



Creative Thailand
สร้างเศรษฐกิจไทยด้วยความคิดสร้างสรรค์

นิตยสารส่งเสริมความคิดสร้างสรรค์ผลักดันเศรษฐกิจไทย โดย CEA

กุมภาพันธ์ 2564 ปีที่ 12 | ฉบับที่ 5

สำรวจจักรวาล แห่งความ *ไสด*



Creative Place
สวีเดน

Creative Business
Jay the Rabbit

The Creative
หมอเอ็ด ชีฬา

T♻️ LAST A LIFE- TIME

มิตรภาพพลาสติก
ยาวนานไม่รู้จบ



มาร่วมเรียนรู้เกี่ยวกับ "พลาสติก" ที่ให้คุณค่าและประโยชน์ด้วยการ
เลือกใช้ให้เหมาะกับงานและระยะเวลา รวมถึงการจัดการหลังการใช้ที่
สร้างสรรค์ผลิตภัณฑ์ใหม่เพื่อมิตรภาพที่ยาวนาน

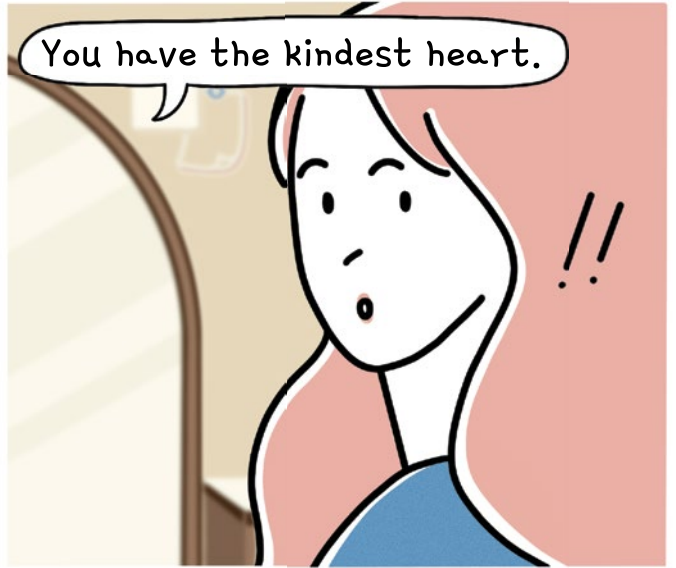
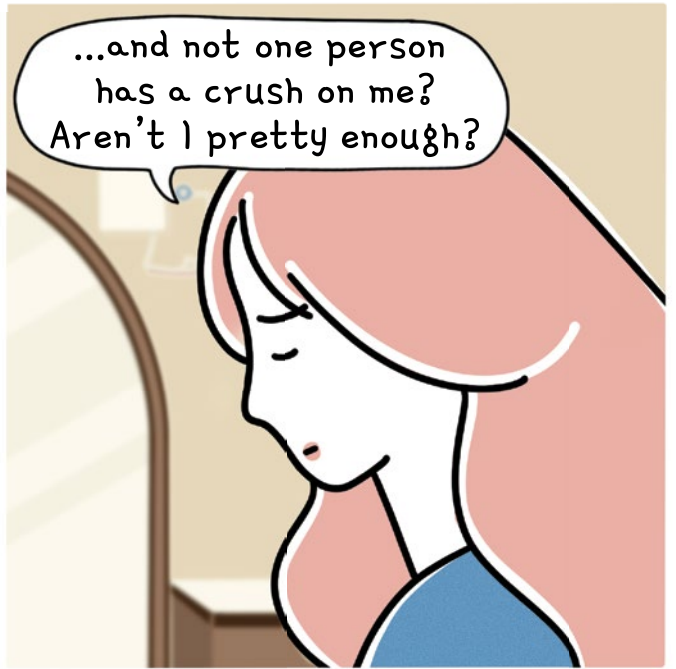
10 Nov 2020
↪ 28 Feb 2021

At Material & Design Innovation Center
2 Fl., TCDC Bangkok

10.30 - 18.00
Tuesday - Sunday (Closed Mondays)



คลิกเพื่อดูรายละเอียด



Contents : สารบัญ



Creative Update_ กำโหน้อง (ไม่) แต่งวาน / รวมร้านอาหารคนไฮด ก็นคนเดี๋ยวกี่ฟินได้ / มองญี่ปุ่น...เมืองที่เหงามาแล้วนับร้อยปี

6

Creative Resource_ Featured Film / E-Magazine / Book / Database

8

MDiC_ ให้เสียงที่ได้ยิน มีความหมายมากกว่าที่เคย

10

Creative District_ พื้นที่สาธารณะเล็ก ๆ สานความสัมพันธ์สั้น ๆ

11

Cover Story_ สัรวาจักรวาลแห่งความไฮด

12

Fact and Figure_ เศรษฐกิจคนไฮด : เมื่อความไฮดทรงพลังไปไกลกว่าแคมเปญ 11.11

18

Creative Business_ ชวนเจ้ต่าย Jay the Rabbit คุยธุรกิจฉบับสาวไฮด

20

How To_ 4 ข้อดีที่คนไฮดไม่ควรรู้

23

Creative Place_ Solo Living สุขด้วยตัวเองได้สไตล์สวีดิช

24

The Creative_ คุยเรื่องวิทยาศาสตร์ของความไฮด กับ "หมอเอ๋ว" นพ. ชัชพล เกียรติขจรธาดา

28

Creative Solution_ เมื่อความไฮดคือทางของอัน

34

บรรณาธิการที่ปรึกษา | อภิสัทธี ไส้สตูดิโอ บรรณาธิการอำนวยการ | มนต์ฉวี ยงวิกุล ที่ปรึกษา | เลขาชาติ ธรรมฉัตรเสถียร บรรณาธิการบริหาร | พงษ์รินทร์ พัฒนบุญไพบูลย์ กองบรรณาธิการ | มาฆพร คุณาณิกิจ, อินทนนท์ สุกกรี, จุฑามาศ แก้วแสง และ อธิภัทร ศรีวิชัย เลขากองบรรณาธิการ | ณิชชา ตะวันนาโชติ ศิลปกรรม | ชิดชน นินนาทนนท์ ประธานงานกองบรรณาธิการ | วรบุษย์ ยุพเกษร เว็บไซต์ | นพพร คนไว

จัดทำโดย | สำนักงานส่งเสริมเศรษฐกิจสร้างสรรค์ (องค์การมหาชน) (CEA)

1160 อาคารโปรชนีย์กลาง ถนนเจริญกรุง แขวงบางรัก เขตบางรัก กรุงเทพฯ 10500

โทร. 02 105 7400 แฟกซ์. 02 105 7450

ติดต่อลงโฆษณา : Commu.Dept@tcde.or.th

จัดทำภายใต้โครงการ "Creative Thailand สร้างเศรษฐกิจไทยด้วยความคิดสร้างสรรค์" โดยสำนักงานส่งเสริมเศรษฐกิจสร้างสรรค์ (องค์การมหาชน) (CEA) ซึ่งมีเป้าหมายในการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับเศรษฐกิจสร้างสรรค์ (Creative Economy) และผลักดันการใช้ความคิดสร้างสรรค์ในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจไทย

ภาพปก : อสิริยา ศรีรินทร์ (เออี) นักวาดภาพประกอบและศิลปินอิสระเจ้าของแบรนด์งานฝีมือ Chubbybrushh ที่มีเป้าหมายในการสร้างงานศิลปะจากความรัก และความหลงใหล เพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้กับคนอื่น ๆ ติดตามเธอได้ที่ IG: Chubbybrushh

ภาพหน้า 3 : Yoniam ครูศิลปะที่ผันตัวมาเป็นนักวาดภาพประกอบ จึงขอชวนคนอื่นมาขีดเขียนด้วยกันเสมอ เพราะเชื่อว่าใคร ๆ ก็วาดรูปได้ ติดตามเธอได้ที่ IG: hi_yoniam

อ่านนิตยสารฉบับออนไลน์และดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่
www.creativethailand.org
Email: creativethailand@cea.or.th
Twitter: @Creative_TH
Facebook: Creative Thailand
Youtube: Creative Thailand Channel



อนุญาตให้ใช้ได้ตามสัญญาอนุญาตครีเอทีฟคอมมอนส์ แสดงที่มา-ไม่ใช้เพื่อการค้า-อนุญาตแบบเดียวกัน 3.0 ประเทศไทย



สำนักงานเศรษฐกิจ



PREFERRED SINGLE

อัตราการเกิดที่เข้าขั้นวิกฤตของญี่ปุ่นทำให้คนโสดทั้งหลายถูกมองว่าเป็นต้นเหตุของความไม่สมดุลของโครงสร้างประชากร แต่พวกเขาเลือกที่จะไม่สนใจ เพราะการอยู่รอดท่ามกลางเศรษฐกิจที่ไร้เรี่ยวแรงมานานเกินทศวรรษจนทำให้รายได้สวนทางกับค่าครองชีพ เป็นเรื่องที่สำคัญกว่า ชายหนุ่มที่ชื่อว่าซาโตรุ คิชิโน วัย 31 ปี เป็นหนึ่งในตัวแทนชายโสดในญี่ปุ่นที่มองว่า ค่านิยมที่ผู้ชายต้องเป็นคนหาเลี้ยงครอบครัวนั้นไม่สะท้อนความเป็นจริงเสียเลย เขาจึงเลือกที่จะไม่มีแฟนหรือแม่แต่มีเช็กส์กับใคร เพราะเขาไม่ได้มีรายได้มากพอที่จะไปเดทหรือจับลงด้วยการแต่งงาน

คนอย่างคิชิโนมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น จากผลสำรวจของสถาบันวิจัยประชากรและความมั่นคงทางสังคมแห่งญี่ปุ่น (Japanese National Institute of Population and Social Security Research) ในปี 2015 พบว่า สัดส่วนคนโสดชายเพิ่มขึ้น 1 ต่อ 3 และสาวโสดหญิงคิดเป็น 1 ต่อ 4 และในหมู่คนโสดนี้ แม้ว่าครึ่งหนึ่งจะตอบว่าพวกเขายังหาคู่ที่เหมาะสมไม่ได้และหวังว่าจะได้แต่งงานในสักวัน แต่อีกครึ่งหนึ่งก็มองว่าพวกเขาไม่สนใจจะเดทหรือมีแฟนเพื่อตัดปัญหา เช่นเดียวกับในเกาหลีใต้ ประเทศแห่งญูญูรักที่ก็มีอัตราการเกิดต่ำไม่แพ้ญี่ปุ่น เมื่อกลุ่มคนโสดแบบเจนเนอเรชัน "ซิมโพ" ที่ปฏิเสธการมีแฟน การแต่งงาน และการมีลูก มีจำนวนเพิ่มมากขึ้น เพราะไม่ต้องการกดดันเรื่องค่าใช้จ่าย ตั้งแต่การเดตไปจนถึงการแต่งงานและมีลูก นอกจากนี้การแข่งขันในตลาดแรงงานยังทำให้หนุ่มสาวอยากใช้เวลาไปกับการเพิ่มวุฒิเพื่อให้ได้งานดี ๆ มากกว่าจะไปเดต

ขณะที่มาตรการของรัฐบาลในการแก้ปัญหาเรื่องอัตราการเกิดต่ำกลับพุ่งเป้าไปที่เพิกเฉยลดค่าใช้จ่ายในการมีลูก แต่ในแวดวงวิชาการต่างถกเถียง

ถึงการแก้ปัญหาที่ต้นเหตุอย่างเช่น ดร.ฮารุกะ ซากาโมโต้ ผู้เชี่ยวชาญสาธารณสุขที่กล่าวว่า ถ้าหากรัฐบาลให้ความสนใจกลุ่มคนที่มีรายได้น้อย และช่วยให้พวกเขามีความมั่นคงในอาชีพการงานอาจจะกระตุ้นให้คนกลุ่มนี้อยากไปเดทมากขึ้น ในส่วนของเบ จอง วอน อาจารย์มหาวิทยาลัยเซจง ผู้สอนวิชาเพศและวัฒนธรรมก็ได้ออกมาให้การบ้านเป็นการจับคู่เดตภายในเดือนไขว่มาให้ใช้เงินเพียง 10,000 วอน (ราว 300 บาท) เพื่อชี้ให้เห็นว่าเงินอาจไม่ใช่ข้อจำกัดของการไปเดทเสมอไป

อันที่จริง แนวโน้มการแต่งงานช้าและมีลูกน้อยเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องตามวิถีชีวิตของเมืองที่ไม่ต้องการแรงงานเพื่อมาช่วยทำมาหากิน มีร้านค้ามากมายที่จับทางถูก ก็พัฒนาสินค้าและบริการเพื่อรองรับการใช้ชีวิตแบบชายเดี่ยวหญิงเดี่ยวได้ตรงใจมากขึ้นเรื่อย ๆ แต่ผลกระทบทางเศรษฐกิจ โดยเฉพาะช่วงการแพร่ระบาดของโควิด-19 เป็นเหมือนตัวเร่งให้คนตัดสินใจใช้ชีวิตแบบโฟกัสที่ตัวเองเป็นหลักมากขึ้น และทำให้ค่านิยมเดิม ๆ ที่มองว่าการไม่ได้แต่งงานเป็นความล้มเหลวชนิดหนึ่งค่อยถูกตีตกไปเรื่อย ๆ จนในอนาคตการตัดสินใจใช้ชีวิตโสด อาจจะไม่ใช่แค่เพราะต้องการแสดงออกถึงความเท่าเทียม การขบถต่อสังคม หรือเพื่อลดภาระค่าใช้จ่าย แต่เพราะพวกเขาเลือกแล้วที่จะโสด ด้วยเหตุผลที่ดีต่อชีวิตและจิตใจ เพราะการเป็นโสดยุคนี้ไม่ได้แปลว่าต้องโดดเดี่ยวเสมอไป ส่วนการแก้ปัญหาเรื่องอัตราการเกิดที่ต่ำจนอาจถึงขั้นวิกฤตนั้นก็ยังเป็นเรื่องที่ต้องพยายามเฝ้าระวังกันต่อไป และเมื่อถึงที่สุดก็อาจจะต้องปล่อยให้มันเป็นหน้าที่ของวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีที่จะมารับช่วงต่อในการแก้ปัญหาอื่น ๆ ที่ตามมา [CT](#)

มนทิณี ยงวิกุล
บรรณาธิการอำนวยการ

ทำไมน้อง (ไม่) แต่งงาน

เรื่อง : บุษกร บุษปราชร์



ตลอดเวลาหลายศตวรรษภายใต้สังคมชายเป็นใหญ่ สังคมถูกสร้างให้มีโครงสร้างและค่านิยมที่ลดทอนคุณค่ารวมถึงโอกาสของผู้หญิง ตลอดจนมีการกำหนดคุณลักษณะของแต่ละเพศขึ้น อย่างที่นานมาแล้วมีตำราสอนหญิงมากมาย (ที่เขียนโดยผู้ชาย) เพศสภาพที่กีดกันโอกาสทางการศึกษาและการทำงาน ส่งผลให้เพศชายที่มีโอกาสมากกว่าได้ลิ้มรสกับความสำเร็จที่มากกว่าเช่นกัน ดังนั้นแล้วเพศหญิงจึงได้แต่พลอยรับความภาคภูมิใจในการเป็น “ศรีภรรยาที่ดีของทนายพล” เท่านั้น อย่างไรก็ตาม พัฒนาการทางสังคมที่เปิดโอกาสให้สตรีได้รับการศึกษาและทำงานนอกบ้าน ก็ได้สร้างให้ผู้หญิงพบกับความสำเร็จและความภาคภูมิใจเป็นของตนเอง โดยไม่ต้องใช้ผู้ชายในการเปิดประตูให้ และเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้สตรีเลือกที่จะเป็น “โสด” มากขึ้น

การเปลี่ยนแปลงทางค่านิยมของสังคมสะท้อนให้เห็นได้ชัดผ่านสื่อสำหรับเด็ก ซึ่งส่งผลต่อการยอมรับหรือปฏิเสธแนวคิดใด ๆ ของเหล่าอนาคตตัวน้อยอย่างยิ่ง อย่างเช่นตัวละครเจ้าหญิงดิสนีย์ขวัญใจเด็กทั่วโลก ที่สร้างเจ้าหญิงออกมาเป็น 3 ยุคใหญ่ตลอดช่วงเวลาหลายทศวรรษ ประเด็นกันที่ยุคดั้งเดิม - เจ้าหญิงออรอว์รา ซินเดอเรลล่า และสโนว์ไวท์ ที่ต่างเป็นเหล่าหญิงงามในชนบท ตัวละครเหล่านี้มองทุกอย่างด้วยความฟุ้งหิ่ง ร่าเริง สดใส ไม่ยอริร้ายและมีความเลอโฉม แต่ต่างต้องประสบชะตากรรมแสนรันทนต์ที่เดชะบุญว่ามีเจ้าชายขี่ม้าผ่านมาตกหลุมรักในความงาม (และออร่าของความคิด) จนเข้ามาช่วยชีวิตและตกลงปลงใจครองคู่กันชั่วกาลปาวสาน ในขณะที่ยุคต่อมา ดิสนีย์ได้สร้างเจ้าหญิงอย่างแอนเจิล เบลล์ มู่หลาน จัสมีน โปคาฮอนทัส ผู้ที่ต่างมีบุคลิกที่เป็นเอกลักษณ์และแตกต่าง ทั้งยังเปี่ยมไปด้วยความฝันที่ต่างกัน การสร้างสรรคดีตัวละครในยุคนี้เกิดขึ้นพร้อมกับสังคมที่ตั้งคำถามต่อแนวคิดที่กำหนดพฤติกรรมของผู้หญิง ทำให้เจ้าหญิงในยุคนี้ทั้งหลายกรอปรดั่งกล่าว หากแต่ในตอนจบนั้นความสุขนิรันดร์สำหรับเจ้าหญิงเหล่านี้ ก็ยังคงตามคตินิยมเดิมคือการแต่งงานอยู่ดี

ที่ว่าการเดินทางสู่เจ้าหญิงยุคล่าสุดของดิสนีย์ ดำเนินมาถึงตัวละครอย่างเมอริต้า เอลซ่า และโมอาน่า ที่ทั้งมีความเป็นตัวของตัวเองสูง กล้าหาญ เป็นผู้ผู้นำในการต่อสู้กับอุปสรรค ขี่ม้า ล่องเรือ และสร้างทางเดินของตัวเอง โดยไม่จำเป็นต้องพึ่งเจ้าชายหน้าไหนอีกต่อไป เจ้าหญิงในยุคนี้เน้นความรักที่มีต่อตัวเองและครอบครัวเป็นความสุขนิรันดร์ และไม่ต้องการความช่วยเหลือของเจ้าชายคนไหนอีก เช่นเดียวกับวรรณกรรมเด็กอย่าง Princess Smartypants ที่ให้ทิวทิทางเพื่อสร้างอุปสรรครักคลุมถุงชนให้กับตัวเอง The Paper Bag Princess ที่กระโดดโลดเต้นหนีไปจากเจ้าชายที่ไม่เหมาะสมกับเธอ และ Princess Truly ที่กล้าผจญภัยและพิชิตทุกอย่างตั้งใจด้วยตัวของเธอเอง

สื่อและสังคมต่างทำหน้าที่ยิ่งกว่ากระจกหกด้านที่ทั้งสะท้อนและชี้้นำค่านิยมต่าง ๆ ในสังคม และสื่อในวันนี้ก็ได้สะท้อนภาพประวัติศาสตร์ที่เปลี่ยนไปแล้ว เมื่อความโสดกลายเป็น “ทางที่เราเลือกเอง” และกำลังกลายมาเป็นคนกลุ่มใหญ่ในสังคม ก็น่าสนใจไม่น้อยเลยว่า เจ้าหญิงคนต่อไปของเราจะเป็นอย่างไร

รวมร้านอาหารคนโสด กินคนเดียวก็ฟินได้

เรื่อง : พัดชา พัทณี

เมื่อสังคมคนไร้คู่กำลังขยาย แคมคนโสดก็คือนกลุ่มที่พร้อมเปย์ไม่อันกับการกิน ผลสำรวจกลุ่มคนอายุมากกว่า 20 ปีของสำนักงานสถิติแห่งชาติในปี 2561 พบว่าคนโสดใช้จ่ายด้านอาหารมากกว่าคนมีครอบครัวถึง 12% และมากกว่า 50% ของรายจ่ายส่วนนี้คือการรับประทานอาหารนอกบ้าน จึงมีร้านอาหารมากมายที่พร้อมเปิดให้พินอิม่อร่อยแบบ “Proud To Be Single”

Eenmaal ร้านอาหารรวมพลคนเหงา ชื่อ Eenmaal ตั้งตามคำภาษาดัตช์ที่แปลว่า “คนเดียว” และ “มือเดียว” บ่งบอกคอนเซ็ปต์ที่ว่า ทางร้านรองรับลูกค้าได้ครั้งละหนึ่งมือ โดยมีโต๊ะที่นั่งเดี่ยว 10 โต๊ะ และการตกแต่งภายในน้อยที่สุดเพื่อให้ลูกค้าพุ่งความสนใจไปที่จุดเดียว คือความอร่อยของอาหารที่คัดสรรมาในแบบโฮมเมด Eenmaal ได้รับการอ้างอิงว่าเป็น “ร้านอาหารคนโสดแห่งแรกของโลก” จนมีคิวจองแน่นนับตั้งแต่เปิดตัวครั้งแรกในเดือนมิถุนายน 2013 ที่อัมสเตอร์ดัม ทั้งยังกลายเป็นแรงบันดาลใจให้เกิดร้านอาหารป๊อปอัพทำนองนี้อีกหลายแห่งในโลก เช่น ลอนดอน เบอร์ลิน สตอกโฮล์ม นิวออร์ก

Restaurant 1:1 เอกสิทธิ์เฉพาะลูกค้าคนเดียว “ร้านอาหารที่เล็กที่สุดในโลก” คือนิยามของที่นี่ เพราะทั้งร้านมีเพียงโต๊ะหนึ่งตัว เก้าอี้หนึ่งตัว และเซฟเพียงหนึ่งคน ที่จะปรุงอาหารให้ลูกค้าทีละคนเท่านั้น โดย Restaurant 1:1 เป็นแคมเปญของ Irma เครือข่ายซูเปอร์มาร์เก็ตที่ใหญ่ที่สุดในเดนมาร์ก ซึ่งเลือกเปิดร้านป๊อปอัพขึ้นมาเพื่อแนะนำแพ็คเกจอาหารใหม่คือ “อาหารสำหรับคนโสด” (Irma To-Go) ที่สนองตอบแนวโน้มการขยายตัวมากขึ้นของผู้ใช้ชีวิตเพียงลำพังในโคเปนเฮเกนซึ่งมีสัดส่วนมากถึง 46% ในปัจจุบัน





Ichiran อร่อยเยี่ยม ๆ พูได้เพียงลำพัง ญี่ปุ่นเป็นประเทศที่เหมาะสมกับการรับประทานอาหารคนเดียวอย่างมาก และ Ichiran ก็คือร้านอาหารที่ว่ากันว่า “ดีที่สุดในโลก” ต่อการเปิดหมัดนี้กันแล้วฟินเพียงลำพัง ตั้งแต่การออกแบบที่นั่งซึ่งมีลักษณะเป็นคอกันที่ให้ความเป็นส่วนตัวมาก ๆ แม้แต่พนักงานร้านเราก็จะได้เห็นแค่ข้อมือและช่วงเอว ระบบการสั่งและเสิร์ฟของที่นี่ยังเป็นการกดปุ่มและกรอกรายละเอียดบนกระดาดะ จนมีคำเรียกร้าน Ichiran ในหมู่คนไทยอีกชื่อหนึ่งว่า “ราเมนช้อตชอบ” ซึ่งร้านยังคงปณิธานในการทำให้ลูกค้าได้มีความสุขกับการกินราเมนอย่างเต็มที่นับตั้งแต่เปิดร้านต้นตำรับที่ฟูกุโอกะเป็นร้านรถเข็นครั้งแรกในปี 1960

Gusto พื้นที่ส่วนตัวอยู่คนเดียวได้ทั้งวัน Gusto เป็นเครือร้านอาหารสำหรับครอบครัวที่ใหญ่ที่สุดในญี่ปุ่น แต่ไอเดียร้านอาหารสำหรับคนฉายเดี่ยวนี้เกิดจากการเล็งเห็นตลาดกลุ่มคนทำงานอิสระที่ต้องการหาที่นั่งเปิดแล็บที่อปลั๊กสองสามชั่วโมง นักศึกษาที่ต้องการพื้นที่เงียบ ๆ อ่านหนังสือ รวมถึงกลุ่มคนโสดที่นิยมหาอะไรกินนอกบ้านคนเดียวมากขึ้น โดยร้านจะมีลักษณะเหมือน “แคปซูล” ที่ทำให้ลูกค้ามีอาณาเขตส่วนตัว มีไวไฟให้ใช้ มีที่เสียบชาร์จแบตเตอรี่ให้พร้อม อยากรับประทานตอนไหนก็ได้ แดมโต๊ะก็ใหญ่พอสำหรับวางแล็บที่อปลั๊กหนึ่งเครื่อง อาหารสองจาน และเครื่องดื่มอีกหนึ่งหรือสองแก้ว ได้โต๊ะก็ยังมีที่วางกระเป๋าให้ ซึ่งหลังจากเปิดให้บริการครั้งแรกในปี 2019 Gusto ก็ได้รับเสียงตอบรับที่ดีจนขยายอีกหลายสาขาอย่างรวดเร็วในโตเกียว

มองญี่ปุ่น...เมืองที่เหวามาแล้วนับร้อยปี

เรื่อง : ปิยะวรรณ ทรัพย์สำรวม

มีตัวเลขคาดการณ์ว่า ภายในปี 2040 ญี่ปุ่นจะมีคนโสดเกินครึ่งของประชากร คนโสดในที่นี้ นักวิชาการนิยมเรียกว่า “ผู้ใช้ชีวิตแบบโซโล่ (Solo)” ซึ่งนอกจากจะหมายถึงคนโสดที่ไม่ได้แต่งงานแล้ว ยังรวมถึงผู้ใช้ชีวิตตัวคนเดียวในบริบทต่าง ๆ เช่น คนที่เคยหย่าร้าง ผู้สูงอายุที่คู่สมรสเสียชีวิตไป รวมถึงคุณพ่อหรือคุณแม่เลี้ยงเดี่ยวที่รับภาระเลี้ยงลูกเล็กตามลำพัง เมื่อหลายปัจจัยรวมกัน จึงไม่แปลกที่ตัวเลขชาวโซโล่จะตีพุ่งถึง 50% ในอีกไม่กี่สิบปี

แม้ตัวเลขจากการคาดการณ์จะสูงจนน่าตกใจ แต่เมื่อพิจารณาสภาพสังคมญี่ปุ่นในปัจจุบัน จะพบว่าสิ่งอำนวยความสะดวกหรือลักษณะการใช้ชีวิตต่าง ๆ นั้นให้ความสำคัญกับพื้นที่ของ “ปัจเจก” มากกว่าประเทศใดในโลก โดยเฉพาะในเมืองใหญ่อย่างโตเกียว เราจะพบที่นั่งแบบคาน์เตอร์หรือโต๊ะเล็กสำหรับนั่งคนเดียวเป็นเรื่องปกติในร้านอาหาร เมนูต่าง ๆ ก็มักจะ



ถูกออกแบบให้เป็นเซิตสำหรับคนเดียว รวมไปถึงปัจจัยเรื่องแรงขับเคลื่อนทางเพศ ซึ่งอาจเป็นสัญญาณสุดท้ายที่บีบให้มนุษย์ต้องหาคู่ ก็ยังต้องจำนนต่อเครื่องสนองจินตนาการทางเพศ ไม่ว่าจะเซ็กซ์ทอย ตุ๊กตายาง หรือหนังโป๊หลากหลายรูปแบบ เรียกได้ว่าอยู่แบบโซโล่ก็ไม่ว่าสิ่งใด

ความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเกิดขึ้นเนื่องจาก “คนที่ไม่แต่งงาน” หรือ “เลือกที่จะไม่แต่งงาน” เพิ่มขึ้นอย่างเด่นชัดในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา รวมถึงความกล้าที่จะหย่าร้างหากพบกับชีวิตคู่ที่ไม่สมหวัง ในอดีต การไม่แต่งงานและการหย่าร้างเคยเป็นภาพลักษณ์ที่เลวร้ายในสังคมญี่ปุ่น เนื่องจากสังคมมีพื้นที่ยื่นให้ผู้หญิงน้อย หากไม่ประสบความสำเร็จใน “การเป็นเมีย” หรือ “การเป็นแม่” ก็เท่ากับกลายเป็นผู้หญิงที่ไม่ประสบความสำเร็จ

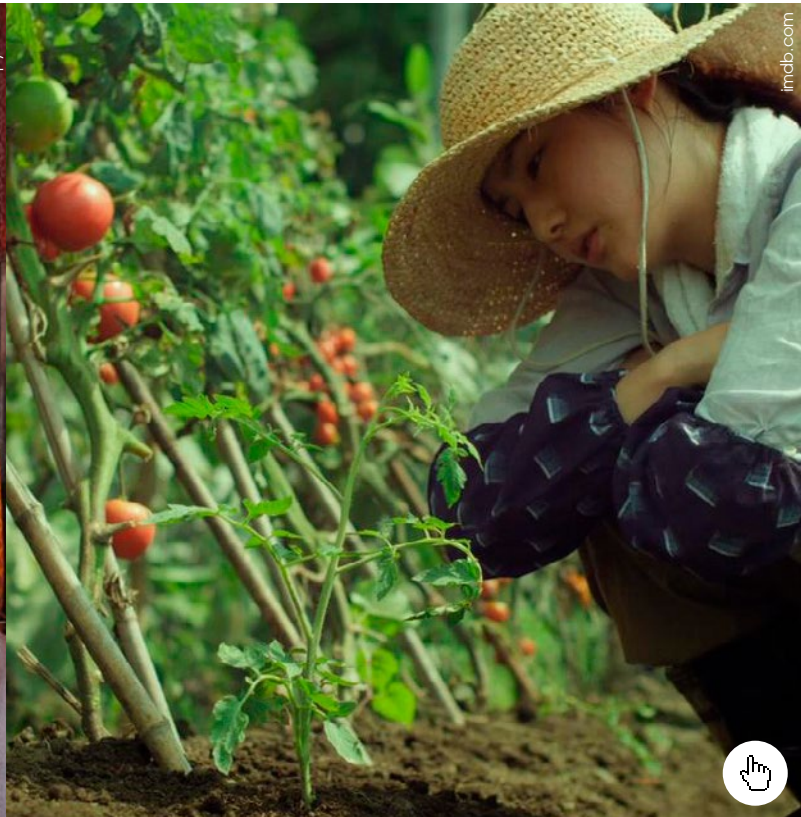
อย่างไรก็ตาม ค่านิยมที่ผูกมัดผู้หญิงดังกล่าวกลับไม่ใช่แนวคิดเก่าแก่ แต่เพิ่งเกิดขึ้นในยุคเมจิ (ค.ศ. 1868 - 1912) ซึ่งเป็นยุคแห่งการปฏิรูปประเทศเข้าสู่ยุคใหม่ี่เอง ไม่ว่าจะเป็นการกำหนดบทบาทของผู้ชายและผู้หญิงอย่างชัดเจน การสร้างภาพลักษณ์ของครอบครัวในอุดมคติ การให้คุณค่ากับตำแหน่งหัวหน้าครอบครัว การส่งเสริมภาพลักษณ์ความเป็นกุลสตรี และการกำหนดแบบแผนต่าง ๆ ที่กลายมาเป็นภาพเหมารวมจวบจนปัจจุบันล้วนเป็นแนวคิดใหม่ที่เกิดขึ้นมาเพียงร้อยกว่าปีมานี้

เมื่อเกิดปรากฏการณ์ “คนโสด” เพิ่มขึ้น การศึกษาประวัติศาสตร์ย้อนกลับไปในยุคเอโดะ (ค.ศ. 1603 - 1868) ก่อนหน้ายุคเมจิทำให้เราเข้าใจว่า แท้ที่จริง สังคมญี่ปุ่นสมัยก่อนก็มีลักษณะเป็นสังคมสันโดษอยู่แล้ว การแต่งงานที่เป็นเป้าหมายหลักในชีวิตของคนยุคใหม่ กลับไม่ได้รับความนิยมในยุคเอโดะเท่าใดนัก อัตราการแต่งงานของชาวเอโดะโดยเฉลี่ยอยู่ที่ประมาณร้อยละ 54 เท่านั้น ซึ่งอาจเป็นเพราะว่าสัดส่วนของประชากรยุคนั้นมีเพศชายมากกว่าเพศหญิงถึง 2 เท่า อีกทั้งยังเป็นสังคมพ่อค้า เดินทางตลอดเวลา จนมีวัฒนธรรมการกินอาหารนอกบ้านเกิดขึ้นเป็นที่แรก ๆ ในโลก ทั้งร้านซูชิและร้านเทมปุระ

การที่สังคมโซโล่ค่อย ๆ ขยายใหญ่ขึ้นในปัจจุบันจึงเปรียบเทียบเหมือนการย้อนกลับไปสู่วิถีชีวิตแบบเอโดะ ที่ไม่ใช่เรื่องแปลกใหม่ในประเทศญี่ปุ่น สังคมญี่ปุ่นที่เปิดให้ผู้หญิงได้ทำงานมากขึ้น ยอมรับในความแตกต่างของปัจเจกบุคคลมากขึ้น ทั้งผู้ชายและผู้หญิง รวมถึงเพศทางเลือกมีโอกาสเลือกทางเดินในชีวิตของตนเองหลากหลายขึ้น อีกทั้งในด้านกฎหมายก็แทบไม่มีสิทธิประโยชน์อะไรที่จูงใจให้คนโสดอยากเปลี่ยนสถานะ ผู้คนไม่มีเหตุผลต้องแต่งงานหากไม่ปรารถนาจะมีลูก ยิ่งทำให้การแต่งงานกลายเป็นทางเลือกสุดท้ายในชีวิต ซึ่งปรากฏการณ์นี้คงไม่หยุดอยู่ในเฉพาะประเทศญี่ปุ่นเท่านั้น แต่สิ่งที่ควรให้คุณค่าจากนี้อาจไม่ใช่ “สถานะ” แต่ตราบไต่ที่มนุษย์ยังได้ชื่อว่าเป็นสัตว์สังคม นี่อาจถึงยุคสมัยที่เราต้องตีความเรื่อง การมี “ปฏิสัมพันธ์” กับผู้อื่นให้ลึกซึ้งในหลกามิตียิ่งกว่าที่เคย

Creative Resource : วัตถุประสงค์ทางความคิด

เรื่อง : มามพร ภาวนิชกิจ, อินทนนท์ สุกกรี, จุฑามาศ แก้วแสง และ ชีรภัทร ศรีวิชัย



FEATURED FILM

The Darjeeling Limited (2007) กำกับโดย Wes Anderson

Little Forest (2014-2015) กำกับโดย Junichi Mori

The Darjeeling Limited หรือ ทริปประสาใจ ภาพยนตร์จากผู้กำกับคนดัง เวส แอนเดอร์สัน (Wes Anderson) บอกเล่าเรื่องราวความสัมพันธ์ของพี่น้องสามคนที่แม้จะเป็นคนไกลตัว แต่ทั้งสามต่างก็เหมือนคนที่ไม่รู้จักกันมาก่อน เมื่อพวกเขาได้ข่าวว่าแม่ที่หายตัวไปเมื่อนานมาแล้ว ปรากฏตัวอยู่ที่ประเทศอินเดีย จึงเป็นเหตุให้การเดินทางของสามพี่น้องที่เคยระหองระแหงกันเกิดขึ้น และนำไปสู่มุมมองการปรับทัศนคติในเรื่องปฏิสัมพันธ์ของตนเองกับคนรอบข้าง ว่ายังมีรูปแบบความสัมพันธ์อื่น ๆ หรือสิ่งสำคัญในชีวิตอะไรที่เราละเลยไปหรือไม่

เมื่อข้ามมาฝั่งเอเชีย ภาพยนตร์เรื่อง Little Forest ฉบับญี่ปุ่นที่ดัดแปลงมาจากการ์ตูนมังงะชื่อเดียวกันได้บอกเล่าเรื่องราวของอชิโกะ หญิงสาวที่เลือกเดินทางกลับมาใช้ชีวิตยังบ้านเกิดในชนบท ตลอดระยะเวลา 4 ฤดูกาลที่สวยงามของประเทศญี่ปุ่น เธอต้องใช้ทักษะในการบริหารจัดการทั้งแหล่งอาหารและความเป็นอยู่ต่าง ๆ ด้วยตัวเอง การหลอมรวมวิถีชีวิตเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับธรรมชาตินี้ได้นำไปสู่ความสุขที่ยิ่งใหญ่ รวมไปถึงคำตอบของปริศนาที่ค้างคาในใจมานานแสนนาน

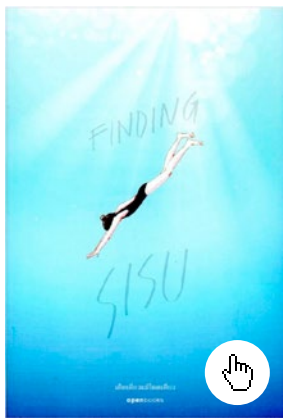
ภาพยนตร์ทั้งสองเรื่องล้วนกล่าวถึงเรื่องราวที่เกิดขึ้นในพื้นที่ ต่างวาระ ต่างสถานการณ์ เพื่อเป็นตัวถ่ายทอดเรื่องราวความสัมพันธ์และการค้นหาความหมายชีวิต การอยู่คนเดียวจึงไม่ได้หมายถึงการยอมรับสภาพชีวิตที่ไม่มีใคร ความรู้สึกท้อเหี่ยวและท้อแท้ แต่เป็นช่วงเวลาที่เราอาจได้มองย้อนกลับไปสำรวจตัวเองทั้งร่างกายและจิตใจ รวมไปถึงพิจารณาเป้าหมายของการใช้ชีวิต ที่การตัดขาดปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น แล้วจัดการทุกอย่างเพียงลำพังอาจไม่ใช่หนทางที่ถูกต้องเสมอไป แต่การเลือกที่จะบริหารระหว่างอัตตาและสภาวะรอบด้านให้มีความสมดุลกัน อาจนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ไม่คาดคิดซึ่งไม่มีใครจะหาคำตอบได้ดีไปกว่าตัวเราเอง



E-MAGAZINE

Smith Journal

เพราะชีวิตยังมีอีกหลายสิ่งที่น่าสนใจ ความโสดจึงเป็นปัจจัยสำคัญหนึ่งที่ช่วยให้ผู้คนมีอิสระในการดำเนินชีวิต และเอื้อต่อการพัฒนาขีดความสามารถในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการดูแลตัวเอง หรือผู้คนรอบข้าง นิตยสารเล่มนี้เปรียบเสมือนคู่มือที่นำเสนอแนวทางการสร้างสรรค์คุณภาพชีวิต และเปิดมุมมองใหม่ของปัจเจกชนผ่านบทความที่ตลกขบขัน อีกทั้งยังช่วยสร้างแรงบันดาลใจ นอกจากนี้ ยังนำเสนอเรื่องราวเกี่ยวกับนวัตกรรมและเทคโนโลยีใหม่ ๆ ที่ช่วยยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น ไม่ว่าจะเป็นสูตรอาหารเพื่อสุขภาพ หรือการแนะนำสถานที่ท่องเที่ยวอันน่าตื่นตาตื่นใจ เมื่อใดที่รู้สึกวุ่นวายรอบตัวหมุนวนจนเกินไป เพียงแค่ได้หยิบอ่าน ก็จะช่วยบรรเทาให้ทุกอย่างช้าลงจนสามารถชื่นชมสิ่งดี ๆ รอบตัวได้อย่างละเมียดละไม โดยเฉพาะมุมมองการใช้ชีวิตส่วนตัวที่ไม่กดดันตัวเองมากเกินไป เพื่อพัฒนาศักยภาพทั้งของร่างกายและจิตใจได้อย่างยั่งยืน



BOOK

Finding Sisu
เกิดเดี่ยวแม่โดดเดี่ยว

โดย Katja Pantza
แปล กัญญ์ชลา นาวานุเคราะห์

หลายครั้งที่ปรัชญาการใช้ชีวิตจากทั้งตะวันตกและตะวันออกถูกหยิบยกมาเป็นคู่มือสร้างสมดุลให้การดำเนินชีวิต แต่ละแนวคิดก็มีความโดดเด่นแต่ละด้านที่อาจเลือกนำไปปรับใช้ ปัจจุบันผู้คนมีแนวโน้มใช้ชีวิตโสดมากขึ้น แนวคิดจากฟินแลนด์ที่ชื่อ Sisu (ซีสู) ก็อาจเป็นอีกเครื่องมือหนึ่งที่ช่วยให้พร้อมเผชิญหน้ากับปัญหาต่าง ๆ ได้อย่างเด็ดเดี่ยว “ซีสู” นั้นเป็นส่วนผสมของความกล้าหาญและเข้มแข็งทั้งร่างกายและจิตใจที่ก่อตัวขึ้นมาจากการใช้ชีวิตบนความท้าทายเล็ก ๆ น้อย ๆ ผู้เขียน กัตเทีย พันด์ซาร์ ซึ่งกำลังฝึกฝนซีสูของตัวเอง ได้แนะนำเคล็ดลับเกี่ยวกับการสร้างซีสูที่ลองทำได้ง่าย ๆ เช่น การมุ่งมั่นอ่านหนังสือโดยไม่ล้มเลิกกลางคัน การอาบน้ำเย็นแทนน้ำอุ่น หรือการลงรถประจำทางที่ป้ายก่อนหน้าแล้วเดินต่ออีกนิดเพื่อไปถึงที่พัก การเลือกทำสิ่งเหล่านี้จะค่อย ๆ ปรับความคิดและจิตใจให้ยอมรับกับความยาก จากเรื่องเล็กไปสู่เรื่องที่ยิ่งใหญ่ขึ้น ซีสูจึงไม่ได้เป็นแนวทางแห่งการแสวงหาความสุข แต่เป็นการใช้ชีวิตในแบบที่กล้ายอมรับและเผชิญหน้ากับสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิต เพื่อแสดงถึงความมั่นคงและมั่นใจในศักยภาพภายในของตนเองอย่างสูงสุดอย่างที่เราเขียนไว้ในเล่มว่า “ความสุขไม่ได้มาจากค้นหา แต่มาจากการใช้ชีวิต”



DATABASE

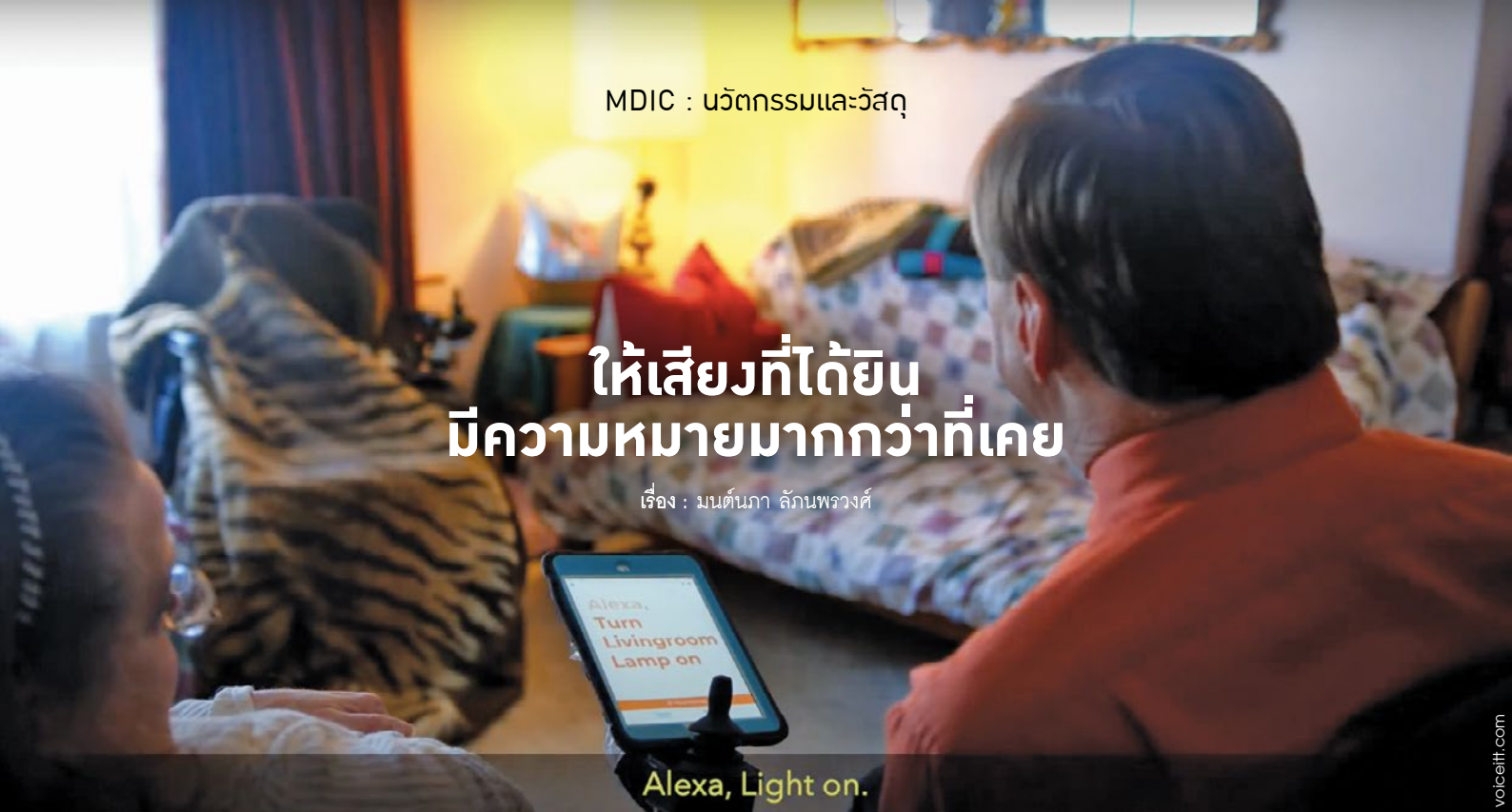
WGSN: The Buzz: Digisexuals

โดย Cassandra Napoli

เทคโนโลยีที่พัฒนาอย่างต่อเนื่องทำให้พรมแดนระหว่างโลกแห่งความเป็นจริงและดิจิทัลพรมแดนทุกที เช่นเดียวกับความหมายของคำว่า Singlehood สถานะโสดหรือไม่ครองคู่ ที่มีการคาดเดากันว่าความหมายนี้จะครอบคลุมไปจนถึงโลกเสมือนจริงด้วยหรือไม่ ในปี 2018 ชายชาวญี่ปุ่นชื่อว่า อากิฮิโกะ คอนโดะ (Akihiko Kondo) ได้จัดงานแต่งกับฮัตสึมิเนะ มิคุ (Hatsune Miku) ไอดอลสาวเสมือนจริง (Virtual Idol) จนสร้างเสียงฮือฮาแตกออกเป็นสองฝั่งและเกิดการตั้งคำถามเกี่ยวกับนิยามของคำว่า “รัก” บทความนี้ได้กล่าวถึงความสัมพันธ์รูปแบบใหม่ระหว่างบุคคลและปัญญาประดิษฐ์ การพัฒนาเทคโนโลยีหุ่นยนต์เพื่อต่อยอดรูปแบบความสัมพันธ์ มุมมองของคนรุ่นใหม่ และการยอมรับจากสังคม ซึ่งเป็นอีกเรื่องที่น่าจับตามองว่าในอนาคตอันใกล้ความสัมพันธ์รูปแบบนี้จะได้รับการยอมรับเช่นเดียวกับกลุ่มคนที่มีความหลากหลายทางเพศหรือ LGBTQ+ หรือไม่

ให้เสียงที่ได้ยิน มีความหมายมากกว่าที่เคย

เรื่อง : มนต์นภา ลัภนพวงศ์



Alexa, Light on.

voiceitt.com

เมื่อเข้าสู่เดือนแห่งความรัก ก็มักจะชวนให้นึกถึงบรรยากาศที่อบอุ่นไปด้วยมวลอารมณ์หลากหลายความรู้สึก ที่ไม่จำเป็นว่า “คนมีคู่” จะต้องสุขสันต์หรือ “คนโสด” จะต้องเศร้าเสมอไป เพราะหากพิจารณาห้วงจักรวาลแห่งความโสดให้ลึกลงไป อาจทำให้เราหมองข้ามความเหงา และมองเห็นความต้องการพื้นฐานของการใช้ชีวิตให้ได้ด้วยตัวเองที่มีมากกว่าแค่การแต่งงานหรือมีคู่ครอง

เพราะโลกความเป็นจริง มนุษย์ไม่สามารถล่วงรู้โชคชะตาได้ว่าจะต้องพบเจอกับเหตุการณ์อะไรบ้าง และจะรับมือกับทุกสถานการณ์ด้วยตนเองได้ไหม เนื่องจากมนุษย์ต่างก็มี “ข้อจำกัด” ที่ทำให้การดำเนินชีวิตประจำวันไม่ราบรื่นแตกต่างกันไป ไม่ว่าจะด้วยปัญหาด้านสุขภาพหรือโรคประจำตัวที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะผู้ที่มีภาวะบกพร่องทางการสื่อสารที่ไม่อาจจะบอกความรู้สึกและความต้องการของตัวเองออกมาได้อย่างชัดเจน ทำให้การใช้ชีวิตประจำวันด้วยตนเองนั้น อาจไม่ได้เป็นเรื่องง่ายสำหรับทุกคน

อย่างไรก็ดี ปัญหาดังกล่าวก็ไม่ใช่ว่าเป็นเรื่องที่ไกลเกินกว่าจะแก้ไข เพราะปัจจุบันมีนวัตกรรมและเทคโนโลยีที่เข้ามาช่วยยกระดับ “การใช้ชีวิตคนเดียว” ของผู้ที่มีภาวะพิเศษให้มีประสิทธิภาพมากขึ้นแล้วจำนวนมาก โดยล่าสุดภายในงานมหกรรมเทคโนโลยีระดับโลก Consumer Electric Show ประจำปี 2021 หรือ CES@ 2021 ก็เพิ่งมีการมอบรางวัลผลงานสุดยอดนวัตกรรมด้านการเข้าถึงผู้ใช้งาน (Accessibility) ให้แก่แอปพลิเคชันที่มีชื่อว่า “Voiceitt” ซึ่งถูกออกแบบมาเพื่อให้บริการแก่ผู้ที่มีอาการกลืนเนื้อในการพูดผิดปกติ (Dysarthria) จากหลากหลายสาเหตุ เช่น ภาวะสมองพิการ โรคหลอดเลือดสมอง กล้ามเนื้ออ่อนแรง พาร์กินสัน หรือดาว์ซินโดรม ในการช่วยให้ผู้ที่มีอาการเหล่านี้สามารถที่จะสื่อสารและควบคุมผู้ช่วยอัจฉริยะผ่านคำสั่งเสียงอย่าง Alexa ด้วยน้ำเสียงของตัวเองได้เป็นครั้งแรก

ที่มา : voiceitt.com / บทความ “CES 2021 INNOVATION AWARD PRODUCT - Voiceitt” จาก ces.tech / วิดีโอ “Michael and Wendy Using Voiceitt” โดย Voiceitt จาก youtube.com

ในเบื้องต้น แอปพลิเคชันนี้ประกอบไปด้วยการใช้งาน 2 ลักษณะ ได้แก่ การใช้งานเพื่อการสื่อสารกับผู้คนรอบข้าง โดยแอปฯ จะตีความจากคำพูดสั้น ๆ ของผู้ใช้งาน และขยายความออกเป็นประโยคที่สมบูรณ์ตามที่ผู้ใช้งานต้องการ ในอีกส่วนที่แอปพลิเคชันนี้สามารถช่วยเหลือผู้ใช้งานได้ก็คือ การช่วยสั่งงานอุปกรณ์ภายในบ้านผ่านผู้ช่วยอัจฉริยะอย่าง Alexa ได้อย่างถูกต้อง เนื่องจากผู้ใช้งานส่วนมากไม่สามารถพูดสื่อสารกับผู้ช่วยอัจฉริยะได้โดยตรง เพราะวิธีการพูดที่ซ้ำ สำเนียงที่ไม่ชัดเจน หรือรูปแบบประโยคที่แตกต่างออกไป ทำให้การสื่อสารกับผู้ช่วยอัจฉริยะเป็นไปได้ไม่สมบูรณ์เหมือนคนทั่วไป แต่เมื่อสื่อสารผ่านแอปพลิเคชันนี้ Voiceitt จะช่วยจัดการให้การสื่อสารกับผู้ช่วยอัจฉริยะเป็นไปอย่างราบรื่น จนสามารถสั่งงานอุปกรณ์ต่าง ๆ ได้อย่างถูกต้องแม่นยำ โดยระบบจะเริ่มต้นจากการเรียนรู้รูปแบบพฤติกรรมกรรมการพูดของผู้ใช้งาน โดยให้ผู้ใช้งานพูดตามข้อความที่แสดงผลขึ้นมา เพื่อให้ได้รูปแบบและลักษณะการพูดที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะของแต่ละบุคคล จากนั้นในการใช้งานจริง ระบบจะวิเคราะห์ข้อความที่ผู้ใช้งานต้องการจะสื่อสารออกมา และหากมีข้อผิดพลาดเกิดขึ้น ผู้ใช้ก็สามารถปรับตั้งค่าระบบเพิ่มเติมเองได้เพื่อช่วยเสริมให้ระบบทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดย Voiceitt ยังมีคุณสมบัติที่ไม่จำเป็นต้องเชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตในการประมวลผล ทำให้สามารถพกพาและนำไปใช้ได้ในทุกเวลาและทุกสถานที่ เพื่อให้ผู้ที่มีภาวะพิเศษสามารถสื่อสารกับผู้คนและผู้ช่วยอัจฉริยะต่าง ๆ ได้เข้าใจกันมากยิ่งขึ้น

เพราะสุดท้ายแล้ว สิ่งพิเศษที่เกิดขึ้นมากกว่าการพัฒนาเทคโนโลยีนี้ก็คือพลังแห่ง “ความหวังและกำลังใจ” ที่จะทำให้เพื่อนมนุษย์กลุ่มหนึ่งสามารถมีโอกาสในการใช้ชีวิต (ด้วยตัวเอง) ได้อย่างมีความสุขมากขึ้น **[CT]**

พื้นที่สาธารณะเล็ก ๆ สานความสัมพันธ์ลึน ๆ

เรื่อง : ปิยะพร สวัสดิ์สิงห์

เฮเลน ฟิชเชอร์ (Helen Fisher) นักมานุษยวิทยา ผู้เขียนหนังสือ *ทำไมเราไม่มีความรัก: ธรรมชาติและสารเคมีของความรักแบบโรแมนติก (Why We Love: The Nature and Chemistry of Romantic Love)* ได้กล่าวถึงสิ่งที่ทำให้มนุษย์เกิดการตกหลุมรักไว้ 3 สิ่ง หนึ่งในคือฮอร์โมนเพศซึ่งเป็นแรงขับเคลื่อนใคร่ สองคือสารสื่อประสาทในกลุ่มของโมโนเอมีนซึ่งทำให้เกิดความหลงใหล ประกอบไปด้วยสารแห่งความสุขกับสารชีวเคมีที่สำคัญต่อกลไกการตกหลุมรักอันส่งผลต่ออารมณ์และการแสดงออก และ สามคือฮอร์โมนที่กระตุ้นความสัมพันธ์ระยะยาวจนเกิดเป็นความผูกพัน

นอกจากนี้ ยังมีงานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับความรักอยู่อีกมาก เช่น บทความวิจัย "Is Virginia for lovers? Geographic variation in adult attachment orientation" ของวิลเลียม เจ. โชพิค (William J. Chopik) และแมตต์ โมทิล (Matt Motyl) นักวิชาการด้านจิตวิทยาชาวสหรัฐอเมริกาที่

ค้นพบว่า การเกิดขึ้นของความรักนั้นสัมพันธ์กับความหลากหลายทางภูมิศาสตร์ อุณหภูมิมีผลต่อการสร้างความสัมพันธ์ ยิ่งรัฐไหนมีอุณหภูมิต่ำ การสร้างความรักก็จะยิ่งยากมากขึ้น ในขณะที่รัฐที่มีสภาพอากาศรุนแรงอย่างหนัก เช่นหนาวสุดขั้วหรือร้อนจนเข้าขั้นภัยพิบัติก็อาจสร้างรักที่โรแมนติกได้เช่นกัน ส่วนรัฐไหนที่มีภูเขาปกคลุมอยู่เยอะ ประชากรในรัฐนั้นก็ดูไกลห่างจากสิ่งที่เรียกว่าความรักมากตามไปด้วย

และแม้ความรักเป็นเจตคติส่วนบุคคลที่ใครหลายคนอาจเชื่อใน "พรหมลิขิต" แต่ก็ยังมีคนอีกจำนวนไม่น้อยที่คิดว่า ความรักเกิดขึ้นจาก "คนสองคน" ที่ได้ผ่านกระบวนการเลือกและตัดสินใจ รวมถึง "ปัจจัยภายนอก" ที่ช่วยล้อมเราก็คงมีส่วนส่งผลต่อการตกหลุมรักใครสักคนได้มากกว่าที่คิด เพราะจุดเริ่มต้นของทุกความสัมพันธ์ส่วนใหญ่เกิดจากการพบเจอ ได้เห็นหน้า สบตา พูดคุย ไปจนถึงการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกัน การเปิดประตูออกจาก "พื้นที่ส่วนตัว" สูพื้นที่ส่วนรวมที่เรียกว่า "พื้นที่สาธารณะ" จึงอาจเป็นส่วนสำคัญของพรหมลิขิตที่วันด้วย

ในมิติเชิงสังคม พื้นที่สาธารณะ (Public Space) คือพื้นที่ในการพบปะกันของกลุ่มคนมากหน้าหลายตาที่มีปฏิสัมพันธ์กันอันสะท้อนถึงลักษณะเฉพาะของชุมชนนั้น ๆ ตัวอย่างของพื้นที่สาธารณะ ไม่ว่าจะเป็นทางเท้า ถนน สวนสาธารณะ ลานชุมชน ลานเมือง ไปจนถึงพื้นที่เล็ก ๆ อย่างสากาแฟ ทุกพื้นที่ล้วนเป็นส่วนกลางให้ผู้คนได้ออกมาพักผ่อน หย่อนใจ พบปะพูดคุย แลกเปลี่ยน ทำกิจกรรมร่วมกัน ซึ่งให้เห็นถึงความสัมพันธ์ทางกายภาพระหว่างคน พื้นที่ และลักษณะการใช้งานที่เป็นสาธารณะได้เป็นอย่างดี เช่นพื้นที่เล็ก ๆ ในเมืองต่อไปนี้

ชาวเมืองอิชิคาวะมิซึคาโตะ (Ichikawamisato) เมืองเล็ก ๆ ในจังหวัดยามานาชิ ประเทศญี่ปุ่น นั้นมีปฏิสัมพันธ์กันน้อยลง ร้านค้าท้องถิ่นดั้งเดิมก็หดหาย เหลือเพียงร้านตัดผมเล็ก ๆ ที่ปรับพื้นที่ส่วนหนึ่งของลานจอดรถ สร้างเป็นระเบียงไม้สีขาวไม่กี่ตารางเมตร ประกอบด้วยม้านั่ง โต๊ะ และสวนเล็ก ๆ เพื่อชวนให้เด็ก ๆ และชาวเมืองมาร่วมปลูกต้นไม้ ทำเวิร์กช็อป และมีปฏิสัมพันธ์กันมากยิ่งขึ้น ซึ่งเมื่อพื้นที่นี้ได้เปิดให้ทุกคนเข้ามาใช้งาน ทั้งอีเวนต์เปิดแผ่นโดยดีเจ หรือปาร์ตีบาร์บีคิว ก็กลายเป็นห้องนั่งเล่นที่เป็นส่วนหนึ่งของชีวิตชาวเมืองนี้ไปโดยปริยาย ทั้งยังช่วยกระตุ้นให้ชาวเมืองหันมาร่วมกันสร้างพื้นที่ที่สาธารณะในพื้นที่ของตัวเองมากขึ้นอีกด้วย

สวนลอยฟ้าเจ้าพระยา เขตพระนคร เมืองกรุงบ้านเรา ก็นับเป็นอีกหนึ่งพื้นที่ที่เราจะได้เห็นความหลากหลายและความมีชีวิตชีวาของการที่ผู้คนเข้ามาร่วมกันใช้พื้นที่ ไม่ว่าจะเป็คูรักที่มาเดินเล่น บล็อกเกอร์ที่มาถ่ายรูป ผู้สูงอายุที่มาเดินออกกำลังกาย เด็กนักเรียนมาแสดงดนตรี ร้องเพลง หรือสมาชิกในครอบครัวมานั่งปิกนิกร่วมกัน ที่นี้จึงช่วยสร้างทั้งความสัมพันธ์ระหว่างพื้นที่กับชาวเมือง และยังช่วยเชื่อมโยงวิถีชีวิตของคนเมืองทั้งสองฟากฝั่งเข้าด้วยกันได้อย่างเป็นรูปธรรม

เพราะเคมีพื้นที่สาธารณะแม้เพียงเล็ก ๆ ในเมืองใหญ่ ก็อาจหมายถึงการสร้างสะพานเชื่อมความสัมพันธ์ที่ตระหว่งเมื่อกับคน และยอมจะเป็นการเพิ่มโอกาสในการเชื่อมสัมพันธ์ระหว่างคนกับคน ที่วันหนึ่งอาจพัฒนาไปเป็น "ความรัก" ก็เป็นไปได้ **CT**

ที่มา : บทความ "วิทยาศาสตร์ว่าด้วยการ ตกหลุมรัก" จาก National Geographic ฉบับภาษาไทย / บทความ "อะไรเป็นตัวการกำหนดความรัก 'ของมนุษย์บ้าง'" จาก the101.world / งานวิจัย "แนวคิดสาธารณะของพื้นที่สาธารณะในเมือง" โดย ศุภชัย ชัยจันทร์ และณรงพณ ไล่ประกอบทรัพย์ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์และบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ / บทความ "This barbershop terrace in suburban japan helps to build local community" จาก designboom.com / บทความ "Pit Terrace / Jorge Almazán Architects + Keio University Almazán Lab" จาก archdaily.com



Cover Story : เรื่องจากปก

สำรวจจักรวาล แห่งความ**ใสด**

เรื่อง : ภัฏฐา ตะวันนาโชติ



“ด้วยอุปสรรคแห่งรักแท้
มนตร์คำสาปจึงถูกทำลาย
สโนไวท์กลับมาขึ้น
พร้อมกับเห็นเจ้าชายรูปงาม
ทั้งคู่ขี่ม้ากลับไปยิวปราสาท
และอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข
ตลอดกาล”

ตอนจบสุดคลาสสิกตลอดกาลของนิทานขวัญใจเด็ก ๆ ทั่วโลกอย่างสโนไวท์กับคนแคระทั้งเจ็ด ที่พาให้ฝันหวานถึงการได้พบเจอรักแท้และใช้ชีวิตคู่อย่าง “แฮปปี้เอนดิ้ง” เข้าสักวันหนึ่ง ซึ่งเป็นตอนจบที่อาจเรียกได้ว่ากลายเป็นมาตรฐานของนิทานสำหรับเด็กอีกหลาย ๆ เรื่องที่ร่วมปลูกฝังค่านิยมเกี่ยวกับความรักและการแต่งงานให้กับเด็กในวันนั้น ซึ่งโตมาเป็นผู้ใหญ่ในวันนี้หลายคนเรียบร้อยแล้ว

ยิ่งเป็นเดือนกุมภาพันธ์ “เดือนแห่งความรัก” บรรยากาศครอปรอบตัวอาจยังทำให้คนโสดหลายคนรู้สึกเหงามากกว่าปกติ และทำให้อดสงสัยไม่ได้ว่าทำไมการไม่มีคู่ถึงได้กลายเป็นเรื่องเศร้า หรืออาจถึงขั้นเป็นตอนจบแบบ Sad Ending ของใครหลายคนที่ยังคงรอเจ้าหญิงหรือเจ้าชายขี่ม้าขาวมาช่วยให้หลุดพ้นจากมายาคติแห่งความเดียวดายนี้ ทั้งที่จริงแล้ว ถ้าหากเรามองลึกลงไป “ความโสด” อาจจะไม่ใช่ว่าเรื่องผิด แต่เป็นธรรมชาติของชีวิตที่เราทุกคนสามารถ “เลือก” ได้

เมื่อความรักไม่มีนิยามแล้วทำไมต้องจำกัดความให้คนโสด

นิยามในความสัมพันธ์นั้นมีหลากหลายเฉกเช่นเดียวกับนิยามแห่งความโสด ถ้าเราเริ่มหาความหมายของความโสดในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 เราจะพบกับนิยามของคำว่าโสดในแง่ที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ว่า

- โสด (ว.) เดี่ยว, โดด, ไม่มีคู่, ยังไม่มีสามีหรือภรรยา, เช่น ชายโสด หญิงโสด.
- คนโสด (น.) ชายหรือหญิงที่ยังไม่ได้แต่งงาน, มักใช้หมายถึง ชายโสด.

ซึ่งมีความเกี่ยวพันใกล้เคียงกับ “สถานะโสด” ทางกฎหมายที่หมายถึงบุคคลที่ยังไม่เคยจดทะเบียนสมรส ดังนั้นตามหลักกฎหมายแล้วการเป็น “โสด” จึงสามารถใช้ได้กับทั้งใครก็ตามที่มีแฟน ใครที่ขิ้นสแตตัสเฟซบุ๊กว่า it’s complicated (ลึกลับ ซับซ้อน อธิบายยาก เกือบเป็นแฟนแต่ยังไม่ใช่) จะเป็นแค่เพื่อนที่ไม่เชิงใครที่คุย ๆ กันอยู่ หรือแม้แต่ใครที่เพิ่งเลิวงลงแต่งงาน (แต่ยังไม่จดทะเบียน) สิ่งนี้จึงสะท้อนให้เห็นว่า ในมุมมองของรัฐหรือกฎหมายนั้น ความโสดถูกยึดโยงเข้ากับสถานะการแต่งงานอย่างเหนียวแน่นชนิดที่แทบจะไม่สามารถแยกออกจากกันได้

แต่หากเราลองถอยออกมาสักหนึ่งก้าวแล้วมองวิถีของความโสดให้กว้างขึ้นอีกนิด เราจะพบว่าจริง ๆ แล้ว ความโสดนั้นสั้นไหลและเป็นภาพสะท้อนเพียงมุมหนึ่งของมนุษย์ ยิ่งในบริบทสังคมปัจจุบัน “ความโสด” ก็ยังไม่ได้ผูกติดกับการแต่งงานและจดทะเบียนสมรสเพียงอย่างเดียว แต่ยังเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์และความรู้สึกของผู้คนที่แสนจะซับซ้อน ละเอียดอ่อน และ

หลากหลาย ทำให้นิยามความโสดของแต่ละคนแต่ละเพศ แต่ละช่วงวัย ไม่ได้เหมือนกันไปเสียหมด บางคนโสดเพราะยังอยู่ในระหว่างพิจารณาเลือกคนรู้ใจ บางคนอาจเพราะยังไม่พร้อมเริ่มต้นใหม่ หลายคนมองความโสดคือความเปลี่ยวเหงาและความเศร้า ในขณะที่อีกหลายคนมองว่าความโสดคืออิสรภาพและความสุข

และหากนิยาม “ความโสด” ของแต่ละคนไม่เหมือนกัน แล้วภาวะไร้คู่ครองนี้เป็นสิ่งที่เลวร้ายขนาดนั้นเชียวหรือ ทำไมสังคมมักคาดหวังให้ทุกคนมีคู่เข้าสักวัน

ประวัติศาสตร์การโสดคนไม่ใช่ทำอะไรก็ผิด (คนโสดก็เช่นกัน)

ท่ามกลางประวัติศาสตร์ของมวลมนุษย์ ชีวิตคู่มักเกี่ยวข้องกับหนทางในการ “มีชีวิตรอด” ของเผ่าพันธุ์มากกว่า “ความรัก” ทำให้ไม่แปลกที่ “ความโสด” จะถูกมองว่าเป็นอุปสรรคต่อสังคมตั้งแต่สมัยที่มนุษย์ยังคงออกหาของป่าและล่าสัตว์เพื่อประทังชีวิต การอยู่ตัวคนเดียวถือเป็นเรื่องเสี่ยงอันตราย ดังนั้นเพื่อรักษาเผ่าพันธุ์ให้อยู่รอดต่อไป เราจึงพัฒนากลไกทางจิตวิทยาในการแสวงหาคู่ เพราะนอกจากเพื่อสืบพันธุ์อันเป็นแรงขับพื้นฐานของมนุษย์แล้ว การอยู่เป็นคู่ก็ยังเป็นการเพิ่มอัตราการรอดชีวิต



ทั้งของตัวเองและทารกที่ยังไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้

ต่อมาเมื่อผู้คนเริ่มลงหลักปักฐานเพาะปลูก และมีที่อยู่อาศัยเป็นหลักแหล่ง การแต่งงานจึงได้กลายเป็น “หน้าที่” เพื่อเพิ่มกำลังคนในการทำงานและรักษาสิทธิ์เหนือที่ดินและทรัพย์สิน ด้วยภารกิจต่อให้ทายาทในสถานะผู้สืบทอดมรดก ยิ่งเมื่อสังคมขยายตัวและมีความซับซ้อนมากขึ้น การแต่งงานก็กลายเป็นค่านิยมและธรรมเนียมที่ผู้คนยึดถือปฏิบัติกฎระเบียบต่าง ๆ ทั้งจากรัฐและศาสนาเริ่มเข้ามา มีบทบาทในการควบคุมดูแลวิถีความเป็นไปของชีวิตคู่ (และคนโสด) มากขึ้น และหากลองย้อนไปสำรวจประวัติศาสตร์ของสังคมมนุษย์ส่วนใหญ่ จวบจนถึงปัจจุบัน จะเห็นว่า “ชีวิตคู่” โดยเฉพาะตามชนบทแบบชาย-หญิง มักได้รับการยกย่องจากสังคมและชอบธรรมด้วยกฎหมาย แต่ในทางกลับกันการอยู่เป็นโสด (โดยเฉพาะผู้หญิง) และการใช้ชีวิตนอกเหนือจากค่านิยม “อันดีงาม” นี้ มักถูกมองว่าเป็นภัยคุกคาม เป็นทางเลือกชายขอบ และไม่ได้รับการยอมรับ

● แคโสดก็โดนชาย

ในโรมยุคโบราณการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานนับเป็นความเสื่อมเสียและถือเป็นอาชญากรรมร้ายแรง กฎหมายในยุคนั้นอนุญาตให้ผู้ที่เป็นพ่อสามารถลงโทษลูกสาวที่ยังโสด (แต่ไม่บริสุทธิ์) ได้ถึงตาย หรือจะนำไปขายเป็นทาสก็ย่อมได้ ซึ่งน่าสนใจที่ว่าผู้หญิงกลุ่มนี้เป็นประชากรชาวโรมันเพียงกลุ่มเดียวที่สามารถถูกลดชนชั้นจากการเป็นโสดและถูกขายให้กลายเป็นทาสได้

● แม่แต่ผีก็ห้ามโสด

ในแผ่นดินจีนสมัยราชวงศ์ถัง มีกฎหมายระบุว่าหญิงโสดที่เสียชีวิตจะไม่ได้รับอนุญาตให้ได้รับการกราบไหว้ร่วมกับบรรพบุรุษฝั่งพ่อ เนื่องจากถือว่าไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว และเนื่องจากยังไม่ได้แต่งงาน วิญญาณดวงนี้จึงจะถูกทอดทิ้งและไม่มีใครดูแล เพื่อแก้ปัญหา ผู้คนจึงจัดพิธีแต่งงานให้กับดวงวิญญาณของสาวโสดผู้ล่วงลับกับเจ้าป่าลี้ลับคน ซึ่งอาจจะเป็นผู้ที่ยังมีชีวิตอยู่หรือชายโสดที่เสียชีวิตในช่วงเวลาใกล้เคียงกันก็ได้

● จะโสดก็ได้ แต่ช่วยไปอยู่ที่อื่นได้ไหม

สถานะโสดเริ่มได้รับการยอมรับแล้วบ้างในยุโรปยุคกลาง โดยหญิงโสดได้รับอนุญาตให้สามารถเป็นเจ้าของทรัพย์สินและห้องร้องในศาลได้ แต่เมื่อประชากรสาวโสดตามเมืองต่าง ๆ เริ่มเพิ่มมากขึ้นในช่วงศตวรรษที่ 16 ทางการของหลายเมืองในยุโรปขณะนั้นจึงออกข้อห้ามไม่ให้หญิงโสดย้ายเข้ามาอาศัยในเมือง และบางแห่งก็ถึงขั้นแจ้งให้หญิงโสดย้ายออก หรือหากจะอยู่ในเมืองต่อก็ต้องอาศัยในบ้านที่อยู่ภายใต้การดูแลของผู้ชาย

ตำนานของเนื้อคู่ หรือแท้จริงแล้วเราถูกสาปให้ตามหาใครสักคน

“กว่าจะพบคนนั้นที่รออยู่ คู่แท้ที่จะเข้ามาเปลี่ยนชีวิตคนธรรมดาคนนี้ ให้ไม่ต้องเหงาอีกต่อไป”

เนื้อเพลงตอนหนึ่งของเพลง Soulmate (คู่แท้) จากอัลบั้ม Cubic World (2004) ของวงเพลย์กราวด์ ที่กล่าวถึงการตามหาเนื้อคู่ ซึ่งเป็นหนึ่งในเพลงรักอีกจำนวนนับไม่ถ้วนที่ถ่ายทอดเรื่องราวความรักผ่านเรื่องราวของการตามหาใครสักคนที่จะมาเติมเต็มชีวิตในส่วนที่ขาดหาย แม้จะเป็นเพลงเพราะชวนเหงาของวัยรุ่นไทยยุค 2000 แต่ในขณะเดียวกันก็ชวนตั้งคำถามไปพร้อม ๆ กันว่า แล้วทำไมเราถึงต้องเฝ้าตามหาใครสักคนเพื่อมาเติมเต็มกันนะ เนื้อคู่ที่เราอยากทุกคนไขไหม แล้วถ้าไม่มี เราจะอยู่ด้วยตัวเองได้หรือเปล่า

ทฤษฎีเรื่องเนื้อคู่ นั้นสามารถย้อนกลับไปได้ถึงยุคกรีกโบราณ โดยในบันทึกการสนทนา *The Symposium* ของเพลโต ที่กล่าวถึงอริสโตฟานีส (Aristophanes) นักเขียนบทละครได้เล่าถึงต้นกำเนิดมนุษย์เอาไว้ว่า

“มนุษย์เคยมีสี่แขนสี่ขา และสองหัวสองใบหน้า เป็นสิ่งมีชีวิตที่แข็งแรง แต่ด้วยความกลัวในพลังนั้น ซุสจึงแยกมนุษย์ออกเป็นสองส่วน และลงโทษให้เราต้องใช้ชีวิตเพื่อตามหาอีกครั้งที่หายไป”

ก่อนหน้านี้จะถูกแยกส่วน มนุษย์มีอยู่ 3 ประเภทด้วยกันคือ ชาย-ชาย หญิง-หญิง และชาย-หญิง (Androgynous) ซึ่งล้วนแต่เป็นสิ่งมีชีวิตที่ทรงพลังมาก ด้วยความภาคภูมิใจในมนุษย์จึง



เกิดอยากทำทายทวยเทพทั้งหลาย ซุสผู้เป็นเทพสูงสุดจึงลงโทษโดยแยกร่างพวกเขาออกเป็น 2 ส่วน อันเป็นสาเหตุให้แต่ละครึ่งต้องใช้ชีวิตเพื่อค้นหาอีกครึ่งที่หายไปเพื่อที่จะกลับสู่ร่างที่สมบูรณ์อีกครั้ง แต่ถ้าตามหาอีกครึ่งไม่เจอพวกเขาก็จะต้องตายไปในที่สุด

อย่างไรก็ตาม เรื่องของความรักและการตามหา “คนที่ใช่” ยังไม่ได้เป็นตัวแปรสำคัญของการแต่งงานจนถึงยุคปฏิวัติอุตสาหกรรมในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ 19 ที่ผู้คนเริ่มมีรายได้มั่นคง ไม่ต้องยึดติดอยู่กับที่ดิน หรือพึ่งพาครอบครัวมากเท่าแต่ก่อน ผนวกกับแนวคิดเรื่องสิทธิและเสรีภาพในการเลือกทางเดินชีวิตที่เริ่มก่อตัว ทำให้ผู้คนเริ่มหันมาให้ความสำคัญเรื่อง “ความรู้สึก” (และความรัก) มากขึ้น ซึ่งทัศนคติใหม่นี้ไม่ได้ทำให้คนหันมาเลือกคู่ครองด้วยความรู้สึกรักเท่านั้น แต่ยังนำไปสู่แนวคิดที่ว่า การพบเจอรักแท้คือการเจอเนื้อคู่ที่จะนำมาซึ่งความสุขตลอดกาล (Happily Ever After) ซึ่งหากลองสังเกตดูจะพบว่าเรื่องราวของความรักโรแมนติกนั้น เพิ่งจะได้รับการยอมรับเมื่อประมาณ 150 ปีมานี้เอง เป็นแนวคิดยุคใหม่ที่เริ่มแพร่หลายมากขึ้นจากการที่สื่อและธุรกิจต่าง ๆ นำแนวคิดนี้มาใช้ในเชิงพาณิชย์ ไม่ว่าจะเป็นผลิตภัณฑ์ที่เจ้าหญิงและเจ้าชายต้องเกิดมาคู่กัน หรือการขอแต่งงานด้วยแหวนเพชร (เพราะจะสื่อถึงความรัก



Photo by Tim Gouw on Unsplash

ที่จะคงอยู่ตลอดไป) ดังนั้นไม่ว่าใครจะหาเนื้อคู่ของตัวเองเจอแล้วหรือไม่ก็ตาม สิ่งหนึ่งที่เรารับรู้ได้คือมุมมองของความสัมพันธ์ การแต่งงาน หรือความรักของผู้คนในแต่ละยุคสมัยที่เปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ และหากเราลองดูดี ๆ มุมมองของผู้คนมีต่อความโสดก็ไม่ได้หยุดอยู่กับที่เช่นกัน

หรือนี่จะเป็นยุคของคนโสด

“เมื่อไหร่จะแต่งงาน” คำถามที่ใครหลายคนโดยเฉพาะหนุ่มสาววัยทำงานมักโดนถามเวลาต้องพบเจอกับญาติผู้ใหญ่ในครอบครัว แม้บางทีจะรับรู้ได้ถึงความหวังดีและความเป็นห่วง แต่ในขณะที่เดียวกันคำถามนี้ก็อาจชวนสร้างบรรยากาศระอึกระอ่วนสำหรับหลายคนที่ไม่มีความตอบ ซึ่งบางคนก็อาจแก้สถานการณ์โดยการยิ้มเจื่อน ๆ แล้วชวนคุยเรื่องอื่นไปตามมารยาท

แม้โดยรวมทัศนคติที่คนแต่ละเจนเนอเรชันมีต่อเรื่องความโสดนั้นอาจจะแตกต่างกันอยู่บ้าง แต่อยากให้เราคิดว่าใครที่โสดแล้วกำลังอ่านบทความนี้อยู่ คุณไม่ใช่คนเดียวบนโลกใบนี้ที่กำลังไม่มีคู่ (หรือไม่อยากมีคู่) แต่ค่านิยมเรื่องการอยู่คนเดียว เป็นแนวโน้มที่กำลังเกิดขึ้นทั่วโลก โดยเฉพาะในหมู่คนรุ่นใหม่ ผลสำรวจในปี 2018 จาก Tinder แอปฯ หาคู่ยอดฮิตพบว่า 81% ของมิลเลนเนียลที่อายุระหว่าง 18 - 25 ปี มองว่าความโสดไม่ใช่เรื่องแย่ และบริษัทวิจัยตลาด Euromonitor International ก็คาดการณ์ว่าอัตราการเติบโตของครัวเรือนที่มีผู้อาศัยคนเดียวจะเพิ่มขึ้นถึง 128% ระหว่างปี 2000 - 2030 ยิ่งในปัจจุบันมีปัจจัยหลายอย่างที่จะช่วยให้การใช้ชีวิตคนเดียวไม่ใช่เรื่องยาก ไม่ว่าจะเป็นเทคโนโลยีหรือสังคมที่เปิดรับความหลากหลายเท่าเทียม ประกอบกับแรงกดดันจากค่าครองชีพที่สูงขึ้น

พร้อม ๆ กับที่ผู้คนหันมาให้ความสำคัญกับการศึกษา การทำงาน และความก้าวหน้าในชีวิตของตัวเอง ทำให้หลาย ๆ คนเลือกที่จะแต่งงานช้าลง ไม่ต้องการมีลูก และครองตัวเป็นโสดกันมากขึ้น

- ในสหรัฐฯ สัดส่วนประชากรอายุมากกว่า 15 ปีที่ยังไม่แต่งงานเพิ่มขึ้นจาก 23% ในปี 1950 เป็น 33% ในปี 2020 และค่าเฉลี่ยอายุของคนที่ไม่แต่งงานครั้งแรกก็เพิ่มขึ้นจาก 23.7 ปี (ผู้ชาย) และ 20.5 ปี (ผู้หญิง) ในค.ศ. 1947 เป็น 30.5 ปี (ผู้ชาย) และ 28.1 ปี (ผู้หญิง) ในปี 2020 ที่ผ่านมา
- ประเทศจีนเองก็มีประชากรชาวโสดมากถึง 200 ล้านคน และมีแนวโน้มที่จำนวนคนโสด โดยเฉพาะผู้ชายจะเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง อันเป็นผลมาจากนโยบายลูกคนเดียวและวัฒนธรรมที่ยกย่องการมีลูกชาย ทำให้ปัจจุบันเกิดความไม่สมดุลกันระหว่างสัดส่วนประชากรทั้ง 2 เพศ โดยมีการคาดการณ์ว่าปี 2030 จะมีประชากรผู้ชายถึง 25% ที่จะไม่แต่งงาน
- สำหรับประเทศไทย สัดส่วนคนโสดที่ยังไม่แต่งงานก็มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นต่อเนื่องเช่นกัน โดยคนโสดวัยทำงานที่มีอายุมากกว่า 15 ปี เพิ่มจากประมาณ 13.8 ล้านคนในปี 2010 เป็น 15.2 ล้านคนในปี 2019 ซึ่งในเชิงธุรกิจนับว่าเป็นตลาดที่มีความน่าสนใจทั้งในแง่ของปริมาณและกำลังซื้อ ศูนย์วิจัยกสิกรไทยประเมินว่าจากคนโสดจำนวน 15.2 ล้านคนนั้น จะมีการใช้จ่ายเพื่อซื้อสินค้าและบริการต่าง ๆ เฉลี่ยสูงถึง 7,584.3 บาทต่อคนต่อเดือน

ซึ่งรวมเป็นเม็ดเงินทั้งสิ้น 1.4 ล้านล้านบาทต่อปีเลยทีเดียว

- เกาหลีใต้แม้จะส่งออกฮิลีรี่รักโรแมนติคข้ามน้ำข้ามทะเลมาถึงไทยหลายเรื่อง แต่จากการสำรวจในปี 2016 พบว่า มีครัวเรือนที่มีผู้อาศัยคนเดียวมากกว่า 5 ล้านหลัง ซึ่งคิดเป็น 28% ของครัวเรือนทั้งประเทศ อีกทั้งในปัจจุบันก็มีวัฒนธรรมที่นิยมในหมู่คนรุ่นใหม่ เรียกว่า Honjok (ฮอนจอก) ซึ่งเป็นเทรนด์ที่สนับสนุนให้ผู้คนหันมาให้ความสำคัญกับตัวเองและใช้ชีวิตด้วยตัวคนเดียวอย่างเต็มที่ ซึ่งก็ได้รับการตอบรับจากธุรกิจห้างร้านต่าง ๆ เช่น ร้านอาหารที่เริ่มให้บริการโต๊ะสำหรับที่นั่งเดี่ยว หรือเครื่องใช้ในครัวเรือนที่ออกแบบมาสำหรับผู้ที่อาศัยอยู่คนเดียว เป็นต้น
- ประเทศญี่ปุ่นเองก็ไม่น้อยหน้า จากการสำรวจพบว่าครัวเรือนที่มีผู้อาศัยคนเดียวของญี่ปุ่นเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างมีนัยสำคัญจากปี 1995 ที่มี 25% เป็นมากกว่า 35% ในปี 2015 และคาดว่าจะพุ่งสูงถึง 50% ในปี 2040 แม้ว่าในจำนวนนี้จะเป็นผลรวมของประชากรที่เป็นโสดและผู้สูงอายุที่เป็นหม้าย แต่วัฒนธรรมของคนที่ชอบใช้ชีวิตคนเดียว หรือ โออิโตริซามะ (Ohitorisama) ก็กำลังเป็นเทรนด์ที่ได้รับความนิยมในใจ และมีหลายธุรกิจออกมารองรับวิถีการใช้ชีวิตคนเดียวมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นร้านนั่งอย่างกินคนเดียว คาเฟ่โกละสำหรับร้องคนเดียว หรือน้ำใครอยากแต่งงานแต่ยังอยากใช้ชีวิตคนเดียว ก็สามารถเลือกใช้บริการแต่งงานคนเดียว (Solo Wedding) ได้เช่นกัน

วันคนโสด (Singles Day)

วันที่ 11 เดือน 11 ได้กลายเป็นเทศกาลช้อปปิ้งออนไลน์ครั้งใหญ่ที่คนโสดและชาวช้อปหลายคนเฝ้ารอ ซึ่ง 11.11 เป็นแคมเปญที่อาลีบาบา กรุ๊ป บริษัทอี-คอมเมิร์ซยักษ์ใหญ่ของจีนจัดขึ้นเพื่อฉลองประโลมและเฉลิมฉลองให้กับคนโสด (แข่งกับวันวาเลนไทน์ที่เป็นวันของคู่รัก) โดยอีเวนต์ช้อปปิ้งนี้เริ่มเกิดขึ้นครั้งแรกในปี 2009 และมียอดขายเติบโตขึ้นทุกปี ในปี 2020 ที่ผ่านมามีแม้จะเจอกับสถานการณ์โควิด-19 อาลีบาบาก็ยังคงทูลสถิติทำยอดขายพุ่งไปถึงเจ็ดหมื่นห้าพันล้านเหรียญสหรัฐฯ



คนเหงา คนเศร้า คนโสด มนุษย์ 3 คนนี้ อาจไม่ใช่คนเดียวกันเสมอไป

“ทำไมคนเราถึงได้เหงาขนาดนี้ คนบนโลกนี้มีล้านคนต่างโหยหาใครสักคนเพื่อมาฉลองประโลมความเหงาเป็นไปได้หรือไม่ว่า โลกถูกส่งให้มาลอยกลางอวกาศเว้งว่าง เพียงเพื่อให้เป็นที่พำนักของคนเหงา”

- ฮารุกิ มุราคามิ -
จากหนังสือ *Sputnik Sweetheart*

คำถามหนึ่งของคนโสดหลายคนอาจเคยโดนถามคือ “อยู่คนเดียว ไม่เหงาเหรอ” เนื่องจากสังคมยังคงเข้าใจว่า ความโสด (Single) เท่ากับอยู่คนเดียว (Alone) และการอยู่คนเดียวก็ทำให้เหงา (Lonely) ดังนั้นความโสดจึงเท่ากับความเหงาไปโดยปริยาย ซึ่งถ้าหากเราลองนำสมการความเหงาข้างต้นมาพิจารณาให้ลึกซึ้งขึ้นอีกสักหน่อย เราจะพบว่าความโสดนั้นไม่ได้ผูกติดกับความเหงาเสมอไป เพราะเขาเข้าใจจริงๆ ว่าความเหงา (นอกจากจะเป็นเป็นห้วงวาทับแบบที่วงศาราบาวเคยบอกไว้) ก็ยังเป็นความรู้สึกที่ไม่ว่าใครก็สามารถรู้สึกได้

¹ เป็นคำเปรียบเทียบกับโสดที่เลยวัยแต่งงานของชาวญี่ปุ่น

คนเหงา

ความเหงาเป็นอารมณ์พื้นฐานของมนุษย์ เป็นปฏิกริยาที่ร่างกายของเราริวิตนาการขึ้นมาเพื่อป้องกันตัวเองจากการอยู่เพียงลำพังเป็นเวลานาน ๆ เนื่องจากในอดีตมนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่พึ่งพิงสายสัมพันธ์ทางสังคมเพื่อความอยู่รอด เป็นกลไกที่เราพัฒนามาเพื่อป้องกันตัวเองจากอันตราย เหมือนกับเวลาที่เราทอดไขดาวแล้วน้ำมันร้อน ๆ กระเด็นโดนมือ โดยสัญชาตญาณเราก็จะรีบชักนิ้วออกมาจากเตาทันที หรือความรู้สึกหิวที่บอกเราว่าร่างกายกำลังขาดพลังงาน ในทำนองเดียวกัน ความเหงาจึงเป็นเหมือนกลไกที่คอยเตือนว่าตอนนี้เราอาจกำลังต้องการสายสัมพันธ์กับมนุษย์คนอื่น ๆ

อย่างไรก็ตาม ปัจจัยที่ทำให้แต่ละคนเกิดความเหงานั้นหลากหลายและแตกต่างกัน บางคนอาจรู้สึกเหงาจากบรรยากาศรอบตัว บางคนเหงาเพราะอยู่คนเดียว ในขณะที่บางคนถูกห้อมล้อมด้วยผู้คนมากมายแต่กลับรู้สึกเหงาจากภายใน แม้โดยเปรียบเทียบคู่แต่งงานอาจมีช่วงเวลาโดยเฉลี่ยที่เหงาไม่น้อยกว่าคนโสด แต่กระนั้น การแต่งงานก็ไม่ใช่เครื่องรับประกันว่าความเหงาจะไม่เกิดขึ้น ดังนั้นความเหงาจึงเป็นผลมาจาก

การที่สายสัมพันธ์ทางสังคมของเราไม่ถูกเติมเต็ม และไม่ว่าปลายอีกฝั่งของสายสัมพันธ์นี้จะไปบรรจบลงกับคนรัก เพื่อน ครอบครัว หรือคนรู้จัก หากช่องโหว่แห่งความโดดเดี่ยวนี้อยู่คงอยู่ ไม่ว่าใครก็สามารถรู้สึกเหงาได้ไม่ต่างกัน

คนโสด (แต่ไม่เศร้า)

มายาคติที่ว่าชีวิตโสดคือเรื่องเศร้าเป็นชีวิตเฉา ๆ เหมือนกับเด็กคริสตมาส¹ ที่เหลือทิ้งจากวันที่ 25 ธันวาคม กำลังกลายเป็นเรื่องของอดีต เพราะในปัจจุบันการใช้ชีวิตโสดนั้นกลายเป็นทางเลือกชีวิตที่ไม่ได้เกิดจากการไม่มีทางเลือกอื่น แต่เป็นทางเลือกที่สร้างความสุขได้ไม่แพ้วิถีชีวิตแบบมีคู่เบลลา เดอปาโล (Bella DePaulo) นักจิตวิทยาสังคม เป็นอีกคนหนึ่ง que เลือกใช้ชีวิตบนทางสายนี้มานานกว่า 60 ปี ซึ่งผลการศึกษาของเธอก็เป็นข้อพิสูจน์ได้เป็นอย่างดี และทำให้เราพบว่ายังมีอีกหลายเรื่อง que ผู้คนยังเข้าใจผิดเกี่ยวกับชีวิตโสด

● คนแต่งงานมีคู่ แต่คนโสดไม่มีใคร
หลายคนอาจคิดว่าการใช้ชีวิตคู่ อย่างน้อยก็ทำให้เรามีคู่ชีวิต ไม่เหมือนคนโสดที่ต้องใช้ชีวิตอย่างโดดเดี่ยว แต่จริงๆ แล้วการสำรวจทางจิตวิทยา

พบว่าคนโสดมีเพื่อนเยอะกว่าคนมีคู่ และยังรักษาความสัมพันธ์กับคนใกล้ชิด ไม่ว่าจะเป็นญาติ เพื่อนร่วมงาน หรือเพื่อนบ้านได้ดีกว่า เนื่องจากคนมีคู่ส่วนใหญ่มักจะทำให้ความสำคัญและเวลาแก่ครอบครัวตัวเองก่อนเป็นอันดับแรก (ไม่ว่าพวกเขาจะมีลูกหรือไม่ก็ตาม)

● ก็หาคู่สิ จะได้ไม่เหงา

อย่างที่บอกไปว่าความเหงาเป็นอารมณ์ที่เกิดได้กับทุกคน และบุญเจสำคัญที่จะช่วยทำให้คลายเหงาได้ก็คือการที่เรามีใครสักคนที่สามารถพึ่งพาได้เวลามีปัญหาหรือเรื่องไม่สบายใจ ซึ่งจะเป็นใครก็ได้และไม่จำเป็นต้องเป็นคู่ชีวิตเสมอไป แม้ตามหลักแล้วคนมีคู่ น่าจะเหงาน้อยกว่าคนโสด แต่จากการศึกษาที่ลองเปรียบเทียบระหว่างคนโสดและคนมีคู่ พบว่าครอบครัวที่คน 2 กลุ่มนี้มีรายได้พอ ๆ กัน โดยเฉลี่ยแล้วคนโสดจะรู้สึกเหงา

น้อยกว่า และยิ่งคนเราอายุมากขึ้น ความแตกต่างของความเหงาระหว่างคนสองกลุ่มก็ยิ่งลดลงไปด้วย

● ความรักคือทุกอย่างของชีวิต

แน่นอนว่าความรักเป็นสิ่งสวยงาม แต่ความรักนั้นมีหลายประเภท และการที่บางคนเลือกใช้ชีวิตโสดก็ไม่ได้แปลว่าเขาไม่มีความรัก เพราะนอกจากความรักโรแมนติกแล้ว ความรักที่เรามีให้คนรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นเพื่อน ครอบครัว หรือคนที่เราชื่นชอบอย่างศิลปิน ดารา ฯลฯ ก็ล้วนแล้วแต่เป็นความรักทั้งสิ้น และแม้ว่าการแต่งงานอาจเป็นความฝันสูงสุดของใครหลายคน แต่สำหรับอีกหลาย ๆ คน ชีวิตอาจมีทางเดินที่หลากหลายมากกว่านั้น ขณะที่อิสระในการเลือกทางเดินชีวิต ความต้องการพัฒนาทักษะต่าง ๆ และเป้าหมายในชีวิต ต่างก็เป็นปัจจัยที่ทำให้ชีวิตของแต่ละคนมีความหมายได้เช่นกัน **CT**

ที่มา : หนังสือ "วิทยาศาสตร์แห่งความเหงา" โดย John T. Cacioppo และ William Patrick แบลโดย ไตมร ศุภปริชา / บทความ "Singles' Reasons for Being Single: Empirical Evidence From an Evolutionary Perspective" โดย Menelaos Apostolou, Jiaqing O และ Gianluca Esposito จาก frontiers.in.org / บทความ "Offensive Laws About Single Women In History" โดย JR Thorpe จาก bustle.com / บทความ "A Brief History of Romantic Love and Why It Kind of Sucks" จาก markmanson.net / census.gov / รายงาน "โสดสายเปย์" จากศูนย์วิจัยกสิกรไทย / บทความ "Single has Spoken" จาก blog.gotinder.com / บทความ "Why millions of Chinese men are staying single" โดย Rob Budden จาก bbc.com / บทความ "Honjok: South Korea's 'loner' movement" โดย Miren Gonzalez จาก theindependent.sg / บทความ "The rise of Japan's 'super solo' culture" โดย Bryan Lufkin จาก bbc.com / วิดีโอ "What no one ever told you about people who are single | Bella DePaulo" โดย TEDx Talks

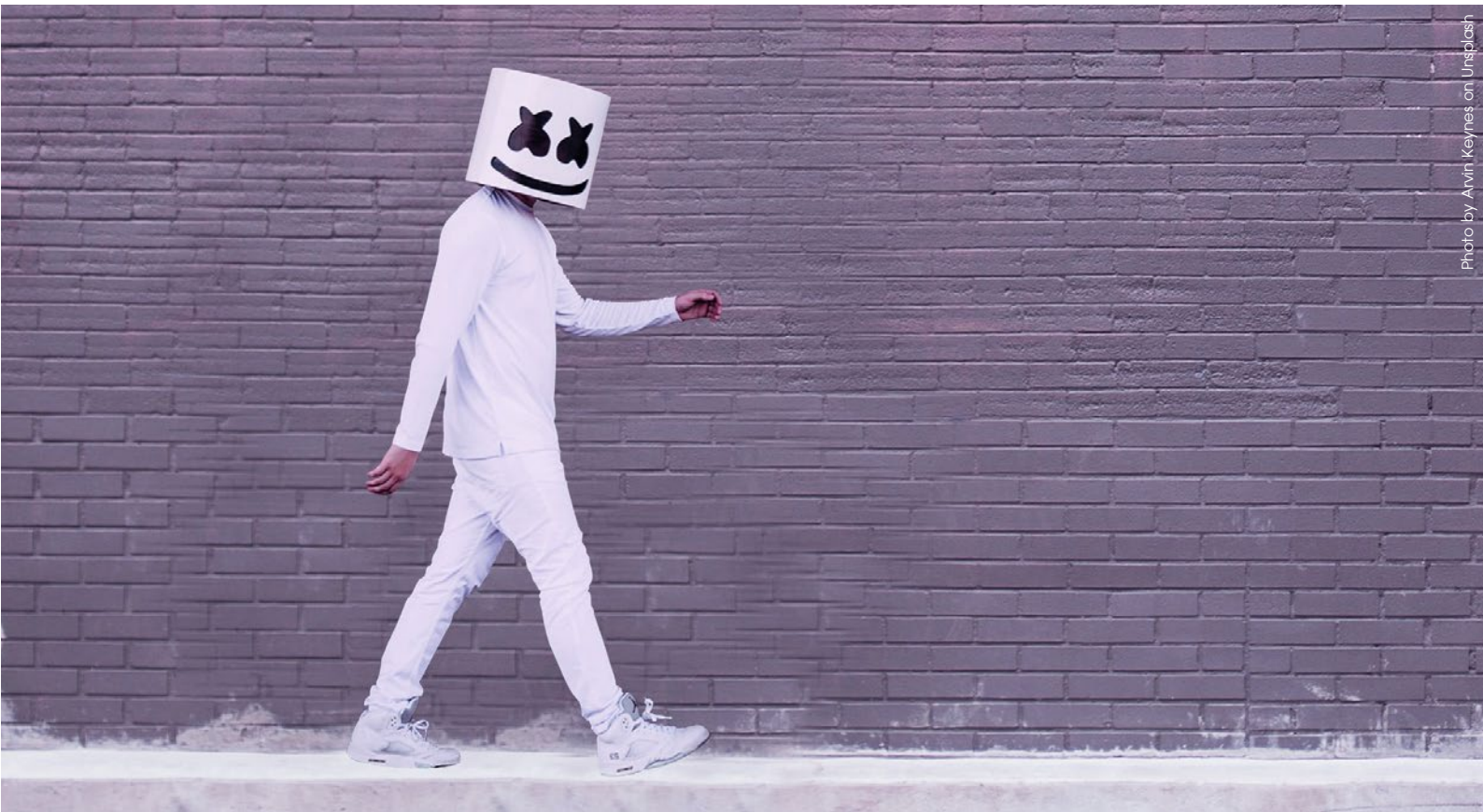


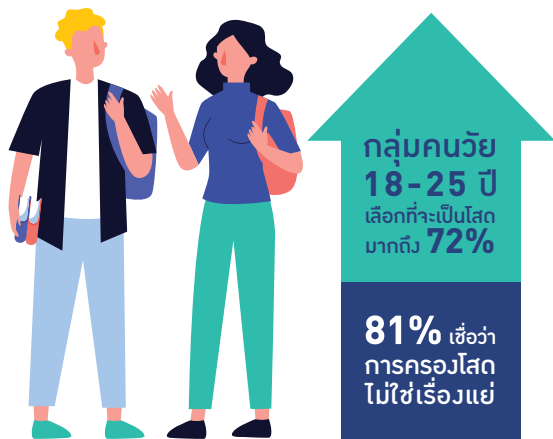
Photo by Avin Keynes on Unsplash

เศรษฐกิจคนโสด

เมื่อความโสดทรพลง ไปไกลกว่าแคมเปญ 11.11

เรื่อง : ปิยพร อรุณเกรียงไกร

ว่ากันว่า การแต่งงานนั้นตามมาด้วยแพ็คเกจรายจ่ายชุดใหญ่ตลอดชีพ นับตั้งแต่วันที่ที่คนรักตกลงปลงใจจะใช้ชีวิตร่วมกัน แต่งาน ไปจนถึงมีลูก นั้นหมายถึงการหมุนล้อเศรษฐกิจให้เคลื่อนที่ต่อไปข้างหน้า แต่ใครว่าคนโสดไม่มีส่วนขับเคลื่อนเศรษฐกิจหรือสังคม ลองมาดูกันว่าคนโสดช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจให้ก้าวไกลไปข้างหน้าและสร้างอัมแพ็กต่อโลกใบนี้ได้อย่างไรบ้าง



การเปลี่ยนผ่านทางความเชื่อและรูปแบบการบริโภคของสังคม

- ที่ผ่านมามีคนโสดมักจะถูกสังคมขบขันนินทา กัดต้น หรือกระทั่งตัดสินในแง่ลบ โดยเฉพาะในสังคมโบราณที่ยึดติดกับประเพณีการแต่งงานว่าเป็นเรื่องถูกต้องถึงตามครรลองของสังคม ในอดีตการแต่งงานถือเป็นหน้าที่สำคัญของ "ลูกสาว" ส่วนคนที่ไม่อาจหาคู่ครองหรือออกเรือนไปได้กลับถูกตีตราว่าสร้างความอับอายให้กับครอบครัว
- ทักษะคิดต่อความโสดเปลี่ยนไปตามค่านิยมของยุคสมัยที่หันมาเชิดชูความหลากหลาย และเคารพการตัดสินใจของปัจเจกบุคคลมากขึ้น บรรดาหนังสือสาวทู่ (Self-help) ว่าด้วยการอยู่เป็นโสดอย่างมีความสุขและรักตัวเอง กลายเป็นหนังสือขายดีและได้รับความนิยมในสากล
- Tinder แอปพลิเคชันหาคู่สุดฮอตเปิดเผยผลการสำรวจในปี 2018 ว่ากลุ่มคนวัย 18-25 ปี เลือกที่จะเป็นโสดมากถึง 72% และ 81% เชื่อว่าการครองโสดไม่ใช่เรื่องแย่ ในทางกลับกันพวกเขาได้แต่มีคู่ด้วยซ้ำ เช่น คบหากับคนอื่นแบบไม่ใช่คู่รักได้หลายคน มีเวลาดูแลตัวเอง และทุ่มเทกับการงานได้เต็มที่

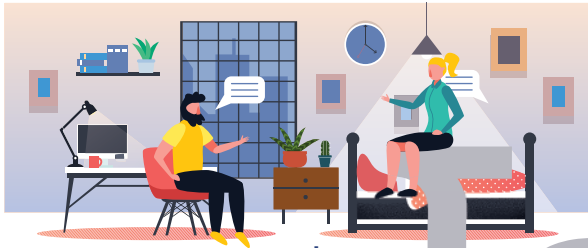
- ปี 2013 เดอะ การ์เดียน ได้เผยแพร่บทความ "ทำไมคนโสดกำลังทำร้ายเศรษฐกิจ" (Why single people are hurting economy) นำเสนอประเด็นว่า คนแต่งงานแล้วใช้จ่ายมากกว่าคนโสด หรืออีกนัยหนึ่งก็คือกลุ่มคนที่แต่งงานแล้วช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจมากกว่าคนโสด บทความดังกล่าวอ้างอิงถึงโพลล์ของบริษัท Gallup ซึ่งได้สำรวจความคิดเห็นของชาวอเมริกันกว่า 130,000 ราย (อายุ 25 - 75 ปีขึ้นไป) พบว่าชาวอเมริกันที่แต่งงานใช้จ่ายเฉลี่ย 102 เหรียญสหรัฐฯ ต่อวัน (3,000 กว่าบาท) ขณะที่ค่าจ่ายใช้จ่ายวันของคนโสดและยังไม่เคยแต่งงานกับคนที่หย่าร้างแล้ว เฉลี่ยอยู่ที่ 67 เหรียญสหรัฐฯ ต่อวัน (2,000 กว่าบาท) และ 62 เหรียญสหรัฐฯ ต่อวัน (1,800 กว่าบาท) ตามลำดับ อย่างไรก็ตาม อัตราการแต่งงานในสหรัฐฯ กลับมีแนวโน้มลดลงอย่างต่อเนื่อง

เปิดที่มาแห่งรายได้จากคนโสดและโปรเจกต์ 11.11

- ปี 2009 อาลีบาบาเป็นอี-คอมเมิร์ซรายแรกที่สังเกตเห็นโอกาสจาก "วันคนโสด (Singles Day)" ที่หนุ่มสาวชาวจีนมักจะเฉลิมฉลองกันในวันที่ 11 พฤศจิกายนของทุกปี จึงริเริ่มแคมเปญ 11.11 เพื่อเอาใจเหล่าคนโสดและนักช้อป ด้วยการลดราคาสินค้ากว่า 50% โดยทำยอดขายสูงถึง 7 ล้านเหรียญสหรัฐฯ ในวันเดียว
- อันที่จริงวันคนโสดของชาวจีนเพิ่งเกิดขึ้นในช่วงปี 1990 เริ่มจากกลุ่มนักศึกษาที่จัดงานเลี้ยงฉลองความโสดแบบไม่เป็นทางการ ซึ่งส่วนใหญ่มักจะเป็นผู้ชาย โดยเลือกวันที่ 11 และเดือนที่ 11 ซึ่งเลข 1 ถือเป็นสัญลักษณ์ของการอยู่คนเดียว จนต่อมาวัฒนธรรมการฉลองวันคนโสดได้ขยายจากกลุ่มนักศึกษาชายไปสู่กว้างอย่างรวดเร็ว
- ปี 2014 บริษัทอาลีบาบาเข้าตลาดหุ้นนิวยอร์ก และได้ทำลายสถิติ Guinness World Record ในฐานะบริษัทเดียวที่สร้างยอดขายออนไลน์สูงที่สุดในโลกภายใน 24 ชั่วโมง มูลค่าราว 14,000 ล้านเหรียญสหรัฐฯ ขณะเดียวกันผลิตภัณฑ์กลุ่มสินค้าแฟชั่นและความงามจากตะวันตกนั้นขายดีเป็นเทน้ำเทท่า และแบรนด์เหล่านี้ต่างก็ตระหนักถึงกำลังซื้อมหาศาลของผู้บริโภคกลุ่มคนโสดที่มีแนวโน้มรักและดูแลตัวเองเป็นอย่างดี



- ปัจจุบันห้างสรรพสินค้า และร้านค้าทั้งออนไลน์และออฟไลน์ต่างจัดแคมเปญลดราคาในวันคนโสด จนเลข 11.11 กลายเป็นเลขแห่งโปรโมชั่นครั้งใหญ่ประจำปี พร้อมกับพวกันจัดงานกลยุทธ์มาโปรโมตสินค้า เช่น โลฟสตรีมมิง แคมเปญนี้ยังมาแรงในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ รวมถึงในประเทศไทยเอง ส่วนหนึ่งเพราะตลาดอี-คอมเมิร์ซเติบโตในระดับภูมิภาคอย่างรวดเร็วกว่า 3 เท่าตัวในช่วง 4-5 ปีที่ผ่านมา โดยมีผู้เล่นสองรายใหญ่ครองตลาดนี้ ได้แก่ Shopee อี-คอมเมิร์ซในเครือ Sea Group และ Lazada จากอาลีบาบากรู๊ป



Co-living แคร้ที่อยู่อาศัย
กับผู้อื่นเพิ่มขึ้น

**Single-Person
Household**



สัดส่วนของ
ครัวเรือนคนเดียว
เพิ่มขึ้น
120
ล้านครัวเรือนทั่วโลก

โสด 2021

Pet Economy

อุตสาหกรรมสัตว์เลี้ยงในจีนเติบโตขึ้น
3 เท่าตัวในรอบ 5 ปี และคาดว่าจะเติบโต
เร็วกว่าเดิมในอีก 5 ปีข้างหน้า



ร้อยละ **88**
ของคนเลี้ยงสัตว์
เป็นผู้หญิง

ร้อยละ **50**
ของคนเลี้ยงสัตว์
เป็นคนโสด

คนโสดไม่โดดเดี่ยวและไลฟ์สไตล์ใหม่ของธุรกิจอสังหาริมทรัพย์

- ขณะที่คนรุ่นใหม่มีแนวโน้มแต่งงานช้าลงจนเป็นเรื่องปกติ เบบี้บูมเมอร์จำนวนมากที่หย่าร้างแล้วเลือกอยู่คนเดียวก็มากขึ้นตามไปด้วย จนทำให้เกิดรูปแบบพฤติกรรมกรรมการอยู่อาศัยแนวใหม่ที่มีลักษณะการแชร์ที่พักร่วมกับคนต่างเจเนอเรชันในรูปแบบ Co-living หรือการที่คนรุ่นใหม่จะแชร์ที่อยู่อาศัยกับผู้อื่นเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุ เป็นการอยู่ร่วมชายคาเดียวกัน แต่ยังคงมีพื้นที่ส่วนตัวให้ใช้และมีพื้นที่ส่วนกลาง นับเป็นการแก้ปัญหาความไม่สามารถในการเป็นเจ้าของอสังหาริมทรัพย์ราคาสูงของคนรุ่นใหม่ได้เป็นอย่างดี
- Euromonitor ชี้ว่ามาคาดคิดว่าการอยู่คนเดียวเป็นสิ่งผิดแผกไปจากค่านิยมของสังคมกำลังเปลี่ยนไป คนโสดมองหาความสุขจากการใช้ชีวิตตามลำพังกันมากขึ้น ส่งผลให้สัดส่วนของครัวเรือนคนเดียว (Single-Person Household) เติบโตขึ้นทั่วโลก โดยคาดว่าจะเพิ่มขึ้น 120 ล้านครัวเรือนทั่วโลก และครัวเรือนประเภทนี้จะมียอดการเติบโตรวดเร็วมากที่สุดเมื่อเทียบกับครัวเรือนประเภทอื่นในช่วงปี 2016-2030 นี่คือนโอกาสใหม่ที่นำจับตามองสำหรับธุรกิจอสังหาริมทรัพย์รวมทั้งสินค้าและบริการต่าง ๆ ที่จะเข้ามาตอบโจทย์ไลฟ์สไตล์ดังกล่าว

อุทิศตนเป็นทาสอาตักว่าต้องทำหน้าที่สามีหรือภรรยาเต็มเวลา

- ใครว่าโสดแล้วต้องอยู่คนเดียว คนโสดยุคใหม่นั้นใส่ใจดูแลตัวเองเป็นที่สุดและไม่ได้มีสัตว์เลี้ยงเป็นเพื่อนคู่ใจเท่านั้น แต่ยังรักสัตว์เลี้ยงเหมือนกับลูกเลยทีเดียวนะ ผลัดกันและกันบริการต่าง ๆ เกี่ยวกับสัตว์เลี้ยงถือเป็นเรื่องจุกจิกที่กำลังมาแรงในฮ่องกงและจีน ตั้งแต่ธุรกิจซื้อขายสัตว์เลี้ยง ศูนย์รับดูแลสัตว์เลี้ยง โรงแรมแมว ร้านตกแต่งขนสัตว์ คาเฟ่สำหรับคนรักสัตว์ ไปจนถึงอาหารและผลิตภัณฑ์ออร์แกนิกสำหรับสัตว์เลี้ยง ภายใต้ระบบเศรษฐกิจที่เรียกว่า "Pet Economy"
- บริษัทตรวจสอบบัญชี PwC ประเทศจีน รายงานว่าอุตสาหกรรมสัตว์เลี้ยงในจีนเติบโตขึ้น 3 เท่าตัวในรอบ 5 ปี และคาดว่าจะเติบโตเร็วกว่าเดิมในอีก 5 ปีข้างหน้า โดยร้อยละ 88 ของคนเลี้ยงสัตว์เป็นผู้หญิง และร้อยละ 50 เป็นคนโสด
- ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้ตลาดสัตว์เลี้ยงมีการเติบโตอย่างต่อเนื่องสวนกระแสเศรษฐกิจนั้น มักเกิดจากการเพิ่มขึ้นของจำนวนคนโสด คู่รักที่ไม่มีบุตร คู่รักร่วมเพศ และจำนวนผู้สูงอายุที่มีมากขึ้น สัตว์เลี้ยงจึงเป็นเสมือนตัวแทนแห่งความรัก และถูกยกระดับให้เป็นมากกว่าสัตว์เลี้ยงธรรมดา ๆ และทำให้มีการดูแลสัตว์เลี้ยงแสนรักเหล่านี้เป็นอย่างดี จนทำให้เป็นธุรกิจที่ขยายตัวกว่าร้อยละ 10 ต่อเนื่องทุกปี

ที่มา : บล็อก "Single has Spoken" โดย Tinder / บทความ "E-Commerce Rides On Year-End Sales" โดย The Asean Post / บทความ "Singles Day started in China but now it's catching on in Southeast Asia's growing e-commerce market" โดย CNBC / บทความ "Singles Day is China's biggest shopping holiday. Why hasn't America caught on?" โดย Vox / บทความ "Unconventional families of the future: single-person households" โดย fluxtrends / บทความ "Why single people are hurting the economy" โดย The Guardian / รายงาน "Economy Would Benefit if Marriage Rate Increases in US." โดย Gallup / รายงาน "inding opportunities in China's fast growing pet industry" โดย PwC ประเทศจีน / รายงาน Top "10 Global Consumer Trends 2019" โดย Euromonitor

ชวนเจ้ต่าย Jay the Rabbit มานั่งคุยธุรกิจฉบับสาวโสด

เรื่อง : วนบุษย์ ยุพเกษตร

8 ปีก่อน ใครยังจำคาแรกเตอร์กระต่ายขาว หน้ากวน ตัวอ้วน คารมดี แกรมยัย “โสดสนิท” ที่มาพร้อมกับประโยคเด็ด น่ารัก น่าหยิก เรียกเสียงหัวเราะและรอยยิ้มให้กับลูกเพจและใครที่ผ่านมาเห็นเข้าขานตกหลุมรักได้ไม่ยาก

“ถ้าพระเจ้าตั้งใจจะให้โสด ทำไมให้โสดสวยขนาดนี้” นับเป็นประโยคแรก ๆ ที่ทำให้กระต่ายตัวนี้เริ่มเป็นที่รู้จัก และดังเปรี้ยงปร้างก็เมื่อตอนสร้างโพสต์ล้อไปกับกระแส คุณชายพุฒิภัทร ตัวละครเอกของละครดังเรื่องหนึ่งจากช่อง 3

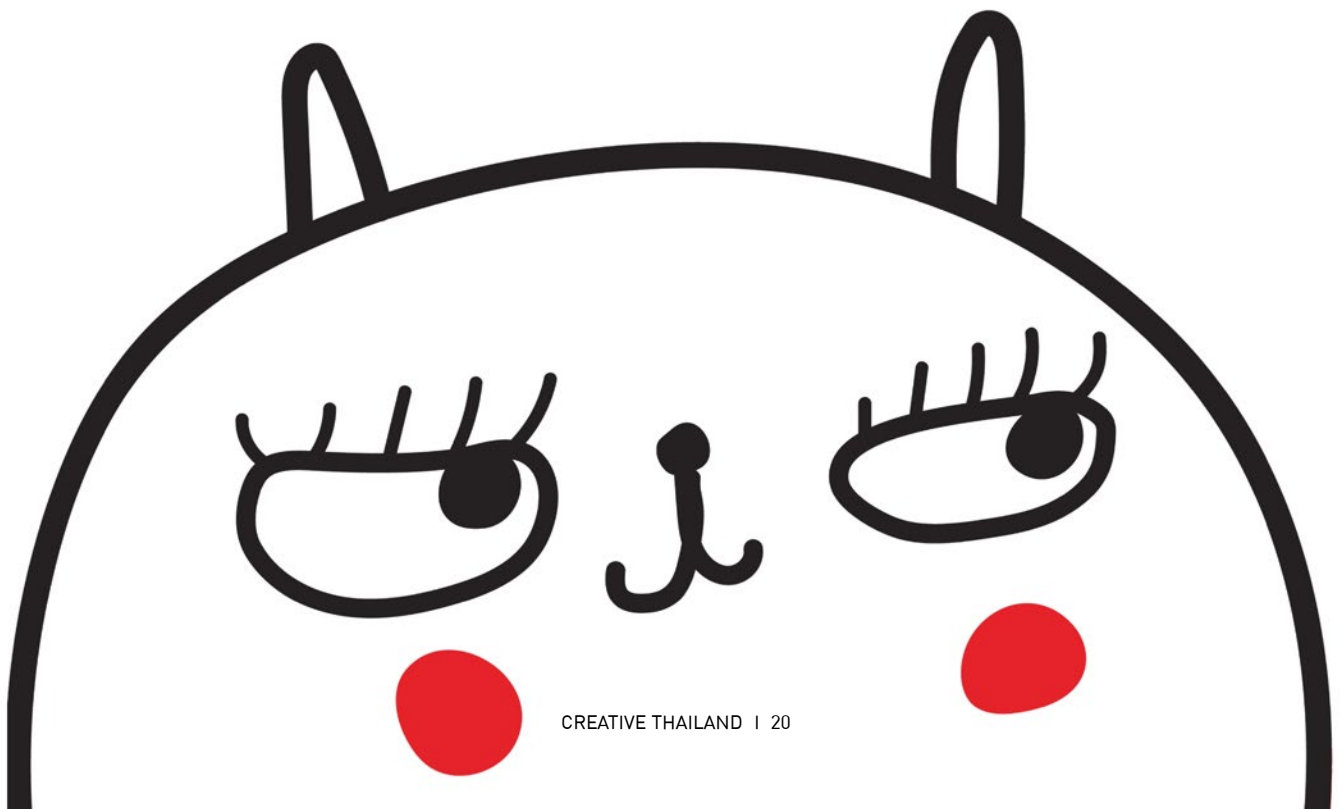
ในเดือนแห่งความรักนี้ นิตยสารคิดจ๊วชวน “เจ้ต่าย (Jay the Rabbit)” มาเมาท์มอยมุมมองธุรกิจที่จับเอาความโสด มา “ล้อเล่น” และสร้างเป็น “ลูกเล่น” ที่ส่งต่อเป็นพลังบวกให้กับเพื่อน ๆ ในทุกวัน

กำเนิดเจ้ต่าย คาแรกเตอร์ที่มีชีวิต

นำแปลกที่เพจ Jay the Rabbit กลับไม่มีใครค้นปากที่จะเรียกชื่อเพจ แต่กลายเป็นเรียก “เจ้ต่าย” เหมือนญาติสนิทมิตรสหายที่อยู่ด้วยกันมานาน

ก็นานอย่างว่า เพราะปีนี้เจ้ต่ายมีอายุเกือบครบ 8 ปีเต็มในเดือนเมษายน นี้แล้ว “ตอนนั้นเราวาดเป็นกระต่าย เรื่องความอ้วน คนไม่รัก มันก็เลยกลายเป็นเรื่องความโสด ซึ่งไม่ใช่มุมมองที่ประชดประชัน แล้วก็ไม่ได้เศร้าอะไรนะ” เจ้ต่ายเริ่มเล่าตอนที่เพิ่งคลอดออกมาใหม่ ๆ “คนก็จะโยงประเด็น นั่นนี่เข้าตัวเอง คือไม่ว่าเราจะเขียนอะไร เขาก็โยงเข้าตัวเอง เพราะว่าว่ามันอยู่ในช่วงแรกของโซเชียลมีเดีย”

เธอเริ่มสาธยายยุคสมัยของโซเชียลมีเดียว่า ช่วงที่เริ่มธุรกิจเป็นช่วงที่ผู้คนบนโลกออนไลน์ใช้ “มีม” เพื่ออธิบายตัวเองกัน เพราะยังมีความเคอะเขิน ไม่กล้าแสดงความรู้สึกตัวเองออกมาตรง ๆ “พื่ออยู่ในยุคที่คนกำลังตื่นตื่น หรือคนกำลังสนใจเกี่ยวกับตัวเอง เช่น การแสดงออกเกี่ยวกับตัวเองด้วยมีมแล้วมีส่วนใหญ่ ก็จะเป็นโควตสั้น ๆ ที่มันตรงใจ” จบจนวนยุคปัจจุบันที่เป็นยุคของการสร้างคอมมูนิตี้ เพจ Jay the Rabbit จึงเปรียบเสมือนชุมชนของคนรักเจ้ต่ายและชอบอะไรอย่างเจ้ต่ายชอบ





ไทม์ไลน์เจ็ท่ายและธุรกิจของเธอ

- 2556** กำเนิดเจ็ท่าย Jay the Rabbit ในเดือนเมษายน สองเดือนถัดมามียอดผู้ติดตามครบ 300,000
- 2557** คว้ารางวัลแรกจากเวที MThai Pop Talk Internet Attraction Awards 2014 ปลายปีเริ่มมีสตูดิโอเกอร์ไลน์ของตัวเอง
- 2559** ร่วมงานกับ Uniqlo และเปิดตัวเจ็ท่ายที่ญี่ปุ่นและไต้หวัน
- 2560** จับมือกับห้างชื่อดังของญี่ปุ่น Tokyu Hands จัดป๊อปปัฟ สโตร์ในชื่อ Thai Cartoons@Tokyo ร่วมกับคาแรกเตอร์ไทยอื่น ๆ
- 2561** ซีรีส์ไต้หวัน หนูนุ่มหน้าใสหวานใจสาวแกร่ง (Iron Ladies) ร่วมกับนักแสดงนางงैया (Zhong Yao หรือ Avii Zhong)

ปัจจุบันเจ็ท่ายยังคงรับงานโฆษณาแบรนด์ในประเทไทยอีกนับไม่ถ้วน พร้อมมีสินค้าสำหรับประชาสัมพันธ์แคมเปญที่ปะหน้าเจ็ท่ายอยู่เต็มไปหมด ตั้งแต่กระเป๋าผ้า ยันหมวกกันน็อก และล่าสุดแอบได้ยินว่าจะจะมีคาแรกเตอร์เจ็ท่ายไปอยู่บนครกด้วย!



ตัวต่อ Jay the Rabbit V.1 จาก LOZ Mini Block Creator ที่วางขายใน 7-Eleven

ทำธุรกิจแบบเพื่อน

ไม่นานหลังจากเจ็ท่ายเป็นที่รู้จักและได้รับความนิยม ก็เริ่มมีงานโฆษณาติดต่อเข้ามา โดยเธอมีหลักการที่ชัดเจนและแน่วแน่ คือ ต้องสื่อสารกับลูกเพจเหมือนคุยกับเพื่อน แนะนำของนั้นนี้ให้เพื่อนซื้อหรือใช้ “คอนเทนต์ต้องได้ประโยชน์ทั้ง 3 ฝ่าย คือสินค้า (เอเจนซี) ต้องสื่อสารให้ครบ โลกก็เขาต้องขึ้น ต้องเห็นว่าเป็นอะไร ลูกเพจก็ต้องได้รับข้อมูลที่ถูกต้อง ลดราคาเท่าไร ซื้อได้ที่ไหน และตัวเราเองก็ต้องไม่เสียวัตถุประสงค์ของเพจด้วย” สามเงื่อนไขในการรับงาน คือ ลูกเพจต้องได้ สินค้าต้องออก และตัวเองต้องมีความสุขก็เป็นอันครบถ้วน

เคล็ดลับในการสร้างคอนเทนต์ของเจ็ท่าย คือ เอาตัวเองเป็นที่ตั้ง “เทคนิคคือให้ถูกใจตัวเอง อย่าพยายามเอาใจใคร ถ้าเราทำคอนเทนต์เพื่อให้อื่นพอใจ เขาจะรู้สึกว่ามีอะไรเพื่อนเขา เพราะบุคลิกไม่ชัดเจน” เธอก็ยังยืนยันความเป็นเพื่อนพี่น้องกับลูกเพจ

เมื่อถามถึงมุกคนโสดที่เจ็ท่ายหยิบมาใช้ และการสร้างสรรคให้มัดใจทั้งลูกเพจเอง รวมถึงตัวคนที่จ้างงานเธอด้วย เจ็ท่ายตอบว่า “ก็มาจากตัวเอง คนรอบตัวในชีวิตจริง แล้วก็ลูกเพจนี่ละ มันก็เอามาหยิบใช้ได้หมด มันกลายเป็นคลังความเหงา คลังความโสด คลังความสุข คลังคำพูด คลังความคิด พวกนี้หยิบเอามาใช้ได้หมดเลย” เหล่านี้เองที่เป็นต้นทางและขุมทรัพย์ทางความคิดสร้างสรรค์ของเจ็ท่าย ที่เหล่าลูกเพจและผู้ติดตามที่รู้จักเจ็ท่ายดีจะเข้าใจในตัวตนของเธอและยอมรับในสิ่งที่เธอเป็น

เจ็ท่ายนักกิจกรรม

กระต่ายสาวโสดพยายามปั้นให้ตัวเองเป็น “เซเลบริตี้ในโลกออนไลน์” (Online Celebrity) และถือรางวัลที่รับมา เจ็ท่ายเป็นคนทำ เป็นคนออกแบบเองทั้งสิ้น เมื่อเปรียบเจ็ท่ายเหมือนบุคคลจริง ๆ กิจกรรมสาวโสดอย่างเธอก็เหมือนกับคนทั่วไปที่ทำงานรับจ้างต่าง ๆ เช่น งานละคร โฆษณาสินค้า ประกวดเต้น ถ่ายแฟชั่น ลงนิตยสาร

ล่าสุดเมื่อหลายปีที่แล้ว เธอก็เพิ่งได้ไปออกมินิอัลบั้มของตัวเองเป็นครั้งแรกในชื่อ “Pretty Old Girl” ซึ่งก็ยังคงคอนเซ็ปต์และคาแรกเตอร์ของความเป็นเจ็ท่ายเอาไว้อย่างไม่มีความตกบกพร่อง “เร็ว ๆ นี้อาจจะทำรายการไลฟ์สไตล์ มีสตูดิโอถ่าย” เจ็ท่ายแน้มกิจกรรมต่อไปที่สาวโสดคนนี้วางแผนไว้ให้ฟัง



Jay the Rabbit ในป๊อปปัฟ สโตร์ Thai Cartoon Project 2020 ที่สถานี Tokyo Station ญี่ปุ่น ระหว่างวันที่ 4-17 กันยายน 2563 ร่วมกับคาแรกเตอร์ไทยอื่น ๆ

นอกเหนือจากงานรับจ้างเหล่านี้แล้ว หากใครเป็นลูกเพจเจ็ต้าย คงรู้ดีว่าเธอ “ชอบแจก” และสินค้าเหล่านี้ก็ยิ่งพิเศษเพราะไม่ (ค่อย) มีขายถึงมือก็เป็นส่วนน้อยในออนไลน์มาร์เก็ตเพลส “เราไม่ได้ทำสินค้าขายแต่สินค้าเราจะมาในรูปแบบการเอาเงินที่ลูกค้าจ้างเรามาทำ เช่น แคมเปญกันแดดหน้าก็ทำผ้าเช็ดหน้ารูปเจ็ต้าย แคมเปญกาแฟเราก็ทำกระติกน้ำคือทำให้เหมาะกับเงินที่เขาจ้างเรา” เธอพยายามคิด ออกแบบ แล้วค่อย ๆ ใส่คาแรคเตอร์เจ็ต้ายลงไปด้วยวิธีและจังหวะที่เหมาะสม เราจึงได้เห็นสินค้าของเจ็ต้ายมีความหลากหลาย และต่อยอดมาจากความคิดสร้างสรรค์ในสไตล์ส่วนตัว เธอยกตัวอย่างสินค้าที่เป็นโรลออน ณ ตอนนั้นเธอตัดสินใจใส่เจ็ต้ายลงไปพร้อม ด้วยเหตุผลว่าเพราะมันเป็นสิ่งเดียวที่บังคับให้คนยกแขน “ปีนี้ไม่มีสินค้าที่เป็นอาหารไทย พี่ก็จะทำเป็นครกรูปเจ็ต้ายนะ (หัวเราะ)”

โสด สวย น้ำใจงาม

นโยบายอันหนักแน่นของ Jay the Rabbit คือ เงินในเพจที่รับมาจากลูกค้า ก็จะนำกลับคืนสู่สังคมด้วย “ในฐานะที่เรารับเงินค่าโฆษณามาแล้วอาชีพเรา รายได้ของเราเกิดจากความรักจากลูกเพจ เราก็จะดูว่าอะไรที่สมควรช่วยและสามารถช่วยได้ เราก็จะช่วย” เจ็ต้ายคอนเฟิร์มการช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ (ทั้งสิ่งที่เป็นเงินซื้อได้และซื้อไม่ได้) เป็นอีกหนึ่งความตั้งใจของเจ็ต้าย “เวลาที่เราจะแชร์เรื่องขอความช่วยเหลือเราจะดูว่าเป็นสิ่งที่เงินซื้อไม่ได้ก่อน เช่น การขอรับบริจาคโลหิต หรือการตามหาคนหาย หมาหาย ของหาย” ขณะที่การขอความช่วยเหลือเรื่องเงินก็ยังเป็นสิ่งที่เจ็ต้ายพบเจออยู่บ่อย ๆ โดยเธอจะพิจารณาให้ความช่วยเหลือไปเองในนามเพจตามความเหมาะสม เพื่อจะลดการระดมเงินในพื้นที่หน้าเพจ



โอเอซิสบนโลกโซเชียล

หากเปรียบปัญหาที่ดาโถมเข้ามาในแต่ละวันเป็นทะเลทรายอันกว้างใหญ่ เดินไปทางไหนก็พบเจอแต่ความแห้งแล้ง แต่เมื่อเข้ามาในโลกของ Jay the Rabbit แล้ว ก็เหมือนได้ค้นพบ “โอเอซิส” ที่ช่วยให้จิตใจและร่างกายได้ชุ่มชื้นขึ้นมาหน่อย

ด้วยความกวน ฮา ของคาแรคเตอร์ อาจทำให้ใครที่ผ่านมามีเห็น อมยิ้มกันได้ไม่ยาก หายเหนื่อยจากสิ่งที่เจอมาตลอดทั้งวัน “มันต้องมีเพื่อนคนหนึ่งที่เราอยากเจอทุกวัน เพราะว่าเขาทำให้เราหายเหนื่อย และเจ็ต้ายขอเป็นคนนั่นเอง” ลูกเพจทุกคนอยากเก็บพื้นที่ของเจ็ต้ายไว้เป็นที่ที่สบายใจ มีอะไรก็มาเล่าให้กันฟังได้ เหมือนระบายให้เพื่อนฟัง เธอเล่าว่าบางทีลูกเพจก็เข้ามาแชร์ประสบการณ์ความโสดกัน “ในความคิดของพี่คำว่า ‘โสด’ มันคือ ส่วนย่อยของคำว่า ‘ส่วนตัว’”

“คนที่มากถามบ่อย ‘เมื่อไรจะได้แต่งงาน’ ‘แกแล้วจะอยู่ยังไง’ ญาติพี่น้องเริ่มเอาเปรียบเพราะความโสด” นอกจากงานที่เจ็ต้ายต้องรับมือกับคำถามเหล่านี้เป็นระว่าง ไปพร้อม ๆ กับดูแลธุรกิจเพจที่เธอต้องบริหารแล้ว เธอก็ไม่ลืมแบ่งปันน้ำใจและมิตรภาพลูกเพจเสมอ ด้วยการคอยรับฟังและพูดคุยกับลูกเพจ

เธอเผยว่ากล่องข้อความหลังบ้านแทบระเบิด เพราะหลายคนอยากปรึกษาปัญหาชีวิตกับเจ็ต้าย “จริง ๆ ความเป็นโสดมันมีประโยชน์ที่ได้กับตัวเอง คนก็มาปรึกษาว่าจะมาปรับใช้ยังไง เราก็จะใช้หลักการอยู่อย่างเดียวคือ รักตัวเองให้มาก ๆ อยู่กับตัวเองเยอะ ๆ ตอบตัวเองให้ได้ว่ารักตัวเองพอหรือยัง” นี่คือคำแนะนำง่าย ๆ จากเจ็ต้าย

เจ็ต้ายออกตัวว่าอยากเป็นตัวอย่างของการใช้คำว่าโสด คือ ความสุข “ต่อให้เรามีความสัมพันธ์ เราก็จะมีพื้นที่ มีเวลา และความคิดของตัวเอง” เพราะความหมายของคำว่าโสดที่เจ็ต้ายให้นิยามเอาไว้ในปัจจุบันก็คือ ความเป็นปัจเจก (Individual) “เรารู้สึกว่าคำว่าโสดเนี่ยไม่ได้แปลว่าโดดเดี่ยว แต่แปลว่ามีความสุข” CT

รักนะตัวเอง

โปรเจกต์ล่าสุดในเดือนแห่งความรักจาก Jay the Rabbit เนื่องจากเจ็ต้ายเป็นอดีตพ็อดคาสเตอร์อิสระจึงมีการวางแผน “สัปดาห์” ในแต่ละเดือนของเพจเอาไว้ล่วงหน้าเพื่อให้เข้ากับเทศกาลและช่วงเวลาต่าง ๆ ซึ่งในเดือนกุมภาพันธ์ 2564 นี้จะมาเป็นธีม “รักนะตัวเอง” เพื่อเป็นการล้อกับประโยคที่คู่รักมักใช้บอกกับแฟน แต่สำหรับเจ็ต้ายคือการบอกให้คนหันมา “รักตัวเอง” จะเป็นอย่างไร เข้าไปติดตามได้ที่ facebook.com/jaytherabbitofficial

4 ข้อดี ที่คนไม่โสดไม่มีวันรู้

เรื่อง : นพพร คนไว

แคโรลิน มุลเลอร์ (Carolyn Müller) จิตแพทย์ออนไลน์ ได้อธิบายถึงการกลัวความโสดว่า ความเหงาคือปัจจัยหลักที่ทำให้คนกลัวการอยู่คนเดียว บางคนเมื่อเลิกกับคนรักก็กระโดดเข้าหาความสัมพันธ์กับคนใหม่ทันที เนื่องด้วยพวกเขาคุ่นเคยกับความรู้สึกของการถูกสนใจ ซึ่งความสัมพันธ์ในลักษณะนี้เพิ่มโอกาสที่พวกเขาจะนำพาคนไม่ติมาในชีวิต นำไปสู่ความสัมพันธ์ที่ไม่ยั่งยืนและกลายเป็นวงจรที่ไม่รู้จบ

สำหรับคนที่ยังกลัวการเป็นโสด อย่ายึดว่าเราอาศัยอยู่ในศตวรรษที่ 21 ยุคที่ความหลากหลายทางเชื้อชาติและเพศสภาพได้รับการยอมรับและก้าวหน้าไปอย่างต่องเนื่อง ความโสดจึงเป็นปัญหาเล็กน้อยเพียงแค่ปรับทัศนคติและเปิดใจให้ความเป็นไปได้ใหม่ ๆ ที่เข้ามาในชีวิต เรามาดูกันว่าระหว่างคนโสดกับคนมีคู่มือข้อดีหรือแย่ในชีวิตที่ต่างกันอย่างไร

1. อยู่คนเดียวไม่เครียดเท่ากับคู

การมีชีวิตคู่นำมาสู่ความคาดหวัง และการมีทัศนคติที่สวนทางกันทั้งในด้านชีวิตประจำวันและการวางแผนในอนาคต ซึ่งบางคู่ก็สามารถหาทางแก้ไขปัญหาก็ได้ด้วยการพูดคุยกันอย่างมีเหตุผล แต่บางครั้งก็นำไปสู่การทะเลาะที่อาจจะสมเป็นความเครียดได้ สำหรับคนโสด ความเครียดเข้ามาในรูปแบบของความกดดันหรือความคาดหวังจากคนรอบตัว อย่างไรก็ตามคนโสดก็มีอำนาจในการตัดสินใจแต่เพียงผู้เดียว จึงไม่จำเป็นต้องเจอกับความเครียดเท่ากับคนมีคู

นอกจากนั้นคนโสดยังไม่จำเป็นต้องรับมือกับความรู้สึกด้านลบจากการตัดสินใจ ศาสตราจารย์เบลลา เดอเปาโล (Bella DePaulo) ผู้เขียนหนังสือ *Singled Out: How Singles Are Stereotyped, Stigmatized, and Ignored, and Still Live Happily Ever After* ได้วิจัยกลุ่มคนกว่า 814

ตัวอย่าง พบว่าคนที่โสดจะมีความสุขกับการทำอะไรได้ด้วยตัวเองโดยไม่ต้องเจอกับความรู้สึกด้านลบ ส่วนคนที่แต่งงานแล้วที่สามารถจัดการกับสิ่งต่าง ๆ ได้ด้วยตัวเอง กลับไม่มีความสุขและต้องเผชิญกับความเครียด ความกดดัน จากปัจจัยต่าง ๆ รอบตัว

2. มีเวลาใส่ใจร่างกายตัวเองมากขึ้น

มีหลักฐานหลายชิ้นเกี่ยวกับคนโสดที่มีสุขภาพดีกว่าคนที่แต่งงานหรือมีคูแล้ว งานวิจัยจากวารสาร *Women's Health* ให้ข้อมูลว่าหญิงโสดมีดัชนีมวลกาย (BMI) และพฤติกรรมกรรสุบบุหรี่หรือดื่มสุราต่ำกว่าผู้หญิงที่แต่งงานแล้ว เช่นเดียวกับผู้ชายที่แต่งงานที่มีโอกาสเสี่ยงจะเป็นโรคหัวใจวายได้มากกว่าผู้ชายโสด

นอกจากนี้ งานวิจัยจาก Maryland Population Research Center ที่ได้เก็บตัวอย่างผู้เข้าร่วมชาวอเมริกันกว่า 13,000 คน ตั้งแต่อายุ 18-64 ปี โดยนับช่วงเวลาออกกำลังกายตลอดสองสัปดาห์ ผลลัพธ์คือผู้ชายโสดมีเวลาออกกำลังทั้งหมดแปดชั่วโมงสามนาที ต่างกับผู้ชายที่อยู่ในสถานะแต่งงานแล้วที่มีเวลาออกกำลังน้อยกว่าเพียงสี่ชั่วโมงสี่สิบเจ็ดนาที ซึ่งก็มีเหตุผลที่ชัดเจนว่าผู้ชายที่แต่งงานมักจะมาพร้อมกับภาระด้านการงานและการเป็นผู้ปกครอง อย่างไรก็ตามแม้ผลวิจัยจะบอกถึงการดูแลสุขภาพของคนโสดที่มากกว่าคนที่แต่งงาน ด้วยสภาพแวดล้อมและเวลาที่มากกว่าในการใส่ใจตัวเอง แต่การมีวินัยก็เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้คนที่โสดหรือแม้แต่งงานแล้ว ประสบความสำเร็จในเรื่องสุขภาพได้

3. คนโสดกับการเงิน

เมื่อพูดถึงเรื่องเงินเราไม่สามารถพึ่งองได้ว่าการใช้ชีวิตแบบคนโสดกับการมีครอบครัวแบบไหนได้เปรียบเรื่องการเงินมากกว่ากัน ผลสำรวจจาก TD Ameritrade จากคนอเมริกันจำนวน 20,000 คน ในปี 2017 บอกว่ามีคนโสดเพียง 29% ที่มั่นใจว่าสถานะทางการเงินของตนเองมั่นคง เทียบกับคนที่แต่งงานที่มีความมั่นใจมากถึง 43% อีกทั้งในด้านการออมเงินที่คนโสด 30% ไม่มีเงินเก็บ ในขณะที่มีเพียง 17% ของคู่สมรสเท่านั้นที่ไม่มีเงินเก็บ

ทั้งนี้ การเป็นคู่สมรสอาจมีปัจจัยหลายอย่างที่จำเป็นต้องวางแผนครอบครัว ทำให้ตัวเลขด้านการออมและการสร้างมั่งคั่งทางการเงินของคู่สมรสสูงกว่า แต่ในขณะเดียวกันการเป็นคนโสดกลับมีข้อได้เปรียบในเรื่องไม่มีภาระค่าใช้จ่ายในครอบครัวหรือการเลี้ยงดูลูก จึงสามารถควบคุมรายจ่ายได้อย่างเบ็ดเสร็จ อีกทั้งยังมีเวลาว่างในการหาอาชีพเสริมหรือทำงานอดิเรกที่สร้างรายได้ เพื่อสร้างเงินออมสำหรับเตรียมความพร้อมเมื่อต้องการมีครอบครัวในอนาคต

4. มีเวลาให้ตัวเองและคนรอบข้างมากขึ้น

งานวิจัยในวารสาร *Contexts* พบว่าผู้ที่ครองโสดใช้เวลาพบปะเพื่อนฝูงมากกว่าคนที่แต่งงานแล้ว อีกทั้งยังมีความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นกับญาติพี่น้องอีกด้วย ส่วนสำคัญคือการมีเวลาเป็นของตัวเองอย่างล้นเหลือ ทำให้สามารถเรียนรู้ความต้องการของตัวเอง สิ่งที่ชอบ กิจกรรมใหม่ ๆ หรือสิ่งที่ไม่สามารถทำได้เมื่ออยู่กับคนรักหรือไม่มีโอกาสทำในตอนที่เด็ก การอยู่คนเดียวจึงเป็นโอกาสเหมาะที่ช่วยให้เรารู้จักกับตัวเอง เรียนรู้ความผิดพลาดจากการตัดสินใจในอดีต การสร้างกำลังใจ และการมีความสุขได้ด้วยตนเองก่อนที่จะเริ่มรับคนใหม่ ๆ เข้ามาในชีวิต

หากคุณเป็นคนโสดแล้วคิดว่าเรามีข้อดีกว่าคนมีคู่อีกจุดไหนหรือจุดไหนของการเชิดชูความโสดได้ ส่วนสำคัญคือการมีวินัยและใช้ชีวิตอย่างรอบคอบแล้วความโสดอาจนำโอกาสดี ๆ มากมายเข้ามาในชีวิต ขึ้นอยู่กับว่าคุณจะคว้ามันไว้หรือเปล่า [CT](#)

ที่มา : บทความ "The psychological reasons why being single is good for your self-esteem and makes your future relationships stronger" โดย Lindsay Dodgson จาก [insider.com](#) / บทความ "7 science-backed reasons why you're better off being single" โดย Lindsay Dodgson จาก [insider.com](#) / บทความ "Men and Women Who Have Always Been Single Are Doing Fine" โดย Bella DePaulo จาก [psychologytoday.com](#) / บทความ "Men, Women, Single, Married: Who Really Exercises More?" โดย Bella DePaulo จาก [psychologytoday.com](#) / งานวิจัย "Relationship Between Marital Transitions, Health Behaviors, and Health Indicators of Postmenopausal Women" จาก [pubmed.gov](#) / บทความ "Demographics of Debt" โดย Bill Fay จาก [debt.org](#) / งานวิจัย "Marriage: The Good, the Bad, and the Greedy" โดย Naomi Gerstel และ Natalia Sarkisian จาก [journals.sagepub.com](#)



Creative Place : พื้นที่สร้างสรรค์

Photo by Mariken Blok on Unsplash

SOLO LIVING

สุขได้ด้วยตัวเองสไตล์สวีดิช

เรื่อง : วรณเพ็ญ บุญเพ็ญ

“ตัวคนเดียวคือความแข็งแกร่ง” (Alone is Strong.) เป็นสำนวนที่แปลมาจากภาษาสวีเดนซึ่งกล่าวไว้ว่า “ensam är stark” ถ้อยคำที่สะท้อนถึงแนวทางการใช้ชีวิตของหนุ่มสาวในประเทศนี้ ที่มักเลือกที่จะอยู่คนเดียวกันเป็นส่วนใหญ่ โดยผลสำรวจจาก Eurostat รายงานว่า ครึ่งเรือนเกินกว่าครึ่งในสวีเดน (52%) เลือกที่จะอาศัยอยู่คนเดียว ซึ่งคิดเป็นจำนวนมากที่สุดในโลก และนับเป็นเรื่องที่น่าทึ่งอยู่ไม่น้อยว่า ทำใ้ผู้คนในประเทศอยู่สบายและเพียบพร้อมไปด้วยรัฐสวัสดิการ แถมยังขึ้นชื่อว่าเป็นสังคมแห่งความไว้เนื้อเชื่อใจกัน ถึงเลือกที่จะไม่อยู่กับใครเลย

เมื่อการอยู่คนเดียวคือ The Best Option

“การออกมาอยู่ตัวคนเดียวเป็นการพิสูจน์ว่าคุณสามารถดูแลตัวเองได้และมีความสามารถมากพอที่จะพาตัวเองไปอยู่ในจุดที่ต้องการ แม้จะปราศจากคำแนะนำของครอบครัวหรือพี่น้องก็ตาม” ไอดา สตาแบร์ก (Ida Stoberg) ให้สัมภาษณ์กับสำนักข่าวบีบีซีถึงเหตุผลที่ย้ายออกมาอยู่คนเดียวตั้งแต่อายุ 19 ปี เธอเป็นเหมือนวัยรุ่นชาวสวีดิชส่วนมากที่นิยมย้ายออกมาอยู่เองคนเดียวตั้งแต่ยังไม่ได้เป็นผู้ใหญ่เต็มตัว รายงานจากรัฐบาลของสวีเดนประมาณการไว้ว่า มีหนุ่มสาวอายุเฉลี่ยระหว่าง 18-25 ปีจำนวนถึง 1 ใน 5 เลือกที่จะออกมาใช้ชีวิตเองคนเดียว ซึ่งในความเป็นจริงแล้วตัวเลขน่าจะสูงกว่านี้อีก เนื่องจากวัยรุ่นบางคนยังไม่ได้ย้ายทะเบียนบ้านออกจากที่อยู่ของพ่อแม่พวกเขา “การสร้างคนที่พึ่งพาตัวเองได้นั้นเป็นเป้าหมายในสวีเดน หากคนที่เริ่มเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ยังคงอาศัยอยู่กับพ่อแม่ จึงเหมือนกับว่ามีบางอย่างผิดปกติเกิดขึ้น” กันนาร์ แอนเดอร์สสัน (Gunnar Andersson) ศาสตราจารย์ด้านประชากรศาสตร์จากมหาวิทยาลัยสตอกโฮล์ม อธิบายถึงเหตุผลที่หนุ่มสาวชาวสวีดิชเลือกออกมาใช้ชีวิตอยู่เองลำพัง โดยได้อธิบายเสริมด้วยว่าเพราะสวีเดนเป็นสังคมของปัจเจกชนนิยม (Culture of Individualism) มานานหลายศตวรรษ บวกด้วยระบบรัฐสวัสดิการที่แข็งแกร่ง ทำให้หนุ่มสาวที่แม้จะอายุยังน้อยก็สามารถเข้าถึงการศึกษา ระบบสาธารณสุข ไปจนถึงหาเลี้ยงตัวและเช่าบ้านอยู่ด้วยตัวเองได้โดยไม่ต้องพึ่งใครในแง่หนึ่ง เรื่องนี้สะท้อนกลับไปยังสังคมแห่งความไว้วางใจ (Trust) ที่นอกจากจะไว้วางใจ



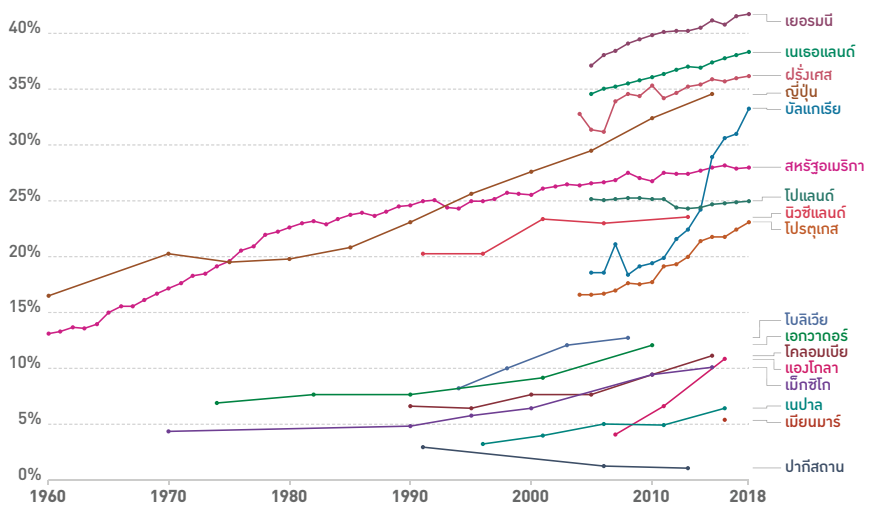
เพื่อนมนุษย์ด้วยตนเองแล้ว ยังรวมไปถึงการเชื่อมั่นในศักยภาพของตัวเองด้วยเช่นกันว่า “พวกเรามีตัวเองเป็นที่พึ่งพาที่ดีที่สุด”

หากมองในทางปฏิบัติ การมองหาพาร์ทเนอร์ที่เก่าแก่แห่งสืขาวนาคะทัดรัดและตกแต่งด้วยเฟอร์นิเจอร์จากอิตาลี ก็ไม่ใช่เรื่องยากของคนที่จะเลือกจะใช้ชีวิตอยู่คนเดียว เมื่อบวกด้วยความเชื่อในคุณค่าของความเป็นมนุษย์ที่เท่าเทียมกัน คนที่อาศัยอยู่ในบ้านคนเดียว คนโสด คนที่เคียดหยามร้างไปจนถึงคนที่มีลูกแต่ไม่ได้แต่งงานกัน จึงไม่เคยถูกมองว่าผิดปกติแต่อย่างใด และหากมองในเรื่องความสัมพันธ์แบบโรแมนติค สิ่งคมที่นี้ น่าจะทำให้หน้าหนักไปในทางเหตุผลมากกว่าความรู้สึกเพราะ ลาร์ส แทรกอร์ด (Lars Trägårdh) นักประวัติศาสตร์ชาวสวีเดนให้ความเห็นในเรื่องนี้เอาไว้ว่า “ทฤษฎีความรักของคนสวีเดนเชื่อกันว่า ความสัมพันธ์ที่จริงแท้นั้นจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อพวกเขาต่างมีอิสระและเท่าเทียมกันเท่านั้น”

จนกระทั่ง รวยกระจ่าง

ไม่ใช่แค่สวีเดนที่เดี่ยวเท่านั้นที่ผู้คนนิยมอาศัยอยู่คนเดียว แต่ทางเลือกการใช้ชีวิตแบบนี้มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา หากดูในภาพรวมของทุกภูมิภาคของโลก ประชากรในประเทศแถบ “ยุโรปเหนือ” จะนิยมอาศัยอยู่คนเดียวมากที่สุดถึง 40% ต่างจากภูมิภาคเอเชียโดยเฉพาะประเทศที่ประชากรยังมีรายได้ต่ำ อัตราการอยู่คนเดียวจะอยู่ที่เพียง 1% เท่านั้น จากแผนภูมิด้านล่างทำให้เห็นว่ารายได้ประชากรมีความสัมพันธ์อย่างมากกับแนวโน้มของผู้คนที่อาศัยอยู่คนเดียว เพราะจะเห็นว่าผู้ที่มีรายได้ต่อหัวมากหรืออยู่ในประเทศที่ร่ำรวยมีแนวโน้มที่จะอยู่คนเดียว หากไม่นับเรื่องวัฒนธรรมการอยู่อาศัยเป็นครอบครัวใหญ่ จะเห็นว่าในประเทศที่ร่ำรวยและมีสวัสดิการที่เอื้อให้การอยู่คนเดียวเป็นไปได้ ผู้คนก็นิยมที่จะอาศัยอยู่คนเดียว เพราะพวกเขามีความเสี่ยงน้อยกว่า หากเทียบกับผู้คนที่อยู่ในประเทศยากจนที่ยังไม่มีสวัสดิการหรือโครงสร้างพื้นฐานรองรับสำหรับการใช้ชีวิตคนเดียว ทำให้ผู้คนในประเทศไม่ร่ำรวยต้องแบกรับความเสี่ยงที่มากกว่านั่นเอง

จำนวนครัวเรือนที่มีผู้อาศัยคนเดียว โดยประเมินจากแหล่งข้อมูลของประเทศต่างๆ ตั้งแต่ปี 1960 - 2018 (ร้อยละ)



ที่มา : ourworldindata.org

¹ จากบทความ “Over half of Sweden’s households made up of one person” ที่ได้สำรวจไว้ในปี 2016

เสรีภาพที่มาพร้อมกับ ความโดดเดี่ยว

แม้หนุ่มสาวชาวสวีเดนจะสามารถพึ่งพาตัวเองได้แบบนำหน้าคนรุ่นเดียวกันเมื่อเทียบกับวัยรุ่นชาติอื่น ๆ แต่คำถามที่ตามมาคือ ด้วยวัยเฉลี่ยแค่เพียงเพิ่งจบมัธยมปลายกับประสบการณ์ย้ายออกมาอยู่ด้วยตัวเอง พวกเขาจะมีพลังใจมากพอที่จะจัดการกับปัญหาต่าง ๆ เมื่อต้องอยู่ตามลำพังได้มากน้อยแค่ไหนกัน

คาริน ชูลซ์ (Karin Schulz) เลขาธิการประจำสำนักงาน Swedish Mental Health Charity Mind ได้ให้ข้อมูลในเรื่องนี้ไว้ว่า ผู้ที่อาศัยอยู่คนเดียว โดยเฉพาะวัยรุ่นที่กำลังเผชิญความท้าทายด้านอารมณ์ โดยเฉพาะความรู้สึกโดดเดี่ยว แม้พวกเขาจะแอดทีฟและมีเครือข่ายเพื่อนมากเพียงใดในโลกโซเชียล แต่บางคนกลับรับมือกับความเปลี่ยนแปลงในชีวิตได้ไม่ดีขึ้น เมื่อไม่มีเพื่อนสนิทหรือญาติพี่น้องอยู่รอบข้าง โดยสถิติด้านพลเมืองของประเทศสวีเดนในปี 2017 เผยว่า 55% ของชาวสวีเดนที่มีอายุระหว่าง 16-24 ปี ไม่เข้าสังคมหรือสนิทสนมกับญาติพี่น้องของตัวเองเลย และข้อมูลจากกรมสุขภาพจิตสวีเดนในปี 2018 ยังบอกด้วยว่า วัยรุ่นในช่วงอายุดังกล่าวเข้ารับการบำบัดด้านจิตใจเพิ่มสูงขึ้นถึง 70% ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมา

อย่างไรก็ตาม ดร. ฟิลิป ฟอรัส คอนนอลลี (Dr. Filip Fors Connolly) นักสังคมวิทยาประจำมหาวิทยาลัยอูเมอ (Umeå University) ได้อธิบายเรื่องนี้เพิ่มเติมว่า แม้การอาศัยอยู่คนเดียวจะเป็นปัจจัยหนึ่งที่เพิ่มความรู้สึกโดดเดี่ยวในวัยรุ่น แต่ด้วยเพราะธรรมชาติของคนในวัยกำลังค้นหาตัวเอง และไม่มี ความมั่นใจในตัวเองมากนัก พวกเขาจึงมีแนวโน้มที่จะรายงานถึงสภาวะทางจิตใจในเชิงลบ และอีกเหตุผลหนึ่งที่ทำให้ตัวเลขทางสถิติบ่งชี้ถึงความน่ากังวลด้านจิตใจของวัยรุ่นที่สูงมากขนาดนี้ น่าจะเป็นเพราะปัจจุบันคนหนุ่มสาวให้ความสำคัญกับเรื่องสุขภาพจิตกันมากขึ้น พวกเขาจึงกล้าที่จะเดินเข้าหาจิตแพทย์ หรือนักจิตวิทยาแบบไม่เคอะเขิน และนั่นจึงอาจยังไม่ใช่หลักฐานที่มากพอที่จะยืนยันได้ว่าคนรุ่นใหม่รู้สึกเปลี่ยวเหงามากกว่าคนรุ่นก่อน ๆ เมื่อเทียบในอายุเดียวกัน โดยการตั้งข้อสังเกตนี้ยังสอดคล้องไปกับผลสำรวจ European Social Survey ที่พบว่า มีชาวสวีเดนร้อยละ 5 ประสบกับ

ความรู้สึกโดดเดี่ยวแบบบ่อยครั้ง ซึ่งน้อยกว่าค่าเฉลี่ยของชาวยุโรปโดยทั่วไปซึ่งอยู่ที่ร้อยละ 7

ทางที่ก็คือ Alone Together

การหาความสมดุลระหว่างรักษาไว้ซึ่งพื้นที่ส่วนตัวและสานสัมพันธ์กับผู้อื่นเพื่อไม่ให้เหลาโซโล่ชีวิตผู้แข็งแกร่งต้องรู้สึกโดดเดี่ยวจนเกินไปได้เริ่มขึ้นแบบเป็นเรื่องเป็นราว เมื่อพื้นที่อยู่อาศัยร่วมกัน (Co-living Space) กลายเป็นอีกหนึ่งทางเลือกของชาวสวีเดนในวันนี้

Hus 24

คือพื้นที่อยู่อาศัยร่วมกันในกรุงสตอกโฮล์มที่เกิดขึ้นแบบเป็นทางการครั้งแรกเมื่อปี 2011 ซึ่งเริ่มต้นมาจากลิซ่า เรเนนเดอร์ (Lisa Renander) ผู้ประกอบการสาวไฟแรงที่รู้สึกโดดเดี่ยวมากเมื่อย้ายกลับมาจากซิลิคอน แวลลีย์ และต้องอาศัยอยู่ในอพาร์ทเมนต์คนเดียวเหมือนกับหนุ่มสาวชาวสวีดิชคนอื่น ๆ เธอมักจะนึกถึงบ้านที่เคยอยู่ในซิลิคอน แวลลีย์ที่เธอและเพื่อน ๆ ในแวดวงผู้ประกอบการอาศัยอยู่ด้วยกัน ซึ่งสามารถแบ่งปันไอเดียต่าง ๆ ให้กันและกันไปด้วย เรเนนเดอร์จึงนำคอนเซ็ปต์การอยู่ร่วมกันนี้มาลองทำดูที่สตอกโฮล์ม โดยใช้ตึก 5 ชั้นในย่านเมืองเก่าสร้างเป็น Co-living Space สำหรับคนทำงานรุ่นใหม่ โดยเฉพาะ การอยู่ร่วมกันนี้ จะแบ่งพื้นที่เป็นพื้นที่เพื่อการอาศัยส่วนตัว (Live) พื้นที่ใช้สอยร่วมกัน

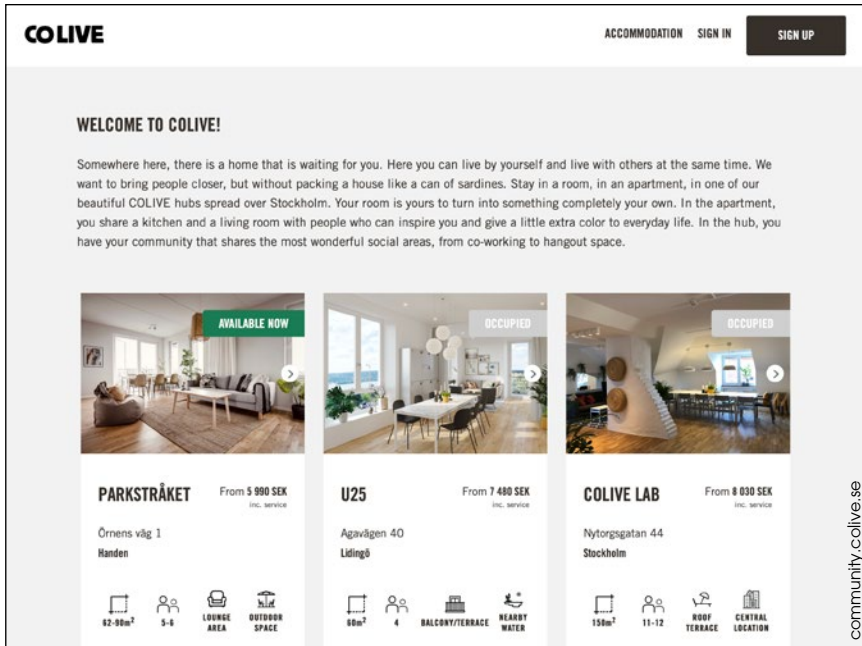
(Share) เช่น ห้องรับแขก ห้องครัว ห้องน้ำ ซาวน่า ฯลฯ และพื้นที่จัดกิจกรรมส่งเสริมให้สมาชิกในบ้านเรียนรู้และเติบโตไปด้วยกัน (Grow) เช่น การกินอาหารเย็นร่วมกัน ร่วมเวิร์กช็อป หรือจัดปาร์ตี้ ฯลฯ

Colive

เป็นอีกพื้นที่อยู่อาศัยร่วมกันที่มีคอนเซ็ปต์ชัดเจนอย่าง “Stay Alone, Live Together” และนับเป็นอพาร์ทเมนต์สำหรับกรอยู่ร่วมกันขนาดใหญ่ที่สุดซึ่งเปิดตัวในปี 2019 ปัจจุบันมีผู้พักอาศัยอยู่ 102 รายและมีแผนว่าจะขยายพื้นที่เพื่อรองรับผู้อาศัยหน้าใหม่ให้ได้ถึง 7,000 คนในอีก 5 ปีข้างหน้า Colive ตั้งอยู่ในเขตเซเดอร์มัลม (Södermalm) หนึ่งในย่านที่ฮิปที่สุดของสตอกโฮล์ม ด้วยพื้นที่ส่วนกลางขนาดใหญ่รองรับการใช้สอยร่วมกันที่ครบครัน ระบบการจับคู่ผู้อยู่อาศัยที่ตรงกับนิสัยหรือความสนใจของผู้เข้าพัก และราคาน่ารักที่จับต้องได้สำหรับหนุ่มสาวผู้เริ่มต้นทำงาน ทำให้ Colive เป็นอีกหนึ่งพื้นที่ยอดนิยมสำหรับผู้ที่ยังอยากมีพื้นที่ส่วนตัวและพร้อมจะเปิดรับประสบการณ์ใหม่ ๆ จากเพื่อนร่วมบ้าน

“ในดูหนาวที่สวีเดนตอนเย็นมันมีตมมาก ๆ และคุณก็จะไม่ยอมออกไปไหนในช่วงอากาศหนาว ทำให้หลายคนรู้สึกโดดเดี่ยวและเปลี่ยวเหงา แต่ถ้าคุณอยู่กับคนอื่นด้วย คุณจะยังมีเพื่อนกินข้าวเย็นถ้าคุณต้องการ แล้วถ้าเวลาไหน





คุณอยากมีพื้นที่ส่วนตัว ก็เพียงแคปิดประตูและอยู่กับตัวเอง” แคทรีน บิเมลล์ (Katrine Bimell) วัย 25 ปีพูดถึงเหตุผลที่เลือกใช้ชีวิตในพื้นที่ Co-livingSpace โดยความคิดเห็นของเธอนั้นอาจเรียกได้ว่าคล้ายกับคนส่วนใหญ่ เพราะผลสำรวจจาก United Minds ตั้งแต่ปี 2014 รายงานว่าหนุ่มสาวชาวสวีดิชที่อาศัยอยู่ในกรุงสตอกโฮล์มอายุระหว่าง 18-35 ปี จำนวนมากกว่าครึ่งอยากที่จะแชร์ความสนใจของตัวเองให้กับเพื่อนหรือผู้คนในแวดวงใหม่ ๆ ซึ่งส่งผลให้ความต้องการของตลาดอสังหาริมทรัพย์ในลักษณะอยู่ร่วมกันนี้เพิ่มสูงขึ้น

และไม่ใช่เพียงแค่เรื่องที่อยู่อาศัยเท่านั้น แต่แพลตฟอร์มใหม่ ๆ ที่ช่วยให้ชาวสวีดิชผู้รักในพื้นที่ส่วนตัวได้พบกับมิตรภาพและประสบการณ์แปลกใหม่ ที่จะช่วยให้พวกเขาเติบโตในเส้นทางที่เหมือนจะดูโดดเดี่ยวนี้ไปได้ด้วยกันก็เกิดขึ้นอีกมากมาย ตัวอย่างเช่น แอปพลิเคชัน Panion ที่ช่วยให้ผู้ใช้งานหาเพื่อนที่มีความสนใจคล้าย ๆ กัน และเข้าร่วมกันเป็นกลุ่มเพื่อทำกิจกรรมที่ชอบด้วยกัน GoFrendly แอปพลิเคชันสำหรับผู้หญิงโดยเฉพาะที่ช่วยให้ผู้ใช้งานได้รู้จักเพื่อนใหม่ที่อยู่ใกล้กัน Lunchback แอปพลิเคชันที่ช่วยจับคู่ นักลงทุนกับนักธุรกิจหรือผู้ประกอบการหน้าใหม่ และ Welcome แอปพลิเคชันที่คนท้องถิ่นจะช่วยตอบคำถามถึงการใช้ชีวิตในสวีเดนให้กับผู้ที่มาอยู่อาศัยใหม่ เป็นต้น

เป็นตัวเราที่ “พอดี”

นอกจากมายด์เซ็ทที่ทงแหงพื้นที่ส่วนตัว นิยมการอยู่คนเดียว และเชื่อว่าเป็นที่พึ่งแห่งตนที่ดีที่สุดแล้ว ยังมีแนวทางการใช้ชีวิตแบบอื่น ๆ ที่คอยช่วยปรับสมดุลให้ชาวสวีเดนผู้ที่พึ่งพาตัวเองได้ตีมองเห็นคุณค่าของส่วนรวมอีกด้วย

ตัวอย่างเช่น Law of Jante หรือกฎการใช้ชีวิตที่หยั่งรากลึกของคนสแกนดิเนเวียนซึ่งมุ่งเน้นสาระที่ว่า “คุณไม่ได้พิเศษไปกว่าคนอื่น” และปัจเจกชนไม่ได้อยู่เหนือส่วนรวม นั้นหมายความว่าเมื่อใครคนหนึ่งประสบความสำเร็จ และไม่ได้มีใครเก่งหรือดีไปกว่ากัน ความสำเร็จนั้นก็ต้องเกิดจากความร่วมมือหรือการได้รับความสนับสนุนจากคนอื่น ๆ ด้วยเช่นกัน มันจึงเป็นเหมือนกฎการใช้ชีวิตแบบอ่อนน้อมถ่อมตนและเรียนรู้ที่จะพึ่งพาคนอื่น ๆ ไปจนถึงแบ่งปันความสุขและความสำเร็จที่เกิดขึ้นไปด้วยกัน หรือแนวทางการใช้ชีวิตในแบบสวีดิชแท้ ๆ อย่าง “ลา-กอม” (Lagom) ที่สอนให้ทุกคนค้นหาความพอดีพอดีของตัวเอง (Not Too Much, Not Too Little.) ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของการทำงานหรือการใช้ชีวิต เพราะความพอดีจะนำมาซึ่งความสุขที่แท้จริงและเอาเข้าจริง การค้นพบความพอดีของตัวเองได้ก็จำเป็นต้องเริ่มต้นมาจากการเรียนรู้และเข้าใจตัวเองก่อนว่าเราต้องการอะไร เราชอบหรือไม่ชอบอะไร และการจะตอบคำถามสำคัญเหล่านี้ให้ได้ นั้น ก็คงจะไม่มีทางไหนดีไปกว่า

การเรียนรู้จากการได้อยู่กับตัวเองตามลำพังอีกแล้ว

ดังนั้น การใช้ชีวิตแบบเดี่ยว ๆ ของชาวสวีเดนจึงไม่ใช่ช่วงเวลาการใช้ชีวิตแบบชั่วคราวที่ต้องอยู่คนเดียวให้ได้เพราะไม่มีใครให้อยู่ด้วย แต่การอยู่คนเดียวในที่นี้ยังเป็นทางเลือกหลักที่จะช่วยให้เราเรียนรู้และเข้าใจตัวเองได้อย่างดีที่สุดนั่นเอง [CT](#)

รู้หรือไม่ว่า

แม้แต่คู่รักชาวสวีเดนบางคู็ก็นิยมแยกกันอยู่ โดยความสัมพันธ์แบบสวีเดนแยกได้เป็น 3 ประเภท หลัก ๆ ได้แก่

- คู่รักหรือคู่ชีวิตที่ใช้ชีวิตอยู่ในบ้านหลังเดียวกันเรียกว่า “Samboende”
- คู่รักที่ใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันบ้างเป็นบางครั้ง บางคราวเรียกว่า “Iblandbo”
- คู่รักที่มีความสัมพันธ์ระยะยาวแต่เลือกที่จะไม่อยู่ด้วยกัน แต่ยังมีมาเจอและทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันบ้างในช่วงที่พวกเขาสะดวก เรียกความสัมพันธ์นี้ว่า “Särbo” ซึ่งย่อมาจากคำว่า sär (แปลเป็นภาษาอังกฤษคือ apart) และ boende (แปลเป็นภาษาอังกฤษคือ living) คำว่า Särbo จึงเป็นคำที่ใช้เรียกความสัมพันธ์ในแบบ “apart-living” หรือความสัมพันธ์ที่น่าจะสอดคล้องกับวิถีชีวิตเดี่ยวของคนที่นี่มากที่สุด และคำนี้ยังสามารถใช้เรียกความสัมพันธ์แบบทางไกลได้ด้วยเช่นกัน (Long Distance Relationship)

ที่มา : บทความ “How a nation of introverts meets up” (สิงหาคม 2017) จาก bbc.com / บทความ “Why so many young Swedes live alone” (กันยายน 2019) จาก bbc.com / บทความ “All hail Sweden, the world’s single living capital” จาก flashpack.com / บทความ “Ensam är stark: The new lifestyle trend from Sweden” (กันยายน 2020) จาก cravemag.co.uk / บทความ “The rise of living alone: how one-person households are becoming increasingly common around the world” (ธันวาคม 2019) จาก ourworldindata.org

คุยเรื่องวิทยาศาสตร์ ของความโสด กับ “หมอเอ๋ว” นพ. ชัชพล เกียรติขจรธาดา

เรื่อง : ปิยพร อรุณเกรียงไกร และ พัชรินทร์ พัฒนานาบุญไพบูลย์
ภาพ : สุรเชษฐ์ โสภารัตนดิลก



ทำไมคนเราจึงเป็นโสด คนไทยมีเมียได้หลายคนไม่ผิดจริงไหม คนรุ่นใหม่แต่งงานช้าลงเพราะรักอิสระหรือสังคมและเศรษฐกิจบีบบังคับกันแน่ แทนที่เราจะนั่งคิดวนไปมากับคำถามเหล่านี้ในเดือนแห่งความรัก เราชวน **นพ. ชัชพล เกียรติขจรธาดา** หรือ **หมอเอ๋ว** ผู้ผันตัวจากวงการแพทย์มาเขียนหนังสือให้ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ในฉบับเข้าใจง่าย เช่น “เรื่องเล่าจากร่างกาย” และ “500 ล้านปีของความรัก” มาตกกันว่า แท้จริงวิทยาศาสตร์มีคำตอบให้กับปรากฏการณ์คนโสดที่เพิ่มขึ้นทั่วโลกนี้อย่างไรบ้าง

งานวิจัยที่ว่าด้วยเมืองบับให้คนเป็นโสดมากขึ้น เพราะต้องทำงานตั้งแต่เช้าจรดค่ำ มีพื้นที่พบปะกับคนอื่นน้อย มองประเด็นนี้อย่างไร

เราต้องแยกคำนิยามก่อนว่า “โสด” หมายถึงอะไร คนไม่มีแฟน หรือไม่แต่งงาน โดยธรรมชาติแล้วเราต้องการมีคู่ โดยเฉพาะในช่วงวัยเจริญพันธุ์ แต่การแต่งงานเป็นเรื่องของวัฒนธรรม ความรู้สึกอยากมีคู่มาจากฮอร์โมน และแรงขับภายใน ซึ่งโฮโมเซเปียนส์มีแรงขับนี้อย่างน้อย 2-3 แสนปีมาแล้ว แต่วัฒนธรรมการแต่งงานที่จับคู่แบบ 1 ต่อ 1 (Monogamy) เพิ่งเกิดขึ้นไม่นานมาก ประมาณหลักพันปี

การจับคู่แบบ 1 ต่อ 1 และเชื่อว่าต้องอยู่ในความสัมพันธ์แบบ 1 ต่อ 1 ไปตลอดนี้ มีรากมาจากความคิดแบบยิว-คริสเตียน (Judeo-Christian) ซึ่งแพร่หลายไปในหลายส่วนทั่วโลก รวมถึงประเทศไทยด้วยในสมัยหนึ่ง แต่โลกใบนี้ก็ยังมีความเชื่ออื่นที่ไม่ได้เจาะจงว่าจะต้องเป็นแบบนี้เสมอไป ยังคงมีลักษณะการจับคู่แบบ 1 ต่อ 1 ในช่วงเวลาหนึ่ง และสามารถเปลี่ยนคู่ได้ (Serial Monogamy - มีคู่ทีละคน) ในเวลาต่อมา

ทีนี้ถ้าถามปัจจัยเรื่องเมืองที่พัฒนามากขึ้น ผมกลับคิดว่าเมืองมีโอกาสทำให้คนเจอกันมากขึ้นเมื่อเทียบกับชนบท เมืองมีที่แอ่งก่เอาต์ เป็นพื้นที่ที่สาม (Third Place) ที่คนจากหลาย ๆ ที่จะไปเจอกัน ดังนั้นจึงมีโอกาสที่จะเกิดการจับคู่เยอะขึ้น แต่การแต่งงานนั้นเป็นทางเลือก และคนเลือกแต่งงานน้อยลงก็เป็นไปตามเทรนด์ที่เกิดขึ้นทั่วโลก เมื่อคนมีโอกาสได้ดูแลตัวเองในหลาย ๆ ด้าน ทั้งการเงิน สุขภาพ และการศึกษา ก็มีแนวโน้มจะแต่งงานช้าลง บางคนบอกว่าวิธีการแก้ปัญหาเด็กท้องในวัยเรียนคือ การศึกษา ถ้าเด็กมีเป้าหมายในชีวิตว่าอยากเรียนจบ อยากมีอาชีพที่ดูแลตัวเองได้ ปัญหานั้นก็ลดลง อย่างในสังคมตะวันตก ต่อให้มีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน เขาก็จะหาทางป้องกันและดูแลตัวเอง เพราะเขามีเป้าหมายและยังไม่พร้อมจะมีลูก ดังนั้นเวลาเราพูดถึงเมืองกับชนบท ส่วนตัวผมคิดว่าเมืองทำให้เรามีโอกาสเจอคู่เยอะกว่า แต่เรื่องการแต่งงาน มีครอบครัว อาจจะช้าลง เพราะเมืองเป็นแหล่งรวมของคนที่มาทำอะไรเพื่อตัวเอง เช่น ทำงาน เรียนหนังสือ และทำตามความฝัน

มองลักษณะความสัมพันธ์หรือการจับคู่แบบ 1 ต่อ 1 ที่ได้รับอิทธิพลจากแนวคิดยิว-คริสเตียนอย่างไรบ้าง

สมัยก่อนโสดนี่ไม่ได้จำกัดมากในเมืองไทยนะครับ คิดถึงเวลาเราดูละครหรืออ่านนิยายก็ได้ บางครั้งก็จะมีตัวละครที่ได้รับการชื่นชมในสังคมว่าเป็นคนดี ที่สามารถมีลูกกับทาสแล้วไม่รับเป็นลูกได้อยู่ แต่ในยุคนี้ คนยอมรับว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้อง หรือในยุคแห่งการสำรวจทางทะเล (Age of Exploration) ยุโรปเดินทางไปเจอวัฒนธรรมหนึ่งที่ผู้หญิงมีสามีหลายคน หรือแต่งงานกันในช่วงสั้น ๆ แค่ 3-4 ปี แล้วเปลี่ยนคู่ใหม่ ซึ่งเขาจะมองว่าเป็นวัฒนธรรมที่ป่าเถื่อน หรือชาวเขามีวัฒนธรรมการแต่งงานจับคู่ที่ต่างไปจากการแต่งงานและอยู่ด้วยกันไปตลอด อาจฟังดูป่าเถื่อนสำหรับเรา เพราะมันขัดกับมุมมองที่เราโตมาในกรอบที่บอกว่า “แบบไหนคือสิ่งที่ถูกต้อง” แต่จริง ๆ วัฒนธรรมมีความหลากหลาย แล้วก็มีเหตุผลในนั้น อย่างชนเผ่าเชอร์ปา (Sherpa) - ชนเผ่าที่อยู่บนภูเขาหรือหน้าผา หากินยาก ก็จะมีวัฒนธรรมที่ผู้หญิงคนหนึ่งมีสามี

หลายคน และส่วนใหญ่จะเป็นพี่น้องกัน เพราะผู้ชายมีโอกาสตายสูงจากการต้องออกไปล่าสัตว์ วัฒนธรรมจึงรองรับรูปแบบการใช้ชีวิตในการแชร์ทรัพยากรร่วมกันและเลี้ยงลูกด้วยกัน ก็เพื่อดูแลให้ผู้หญิงซึ่งเป็นเพศที่อ่อนแอกว่าอยู่รอดหรือเลี้ยงลูกได้โดยการอนุญาตให้มีสามีได้หลายคน

เท่ากับว่าการอยู่ด้วยกันเป็นคู่หนึ่งอาจไม่ได้เกิดจากความรัก แต่เกิดจากความจำเป็นในการอยู่รอด

ปัจจัยที่ทำให้สิ่งมีชีวิตมาจับคู่และอยู่ด้วยกัน ส่วนใหญ่เป็นเรื่องการเลี้ยงลูกนะครับ ถ้าสิ่งมีชีวิตนั้นสามารถเลี้ยงลูกได้ด้วยตัวเอง ก็ไม่จำเป็นต้องจับคู่ เช่น ลิงโตกับเสือเป็นสัตว์ตระกูลแมวเหมือนกัน แต่สิงโตอยู่เป็นครอบครัวหรือฝูง ส่วนเสือจับคู่เสร็จแล้วก็แยกย้ายกันไป ลิงชิมแปนซีอยู่เป็นฝูง แต่รู้งูตังจะแยกทางกันไปหลังผสมพันธุ์เสร็จ ตัวเมียสามารถเลี้ยงลูกได้ด้วยตัวเอง เพราะมันมีโอกาสของการส่งต่อพันธุกรรมมากพอ

ทีนี้มี 2 ปัจจัยที่ทำให้สัตว์เลี้ยงลูกด้วยตัวเองได้หรือไม่ได้ คือ 1. ปัจจัยภายในสิ่งมีชีวิตนั่นเอง เช่น ลูกของมนุษย์ดูแลตัวเองไม่ได้ แม่ไม่สามารถทิ้งลูกไว้ที่บ้าน แล้วเข้าไปหาอาหาร เพราะลูกอาจจะตาย 2. ปัจจัยในสิ่งแวดล้อม ถ้าสิ่งแวดล้อมปลอดภัย แม่สามารถทิ้งลูกที่ดูแลตัวเองไม่ค่อยได้ โดยที่ไม่ถูกกิน 2 ปัจจัยนี้คือตัวกำหนดพฤติกรรมของสิ่งมีชีวิตว่าต้องอยู่เป็นคู่หรือไม่เป็นคู่ ดังนั้น มันมีทั้งเรื่องแรงขับจากภายใน เรื่องชีววิทยา และสิ่งแวดล้อมทำงานร่วมกันอยู่

ย้อนกลับไปที่มีมนุษย์ เราไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยตัวเองได้เมื่อแรกเกิด เราจึงต้องจับคู่ มีงานศึกษาหนึ่งของนักสังคมวิทยาพบว่า ในช่วง 3-4 ปี ของการจับคู่ของคน เป็นช่วงที่มีอัตราการหย่าร้างสูงสุด และเชื่อว่าลักษณะนี้พ้องกับสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมชนิดอื่น ๆ ที่มีลูกอยู่ในวัยที่สามารถเริ่มช่วยเหลือตัวเองได้ ดังนั้นไม่ได้แปลว่ามนุษย์ต้องจับคู่แบบ Serial Monogamy ไปตลอด แต่แรงขับจากภายในนี้จะลดลงด้วย ขึ้นอยู่กับแต่ละวัฒนธรรมว่าจะยอมรับไหม เพราะวัฒนธรรมก็เป็นเรื่องความเห็นพ้องของคนในเผ่าหรือคนในสังคมว่าแบบไหนเป็นสิ่งที่เรียกว่าดี

มองว่าวัฒนธรรมเป็นสิ่งที่ยับให้คนในสังคมต้องทำตามเสมอไปหรือเปล่า แล้วคนโสดจะต้องถูกตัดสินจากสิ่งทีคนอื่น ๆ ยึดถือไปตลอดหรือไม่

ผมคิดว่าตอนนี้มันเป็นจุดเปลี่ยนผ่านมากกว่า ทุกวันนี้เรามีอิสระมากขึ้น อย่างสมัยก่อนการหาคู่ของผู้หญิงเป็นเรื่องซีเรียสมาก เหมือนกับสังคมไทยในอดีต การแต่งงานของลูกสาวก็เป็นเรื่องคอขาดบาดตาย แต่ตอนนี้สังคมเรากำลังเปลี่ยนผ่านตามเทรนด์ของโลกที่ยอมรับความหลากหลาย ความเป็นปัจเจก และการตัดสินใจของแต่ละคนมากขึ้น

ทั้งนี้ การเปลี่ยนผ่านทางสังคมที่พูดถึงมักจะเกิดขึ้นในเมืองก่อน เพราะผู้คนมาจากหลายพื้นที่ จึงมีวัฒนธรรมที่ยอมรับความหลากหลายมากกว่า และมีแนวโน้มที่จะตัดสินคนอื่นน้อยลง ส่วนสังคมชนบทที่มีลักษณะการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่มก้อน ก็จะมีความต้องการที่จะคล้าย ๆ กัน ใครที่หลุดไปจากบรรทัดฐานของสังคมก็จะถูกวิพากษ์วิจารณ์ แต่เทรนด์ในชนบทเองก็กำลังเปลี่ยนไปตามความเจริญของเมือง ในขณะที่เดียวกันคนเมืองส่วนหนึ่งที่ย้ายกลับไปอยู่ชนบท ก็จะนำวิถีคิดแบบใหม่ไปด้วย หรือการที่เจเนอเรชันใหม่

จะเปิดรับเทรนด์ที่ยอมรับความหลากหลายมากขึ้น และเมืองก็จะรองรับความคิดแบบนี้มากขึ้นด้วย

ที่เห็นชัดคือเทคโนโลยีจะเป็นปัจจัยที่สามที่ทำให้คนในชนบทสามารถเข้าถึงความคิดแบบนี้ได้ และเริ่มรู้สึกว่ามันเป็นเรื่องปกติ ส่วนการเปลี่ยนแปลงของเจเนอเรชันที่ธรรมชาติของวัยรุ่นมักจะทำต่อด้านความคิดแบบเดิม ๆ ก็ยิ่งเร่งให้เกิดการต่อสู้กันระหว่าง 2 เจเนอเรชัน 2 ความคิด ความคิดเดิมมองว่าต้องไม่โศก ส่วนคนรุ่นใหม่จะรู้สึกว่ามันไม่แคร์ ฉันดูแลตัวเองได้ ฉันมีความสุขกับชีวิต

ในอดีตคนโสดถูกมองว่าเป็นภาระของสังคมหรือครอบครัว แต่วันนี้คนเริ่มมองว่ามีข้อดีเยอะขึ้น

สมัยก่อนคนมองอย่างนั้น เพราะการอยู่ด้วยตัวเองมันยาก แต่ว่าเทคโนโลยีต่าง ๆ ตอนนี้นำมาให้ผู้หญิงอยู่ด้วยตัวเองได้ง่ายขึ้น ในสังคมการทำงานที่ไม่ใช่การล่าสัตว์หาของป่า แต่เป็นสังคมเมืองที่คนเข้าถึงเทคโนโลยี ผู้หญิงก็อยู่คนเดียวได้ง่าย เลี้ยงลูกเองได้ การเป็นโสดจึงไม่ใช่ปัญหา ขณะที่ผู้ชายโสดก็อาจจะมีความเสี่ยงหรือโอกาสที่จะอายุสั้นมากกว่าผู้ชายที่แต่งงาน เพราะมีแรงขับที่จะใช้ชีวิตเสี่ยงอันตรายมากกว่า หรือเสี่ยงจากโรคติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์มากกว่า หรืออาจมีพฤติกรรมเสี่ยงอย่างการสูบบุหรี่ กินเหล้า ขับรถเร็ว นี้อาจเป็นข้อเสีย ปัจจุบันจึงไม่ใช่ว่าแต่งงานหรือโสดดีกว่าหรือไม่ดีกว่า ไม่ใช่เรื่องขาวกับดำ การแต่งงานมีข้อดีข้อเสียแบบหนึ่ง และการเป็นโสดก็มีข้อดีข้อเสียอีกแบบหนึ่ง ขึ้นอยู่กับว่าคุณจะเลือกทางไหนที่ดีกว่าสำหรับชีวิตของคุณ

ทำไมสังคมตะวันตกถึงเปิดรับการแต่งงานหรือความสัมพันธ์แบบไม่ผูกมัดมากกว่าสังคมตะวันออก

สมัยก่อนสังคมตะวันตกเคยปิดกั้นเรื่องนี้มากจนกระทั่ง แล้วสังคมไทยก็รับเอาตะวันตกเข้ามาตอนที่ตะวันตกเริ่มเข้ามา มีอิทธิพล และบอกว่าสิ่งไหนถูกหรือผิด เช่น การรักคนเดียวใจเดียวถูก ในอดีตสังคมไทยและประเทศในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ทั้งหมด เราเปิดกว้างเรื่องนี้มากกว่าตะวันตกเสียอีก และในทางศาสนา ผมไม่รู้จริง ๆ ว่าคำสอนแรกที่เริ่มพูดถึงเรื่องการแต่งงานนั้นเคร่งครัดขนาดไหน แต่สมัยก่อนคนสามารถยอมรับและชื่นชมคนดีในสังคมที่ไม่ผูกมัดกับทาส หรือมีภรรยาหลายคนได้ แสดงว่าสมัยก่อนเราก็มีความยืดหยุ่นประมาณหนึ่ง แต่ตอนนี้มันเป็นการตีความตามปัจจุบันว่าถ้าแต่งงานแล้ว เราต้องไม่ไปยุ่งกับคู่แต่งงานของคนอื่น

ถามว่าทำไมไทยเปิดรับเรื่องนี้ช้ากว่าตะวันตก ก็อาจจะเพราะความเป็นเมืองใหญ่ ถ้ามองในแง่ประวัติศาสตร์ เมื่อเกิดการติดต่อแลกเปลี่ยนความคิดกันมากขึ้น เมืองใหญ่ขึ้น เทคโนโลยีทำให้คนพึ่งพาตัวเองได้มากขึ้น คนก็มีความโน้มที่จะยอมรับความหลากหลายทางชีววิทยามากยิ่งขึ้น ปัจจุบันเด็กรุ่นใหม่แค่เรื่องนี้น้อยมา พอเขาโตขึ้น เขาจะเป็นคนกำหนดมาตรฐานว่าสิ่งที่เขาเชื่อคือสิ่งที่ถูกต้อง แล้วตอนนี้คนที่สร้างมาตรฐานเดิมก็เริ่มมีอายุมากขึ้นแล้ว บรรทัดฐานก็จะค่อย ๆ เปลี่ยนไป ความหลากหลายทางชีววิทยามีมานาน 2 แสนปี เช่น การจับคู่หลายแบบ รักร่วมเพศ แต่มันถูกบีบให้บอกว่าทำไม่ได้ พอยุคสมัยเปลี่ยนมาเรื่อย ๆ เราพึ่งพาคนอื่นน้อยลง เทคโนโลยีเข้ามาช่วยดูแลตัวเองมากขึ้น ความหลากหลายที่แท้จริงของมนุษย์จึงมีโอกาสเป่งบานอีกครั้ง



การแต่งงานมีลูกทำให้คนทุกชั้นกรมานมากขึ้นโดยไม่รู้ตัว เหมือนคนติดยาเสพติด อดหลับอดนอน โทรม ไม่ดูแลตัวเอง ปล่อยร่างกาย กรุดโทรม กินอะไรก็ได้ แต่พอเด็กยืมให้ทีก็เหมือนกับถูกฉีดยาอื่น แล้วรู้สึกผ่อนคลาย ประทับประคองตัวเองต่อไปได้



แต่การเป็นโสดในสังคมที่ไม่มีสวัสดิการที่รองรับการใช้ชีวิตคนเดียว ก็ถือเป็นเรื่องลำบากหรือไม่

ต้องกลับมาดูว่าใครเป็นคนวางระบบ ในระบอบประชาธิปไตย คนที่วางระบบคือประชาชน เมื่อคนรุ่นใหม่มีสิทธิ์เลือก เขาต้องเรียกร้องกฎหมายที่รองรับวิถีชีวิตแบบใหม่ และยกเลิกสิ่งที่ยึดกับวิถีชีวิตแบบใหม่ของเขาแน่นอน แต่คนรุ่นเก่าก็ต้องการรักษาสิ่งที่ตัวเองต้องการเอาไว้ ต้องการกฎที่ยังทำให้ตัวเองอยู่ได้ และกฎใหม่ที่รองรับตัวเองตอนแก่ได้ ประชาธิปไตยจึงเป็นเรื่องของการเจรจาระหว่างคนที่มีความคิดต่างกัน คนต่างเจเนอเรชันที่มีความคิดต่างกัน มาหาทางที่จะอยู่กันได้อย่างลงตัว ดังนั้นคำตอบก็คือปัจจุบันจะวางโครงสร้างหรือไม่ วางระบบหรือไม่ ก็อยู่ที่ประชาชนเลือก

ภาวการณ์เรื่องการมีลูกต่อจากนี้อย่างไร เมื่อคนเราพึ่งพาตัวเองกันมากขึ้น

สัญชาตญาณของมนุษย์หรือแม้แต่สัตว์ก็ตามไม่ได้ต้องการมีลูก สัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมมีสัญชาตญาณ 2 อย่าง คือ ความต้องการมีเพศสัมพันธ์กับความรัก ลูกเป็นผลข้างเคียง เพราะฉะนั้นสังคมที่เปิดกว้างและมีเทคโนโลยีที่จะป้องกัน ทำให้คนยังต้องการมีเพศสัมพันธ์แต่การมีลูกอาจจะไม่ใช่ จริง ๆ แล้วความอยากมีลูกอาจมาจากสัญชาตญาณของการรักเด็ก ที่ความรู้สึกรักลูกไม่ได้จำกัดเฉพาะลูกของมนุษย์ เพราะสัตว์เลี้ยงลูกด้วยนมตอนเด็กจะมีลักษณะคล้ายกันซึ่งเรียกว่า Neoteny คือ มีลักษณะตาใหญ่ ๆ ตาคำโต ๆ หัวกลม ๆ ซึ่งเรามองความน่ารักข้ามสายพันธุ์ได้ ซึ่งลักษณะนี้มันกระตุ้นสัญชาตญาณให้เกิดความรู้สึกอยากจะปกป้องดูแล เพราะฉะนั้นเราเลยเห็นลูกคนอื่น หรือลูกหมาลูกแมวน่ารัก บางคนเลี้ยงหมาก็เลือกที่จะไม่มีลูก เพราะได้ตอบสนองความต้องการตรงนั้นแล้ว แต่บางคนอาจต้องการมากกว่านี้ ก็อยากจะมีลูกของตัวเอง

เพียงแต่ว่าการแต่งงานมีลูกทำให้คนทุกชั้นกรมานมากขึ้นโดยไม่รู้ตัว เหมือนคนติดยาเสพติด อดหลับอดนอน โทรม ไม่ดูแลตัวเอง ปล่อยร่างกาย



ทวดโทรม กินอะไรก็ได้ แต่พอเด็กยิ้มให้ก็เหมือนกับถูกฉีดเฮโรอินแล้วรู้สึกผ่อนคลาย ประดับประคองตัวเองต่อไปได้ งานวิจัยทางจิตวิทยามีวิธีวัดความสุขแบบหนึ่ง เขาจะส่งข้อความไปตามว่าตอนนี้มีความสุขแค่ไหน เช่น แม่ที่อดนอน นอนน้อยมาก ๆ มีความสุขแค่ 2 (คะแนน) ลูกร้องทำยังไงก็ไม่เงียบมีความสุขแค่ 4 พอมาดูผล เขาบอกว่าคนที่มีลูกไม่ค่อยมีความสุข แต่บางครั้งมันจะเหมือนกับฉีดยาเสพติดสักครั้งหนึ่งแล้วก็พิก แล้วก็ลืมไปหมดเลยว่าใน 24 ชั่วโมง เขาไม่มีความสุขอยู่ 20 ชั่วโมง มีความสุขอยู่ประมาณ 5 นาทีตอนที่ลูกยิ้ม แต่มันเป็นความสุขแบบพิกที่คนธรรมดาไม่ค่อยรู้สึกแบบนี้บ่อย คนทั่วไปจะมีความสุขประมาณ 7-9 อยู่ทุกวัน นาน ๆ ที่จะมีมีความสุขแบบพิก ในแง่จิตวิทยาบอกว่า คนที่แต่งงานมีครอบครัวมีลูกไม่ได้มีความสุขกว่าคนโสด มันมีข้อดีและข้อเสียที่คุณต้องแลกลงมา

แต่บางคนที่ต้องการมีลูกเพื่อให้ลูกดูแลยามแก่และเป็นทายาทสืบสกุลต่อไป

ถ้ามองเศรษฐกิจโลกตอนนี้ ลูกจะดูแลหรือไม่ดูแลก็ไม่มียะไรหรอกันตี ประเด็นที่เห็นชัดตอนนี้คือ การเข้าสู่สังคมสูงอายุ ปัจจุบันการแพทย์ทำให้คนอายุยืน แต่ไม่การันตีว่าแข็งแรง อายุยืน แต่ไม่ได้แปลว่าสุขภาพดี กลายเป็นว่ามีคนสูงอายุที่ป่วยมากขึ้น แต่ไม่ตาย เพราะการแพทย์ชะลอความตาย แต่ไม่ได้เพิ่มคุณภาพชีวิตมากนัก และคนเกิดน้อยลง นี่เป็นเทรนด์ที่เห็นได้ชัดเจนในหลายประเทศ คนรุ่นใหม่ที่จะมาเลี้ยงคนสูงอายุก็ต้องทำงานหนักแต่มีรายได้ไม่เยอะ เขาจะเลี้ยงดูคนรุ่นก่อนไหวหรือเปล่า ขณะที่สังคมในอเมริกาตอนนี้มีลักษณะเป็นปัจเจกสูง คนไม่ได้ผูกมัดว่าลูกหลานจะต้องเลี้ยงดูพ่อแม่ ผู้ใหญ่ต้องดูแลตัวเอง ขณะที่เมืองไทยยังมีวัฒนธรรมแบบไทยเพียงแต่เด็กรุ่นใหม่จะถูกบีบมากขึ้น ค่าครองชีพสูง คนไม่มีเงินเก็บเหมือนสมัยก่อน และเศรษฐกิจโลกไม่ได้โตเหมือนรุ่นพ่อแม่ที่เกิดหลังสงครามโลก เจเนอเรชันนี้ไม่รวยขึ้น แต่หาเงินให้พอใช้ก็ยากมากแล้ว อาจเป็นเทรนด์เหมือนในตะวันตกที่คนเช่าบ้านกันตลอดชีวิต ไม่ซื้อรถหรือไม่เป็นเจ้าของอะไรเลย เพราะฉะนั้นการหวังให้ทายาทมาดูแลก็อาจจะยากขึ้น

ญี่ปุ่นมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นเร็วมาก สิ่งที่คุณกลัวอาจไม่ใช่ความโสด แต่กลัวตายอย่างโดดเดี่ยว ขณะเดียวกันผู้ชายก็มีแนวโน้มเป็น “สัตว์กินพืช” (Herbivore Men) ไม่สนใจแต่งงาน ไม่มีเพศสัมพันธ์ หรือคบผู้หญิง มองปรากฏการณ์เหล่านี้อย่างไร

เรื่องความต้องการทางเพศมีปัจจัยหลายอย่าง เช่น ฮอโมนตามวัย ความเครียด แต่ปัจจัยใหม่ที่แทรกขึ้นมาคือ เทคโนโลยีที่ตอบสนองอารมณ์ทางเพศได้โดยไม่ต้องเจอคนจริง เช่น หนังโป๊ รูปโป๊ เครื่องมือช่วยสำเร็จความใคร่ หรือเช็ททอยทั้งหลาย ประเด็นคือคนที่เล่นหนังโป๊ไม่ได้มีหุ่นเหมือนคนทั่วไป พวกนี้เป็นเหมือนสิ่งเร้า (Supernormal Stimulus) มากกระตุ้น เหมือนเรากินหวานมากขึ้นเรื่อย ๆ พอกินของที่เคยกินหวาน มันจะไม่หวานเหมือนเดิม พอเราเสพสื่อเหล่านี้เยอะ ๆ อาจจะทำให้รู้สึกชินชากับของจริงน้อยลง

พอมีหลายปัจจัยรวมกัน เลยเกิดเทรนด์ของคนที่มีลักษณะเป็นสัตว์กินพืชมากขึ้น เราถึงได้เห็น Pornhub เป็นธุรกิจอันดับต้น ๆ ในโลกอินเทอร์เน็ต เมื่อมีเทคโนโลยีเข้ามาตอบสนองความต้องการทางเพศ ความต้องการที่จะแต่งงานก็ลดลง เพราะการแต่งงานมีข้อเสียเยอะ คนมีอิสระน้อยลง ผู้หญิงปัจจุบันก็ไม่ได้ต้องการเลี้ยงลูก คนเลยอยากแต่งงานช้าลงเรื่อย ๆ จนไปถึงจุดหนึ่งคนเริ่มคิดว่าจำเป็นต้องแต่งงานหรือเปล่า

ส่วนความต้องการมีใครสักคนแก่ตายไปพร้อมกันมันเป็นเรื่องของแรงสนับสนุนทางสังคม (Social Support) เราไม่ต้องการคนรัก สามีหรือภรรยา สมมติถ้าเรามีกลุ่มเพื่อนสนิทที่เป็นโสดด้วยกัน อยากเจอเมื่อไรก็เรียกได้ พอผ่านวัยเจริญพันธุ์ไปแล้ว ฮอโมนและแรงขับที่ต้องการมีเพศสัมพันธ์หรือความสนใจทางเพศมีแนวโน้มจะน้อยลง แต่ไม่ได้แปลว่าหมดไป แต่สัญชาตญาณหนึ่งของสัตว์สังคมคือ ต้องการคนรู้จัก เพื่อน คนที่ไว้ใจได้ คนที่พึ่งพิงได้เวลาเราต้องการความช่วยเหลือทางจิตใจเพราะฉะนั้นเรื่องไม่ยากแก่ตายคนเดียวเป็นสัญชาตญาณของการเป็นสัตว์สังคม

ถ้ามีบริการที่ตอบใจเรื่องการมีสังคม มีที่ให้เราอยู่กับคนอื่นได้อย่างสบายใจ ก็ไม่จำเป็นต้องแต่งงานใช้ไหม

ใช่ แรงขับจะมาตามช่วงวัย พอเข้าวัยรุ่น เราอยากมีคู่ สมัยก่อนมองว่าจะมีเพศสัมพันธ์ได้ ต้องแต่งงานกัน ทีนี้พอสังคมยืดหยุ่นมากขึ้น คุณสามารถย้ายไปอยู่ด้วยกันโดยไม่ต้องแต่งงาน คนก็จะเลือกไม่แต่งงานมากขึ้น พออยู่ไป 2-3 ปี บางคนอาจจะต้องการเปลี่ยนคูแบบ Serial Monogamy แต่พออายุมากขึ้น ฮอโมนความต้องการทางเพศน้อยลง แต่เรายังต้องการมีเพื่อน มีสังคม คนที่คุ้นเคยหรือไว้ใจได้ต่อไป เราไม่ได้ต้องการคนรักเหมือนสมัยก่อน แต่ต้องการคนที่อยู่เป็นคู่คิด เป็นเพื่อนสนิท ซึ่งเป็นเพศเดียวกันก็ได้ คนละเพศก็ได้ อยู่กันแบบไม่มีเพศสัมพันธ์ก็ได้

เวลาคนเราโตขึ้นตั้งแต่ช่วงวัยรุ่นจนถึงช่วงวัย 40 ปี เรามีโอกาสที่จะโตไปเป็นคนละแบบ ช่วงวัยรุ่นชอบสิ่งเดียวกัน พอถึงวัย 30 คนหนึ่งอาจจะสนใจธรรมชาติ อีกคนอาจจะเริ่มสนใจการเดินทางท่องเที่ยว อยากเห็นโลกมากขึ้น ต่างคนต่างเติบโตไปในเส้นทางของตัวเอง และเมื่อสังคมตะวันตกมองว่าการหย่าไม่ใช่เรื่องต้องห้ามหรือตราบาป คนก็มีโอกาสจะแยกทางกันให้แต่ละคนไปเจอคนใหม่ที่เข้าวัดด้วยกัน หรือเดินทางด้วยกัน



คนเรายังต้องการมีพาร์ทเนอร์ในชีวิต ต่อให้แยกทางไปแล้ว เราไม่ต้องการเป็นเสือที่อยู่ตามลำพัง แต่เราต้องการหาฝูงใหม่ของเรา อาจไม่ได้เป็นคู่ที่ต้องการเช็ทเป็นหลัก แต่มีความสนใจตรงกัน แชร์ประสบการณ์ชีวิตร่วมกันได้ ขณะที่สิ่งมีชีวิตอื่น ๆ ก็มีวิธีจับคู่หลายแบบ บางชนิดช่วยกันเลี้ยงลูกระยะหนึ่งแล้วแยกไปมีคู่ใหม่ บางชนิดจับคู่ไปจนกระทั่งตาย เพื่อที่จะมีลูกด้วยกันต่อไปเรื่อย ๆ ซึ่งมาจากแรงขับที่จะส่งต่อพันธุกรรม

มีคำแนะนำอย่างไรสำหรับคนที่ถูกสัวคตกรอบ แต่มีความเชื่ออีกแบบ และรู้สึกผิดทุกครั้งก็คิดแบบนี้

ปัจจัยแรกคือเรื่องการตัดสินใจของตัวเองว่าเรายอมรับตัวเองแค่ไหน ปัจจัยที่สองคือ คนรอบตัว เราเปลี่ยนคนรอบข้างไม่ได้ แต่เราเปลี่ยนวิธีคิดกับตัวเองได้ ถ้าเราเข้าใจธรรมชาติของโฮโมเซเปียนส์ที่มีความหลากหลาย และยอมรับสิ่งนี้ได้ เราก็จะอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีกรอบได้พอสมควร แต่ถ้ากรอบมันแคบมาก ๆ คนเอาหินมาปาใส่เรา ก็เปลี่ยนสิ่งแวดล้อม

ถ้าในอนาคตมนุษย์แฮปปี้กับการเป็นสโตน มีเทคโนโลยีเติมเต็มความต้องการ จนไม่ได้อยากสืบพันธุ์แล้ว สถานการณ์นี้มีโอกาสที่จะเกิดขึ้นไหม

ผมไม่รู้คำตอบนะ แต่ตอนนี้ผมคุยกับภรรยาบ่อยมากเลยว่าปัญญาประดิษฐ์จะเปลี่ยนมนุษย์ไปอย่างไร เรากำลังเจอเทคโนโลยีที่ไม่เคยเจอมาก่อน ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่จะมาประสานกับชีววิทยาแบบแนบแน่น เจนเอชเอ็นนี่เป็นรุ่นแรกที่มีเทคโนโลยีเหล่านี้เกิดขึ้นอย่างจริงจังและเปลี่ยนแปลงเร็วมาก

มันจะกลับไปเรื่องสังคมผู้สูงอายุที่ตอนนี้มีคนแก่เยอะขึ้น AI จะเข้ามาแก้ปัญหาไหม แต่จะไปถึงขั้นที่มนุษย์ไม่ต้องทำงานหรือเปล่า ทุกวันนี้เราตัดสินใจคนอื่นจากหน้าที่การงาน ซึ่งถ้ามองจริง ๆ แล้วมันตลก เพราะมนุษย์เราชอบหลายอย่าง เช่น ดนตรี ศิลปะ แต่เรามักจะเอาเรื่องการทำงานมาเป็นปัจจัยในการมองคน แต่โลกอนาคตจะเป็นโลกที่แปลก มนุษย์เราทำงานมาตั้งแต่ไหนแต่ไร ไม่อย่างนั้นเราจะไม่มีชีวิตรอดไม่ได้ แต่ถ้าเรามีเทคโนโลยีมาทำงานแทนเรา อาชีพจะไม่เป็นตัวตัดสินว่าเราเป็นยังงั้น เทคโนโลยีจะเข้ามาช่วยเหลือผู้สูงอายุ และถ้าเราเข้าใจความชรามากขึ้น ทำให้มนุษย์สามารถอยู่ได้ถึง 200 ปี หรือ 700 ปี มันก็คือโลกใหม่ การสืบพันธุ์จะไม่สำคัญอีกต่อไป ถึงตอนนั้นผมคิดไม่ออกแล้วว่าโลกจะเป็นยังงั้น แต่ว่ายุคนี้เป็นยุคแรกที่เราคิดว่าสิ่งที่จะมีอยู่ตอนนี้ถ้าจะนำไปสู่โลกแบบนั้นได้ ซึ่งเป็นอะไรที่สุดโต่ง จะเกิดอะไรขึ้นถ้ามนุษย์ไม่ต้องทำงาน และมีลูกคนเล็ก ๆ คอยดูแลเทคโนโลยี AI ที่มาช่วยเหลือมนุษย์ได้ มนุษย์เกิดมาแล้วไม่ต้องคิดเรื่องความตาย ถ้าเรามีอายุ 700 ปี เราจะพยายามมีความสุขกับชีวิตมากแค่ไหน จะกลัวตายจากอุบัติเหตุมากขึ้นแค่ไหน ปัจจัยต่าง ๆ จะเปลี่ยนไปหมดเลย รุ่นลูกผมก็มีโอกาสที่จะเจอโลกที่เปลี่ยนไปแบบพลิกหน้ามือเป็นหลังมือได้ [CT]

CREATIVE INGREDIENTS

การค้นพบใหม่ๆ ทาววิทยาศาสตร์ในปัจจุบัน

ฝรั่งจะชอบใช้คำว่า “Low Hanging Fruit” คือ ผลไม้ที่อยู่เตี้ย ๆ ที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงใหญ่ ๆ ถูกเด็ดออกมาแล้ว ตอนนี้เหลือแต่ผลไม้ที่อยู่สูง ๆ ดังนั้นโจทย์จะยากขึ้น จริง ๆ การค้นพบมีอยู่ทุกวันและมีเยอะมาก แต่อาจจะสร้างอิมแพกไม่มากเท่าในอดีต

จุดเปลี่ยนสำคัญในชีวิต

ตอนผมไปเรียนต่อและเริ่มสนใจเขียนหนังสือเป็นช่วงเปลี่ยนวิธีคิดเปลี่ยนเป้าหมายในชีวิต และหลาย ๆ อย่าง เมื่อก่อนผมมองแค่ว่าจะเป็นหมอ การเป็นหมอมันสร้างอิมแพกต่อคนสูงก็จริง แต่สร้างอิมแพกต่อสังคมไม่ค่อยสูง ผมรู้สึกว่าถ้าการรักษาคนไข้ไม่ใช่แค่ให้ยา แต่ต้องให้ความรู้เป็นหลักด้วย เลยอยากทำงานด้านนี้ที่เป็นงานเขียนเสริม ทำไปทำมากลายเป็นงานหลัก ขณะเดียวกันเราก็หวังว่าเวลาทำงานจะเหลือน้อยลง

ตั้งเป้าหมายกับลูกโหม

ไม่เลย ผมเชื่อว่าโลกที่เขาโตขึ้นและมีชีวิตอยู่เป็นโลกที่คาดเดาได้ยาก ถ้าเราไปตีกรอบให้เขาโตมาและเหมาะกับโลกของเรา เขาอาจไม่เหมาะกับโลกของเขา แต่ผมเชื่อมั่นว่าจะมีพื้นฐานความรู้บางอย่างที่สำคัญ หลักสูตรหรือโรงเรียนจะสำคัญน้อยลง ความรู้ตอนนี้มันเยอะมาก แต่สุดท้ายทักษะสำคัญคือ การหาความรู้ การเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง พอถึงอายุหนึ่งก็ทำงานเพราะหลักสูตรไม่ได้วางมาเพื่อให้เราทำงานได้สำเร็จ แต่ถ้าเรามีความรู้พื้นฐานก็สามารถเลือกเด็ดความรู้เอง และงานก็จะเปลี่ยนไปเรื่อย ๆ เช่นกัน

OPEN
CALL

#2

คลิกเพื่อดูรายละเอียด



OPEN SPACE @ TCDC

เปิดพื้นที่สร้างสรรค์สำหรับทุกคน

พื้นที่เพื่อจัดแสดงผลงาน โชว์เคส นิทรรศการ
งานเสวนา หรือกิจกรรมสร้างสรรค์ ที่ TCDC
ระหว่างวันที่ 1 พฤษภาคม - 30 กันยายน 2564



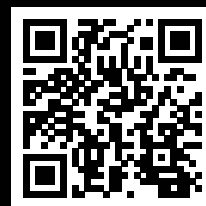
รับสมัครผลงานและกิจกรรม

สถานที่รับสมัครรายละเอียดเพิ่มเติมที่นี่

วันนี้



31 มีนาคม 2564



สำนักงานวิทยุวัฒนธรรม



สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

ส่วนงานกิจกรรม สำนักพัฒนาองค์ความรู้เศรษฐกิจสร้างสรรค์

อีเมล : Openspace@tcdc.or.th

โทร : 02-105-7400 ต่อ 240, 247 (จันทร์ - ศุกร์ 10.30 - 17.30 น.)

เมื่อความโสดคือทางของฉัน

เรื่อง : นพพร คนไว



Photo by Dan Gibbin on Unsplash

ผลสำรวจของแอปพลิเคชันหาคู่ชื่อดังอย่าง Tinder ได้เปิดเผยข้อมูลว่า กลุ่มคนอายุ 18 - 25 ปีนั้นเลือกที่จะเป็นโสดถึง 72% และกว่า 81% เชื่อว่าการมีสถานะโสดได้มอบประโยชน์ที่พวกเขาต้องการอย่างแท้จริง ไม่เพียงแค่นั้นในกลุ่มคนรุ่นใหม่ แต่ยังมีกลุ่มประชากรสูงอายุที่เคยผ่านการหย่าร้างหรือคู่สมรสเสียชีวิตที่ยังคงรักษาสถานะโสดต่อไป โดยทั้งสองกลุ่มมีสถานะทางการเงินใกล้เคียงกัน คือประชากรสูงอายุจะใช้ชีวิตด้วยเงินบำนาญหรือเงินออม ไม่มีรายได้เสริม และสำหรับคนหนุ่มสาวที่โสดก็มักมีข้อจำกัดด้านรายได้ที่ยังไม่มากพอซึ่งจำเป็นต้องใช้จ่ายอย่างประหยัด

เกาหลีใต้ หนึ่งในประเทศที่มีจำนวนของครัวเรือนเดี่ยว (Single-Person Households) เป็นอันดับสองของเอเชีย รองมาจากญี่ปุ่น มีรูปแบบเศรษฐกิจที่เรียกว่า 1comomy ที่เกิดขึ้นเพื่อเป็นคำตอบของการทำธุรกิจที่รองรับการใช้ชีวิตเพียงลำพังของชาวเกาหลีใต้ซึ่งเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยในวัฒนธรรมเกาหลีถึงกับมีคำเรียกเฉพาะสำหรับหลายกิจกรรมที่ทำคนเดียวแบบเจาะจงลงไป เช่น ฮนบับ (ฮนบับ) ที่หมายถึงการกินคนเดียว ฮนซูล (ฮนซูล) คือการดื่มคนเดียว และ ฮนโนล (ฮนโนล) การเที่ยวคนเดียว พฤติกรรมของผู้บริโภคเหล่านี้ ส่งผลให้ผู้จำหน่ายสินค้าและบริการต้องปรับลดขนาดของผลิตภัณฑ์ลงให้เหมาะกับขนาดการบริโภคคนเดียวตามไปด้วย เช่น จากเดิมที่ไวน์ขวดหนึ่งมีปริมาณราว 750 มิลลิลิตร ก็ลดลงมาเป็น 375 มิลลิลิตร หรือการลดขนาดเครื่องใช้ไฟฟ้าเพื่อให้เพื่อสะดวกต่อการจัดเก็บและปรับประสิทธิภาพลงให้ไม่มากเกินไป ทั้งยังเป็นอุปกรณ์ที่ต้องสามารถติดตั้งหรือเปลี่ยนอะไหล่ได้ด้วยคนคนเดียวอย่างเช่น เครื่องกรองน้ำที่มีขนาดพอดีและติดตั้งง่าย เป็นต้น

นอกจากลดขนาดของเครื่องใช้ไฟฟ้าแล้ว บางแบรนด์ยังใช้ความคิดสร้างสรรค์ออกแบบอุปกรณ์ที่สามารถใช้ได้หลายโอกาส บริษัท Thanko ในประเทศญี่ปุ่นได้ออกแบบหม้อหุงข้าวขนาดเล็กที่มีไซส์เท่ากับกล่องเบนโตะ โดยมีความยาวเพียง 24 เซนติเมตร กว้าง 10 เซนติเมตร และมีน้ำหนักเพียง 1 กิโลกรัมเท่านั้น จึงช่วยให้ประหยัดพื้นที่ใช้สอย และยังไม่ทำให้ผู้ใช้หม้อหุงข้าวปริมาณมากจนเกินไป อีกทั้งยังสามารถพกติดตัวได้ง่ายเมื่อต้องเดินทาง

แม้ว่าคนโสดหลายคนจะมีความสุขกับการใช้ชีวิตอยู่คนเดียว แต่ในบางครั้งกิจกรรมอย่างการท่องเที่ยวก็จำเป็นต้องหาผู้ร่วมเดินทางไปด้วย แอปพลิเคชันสตรีเที่ยวคนเดียวอย่าง Solo Traveller จึงถูกพัฒนาขึ้นเพื่ออำนวยความสะดวกแก่นักเดินทางคนเดียวให้สามารถพบเจอกับผู้ร่วมเดินทางได้ในทุกแห่งที่ไป

รูปแบบธุรกิจสำหรับกลุ่มผู้บริโภคที่เน้นการใช้ชีวิตอยู่คนเดียวกำลังกลายเป็นตลาดใหม่ที่น่าจับตามองในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา และยังมีความเป็นไปได้อีกหลายทางสำหรับผู้ประกอบการที่กำลังมองหาช่องทางใหม่ ๆ เพื่อขยายกลุ่มลูกค้าที่มีความพร้อมและความต้องการอีกมากมายเพื่อตอบโจทย์การใช้ชีวิตที่พวกเขาต้องการ [CT](#)

ที่มา : บทความ "Unconventional families of the future: single-person households" โดย Losego Motshela จาก fluxtrends.com / บทความ "Single-Person Households' Consumption Trend: 1CONOMY" โดย Yang Ji Yeong จาก theforumcuf.com / บทความ "Japan's one-person bento box-sized rice cooker can give you freshly cooked rice at the office" โดย Casey Baseel จาก soranews24.com / บทความ "How Single Homes Affect Consumer Spending Trends" โดย An Hodgson จาก euromonitor.com

CEA LIVE
HOUSE
Vol.2

OPEN CALL

ซ้อม
เล่น
เต็ม
ฟรี

กลับมาอีกครั้งกับโครงการ
โดยสำนักงานส่งเสริมเศรษฐกิจสร้างสรรค์ (CEA)
ที่เปิดโอกาสให้ ศิลปิน นักศึกษา นักสร้างสรรค์
ใช้พื้นที่เพื่อฝึกซ้อมการแสดง ฟรี!

เปิดรับสมัคร

วันนี้ - 26 Feb 2021

เปิดพื้นที่ฝึกซ้อม

19 Jan - 28 Feb 2021




#CEAVACCINE



คลิกเพื่อดูรายละเอียด

ไปลุยตลาดโลกกัน! เพิ่มโอกาสการค้า แบบไร้พรมแดน

รวม 11 แพลตฟอร์ม E-Commerce ชัยนำทั่วโลก

ข้อมูลค่าธรรมเนียม คอมมิชชั่น
มัดจำ โอน จุดเด่น จุดด้อย ฯลฯ
สรุปทุกอย่างและตารางเปรียบเทียบ
ให้คุณแล้วที่นี่ [คลิกเพื่อดูข้อมูล](#) 

สำหรับผู้ประกอบการที่เน้นแพลตฟอร์มร่วมขายสินค้า
เพื่อลดต้นทุนในการพัฒนาและดูแลเว็บไซต์ตนเอง

หมายเหตุ : ข้อมูล ณ เดือนตุลาคม 2563