2563 จึงทำให้ ป้านิดอยู่ลำพังโดยมีหมาและแมว 4 ตัวอยู่ด้วย ทั้งสามกรณีเคยผ่านการมีครอบครัวมาก่อน แต่หลังจากหย่าร้าง หรือ กรณีของป้านิดที่สามีเสียชีวิต ทำให้กลุ่มคนเหล่านี้จึง “เลือก” ที่จะอยู่ลำพังและมองการอยู่ลำพังของตนเอง ในฐานะของอิสระเสรีภาพและการปลดปล่อยตนเองออกจากพันธะในครอบครัวที่เหมือนกัน

ทั้งสามคนปฏิเสธที่จะไปอยู่กับลูกของตนเองและต้องการรับผิดชอบตัวเอง (self-responsibility) ไม่ต้องการเป็นภาระของคนในครอบครัว สอดคล้องกับงานของ Eric Klinenberg (2012) ที่เสนอว่า แม้กลุ่มผู้สูงอายุจะอยู่ลำพังมากขึ้น แต่ก็ไม่จำเป็นว่า กลุ่มคนเหล่านี้จะต้องรู้สึกโดดเดี่ยวหรือรู้สึกแปลกแยกในทางสังคม ดังนั้น การอยู่ลำพังในบั้นปลายชีวิตจึงอาจจะไม่ใช่ปัญหาของกลุ่มคนเหล่านี้ทั้งหมด การอยู่ลำพังในด้านหนึ่งอาจจะนำมาซึ่งอิสระเสรีภาพ ที่ปัจเจกไม่เคยมีมาก่อนตอนอยู่ในความสัมพันธ์แบบครอบครัว โดยเฉพาะหากเรามองผ่านมิติทางเพศภาวะ (gender) เราจะพบว่า ผู้สูงอายุผู้หญิงทั้งสามกรณีให้ข้อมูลที่สอดคล้องกันว่า การอยู่ในความสัมพันธ์แบบครอบครัว ทำให้ผู้หญิงต้องรับผิดชอบงานภายในบ้านค่อนข้างมาก ไม่มีเวลาเป็นของตนเองและยังต้องถูกควบคุมโดยสามี แต่เมื่ออยู่ลำพังแล้ว พบว่า ตนเองมีอิสระเสรีภาพค่อนข้างมาก ไม่ต้องแบกรับภาระทั้งหมด สามารถตัดสินใจได้เองว่า ต้องการจะทำอะไร มีอำนาจในการตัดสินใจเลือกให้กับตัวเองได้มากขึ้น แต่การเลือกที่จะอยู่ลำพังของคนเหล่านี้ก็ไม่ได้ปฏิเสธความสัมพันธ์กับลูกของตนเองแต่อย่างใด กลุ่มผู้สูงอายุเหล่านี้ยังให้คุณค่าและให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ในครอบครัว แต่ก็ต้องการความเป็นอิสระมากขึ้น ในช่วงบั้นปลายชีวิต ไม่ต้องการรับภาระในการดูแลสมาชิกคนอื่น ๆ ในช่วงบั้นปลายของชีวิต หรืออยู่ภายใต้ความกดดันอีกต่อไป เพราะรู้สึกว่าตนเองดูแลสมาชิกคนอื่นมาทั้งชีวิตแล้ว กลุ่มคนเหล่านี้ยังคงรู้สึกรักและเป็นห่วงลูกของตนเอง แต่ในขณะเดียวกันก็ต้องการมีอิสระที่จะดูแลตัวเองภายในพื้นที่ที่รู้สึกว่าตนเองเป็นเจ้าของและมีอำนาจในการจัดการดูแลตัวเองได้ (self-autonomy and independence) มากกว่าจะไปอยู่ร่วมกับสมาชิกครอบครัวคนอื่น ด้วยเหตุนี้เอง การอยู่ลำพังจึงมีความซับซ้อนจากประสบการณ์ชีวิตและเงื่อนไขของระยะเวลาในการอยู่ลำพังของแต่ละคน ซึ่งเงื่อนไขเหล่านี้มีผลต่อการสร้างความหมายในการอยู่ลำพังของผู้สูงอายุแต่ละคนด้วยเช่นกัน

ด้วยเหตุนี้ แม้ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังในงานวิจัยชิ้นนี้มีสถานะทางสังคมที่แตกต่างกัน ทั้งเรื่องเพศภาวะ ชนชั้น ความพิการ พื้นที่ที่อยู่อาศัย ฯลฯ แต่กลุ่มคนเหล่านี้ยึดถือวิถีคิดแบบเดียวกันและต้องการที่จะดูแลตนเองไปจนกว่าจะทำไม่ได้เพื่อที่จะได้ไม่ถูกมองว่า

เป็นภาระของคนอื่น ๆ และยังต้องการคงคุณค่าในตัวเองเอาไว้จนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต วิธีคิดนี้แม้จะสอดคล้องกับแนวคิดเรื่องปัจเจกนิยม (individualism) ตามแนวคิดของสังคมตะวันตก แต่ผู้สูงอายุเหล่านี้อาจจะไม่ได้รับวิธีคิดเหล่านี้เข้ามาโดยตรงมาตั้งแต่แรก แต่เป็นผลมาจากการต้องปรับตัวตามการเปลี่ยนแปลงของสภาพเศรษฐกิจและสังคมไทยที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในช่วงหลายสิบปีที่ผ่านมา กลุ่มผู้สูงอายุต้องยอมรับมากขึ้นว่า การได้รับการดูแลจากสมาชิกภายในครอบครัว หรือ ความสัมพันธ์ในครอบครัวแบบเดิมเปลี่ยนไปอย่างมากในช่วงบั้นปลายของชีวิตของตนเอง ทำให้กลุ่มคนเหล่านี้จึงต้องปรับตัวกับการต้องใช้ชีวิตลำพังหรือแม้กระทั่งการเตรียมตัวตายลำพังของตนเองตามไปด้วย

อภิปรายผลการวิจัยประเด็นการอยู่ลำพัง (Living alone) และการเชื่อมต่อในทางสังคม (Social connectedness)

ประเด็นเรื่อง การอยู่ลำพังของผู้สูงอายุ มักจะถูกนำไปเชื่อมโยงกับประเด็นว่าด้วยความเหงา ซึมเศร้า และสิ้นหวัง ซึ่งผู้วิจัยมองว่าเป็นการสรุปอย่างเหมารวมว่า การอยู่ลำพังจะนำมาซึ่งความรู้สึกในรูปแบบเดียวกัน โดยละเลยปัจเจกในฐานะของการเป็นผู้กระทำการทางสังคม (active subject) ที่เข้าใจสภาวะการอยู่ลำพังและจัดการกับการดำรงชีวิตลำพังของตนเองอย่างไร

จากข้อมูลภาคสนามและการสัมภาษณ์ พบว่า การอยู่ลำพังในทางกายภาพ (physical isolation) ของแต่ละคนยังมีการสร้างความเชื่อมโยงอยู่กับสิ่งต่างๆ แวดล้อมรอบตัว (social connectedness) ผู้วิจัย พบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังส่วนใหญ่ในจำนวน 15 คน เป็นผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังมาเป็นเวลานานหลายปี ทำให้กลุ่มคนเหล่านี้จึงมีการปรับตัวในการใช้ชีวิตประจำวันตามลำพังและมีกิจกรรมในชีวิตประจำวันตามที่ตนเองชอบและสนใจ เช่น การปลูกต้นไม้ ทำความสะอาดบ้าน ทำสวน เลี้ยงสัตว์ ทำอาหาร ปฏิบัติธรรม การปั้นพระ การเป็นอาสาสมัคร การออกกำลังกาย เป็นต้น ทำให้ผู้สูงอายุแต่ละคนจึงมีเป้าหมายของตนเองในแต่ละวันว่าต้องทำอะไรและใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับกิจกรรมอะไร ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่จึงมักจะบอก “อยู่คนเดียว แต่ไม่เหงา เพราะมีอะไรให้ทำตลอด” เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับที่ Ozawa-de Silva และ Parsons (2020) ได้เสนอว่า การอยู่ลำพังจะต้องแยกจากความรู้สึกเหงาและโดดเดี่ยวและจะต้องพิจารณาจากปฏิบัติการในความสัมพันธ์และปฏิบัติการทางสังคมในชีวิตประจำวันว่า “ความหมาย

ในการมีชีวิต (meaning in life)” ของแต่ละคนว่าถูกสร้างผ่านปฏิบัติการในชีวิตประจำวันอย่างไร แต่ในขณะเดียวกันผู้วิจัยพบว่า กรณีของป้าเสมอ (อายุ 73 ปี) ซึ่งอยู่ลำพังได้ไม่นาน เนื่องจากสามีเพิ่งเสียชีวิตใน พ.ศ.2565 (งานวิจัยเริ่มเก็บข้อมูลภาคสนามปลายปี 2566) ป้าเสมอเป็นกรณีที่แตกต่างกันจากผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังมาเป็นเวลานานหลายปี เพราะป้าเสมอบอกว่า “การอยู่คนเดียวทำให้รู้สึกเหงา” เพราะทำให้คิดถึงสามีที่อยู่ด้วยกันมานานกว่า 40 ปี ซึ่งสามีเป็นคนดูแลป้าเสมอหลังจากผ่าตัดหลัง เพราะกระดูกทับเส้นและต้องใส่สายปัสสาวะตั้งแต่ พ.ศ.2557 เป็นต้นมา การสูญเสียสามีไปได้ไม่นาน ในด้านหนึ่งจึงทำให้ป้าเสมอจึงยังคงคิดถึงสามีและรู้สึกเหงาหากต้องอยู่ลำพัง (ป้าเสมอ, สัมภาษณ์, 8 พฤศจิกายน 2566) ซึ่งกรณีนี้ เกิดกับผู้ให้ข้อมูลหลายคนในช่วงที่ต้องสูญเสียคู่ชีวิตในระยะแรก เช่น กรณีของลุงสะอาด อายุ 78 ปี หรือกรณีลุงคำมูล อายุ 69 ปี แต่เมื่อเวลาผ่านไปกลุ่มคนเหล่านี้ปรับตัวกับการอยู่ลำพังของตนเองได้มากขึ้นและมีกิจกรรมที่ต้องทำในชีวิตประจำวันจนทำให้ไม่ได้รู้สึกเหงาหรือโดดเดี่ยว ดังนั้น ระยะเวลาในการอยู่ลำพังของแต่ละคนและกิจวัตรประจำวันจึงมีผลต่อการสร้างความเข้าใจในประเด็นการอยู่ลำพังของกลุ่มคนเหล่านี้ด้วยเช่นกัน

การลงพื้นที่ภาคสนามทำให้เห็นว่า ยิ่งผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังมีอายุมากขึ้น ผู้สูงอายุแต่ละคนก็ต้องประสบปัญหาในการดำรงชีวิตตามลำพังของตนเองจากสภาพร่างกายและสุขภาพที่เสื่อมถอยไปตามกาลเวลา แต่เนื่องจากกลุ่มคนเหล่านี้ไม่ต้องการเป็นภาระให้กับครอบครัว จึงพยายามดำรงชีวิตด้วยตัวเองเป็นหลัก การร้องขอความช่วยเหลือในด้านหนึ่งจึงเป็นเรื่องยากสำหรับคนกลุ่มนี้ไปด้วย แต่ความช่วยเหลือบางอย่างยังคงมีความจำเป็นสำหรับกลุ่มคนเหล่านี้ ด้วยเหตุนี้ ผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนจึงมีเครือข่ายความสัมพันธ์ทางสังคมที่ไม่ใช่สมาชิกในครอบครัวเครือข่ายของตนเองเพื่อที่จะช่วยในการดำรงชีวิตลำพังได้ด้วย เช่น กรณีของป้าศรี (อายุ 74 ปี) เดินไม่ค่อยได้ ต้องนั่งรถเข็นเป็นบางครั้งและแม้จะอยู่ในชุมชนคนจนเมือง แต่เครือข่ายความสัมพันธ์ที่ไม่ใช่ครอบครัวเครือข่าย เช่น แรงงานไทใหญ่ ซึ่งพึ่งพาอาศัยกันมาตั้งแต่อดีต กลายเป็นส่วนสำคัญที่สนับสนุนการดำรงชีวิตลำพังของตนเอง ทั้งในเรื่องอาหาร การดูแลในชีวิตประจำวันและการเดินทางไปในที่ต่าง ๆ ซึ่งมีลักษณะคล้ายกับผู้ให้ข้อมูลที่เป็นคนจนเมืองอีกหลายคน เช่น กรณีของลุงคำมูล อายุ 69 ปีและเพื่อนร่วมงานที่ทำงานที่เดียวกัน หรือ การดูแลกันในชุมชนเดียวกัน เช่น กรณีป้านิด (อายุ 73 ปี) มีเพื่อนสนิทชื่อป้าปี่ (อายุ 57 ปี) ทั้งสองคนอาศัยอยู่ในชุมชนคนจนเมืองที่เดียวกัน หรือ กรณีป้านิ

อายุ 66 ปี ที่เป็นคนจนเมืองและพิการ ที่พึ่งพาวัดภายในชุมชน หรือ กรณีของป่าเกสร อายุ 75 ปี เคลื่อนย้ายมาทำงานอยู่ในตัวเมืองเชียงใหม่ ตั้งแต่อายุ 14 ปี ไม่ได้แต่งงาน พ่อแม่และพี่สาว 3 คนเสียชีวิตหมดแล้ว จึงต้องใช้เครือข่ายทางสังคมในตัวเมืองที่รู้จัก ช่วยสนับสนุนการดำรงชีวิตลำพังของตนเองมาโดยตลอด กรณีเหล่านี้ สะท้อนให้เห็นว่า การอยู่ลำพังและการพึ่งพาตนเอง (self-responsibility) ของกลุ่มคนเหล่านี้ดำเนินควบคู่ไปกับการพึ่งพาเครือข่ายทางสังคมที่ปัจเจกได้สะสมไว้เพื่อจัดการการดำรงชีวิตลำพังของตนเองไปพร้อมๆ กันด้วย

กรณีของผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังที่เป็นคนจนเมืองจะแตกต่างจากกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังในพื้นที่นอกตัวเมืองเชียงใหม่ เช่น อำเภอแม่ริมและอำเภอดอยสะเก็ด จังหวัดเชียงใหม่ เช่น กรณีของป่าก่อ อายุ 81 ปี กลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังในพื้นที่อำเภอรอบนอกของจังหวัดเชียงใหม่ แม้การอยู่ลำพังจะเป็นผลมาจากการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิต และรูปแบบครอบครัวเหมือนเช่นกรณีอื่นๆ และมีแนวโน้มว่าผู้สูงอายุในพื้นที่อำเภอรอบนอกจะอยู่ลำพังเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าการอยู่ลำพังไม่ใช่ลักษณะที่เพิ่มสูงขึ้นในกลุ่มคนชนชั้นกลางหรือเป็นลักษณะเฉพาะในพื้นที่ตัวเมืองใหญ่เท่านั้น (เหมือนที่งานวิจัยหลายชิ้นได้วิเคราะห์ไว้ เช่น Klinenberg 2012; Snell 2017; Reher and Requena 2018) แต่การอยู่ลำพังยังเป็นรูปแบบการดำรงชีวิตของผู้คนในสังคมปัจจุบันในพื้นที่รอบนอกตัวเมืองเชียงใหม่ที่เพิ่มสูงขึ้นด้วยเช่นกัน แต่เนื่องจากพื้นที่รอบนอกเมืองเชียงใหม่ ยังคงมีความเป็นชุมชนที่มีลักษณะการตั้งบ้านเรือนในกลุ่มครอบครัวเครือญาติที่ใกล้ชิดกัน (การตั้งบ้านเรือนตามตระกูลเครือญาติของตนเอง) ทำให้คนในชุมชนแม้จะไม่ใช้เครือญาติกันโดยตรง แต่อาศัยอยู่ในชุมชนเดียวกัน เรียนโรงเรียนประจำหมู่บ้านที่เดียวกัน ไปวัด ไปตลาดที่เดียวกัน ร่วมงานต่างๆ ภายในชุมชนเดียวกัน ทำให้กลุ่มผู้สูงอายุในชุมชนเหล่านี้จึงให้ความช่วยเหลือและดูแลซึ่งกันและกันได้ค่อนข้างมาก แม้พื้นที่ชนบทจะมีความขัดแย้งในพื้นที่เพิ่มสูงขึ้น โดยเฉพาะในประเด็นเรื่องที่ดินภายในครอบครัวที่ถูกหลานของผู้สูงอายุนำไปขายหรือจำนองให้กับคนภายนอกจนทำให้ผู้สูงอายุหลายรายกลายเป็นคนไร้ที่ดินและไม่มีบ้านที่อยู่อาศัย แต่บริบททางสังคมของการเป็นคนในชุมชนเดียวกัน ยังทำให้ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังส่วนใหญ่จึงยังมีเครือข่ายทางสังคมภายในหมู่บ้านที่ค่อนข้างเข้มแข็ง แม้ผู้สูงอายุจะอยู่อาศัยภายในบ้านอย่างลำพัง (physical isolation) แต่กลุ่มคนเหล่านี้ก็ไม่ได้ถูกแปลกแยกในทางสังคม (social isolation)

กรณีเหล่านี้จะแตกต่างจากกลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มคนชนชั้นกลางที่อาศัยอยู่ในตัวเมืองเชียงใหม่ ด้วยลักษณะของความเป็นเมืองและการดำรงชีวิตของผู้คนในพื้นที่เมืองที่ไม่ได้มีพื้นฐานมาจากการเป็นครอบครัวเครือญาติเดียวกัน ทำให้ความสัมพันธ์ของผู้คนในพื้นที่เมือง แม้จะตั้งบ้านเรือนใกล้เคียงกันแต่ก็มีลักษณะของความแปลกแยกและไม่ผสมกลมกลืน ทำให้การสร้างเครือข่ายทางสังคมจึงมีความเฉพาะกลุ่มทางชนชั้นของตนเอง เช่น กรณีป้าดอกไม้ (อายุ 74 ปี) แม้จะอยู่ลำพัง แต่ก็มีการสร้างเครือข่ายทางสังคมของตนเองจากความชอบและความสนใจ เช่น กลุ่มสวนมนต์ออนไลน์ กลุ่มออกกำลังกาย หรือ กรณีของลุงสะอาด (อายุ 78 ปี) ที่สร้างความสัมพันธ์แน่นแฟ้นกับกลุ่มผู้สูงอายุผู้ชายที่ป็นพระพุทธรูปด้วยกันมากกว่าคนอื่นๆ ในหมู่บ้านเดียวกัน นอกจากนี้ ยังมีการสั่งเสียในวาระสุดท้ายของชีวิตกับกลุ่มป็นพระของตนเอง เป็นต้น ดังนั้น การดำรงชีวิตลำพังและการสร้างเครือข่ายทางสังคมของผู้สูงอายุแต่ละคน จึงมีมิติเรื่องชนชั้น รสนิยม ไลฟ์สไตล์ที่ปัจเจกสะสมมากำกับด้วยเช่นกัน ความสัมพันธ์ทางสังคมที่มีหลากหลายรูปแบบเหล่านี้เข้ามาทำหน้าที่ในการดูแลของกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ลำพัง และทดแทนการได้รับการดูแลจากสมาชิกในครอบครัวแบบเดิม ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่ารูปแบบการชีวิตลำพังของผู้สูงอายุจึงไม่สามารถสรุปเหมารวมว่ามีลักษณะเหมือนกันหรืออยู่ในรูปแบบเดียวกันทั้งหมด

อภิปรายผลการวิจัยประเด็น

การอยู่ลำพัง (Living alone) และ ความตาย (Death)

จากการลงพื้นที่ภาคสนามและการสัมภาษณ์เชิงลึก พบว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังส่วนใหญ่มีการวางแผน ในการใช้บั้นปลายชีวิตและสร้างวิถีคิดเกี่ยวกับ “ความตาย” ซึ่งเชื่อมโยงไปถึงการเตรียมตัวตายและการรับผิดชอบการตายของตนเองเพื่อไม่ให้เป็นการะแ่ถูกหลานหรือคนในครอบครัว โดยกลุ่มคนเหล่านี้ยังคงใช้วิถีคิดทางพุทธศาสนา ในการทำความเข้าใจการดำรงชีวิตลำพังและการตายลำพังของตนเอง โดยกลุ่มคนเหล่านี้มีการเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจและด้านจิตวิญญาณของตนเอง โดยมองว่าความตายเป็นส่วนหนึ่งในวัฏจักรของการเกิดมาเป็นมนุษย์และยอมรับว่าเป็นสิ่งที่ตนเองต้องพบเจอในวาระสุดท้ายของชีวิต แต่ปรารถนาให้การตายของตนเองเป็น “การตายที่ดี” หรือ “การตายที่ปรารถนา” การตายอย่างสงบไม่เจ็บปวดทรมานไม่เป็นภาระ

ของลูกหลานในการมาดูแลในวาระสุดท้ายและไม่ทิ้งภาระให้กับลูกหลานแม้จะตายไปแล้วก็ตาม ผู้ให้ข้อมูลหลายคนปรารถนาให้การตายของตนเองเป็นการหลับตายไปเลย ซึ่งผู้ให้ข้อมูลเกือบทุกคนมองว่าเป็น “การตายที่ดี” (การคงอำนาจในการ มีชีวิต การจัดการชีวิตและการจัดการความตายได้ด้วยตัวเอง) แม้จะต้อง “ตายลำพัง” ก็ตาม

แม้ในด้านหนึ่งแนวคิดทางศาสนาจะเข้ามามีอิทธิพลต่อกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังค่อนข้างมาก แต่กลุ่มคนเหล่านี้ยังได้มีการเตรียมตัวตายของตนเองผ่านวิถีคิดทางเศรษฐกิจด้วยเช่นกัน เช่น การบริจาคร่างกาย การสะสมเงิน (สหกรณ์ ประกันชีวิตหรือณาปนกิจหมู่บ้าน) เพื่อใช้จ่ายงานศพของตนเองและเป็นเงินมรดกให้กับลูกหลาน ความตายจึงกลายเป็นสิ่งที่ต้องถูกจัดการวางแผนล่วงหน้า ทั้งในเชิงวัตถุ พิธีกรรมและความสัมพันธ์ทางสังคม เพื่อไม่ให้ตนเองกลายเป็นภาระต่อครอบครัวหรือคนข้างหลังเมื่อได้เสียชีวิตไปแล้ว นอกจากนี้ ผู้สูงอายุแต่ละคนยังสะท้อนให้เห็นว่าความตายและพิธีกรรมงานศพไม่ได้ยึดโยงอยู่กับความรับผิดชอบของสมาชิกในครอบครัวและเครือญาติเท่านั้น แต่ขยายไปสู่เครือข่ายทางสังคมที่เฉพาะของตนเอง รวมทั้งรัฐท้องถิ่นที่เข้ามามีส่วนร่วมในการจัดพิธีกรรมงานศพให้กับผู้คนในชุมชนมากขึ้น อีกทั้งการตายและพิธีกรรมความตายถูกกำหนดด้วยเหตุผลทางเศรษฐกิจมากยิ่งขึ้นด้วยเช่นกัน ด้วยเหตุนี้ การอยู่ลำพังและวิถีคิดว่าด้วยความตายของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลจึงสะท้อนให้เห็นการเปลี่ยนแปลงในโครงสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมและอิทธิพลทางเศรษฐกิจที่เข้ามำหนดการมีชีวิตและการตายของผู้คนมากยิ่งขึ้นไปด้วย

กรณีทั้งหมดนี้สะท้อนให้เห็นว่า การปรับเปลี่ยนโครงสร้างทางสังคมและเศรษฐกิจในสังคมไทยไม่ได้ส่งผลทำให้ผู้สูงอายุต้องเรียนรู้การดำรงชีวิตลำพังมากขึ้นเท่านั้น แต่ยังส่งผลต่อการสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับความตายและการจัดการความตายของตนเองด้วย ดังนั้น การอยู่ลำพัง การเตรียมตัวตายและการจัดการความตายจึงกลายเป็นอีกพื้นที่หนึ่งที่ปัจเจกจะต้องแสดงให้เห็น “ความรับผิดชอบต่อตนเอง” (self-responsibility) ที่ต้องสัมพันธ์กับวิถีคิดทางสังคมและเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงไปด้วยเหตุนี้ ความเป็นเจ้าของร่างกาย ความคิดเรื่องการไม่เป็นภาระและความสัมพันธ์ที่ไม่ยึดติดหรือผูกพันกับระบบครอบครัวแบบเดิมจึงได้เข้ามำหนดจรรยาบรรณในการดำรงบั้นปลายชีวิตของผู้สูงอายุในสังคมไทยปัจจุบันมากยิ่งขึ้น

ข้อถกเถียงทางทฤษฎี

จากงานวิจัยภาคสนามที่ได้กล่าวไปแล้วทั้งหมด ผู้วิจัยพบข้อถกเถียงสำคัญในประเด็นเรื่องการอยู่ลำพังในบั้นปลายชีวิต ซึ่งงานวิจัยในประเด็นเรื่องการอยู่ลำพังที่เกี่ยวข้องส่วนใหญ่ เช่น งานของ Klinenberg (2012), Keith Snell (2017), Reher และ Requena (2018) จะเป็นการวิเคราะห์จากบริบทของประเทศที่พัฒนาแล้ว โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ของเมืองใหญ่ (urban area) และส่วนใหญ่เป็นกลุ่มชนชั้นกลางในสังคมตะวันตก หรืองานของ Allison (2016; 2018; 2023) จะเน้นผู้สูงอายุในประเทศญี่ปุ่น ซึ่งถือว่าเป็นประเทศที่พัฒนาแล้วด้วยเช่นกัน แนวคิดสำคัญที่มีการใช้ในการวิเคราะห์ประเด็นเหล่านี้ คือ แนวคิดเรื่องปัจเจกนิยม (individualism) ตามแนวคิดของสังคมตะวันตกที่ส่งผลทำให้ผู้สูงอายุต้องการอยู่ลำพังมากขึ้น ซึ่งประเด็นนี้ค่อนข้างแตกต่างจากบริบทในสังคมไทยที่มีแนวคิดเดิมที่ยึดโยงความผูกพันไว้กับการได้รับการดูแลในครอบครัวเครือญาติ (Familialism) ซึ่งแนวคิดนี้ได้ละเลยบริบทการเปลี่ยนแปลงของสังคมไทยในช่วงหลายสิบปีที่ผ่านมา ว่าส่งผลต่อการดูแลในแต่ละครอบครัวอย่างไรและส่งผลต่อการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุในปัจจุบันอย่างไร ซึ่งผู้วิจัยมองว่าแนวคิดนี้ยังไม่ได้ถูกนำมาพิจารณามากขึ้นในเชิงนโยบายของรัฐบาลไทย เพราะนโยบายของรัฐบาลไทยปัจจุบันยังเน้นให้ครอบครัวเป็นศูนย์กลางในการดูแลผู้สูงอายุที่มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็ว นอกจากนี้ หากเราใช้แนวคิดเรื่องปัจเจกนิยม (individualism) ตามแนวคิดของสังคมตะวันตก เราก็จะมองไม่เห็นว่าการสร้างวิถีคิดเกี่ยวกับการพึ่งตนเอง การไม่เป็นภาระของครอบครัว การมีอิสระเสรีภาพในการเลือกที่จะมีชีวิตตามที่ตนเองต้องการ การเชื่อมั่นในศักยภาพที่จะดูแลตนเองจนกว่าจะถึงวาระสุดท้ายของกลุ่มคนเหล่านี้สัมพันธ์เชื่อมโยงกับระบบโครงสร้างทางสังคมและเศรษฐกิจและอำนาจที่มาจากภายนอกปัจเจกอย่างไร ดังนั้น การอยู่ลำพังจึงไม่สามารถสรุปได้ว่าเป็น ทางเลือกของปัจเจก (individual choice) ได้ทั้งหมด

แม้กลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังส่วนใหญ่จะยังมีครอบครัวและเครือญาติ แต่กลุ่มผู้สูงอายุเหล่านี้ต้องยอมรับมากขึ้นว่าการได้รับการดูแลจากสมาชิกภายในครอบครัว หรือ ความสัมพันธ์ในครอบครัวแบบเดิมเปลี่ยนแปลงไปอย่างมากในช่วงบั้นปลายชีวิตของตนเอง ทำให้กลุ่มคนเหล่านี้จึงต้องปรับตัวกับการต้องใช้ชีวิตลำพังหรือแม้กระทั่งการเตรียมตัวตายลำพังของตนเองตามไปด้วย ทำให้กลุ่มคนเหล่านี้จึงต้องการพึ่งพิง

ตัวเองเป็นหลักและลดการเป็นภาระให้กับสมาชิกในครอบครัว ซึ่งหมายถึงการพึ่งพิงทั้งทางกายภาพและเศรษฐกิจ ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าแนวคิดครอบครัวแบบเดิมไม่สามารถดำเนินไปอย่างสอดคล้องกับสถานะทางสังคมและเศรษฐกิจในปัจจุบันได้อีกต่อไป

นอกจากนี้ ผู้วิจัยยังพบว่า แนวคิดที่มองว่าผู้สูงอายุอยู่ในฐานะ “ผู้พึ่งพิง (dependents)” ทั้งในเชิงเศรษฐกิจ อารมณ์และร่างกาย ซึ่งเป็นวิธีคิดที่ถูกใช้ทำความเข้าใจผู้สูงอายุที่มีอยู่ในสังคมมาเป็นเวลานาน อีกทั้งแนวคิดนี้ยังมองว่าผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังมีภาวะเสี่ยงหรือเป็นกลุ่มที่เปราะบางที่ต้องได้รับการดูแลไปด้วย โดยงานวิจัยชิ้นนี้พยายามแสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังนั้นมีสถานทางสังคมที่แตกต่างกันทั้งในเรื่องเพศภาวะ ชนชั้น สถานภาพทางสังคมและบริบทพื้นที่ที่อยู่อาศัย เจือปนทางสังคมที่แตกต่างเหล่านี้สะท้อนให้เห็นประสบการณ์ชีวิต ตัวตนและการดำรงชีวิตลำพังที่แตกต่างกันออกไป แต่สิ่งสำคัญคือ กลุ่มผู้สูงอายุเหล่านี้ยังสะท้อนให้เห็นการเป็นผู้กระทำการทางสังคม (agency) และแสดงให้เห็นแนวคิดของการต้องการพึ่งพาตนเอง การไม่ยอมเป็นภาระลูกหลาน การต้องการมีอำนาจในการดูแลตัวเอง การจัดการชีวิตและความตายได้ด้วยตัวเอง ซึ่งถือได้ว่าผู้สูงอายุกลุ่มนี้ได้สร้างรูปแบบชีวิตที่ตอบสนองต่อบริบททางสังคมและเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลงไปด้วยเช่นกัน

ด้วยเหตุนี้ การดำรงชีวิตลำพังในบั้นปลายชีวิตของกลุ่มคนเหล่านี้จึงไม่สามารถสรุปอย่างเหมารวมว่า “กลุ่มที่น่าเป็นห่วงและมีความเปราะบางมากที่สุด” เพราะถ้าหากเรามองการให้ความหมายในการมีชีวิตลำพัง ของผู้สูงอายุแต่ละคน เราจะพบว่า กลุ่มคนเหล่านี้ผ่านกระบวนการคิดเกี่ยวกับการดำรงชีวิตลำพัง การเตรียมตัวตายทั้งในด้านจิตใจ จิตวิญญาณและในด้านเศรษฐกิจ ซึ่งสะท้อนให้เห็นความต้องการในการควบคุมชีวิตและความตายของตนเอง (self-governance) ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ Michel Foucault (1982) เรื่อง *Technologies of the Self* ที่ปัจเจกใช้จัดการร่างกาย ความคิดและความสัมพันธ์ของตนในบริบทของโลกสมัยใหม่ไปด้วย

จากข้อมูลภาคสนาม พบว่า การอยู่ลำพังไม่ได้เกิดจากการเลือกของปัจเจกเพียงด้านเดียว แต่เป็นผลมาจากการต้องปรับตัวของผู้สูงอายุให้เข้ากับสถานการณ์ภายในครอบครัวที่มีความไม่แน่นอนสูงและการดำรงชีวิตอยู่ภายใต้โครงสร้างทางสังคมและเศรษฐกิจที่มีการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ซึ่งในด้านหนึ่งผู้สูงอายุเหล่านี้พยายามสร้างรูปแบบการใช้ชีวิตลำพังเพื่อให้สอดคล้องกับข้อจำกัดของแต่ละคน ซึ่งในด้านหนึ่งเป็นการสะท้อนให้เห็นว่าผู้สูงอายุเหล่านี้ไม่ได้อยู่ในสถานะผู้ถูกกระทำ (passive subject)

จากการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสังคมและเศรษฐกิจแต่เพียงทิศทางเดียว แต่ยังมี
ความเป็นผู้กระทำการ (active subject) ในการออกแบบชีวิตและความตายของตัวเอง
ด้วยเช่นกัน เช่น การเตรียมตัวก่อนตาย การจัดสรรเงินเพื่อจัดงานศพและเงินมรดก
เพื่อลูกหลาน การบริจากร่างกาย หรือ การสร้างเครือข่ายความสัมพันธ์อื่นที่อยู่นอกเหนือ
ครอบครัวของตนเอง ซึ่งสะท้อนให้เห็นการเป็นผู้กระทำการของผู้สูงอายุจากสภาพของ
โครงสร้างเศรษฐกิจและสังคมไทยที่เปลี่ยนแปลงไปด้วยเช่นกัน

ข้อเสนอแนะ

1) แม้งานวิจัยชิ้นนี้ต้องการแสดงให้เห็นว่า ผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังสามารถดูแล
ตนเองและปรับตัวเพื่อให้สอดคล้องกับการอยู่ลำพังของตนเอง แต่ในอีกด้านหนึ่ง
รัฐยังคงต้องมีบทบาทสำคัญในการสร้างสวัสดิการ หรือออกแบบสวัสดิการเพื่อให้
ตอบโจทย์ต่อการดำรงชีวิตตามลำพังและในบริบทที่ครอบครัวไม่สามารถตอบโจทย์
ในการใช้ชีวิตของผู้สูงอายุที่มีเพิ่มมากขึ้นในอนาคตด้วยเช่นกัน

2) หน่วยงานของรัฐควรจะออกแบบและสร้างระบบการดูแล (care system/
care networks) ที่รองรับกลุ่มคนที่อยู่ลำพังที่มีสถานะทางสังคมที่แตกต่างกัน โดยไม่
ทำให้การดำรงชีวิตลำพังถูกมองว่า “เป็นปัญหา” แต่สามารถเป็น “ทางเลือก” ในสังคม
สูงวัยที่ทุกคนสามารถสร้างทางเลือกให้กับการดำรงชีวิตของตนเองได้ โดยเฉพาะผู้สูงอายุ
ในอนาคตที่ปรับเปลี่ยนเรื่องปัจเจกนิยม การพึ่งพาตนเองและการรับผิดชอบตนเองเข้ามา
เป็นส่วนหนึ่งในการรับรู้ตัวตนในโลกสมัยใหม่มากขึ้น

3) หน่วยงานภาครัฐต้องส่งเสริมหรือสร้างเครือข่ายทางสังคมที่ไม่เป็นทางการ
หรือ โครงข่ายการดูแลทางเลือก (alternative care networks) ในแต่ละรูปแบบให้มีความ
เข้มแข็งมากขึ้นเพื่อช่วยดูแลซึ่งกันและกันภายในกลุ่มของผู้สูงอายุที่มีความแตกต่าง
หลากหลายได้ โดยไม่เน้นที่หน่วยงานของราชการท้องถิ่นเป็นหลักเท่านั้น

ปัญหา อุปสรรคและข้อจำกัดในการทำวิจัย

1) เนื่องจากประเด็นหัวข้อวิจัยชิ้นนี้เน้นกลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ลำพังเป็นหลัก
จึงทำให้การหากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลในระยะแรกเป็นไปได้ค่อนข้างยาก นอกจากนี้ ผู้สูงอายุ
ในบางกรณีอยู่คนเดียวมาหลายปี แต่ระหว่างการเก็บรวบรวมข้อมูลมีหลานมาอยู่ด้วย

นานหลายเดือน หรือ บางกรณีอยู่คนเดียว แต่พบว่าอยู่คนเดียวมาไม่นานจึงยังปรับตัวกับการอยู่คนเดียวไม่ได้และเมื่อไปเยี่ยมอีกครั้ง ก็พบว่า มีญาติพี่น้องมาอยู่ด้วย เป็นต้น การนิยามการอยู่คนเดียวและเกณฑ์การคัดเข้าหรือคัดออกจึงต้องชัดเจนด้วย เช่นเดียวกัน

2) เนื่องจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้สูงอายุ แม้จะเข้าเกณฑ์ของการเข้าเป็นกลุ่มเป้าหมาย แต่ผู้ให้ข้อมูลบางกรณีได้เริ่มมีภาวะอัลไซเมอร์ จึงไม่สามารถมีบทสนทนาได้อย่างต่อเนื่อง บางกรณีได้เสียชีวิตลงระหว่างการเก็บข้อมูลภาคสนาม

3) การทำวิจัยในหัวข้อวิจัยชิ้นนี้เป็นประเด็นที่ค่อนข้างละเอียดอ่อนและต้องใช้เวลาในการทำความรู้จักผู้ให้ข้อมูลมาเป็นเวลานานจึงจะสามารถพูดคุยกันในเรื่องที่ละเอียดอ่อนได้ เช่น ความตาย การเตรียมตัวตาย การอยู่ลำพัง ความเหงา ความรู้สึกโดดเดี่ยว การสูญเสียสมาชิกภายในครอบครัว เป็นต้น ดังนั้น หัวข้องานวิจัยในลักษณะนี้จึงต้องใช้เวลาในการเก็บข้อมูลภาคสนามมากกว่านี้เพื่อที่จะได้เข้าใจชีวิตของผู้ให้ข้อมูลอย่างลึกซึ้งมากยิ่งขึ้น

เอกสารอ้างอิง

กรมกิจการผู้สูงอายุ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. 2566.

“สถิติผู้สูงอายุ.” สืบค้นเมื่อ 20 ธันวาคม 2567. https://www.dop.go.th/th/statistics_page?cat=1&id=2.

กระทรวงสาธารณสุข. 2566. แบบรายงานผลการดำเนินงานตามแผนตรวจราชการและนิเทศงานกรณีปกติ รอบที่ 2 / 2566 เขตสุขภาพที่ 1 : จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างวันที่ 21 – 23 มิถุนายน 2566. สืบค้นเมื่อ 20 ธันวาคม 2567. <https://chiangmaihealth.go.th/document/230616168690969315.pdf>.

กาญจนา ปัญญธร, และ ชลกร ทรงศรี (2563) “การดูแลสุขภาพและปัจจัยที่เกี่ยวข้องของผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ตามลำพัง ตำบลบ้านตาด อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี.” *วารสารการพยาบาลและสุขภาพ สสอท 2* (2): 41-52.

ภาวิภา ศรีรัตนบัลล์. 2561. “บ้าน” สุดท้ายของชีวิต: มุมมองเชิงสังคมวิทยาต่อการบริโภคคุณภาพชีวิตระยะสุดท้าย (*The sociology of illness, dying and death*). พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี: สำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ (สช.).

_____. 2566. *Sociology of death – ความหมายของความตาย*. เชียงใหม่: สำนักงานการวิจัยแห่งชาติ.

- วรางคณา บุตรศรี. 2565. “พฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุที่อยู่อาศัยตามลำพัง ในชุมชนเขตเมือง จังหวัดอุบลราชธานี.” *วารสารวิทยาศาสตร์สุขภาพ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สรรพสิทธิประสงค์* 6 (3): 57-70.
- ศุทธิดา ชวนวัน, กาญจนา เทียนลาย, และปณณวัฒน์ เกื้อนกกลีน. 2563. รายงานการวิจัย “รูปแบบการอยู่อาศัยของผู้สูงอายุไทยในเขตเมืองเพื่อสนับสนุนการมีที่อยู่อาศัยและการดูแลที่เหมาะสม.” นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สรารุณ ไพฑูรย์พงษ์. 2560. ผู้สูงอายุที่ตายตามลำพังในประเทศไทย. *TDRI*. สืบค้นเมื่อ 20 ธันวาคม 2567. <https://tdri.or.th/2017/12/ageing-pass-away/>.
- สุนทรี สิริอินตะวงศ์ และทีมผู้ช่วยนักวิจัย. 2566. โครงการวิจัย เรื่อง “Community Evidence Gathering on Promoting Age-inclusiveness in Community-based Initiatives.” ได้รับทุนสนับสนุนในการดำเนินโครงการวิจัยจากมูลนิธิพัฒนางานผู้สูงอายุ (The Foundation for Older Person’s Development (FOPDEV) และ United Nations Population Fund (UNFPA).
- สุนทรี สิริอินตะวงศ์. 2567. โครงการวิจัย เรื่อง “ผู้สูงอายุกับการขับเคลื่อนเรื่องที่อยู่อาศัยในเขตอำเภอเมืองเชียงใหม่ (The Elderly and Housing Movement in Chiang Mai City).” ได้รับทุนสนับสนุนในการดำเนินโครงการวิจัยจากคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (ยังอยู่ในขั้นตอนของการดำเนินการ)
- อภิโชค เกิดผล. 2563. “พินิจ “ความตาย” ในฐานะปรากฏการณ์ทางวัฒนธรรม.” *วารสารธรรมศาสตร์* 39 (1): 183-201.
- Allison, Anne. 2016. “Lonely Death.” In *Living and Dying in the Contemporary World: A Compendium*, edited by Veena Das and Clara Han, 662-674. California: University of California Press.
- _____. 2018. “Not-Waiting to Die Badly: Facing the Precarity of Dying Alone in Japan.” In *Ethnographies of Waiting*, edited by Manpreet K. Janeja and Andreas Bandak, 181-202. London: Routledge.
- _____. 2023. *Being Dead Otherwise*. Durham: Duke University Press.
- De Jong Gierveld, Jenny, Theo G. Van Tilburg, and Pearl A. Dykstra. 2018. “New Ways of Theorizing and Conducting Research in the Field of Loneliness and Social Isolation.” In *The Cambridge handbook of*

- personal relationships*, edited by Anita L. Vangelisti and Daniel Perlman. 391-404. Cambridge: Cambridge University Press.
- Foucault, Michel. 1982. *Technologies of the Self: Lecture at University of Vermont*, October 1982.
- Klinenberg, Eric. 2012. *Going Solo: The Extraordinary Rise and Surprising Appeal of Living Alone*. New York: The Penguin Press.
- Ozawa-de Silva, Chikako and Michelle Parsons. 2020. "Toward an anthropology of loneliness." *Transcultural psychiatry* 57 (5): 613-622.
- Reher, David, and Miguel Requena. 2018. "Living Alone in Later Life: A Global Perspective." *Population and Development Review* 44 (3): 427-454.
- Snell, Keith D.M. 2017. "The rise of living alone and loneliness in history." *Social History* 42 (1): 2-28.
- Walter, Tony. 2020. *Death in the Modern World*. Los Angeles: Sage.
- Wenger, Gwynifer Clare. 2022 [1984]. *The Supportive Network: Coping with Old Age*. New York: Routledge.