



การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสด  
ในเทศบาลเมืองปัตตานี  
Preparing Female Muslims in Pattani Municipality for Transitioning  
to Senior Citizens

มุซีร่า หลีอาดัม  
Museera leadam

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาการบริหารการพัฒนาสังคม  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of  
Master of Arts in Social Development Administration

Prince of Songkla University

2564

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์





การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสด  
ในเทศบาลเมืองปัตตานี  
Preparing Female Muslims in Pattani Municipality for Transitioning  
to Senior Citizens

มุซีร่า หลีอาดัม  
Museera leeadum

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาการบริหารการพัฒนาสังคม  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of  
Master of Arts in Social Development Administration  
Prince of Songkla University

2564

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์



ชื่อวิทยานิพนธ์ การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาล  
เมืองปัตตานี

ผู้เขียน นางสาวมุซึเราะ หลีอาดัม

สาขาวิชา การบริหารการพัฒนาสังคม

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

คณะกรรมการสอบ

.....

.....ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จิรัชยา เจียวก๊ก)

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุทธิดา ชวนวัน)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

.....กรรมการ

.....

(รองศาสตราจารย์ อาหวิง ล่านุ้ย)

(ดร.วันพิชิต ศรีสุข)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จิรัชยา เจียวก๊ก)

.....กรรมการ


(ดร.วันพิชิต ศรีสุข)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยฉบับนี้เป็น  
ส่วนหนึ่งของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการบริหาร  
การพัฒนาสังคม

.....  
(ศาสตราจารย์ ดร.ดำรงศักดิ์ ฟาร์รุ่งสว่าง)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ขอรับรองว่า ผลงานวิจัยนี้มาจากการศึกษาวิจัยของนักศึกษาเองและได้แสดงความขอบคุณบุคคลที่มี  
ส่วนช่วยเหลือแล้ว

ลงชื่อ..... .....  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จิรัชยา เจียวักก)  
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ลงชื่อ.....  
(นางสาวมูซึระ หลีอาดัม)  
นักศึกษา

ข้าพเจ้าขอรับรองว่า ผลงานวิจัยนี้ไม่เคยเป็นส่วนหนึ่งในการอนุมัติปริญญาในระดับใดมาก่อน และ  
ไม่ได้ถูกใช้ในการยื่นขออนุมัติปริญญาในขณะนี้

ลงชื่อ.....

(นางสาวมูซึระ หลีอาดัม)

นักศึกษา

ชื่อวิทยานิพนธ์	การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี
ผู้เขียน	นางสาวมุซึร่า หลีอาดัม
สาขาวิชา	การบริหารการพัฒนาสังคม
ปีการศึกษา	2564

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาเงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานี และ (2) เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง สัมภาษณ์แบบเจาะลึกและการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมจากกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่เป็นมุสลิมะห์ ซึ่งมีภูมิลำเนาในเทศบาลเมืองปัตตานี จำนวน 9 คน ใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลแบบสามเส้าและนำเสนอข้อมูลด้วยการอธิบายเชิงพรรณนา

ผลการวิจัย พบว่า (1) เงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานี มีเงื่อนไข 4 ด้าน ประกอบด้วย 1) เงื่อนไขด้านครอบครัว ได้แก่ สถานภาพในครอบครัว สภาพแวดล้อมภายในและภายนอกครอบครัว ลักษณะการเลี้ยงดูในครอบครัว ภาระหน้าที่ในครอบครัว 2) เงื่อนไขด้านจิตใจ ได้แก่ ทศนคติต่อการแต่งงาน มาตรฐานในการเลือกคู่ครอง ประสพการณ์ความรัก 3) เงื่อนไขด้านสังคม ประกอบด้วย การศึกษาและการทำงาน 4) เงื่อนไขด้านวัฒนธรรม ประกอบด้วย การปรับตัวภายใต้คำสอนของศาสนาและการสนับสนุน 5) เงื่อนไขด้านสุขภาพ ประกอบด้วย โรคประจำตัว (2) การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ พบว่ามีมุสลิมะห์ 2 กลุ่มคือ กลุ่มที่มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัย ประกอบด้วย การเตรียมความพร้อมใน 5 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านสุขภาพร่างกาย 2) ด้านจิตใจและจิตวิญญาณ 3) ด้านการเงิน 4) ด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล 5) ด้านสังคม และกลุ่มมุสลิมะห์ที่ไม่ได้มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

**คำสำคัญ:** การเตรียมความพร้อม, เงื่อนไขการอยู่เป็นโสด, มุสลิมะห์, วัยสูงอายุ



<b>Thesis Title</b>	Preparing Female Muslims in Pattani Municipality for Transitioning to Senior Citizens
<b>Author</b>	Miss Museera leeadum
<b>Major Program</b>	Social Development Administration
<b>Year</b>	2021

### ABSTRACT

This study is qualitative research. The objectives of this research were (1) to study the condition of being single of Muslims in Pattani Municipality and (2) to study the preparation before entering the elderly of Single Muslimah in Pattani Municipality Data were collected using a semi-structured interview form. In-depth interviews and no observations Participation from a group of Muslim informants domicile in Pattani Municipality, 9 people, used a triangular data analysis method and presented the data with a descriptive explanation.

The revealed that (1) the conditions for being single for Muslims in Pattani Municipality consisted of 4 conditions as follows: 1) Family conditions, namely family status; environment inside and outside the family Characteristics of parenting in the family Family obligations 2) Psychological conditions such as attitude towards marriage standards for choosing a spouse Love experiences 3) Social conditions, including education and work 4) Cultural conditions, including adaptation under religious teachings and support 5) Health conditions, including congenital disease (2) Preparing for puberty Elders of Muslims It was found that there were 2 groups of Muslims: those who had preparation before entering adulthood, which consisted of preparation in 5 aspects: 1) physical health 2) mental and spiritual 3) financial 4) housing and caregivers. 5) Social and Muslim groups who do not have preparation before entering the elderly.

**Keywords:** *preparation, conditions of being single, Muslimah*

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดีจากการให้ความช่วยเหลืออนุเคราะห์ของอาจารย์ที่ปรึกษาทั้ง 2 ท่าน คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จิรัชยา เจียวก๊ก และดร.วินพิชิต ศรีสุข ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทความรู้ทางวิชาการให้แก่ข้าพเจ้า ตั้งแต่ระดับการศึกษาปริญญาตรีจนถึงปริญญาโทและเป็นแบบอย่างความเพียรพยายามในการทำงาน ตลอดจนให้กำลังใจในการเรียนเมื่อประสบกับความท้อแท้ตลอดช่วงเวลาที่ได้ศึกษา

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุทธิดา ชนวนวัน ที่ให้เกียรติสละเวลามาเป็นประธานสอบปกป้องวิทยานิพนธ์ตลอดจนให้ข้อชี้แนะให้วิทยานิพนธ์มีความสมบูรณ์ นอกจากนี้ยังมีรองศาสตราจารย์อาหวัง ล่านุ่ย ดร.ซัมซุ สาอุ และดร.อลิสา หะสะเมาะ ที่ช่วยสละเวลามาเป็นกรรมการในช่วงสอบโครงร่างวิทยานิพนธ์พร้อมทั้งให้คำแนะนำต่างๆทำให้ผู้ศึกษามองเห็นโจทย์วิจัยมากขึ้น

ขอขอบคุณผู้ให้ข้อมูลทุกท่านที่มีส่วนสำคัญทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จ ขอขอบคุณกัลยาณมิตรทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือ และให้คำปรึกษาตลอดทั้งกำลังใจตลอดมา ขอขอบคุณบุคลากรคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ที่คอยสนับสนุนจัดทำเอกสารเพื่อดำเนินการทำวิทยานิพนธ์จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบคุณครอบครัวที่รอคอยความสำเร็จ คอยให้พลังใจอยู่เคียงข้างกันโดยเฉพาะ บิดา มารดาและน้ำ ขอขอบคุณนางสาวสุพยรี หลีอาดัม ผู้เป็นน้องสาวที่รักยิ่ง ที่คอยรับฟังเรื่องราว คอยเตือนสติและให้กำลังใจพี่สาวทุกช่วงชีวิตที่ผ่านมา ขอขอบคุณคุณยายท่านเป็นบุคคลสำคัญเสมือนมารดาของข้าพเจ้าที่คอยสนับสนุนกำลังทรัพย์ทางการศึกษาตั้งแต่เด็กจนโต แม้ว่าท่านจะล่วงลับไปก่อนจะได้เห็นความสำเร็จและข้าพเจ้าไม่มีโอกาสได้ตอบแทนพระคุณ แต่ท่านจะอยู่ในดุนอาร์และระลึกถึงพระคุณของท่านตลอดไป

สุดท้ายนี้ขอขอบคุณตัวเองในความเพียรพยายาม มุมานะและไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่างๆทำให้กลายเป็นคนใหม่ที่มีจิตใจเข้มแข็งและรู้จักตัวเองมากขึ้น

มุซึร่า หลีอาดัม

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ.....	(5)
ABSTRACT.....	(6)
กิตติกรรมประกาศ.....	(7)
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
คำถามวิจัย.....	5
วัตถุประสงค์การวิจัย .....	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	5
ขอบเขตการวิจัย.....	6
นิยามศัพท์เฉพาะ .....	7
2 ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง .....	8
คนโสดของไทย: สถานการณ์และความเป็นอยู่.....	9
หญิงโสดในบริบทของไทย.....	10
มุสลิมะห์โสดของปัตตานี.....	11
หญิงโสดกับแนวคิดพื้นฐาน.....	12
นัยของหญิงโสด.....	13
รูปแบบของการอยู่เป็นโสด.....	13
ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเงื่อนไขของการอยู่เป็นโสดของผู้หญิง.....	15
การเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและทางสังคมของผู้หญิงโสดก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ.....	20
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมในการใช้ชีวิตของผู้หญิงโสด.....	23
ความหมายของการเตรียมความพร้อม.....	23
องค์ประกอบของการเตรียมความพร้อม.....	23
การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ.....	24
วัฒนธรรมการแต่งงานของอิสลาม.....	28
แนวคิดการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในอิสลาม.....	29
บริบทเทศบาลเมืองปัตตานี.....	30
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	31

## สารบัญ (ต่อ)

กรอบแนวคิดการวิจัย.....	35
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	37
สนามวิจัย.....	37
กลุ่มผู้ให้ข้อมูล.....	37
วิธีการศึกษาและการเก็บรวบรวมข้อมูล .....	38
การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล .....	39
การตรวจสอบและวิเคราะห์ข้อมูล.....	39
4 ผลการวิจัย.....	42
เงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ .....	51
การเตรียมความพร้อมในการใช้ชีวิตของมุสลิมะห์ที่อยู่เป็นโสด.....	74
5 การสรุปผลการวิจัย อธิปราชยผล และข้อเสนอแนะ	
สรุปผลการวิจัย.....	106
การอภิปรายผลการวิจัย.....	111
ข้อเสนอแนะ.....	115
บรรณานุกรม.....	117
บุคลากร.....	126
ภาคผนวก.....	127
ภาคผนวก ก เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย.....	127
ภาคผนวก ข แบบชี้แจงข้อมูลสำหรับอาสาสมัครโครงการวิจัย.....	132
ภาคผนวก ค หนังสือรับรองจริยธรรมวิจัยในมนุษย์.....	132
ภาคผนวก ง บทความวิจัยเผยแพร่ที่เป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์.....	135
ประวัติผู้วิจัย.....	147

### สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 รูปแบบการอยู่เป็นโสด.....	14
ภาพที่ 2 กรอบแนวคิดการวิจัย.....	36
ภาพที่ 3 องค์ประกอบการวิเคราะห์รูปแบบปฏิสัมพันธ์.....	40
ภาพที่ 4 ขั้นตอนการทำข้อสรุปย่อยเป็นบทสรุปย่อยและบทสรุป.....	41
ภาพที่ 5 ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์มุสลิมะห์ในกลุ่มอาชีพข้าราชการ.....	49
ภาพที่ 6 ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์มุสลิมะห์ในกลุ่มอาชีพอิสระ.....	50

**สารบัญตาราง**

ตารางที่ 1 สัดส่วนการครองโสดของผู้หญิงในประเทศไทยในปี พ.ศ 2513-2553.....	10
ตารางที่ 2 สถานการณ์การอยู่เป็นโสดของผู้หญิงมุสลิมในจังหวัดปัตตานีในปี 2543 และปี 2553.....	11
ตารางที่ 3 ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของมุสลิมะห์.....	43

## บทที่ 1 บทนำ

### 1.1 ที่มาและความสำคัญ

สังคมไทยในอดีตที่ผ่านมาเน้นบรรทัดฐานและประเพณีนิยมมักเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการตัดสินใจสร้างครอบครัว โดยเฉพาะสถานภาพและบทบาทของผู้หญิงที่ถูกยึดโยงอยู่กับบทบาทความเป็นแม่ บทบาทความเป็นภรรยาและการแต่งงาน (รวิวรรณ ธรณี, 2549) อย่างไรก็ตามในปัจจุบันสังคมไทยเกิดการเปลี่ยนแปลงของประชากร เศรษฐกิจและสังคม ที่ส่งผลต่อการสร้างครอบครัวของคนไทย โดยรูปแบบครอบครัวไทยมีการเปลี่ยนแปลงไปมีลักษณะ DINK (Double Income No Kid) คือ ครอบครัวที่สามีภรรยาตัดสินใจไม่มีลูกด้วยเหตุผลด้านภาระการเลี้ยงดูสภาพเศรษฐกิจที่มีความบีบคั้นและสภาพแวดล้อมที่เสื่อมโทรม เปลี่ยนแปลงเป็นประชากรไทยมีแนวโน้มเป็นโสดมากยิ่งขึ้นหรือ SINK (Single Income No Kid) คือให้ความสำคัญแก่การแต่งงานน้อยลงแต่ในขณะเดียวกันให้ความสำคัญในการดำเนินชีวิตเพื่อเป้าหมายทางเศรษฐกิจมากขึ้น (พัชราวลัย วงศ์บุญสิน, 2553)

การเปลี่ยนแปลงของค่านิยมทางสังคมต่อการแต่งงานมีความแปรผันไปในเชิงคุณค่าและการให้ความสำคัญของแต่ละบุคคลที่มีความแตกต่างกันออกไป “คุณค่าและมูลค่าของการแต่งงานถูกประเมินค่าตีราคาเพื่อใช้ในการตัดสินใจของบุคคล” (จรัมพร ให้อายอง และสวรัย บุญมานนท์, 2552) จากนัยความหมายนี้ได้แสดงให้เห็นถึงความเป็นปัจเจกบุคคลที่ใช้ในการตัดสินใจแต่งงานที่สามารถเลือกการดำเนินวิถีชีวิตที่ตนเองปรารถนาโดยมักพิจารณาจากโอกาสทางเศรษฐกิจ “คุณค่าของครอบครัว” หลายครั้งกลับถูกมองว่ามีความหมายเดียวกันกับ “มูลค่าของครอบครัว” โดยมักพิจารณาจากโอกาสทางเศรษฐกิจ การทำงาน การศึกษา และความหลากหลายของการเลือกใช้ชีวิตคู่ ดังนั้นการเปลี่ยนผ่านแนวคิดเกี่ยวกับการแต่งงานในสังคมไทยจากที่เคยเป็นสิ่งที่ถือเป็นเรื่องจำเป็นต้องปฏิบัติตามค่านิยมของสังคม กลับถูกลดระดับให้เป็นเพียงหนึ่งในกระบวนการทางเลือกแบบกึ่งเสรีของคนสมัยใหม่ กล่าวคือการแต่งงานไม่ได้ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตค่านิยมของสังคมสมัยใหม่ที่มองว่า การแต่งงานเป็นเพียงสัญลักษณ์หนึ่งของการมีชีวิตคู่และสถานภาพทางกฎหมาย อีกทั้งสถานภาพโสดก็เป็นสถานภาพหนึ่งทางกฎหมายและไม่ได้เป็นภาระต่อสังคม (ภัสสร ลิมานนท์และคณะ, 2557)

จากสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงค่านิยมของการแต่งงานส่งผลให้คนไทยมีแนวโน้มที่จะครองโสดเพิ่มขึ้นทั้งผู้หญิงและผู้ชาย โดยเฉพาะผู้หญิงมีแนวโน้มการครองโสดที่สูงกว่าชาย (ชาย โพธิสิตา และคณะ, 2551) จากข้อมูลอายุเมื่อแรกสมรสของผู้หญิงไทยจากข้อมูลสำมะโนประชากรระหว่าง ปี พ.ศ 2513 - 2553 พบว่า ผู้หญิงมีแนวโน้มที่จะเลื่อนอายุการสมรสของตนเองออกไปจากอายุ 22 ปี ไปเป็นอายุ 24.9 ปี แสดงให้เห็นว่าผู้หญิงไทยในปัจจุบันเริ่มต้นการสร้าง

ครอบครัวเมื่อมีอายุมากขึ้น ปรากฏการณ์ที่ผู้หญิงไทยชะลอการแต่งงานจนมีอายุที่สูงขึ้นจะเกิดควบคู่กับการมีอัตราการครองโสดที่สูงขึ้นไปด้วย (ชาย โพลิตา, 2554) จากสัดส่วนการครองโสดของผู้หญิงไทยจากการสำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ. 2513 -2553 พบว่า ร้อยละการครองโสดของผู้หญิงไทยมีอัตราเพิ่มสูงขึ้นในทุกกลุ่มอายุโดยเฉพาะในกลุ่มอายุ 25-29 ปี จากในปี พ.ศ. 2513 มีเพียง ร้อยละ 15.6 เพิ่มเป็น ร้อยละ 39.5 ในปีพ.ศ. 2553 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2553) โดยแบบแผนการอยู่เป็นโสดของคนไทยจะมีลักษณะคือ การอยู่เป็นโสดมากในอายุกลุ่มน้อยและจะเป็นโสดลดลงเมื่ออายุมากขึ้น เนื่องจากเมื่ออายุสูงขึ้นจะมีสัดส่วนการสมรสมากขึ้น โดยเฉพาะผู้หญิงแล้วการเลื่อนอายุการแต่งงานจะมีผลทำให้อยู่เป็นโสดถาวรมากยิ่งขึ้น (อมรา สุนทรธาดา และกมลชนก ขำสุวรรณ, 2557)

สำหรับบทบาทของผู้หญิงในสังคมสมัยใหม่ก็มีความผันแปรไปพร้อมกับการพัฒนาทางเศรษฐกิจและสังคมที่มีความเจริญก้าวหน้า บทบาทของผู้หญิงไม่ได้ถูกจำกัดแค่เพียงความเป็นแม่และภรรยาเท่านั้น เนื่องจากได้รับการศึกษาที่สูงขึ้นส่งผลต่อเนื้อหาให้ฐานะทางเศรษฐกิจสังคมและหน้าที่การทำงานสูงตามไปด้วย ทำให้ผู้หญิงจะตั้งมาตรฐานในการเลือกคู่ครองไว้สูงเช่นกัน และหากไม่พบคู่ครองที่ตรงตามอุดมคติทำให้มีผลต่อการตัดสินใจอยู่เป็นโสด (ภัสสร ลิมานนท์, 2556) ซึ่งประกอบกับการศึกษาของพัชราภรณ์ ตราสิงห์ และสุทธิดา ชนวนัน (2559) พบว่า ผู้หญิงที่มีระดับการศึกษาสูงจะส่งผลต่อโอกาสการเป็นโสดมากกว่าผู้หญิงที่มีระดับการศึกษาที่ต่ำกว่า อีกทั้งผู้หญิงที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองจะมีโอกาสอยู่เป็นโสดสูงกว่าในเขตชนบท เนื่องจากเขตเมืองเป็นแหล่งพัฒนาเศรษฐกิจ ความเป็นอยู่ โอกาสทางด้านเศรษฐกิจ การศึกษาและการบริการต่างๆที่ดีกว่าเขตชนบท ดังนั้นการพัฒนาทางการศึกษาทำให้ผู้หญิงมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

ปรากฏการณ์ทางสังคมที่ผู้หญิงอยู่เป็นโสดมากขึ้นแสดงให้เห็นว่า ผู้หญิงมีความเชื่อมั่นในบทบาทและสถานภาพสูงขึ้นในสังคมที่สามารถพึ่งพาตนเองได้ในทางเศรษฐกิจ มีความเป็นอิสระเป็นตัวของตัวเอง และมีการศึกษาสูงขึ้น อีกทั้งมีความก้าวหน้าในหน้าที่การทำงานไม่ด้อยไปกว่าผู้ชาย (ศุทธิดา ชนวนัน และปิยวัฒน์ เกตวงศา, 2557) จากข้อมูลสำมะโนประชากรและเคหะ ปี พ.ศ. 2553 พบว่าปัจจุบันผู้หญิงไทยร้อยละ 53.5% เรียนจบในระดับปริญญาตรี และกว่า 60% อยู่ในภาคกำลังแรงงาน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560) แสดงให้เห็นว่า ในปัจจุบันผู้หญิงมีการศึกษาสูงขึ้นที่สูงกว่าผู้ชายจึงมีโอกาสมีหน้าที่การทำงานที่ดีกว่าตามไปด้วย ผู้หญิงจึงกลายเป็นผู้หารายได้หลักและรายได้เพิ่มเติมให้แก่ครอบครัว ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงบทบาททางเพศตามแบบแผนดั้งเดิมที่คาดหวังว่าผู้หญิงรับบทบาทดูแลบ้านและครอบครัว ทว่าบทบาทที่เปลี่ยนไปของผู้หญิงในการออกไปทำงานนอกบ้าน กลับไม่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงบทบาทของผู้ชายให้หันมารับผิดชอบหน้าที่ในบ้านอาจจะส่งผลให้ผู้หญิงไทยจึงเลือกที่จะอยู่เป็นโสดมากขึ้น (คาสปาร์ พิค, วาสนา อิมเมม และรัตนภรณ์ ตังธนเศรษฐ์, 2558)



ประเทศมาเลเซียเป็นประเทศที่ประชากรส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลามและมีการใช้บทบัญญัติของศาสนาอิสลามในการดำเนินชีวิต ในเรื่องการแต่งงานมีการกำหนดอายุที่เหมาะสม แต่ในปัจจุบันพบว่าผู้หญิงและผู้ชายในประเทศมาเลเซียมีการเปลี่ยนแปลงจากแต่งงานเมื่ออายุน้อยไปเป็นแต่งงานเมื่ออายุมากและมีสัดส่วนการอยู่เป็นโสดเพิ่มมากขึ้น (สุชาดา ทวีสิทธิ์ และคณะ, 2556) เมื่อพิจารณาสังคมอิสลามในพื้นที่จังหวัดปัตตานีที่มีศาสนาเป็นตัวกำหนดในการดำเนินชีวิตอย่างเคร่งครัด ถือว่าการมีครอบครัวนั้นมีความสำคัญมากโดยบทบัญญัติศาสนาอิสลามที่สนับสนุนให้คนมุสลิมมีการแต่งงานเพราะถือเป็นสุนนะฮ์ (สิ่งที่ศาสนาส่งเสริมให้กระทำ)

อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาสถานการณ์การครองโสดของคนไทยมุสลิมในระยะ 30 ปี (ปี พ.ศ. 2513 - 2543) พบว่า ผู้หญิงและผู้ชายมุสลิมมีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการครองโสด จากการศึกษาที่คนไทยมุสลิมแต่งงานเร็วและแต่งงานเกือบทั้งหมด เปลี่ยนแปลงไปสู่การแต่งงานช้าและอยู่เป็นโสดมากยิ่งขึ้น (ศิริวรรณ ศิริไชยบูลย์วัฒนา, 2546) ประกอบกับสถานการณ์การครองโสดของผู้หญิงในเขตเทศบาลเมืองปัตตานีในปี พ.ศ. 2543 ถึง ปีพ.ศ. 2553 พบว่า ผู้หญิงในเขตเทศบาลเมืองปัตตานีมีสถานภาพโสดที่เพิ่มสูงขึ้น โดยเฉพาะกลุ่มผู้หญิงที่มีสถานภาพโสดในช่วงอายุระหว่าง 45 - 49 ปี จากปี พ.ศ. 2543 มีจำนวน 3,236 คน คิดเป็นร้อยละ 9.8 ใน มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นในปี พ.ศ. 2553 มีจำนวน 3,693 คน คิดเป็นร้อยละ 11.4 ส่วนช่วงอายุระหว่าง 50 - 54 ปี จากปี พ.ศ. 2543 มีจำนวน 2,170 คน คิดเป็นร้อยละ 7.3 ซึ่งมีจำนวนเพิ่มขึ้นในปี พ.ศ. 2553 มีจำนวน 3,084 คน คิดเป็นร้อยละ 12.0 ของประชากรของหญิงที่มีสถานภาพโสดในเขตเทศบาลเมืองปัตตานีทั้งหมด (สำนักงานสถิติจังหวัดปัตตานี, 2553) ข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า จำนวนผู้หญิงที่มีสถานภาพโสดในเขตเทศบาลเมืองปัตตานีมีจำนวนที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ช่วงอายุ 45- 49 ปี และในช่วงอายุ 50 - 54 ปี ซึ่งข้อมูลทางประชากรศาสตร์ถือว่าผู้หญิงที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไปที่ยังไม่ได้แต่งงานนั้นถือว่าเป็นผู้ที่ครองโสดถาวร เนื่องจากเป็นวัยสิ้นสุดการเจริญพันธุ์ทำให้ผู้หญิงมีโอกาสที่จะครองโสดสูงและอายุมากขึ้นจะส่งผลต่อโอกาสในการแต่งงานตามไปด้วย เพราะค่านิยมเลือกคู่ครองของประชากรชายไทยมักจะเลือกผู้หญิงที่มีอายุน้อยกว่า (ชาย โพรธิสิดา และคณะ, 2552) นอกจากนี้ความเป็นเมืองของเทศบาลเมืองปัตตานีมีความเจริญทางด้านโครงสร้างทางสังคม โอกาสทางการศึกษาสายสามัญทำให้ผู้หญิงมีโอกาสทางเศรษฐกิจมากขึ้น สามารถทำงานหาเลี้ยงตัวเองและครอบครัวด้วยอาชีพที่มีความหลากหลาย เช่น รับจ้าง ข้าราชการ และธุรกิจส่วนตัว เป็นต้น จากสภาพความเป็นเมืองที่เอื้อต่อโอกาสต่างๆดังกล่าว ทำให้ผู้หญิงมุสลิมที่อาศัยอยู่ในเขตเมืองมีความเชื่อมั่นในตัวเองและมีอำนาจในการตัดสินใจ ซึ่งจะต่างกับวิถีชีวิตของผู้หญิงมุสลิมในกำปง (ชนบท) ที่เป็นผู้หญิงชาวบ้านใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่ในหมู่บ้านมากกว่าโลกภายนอกและไม่ได้รับโอกาสทางการศึกษาสามัญมากนัก ส่วนใหญ่จึงทำงานในภาคเกษตรและรับจ้างนอกจากนี้ยังให้ความสำคัญต่อเรียนกิตาบ (วิชาความรู้ทางศาสนา) อย่างเคร่งครัด ลักษณะวิถีชีวิตที่เชื่อมโยงกับจารีตประเพณีและหลักศาสนาจึงยังคงให้ความสำคัญกับการสร้างครอบครัว (ชลิตา บัณพวงศ์, 2560)

อย่างไรก็ตามปรากฏการณ์การอยู่เป็นโสดของผู้หญิงไทยที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่องอาจจะนำไปสู่การอยู่อาศัยเพียงลำพังในอนาคตสูง จากข้อมูลการอยู่เป็นโสดของผู้หญิงที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจะส่งผลเกิดครัวเรือนที่อยู่คนเดียวเพิ่มมากขึ้น จากข้อมูลครัวเรือนคนเดียวของคนไทยพบว่า มีสัดส่วนเพิ่มสูงขึ้นจากร้อยละ 6 เมื่อปี พ.ศ. 2530 เป็นร้อยละ 14 ในปี พ.ศ. 2556 โดยเพิ่มจาก 0.7 ล้านครัวเรือนเป็น 2.7 ล้านครัวเรือน โดยจำนวนครัวเรือนอยู่คนเดียวในเขตเมืองมีมากกว่าในพื้นที่ชนบท (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2556) จากปรากฏการดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่าการอยู่เป็นโสดอาจจะเป็นสาเหตุทำให้เกิดครัวเรือนอาศัยอยู่คนเดียวในอนาคต เนื่องจากไม่มีคู่ครองและไม่มีบุตรประกอบกับการสูญเสียบุคคลในครอบครัวจนอาจกลายเป็นผู้สูงอายุที่เป็นโสดที่อาศัยอยู่ตัวคนเดียว (ภัทรพร ตาสิงห์ และศุทธิดา ชนวนวัน, 2559)

แผนผู้สูงอายุแห่งชาติ ฉบับที่ 2 (พ.ศ. 2545-2564) ฉบับปรับปรุงครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552 ได้กล่าวถึง ยุทธศาสตร์ด้านการเตรียมความพร้อมของประชากรวัยสูงอายุที่มีคุณภาพ โดยรณรงค์ให้สังคมตระหนักถึงความจำเป็นในเรื่องการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุ (สุพรรณิรัตน์ รัตนนานนท์ และเมธี จันทชาติ, 2557) สำหรับมุสลิมะฮ์ย่อมมีการเปลี่ยนแปลงไปตามช่วงเวลาและมุสลิมะฮ์ต้องเผชิญกับปัญหา ในแต่ละช่วงอายุทั้งการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจร่างกายและจิตใจ ทั้งนี้การเตรียมความพร้อมสำหรับการใช้ชีวิตเพื่อเป็นผู้หญิงโสดที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีในอนาคตจึงเป็นเรื่องสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากผู้หญิงโสดต้องกลายเป็นผู้สูงอายุที่ต้องอยู่ในภาวะพึ่งพาตนเองมากที่สุด จากการศึกษาของ รวีวรรณ ธรณี (2549) พบว่า ผู้หญิงโสดควรมีการจัดการในชีวิตตนเองและมีการเตรียมความพร้อมสำหรับชีวิตในอนาคต ในด้านการจัดการทางด้านร่างกาย อารมณ์ เศรษฐกิจและด้านที่อยู่อาศัย ดังนั้นการเตรียมความพร้อมเพื่อใช้ชีวิตเป็นวิธีการสำคัญที่จะช่วยให้ผู้หญิงโสดสามารถใช้ชีวิตในวัยสูงอายุ ในครอบครัวและสังคมได้อย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดี

ด้วยสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงของค่านิยมของการอยู่เป็นโสดและการเพิ่มขึ้นของร้อยละการอยู่เป็นโสดของผู้หญิงในจังหวัดปัตตานี ประกอบกับเป็นพื้นที่ทางวัฒนธรรมของศาสนาอิสลามที่ให้ความสำคัญในเรื่องของการแต่งงาน ประเด็นจึงกลายเป็นที่มาของปัญหาทางานวิจัยนี้ที่มุ่งสนใจศึกษาเงื่อนไขของการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะฮ์ในเทศบาลเมืองปัตตานี ศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะฮ์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี

## 1.2 คำถามวิจัย

1. เจื่อนไขของการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานีเป็นอย่างไร
2. การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานีเป็นอย่างไร

## 1.3 วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาเจื่อนไขของการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานี
2. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี

## 1.4 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เป็นข้อเสนอเชิงนโยบายให้แก่หน่วยงานภาครัฐหรือเอกชนที่เกี่ยวข้องในการดูแลคุณภาพชีวิตของผู้หญิงมุสลิมที่อยู่เป็นโสด เนื่องจากเป็นกลุ่มต้องเผ่าระวังและเปราะบางกว่ากลุ่มอื่นๆ ดังนั้นหน่วยงานภาครัฐควรมีนโยบายที่ให้การดูแลติดตามคุณภาพชีวิตอย่างต่อเนื่อง

## 1.5 ขอบเขตการวิจัย

**ด้านเนื้อหา** งานวิจัยนี้ศึกษา เรื่องการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานี ได้กำหนดให้ขอบเขตด้านเนื้อหาจำแนกเป็น 2 ประการ ประการแรกเป็นการศึกษาเจื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในเทศบาลปัตตานี คือ 1) เจื่อนไขด้านครอบครัว ได้แก่ สถานภาพในครอบครัว สภาพแวดล้อม ลักษณะการเลี้ยงดู ภาระหน้าที่ 2) เจื่อนไขด้านจิตใจ ได้แก่ ทศนคติต่อการแต่งงาน มาตรฐานการเลือกคู่ครอง ประสบการณ์ความรัก 3) เจื่อนไขด้านสังคม ได้แก่ การศึกษาและการทำงาน 4) เจื่อนไขทางด้านวัฒนธรรม ได้แก่ การปรับตัวภายใต้คำสอนของศาสนาและการสนับสนุน 5) เจื่อนไข ด้านสุขภาพ ได้แก่ โรคประจำตัว ประการที่สองเป็นการศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี ประกอบด้วย 1) การเตรียมความพร้อมด้านร่างกาย 2) การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ 3) การเตรียมความพร้อมด้านการเงิน และ 4) การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล

**ด้านสนามวิจัย** คือ เขตเทศบาลเมืองจังหวัดปัตตานี ประกอบไปด้วย ตำบลสะบารัง ตำบลอานะรุและตำบลจะบังติกอ จังหวัดปัตตานีเป็นพื้นที่ที่ประชากรนับถือศาสนาอิสลามร้อยละ 86.25 (คณะกรรมการบริหารงานจังหวัดแบบบูรณาการจังหวัดปัตตานี, 2558) ยิ่งไปกว่านี้เขตเทศบาลเมืองมีระดับความเป็นเมืองสูง เป็นศูนย์กลางเศรษฐกิจที่สะท้อนให้เห็นถึงรูปแบบวิถีการดำเนินชีวิตของสังคมสมัยใหม่ได้อย่างเด่นชัด มีโครงสร้างพื้นฐานทางสังคมที่ตอบสนองต่อการใช้ชีวิตของประชาชนในพื้นที่ เป็นที่ตั้งของศูนย์ราชการ สถานศึกษา ศูนย์บริการสาธารณสุข (ปรีศนี หมัดหมาน

และคณะ, 2561) จากบริบทของพื้นที่ซึ่งมีความเจริญและลักษณะความเป็นเมืองส่งผลต่อโอกาสการอยู่เป็นโสดสูง

**ด้านกลุ่มผู้ให้ข้อมูล** งานวิจัยนี้กำหนดผู้ให้ข้อมูลคือ มุสลิมะห์ที่มี อายุ 45 ปีขึ้นไป นับถือศาสนาอิสลามที่อยู่เป็นโสดโดยไม่ได้ผ่านการนิกะห์มาก่อน จำนวน 9 คน ใช้การค้นหาผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจง (Purposive Sampling) โดยมีเกณฑ์คือ คัดเลือกผู้ให้ข้อมูลจากอาชีพที่มีความแตกต่างกัน คือ ข้าราชการ อาชีพอิสระและอื่นๆ หลังจากนั้นผู้วิจัยใช้การค้นหาผู้ให้ข้อมูลแบบลูกโซ่ (Snowball sampling) และเพื่อให้ข้อมูลมีการกระจายตัวและมีความหลากหลายจึงค้นหาผู้ให้ข้อมูลครอบคลุมพื้นที่ ในเขตเทศบาลเมืองปัตตานี ประกอบด้วยตำบลสะบารัง ตำบลอาเนาะรู และตำบลจะบังติกอ (จังหวัดปัตตานี, 2559)

**ด้านระยะเวลา** ศึกษาตั้งแต่เดือนกรกฎาคม พ.ศ 2562 – เดือนพฤษภาคม พ.ศ 2564

## 1.6 นิยามศัพท์เฉพาะ

**มุสลิมะห์** หมายถึง ผู้หญิงที่นับถือศาสนาอิสลามที่อยู่เป็นโสดซึ่งมีอายุ 45 ปี ขึ้นไป

**การเตรียมความพร้อม** หมายถึง ลักษณะวิธีการปฏิบัติของมุสลิมะห์ในปัจจุบันที่ช่วยเสริมสร้างในด้านต่างๆเพื่อเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุ ทั้ง 4 ด้าน คือ 1) การเตรียมความพร้อมด้านร่างกาย 2) การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ 3) การเตรียมความพร้อมด้านการเงิน และ 4) การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล

1) การเตรียมความพร้อมด้านร่างกาย หมายถึง วิธีการดูแลสุขภาพร่างกาย ด้านอาหาร การออกกำลังกาย การตรวจสุขภาพ รวมถึงวางแผนดูแลตัวเองในยามเจ็บป่วยในอนาคต

2) การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ หมายถึง วิธีการการจัดการสถานการณ์ความเครียดหรือความกังวลรวมทั้งจัดการอารมณ์ความเหงาจากการอยู่เป็นโสด

3) การเตรียมความพร้อมด้านสังคม หมายถึง การสร้างสัมพันธ์ภาพทางสังคมของมุสลิมะห์ ได้แก่ การใช้เวลาร่วม การเข้าร่วมกิจกรรม การมีสัมพันธ์ภาพต่อเพื่อนและครอบครัว

4) การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ หมายถึง วิธีการบริหารจัดการเรื่องการเงินด้วยรูปแบบต่างๆ

**เงื่อนไขการอยู่เป็นโสด** หมายถึง เหตุผลที่ทำให้อยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ ประกอบด้วย 1) เงื่อนไขด้านครอบครัว 2) เงื่อนไขด้านจิตใจ 3) เงื่อนไขด้านสังคม 4) เงื่อนไขด้านวัฒนธรรม และ 5) เงื่อนไขด้านสุขภาพ

**นิกะห์** หมายถึง การแต่งงานตามหลักการทางศาสนาอิสลามเป็นการแต่งงานที่ไม่เกี่ยวข้องกับทางด้านกฎหมายแต่เป็นพิธีกรรมที่มีโตะฮีม่าม วลี (ผู้ปกครองของเจ้าสาว) และพยานเป็นผู้ดำเนินพิธีการพิธีนิกะห์

## บทที่ 2

### แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี เป็นการอธิบายปรากฏการณ์ทางสังคมที่เป็นเงื่อนไขในการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี ซึ่งผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องโดยครอบคลุมหัวข้อ ดังนี้

1. คนโสดของไทย: สถานการณ์และความเป็นอยู่
  - 1.1 หญิงโสดในบริบทของไทย
  - 1.2 มุสลิมะห์โสดของปัตตานี
2. หญิงโสดกับแนวคิดพื้นฐาน
  - 2.1 ความหมายของหญิงโสด
  - 2.2 รูปแบบของการอยู่เป็นโสด
  - 2.3 แนวคิดการเป็นโสดของมุสลิมะห์ในอิสลาม
3. แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมในการใช้ชีวิตของผู้หญิงโสด
  - 3.1 การเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและทางสังคมของผู้หญิงโสดก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ
  - 3.2 ความหมายของการเตรียมความพร้อม
  - 3.3 องค์ประกอบของการเตรียมความพร้อม
  - 3.4 การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ
4. บริบทเทศบาลเมืองปัตตานี
5. วัฒนธรรมการแต่งงานของอิสลาม
6. แนวคิดการเป็นโสดของมุสลิมะห์ในศาสนาอิสลาม
7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

## 1. คนโสดของไทย: สถานการณ์และความเป็นอยู่

ปัจจุบันสถานการณ์การอยู่เป็นโสดของคนในประเทศไทยมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นเกิดการเปลี่ยนแปลงรูปแบบของครอบครัว SINK (Single Income No Kid) คือ คนนิยมโสดใช้ชีวิตอยู่บนพื้นฐานของปัจจัยเศรษฐกิจมากยิ่งขึ้น (เกื้อ วงบุญสิน, 2559)

จากแนวโน้มคนโสดของประเทศไทยในช่วง ปีพ.ศ. 2513-2553 โดยแบ่งตามลักษณะของการอยู่เป็นโสด 2 ลักษณะ คือโสดชั่วคราวและโสดถาวรเนื่องจากคนโสดทั้งสองลักษณะมีความแตกต่างกันในเรื่องของอายุและโอกาสในการแต่งงาน แนวโน้มการครองโสดชั่วคราวจะมีร้อยละของการอยู่เป็นโสดของประชากรอายุ 15 - 49 ปี ที่จะไม่มีความแตกต่างกันมาก เนื่องจากการครองโสดชั่วคราวเป็นการครองโสดในช่วงวัยเจริญพันธุ์ ยังมีโอกาสที่จะเปลี่ยนแปลงสถานภาพได้มากกว่าการครองโสดถาวร ในขณะที่ประชากรอายุ 50 ปีขึ้นไป ซึ่งถือได้ว่าการครองโสดถาวรจะมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างรวดเร็วจากร้อยละ 2 ในปี พ.ศ 2513 เป็น 6.5 ในปี พ.ศ 2553 นอกจากนี้ในช่วงระหว่างปีพ.ศ 2543 - พ.ศ 2553 การครองโสดถาวรของประชากรได้เพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว โดยมีร้อยละการเปลี่ยนแปลงสูงถึงร้อยละ 5.5 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2553)

โครงสร้างอายุของประชากรโสดในประเทศไทยในปี พ.ศ. 2513 - พ.ศ. 2553 พบว่าผู้หญิงส่วนใหญ่เข้าสู่วัยเจริญพันธุ์คือมีอายุตั้งแต่ อายุ 15 ปีขึ้นไป ช่วงอายุดังกล่าวจะครองสถานภาพโสดร้อยละ 90 และมีแนวโน้มลดลงเมื่ออายุเพิ่มขึ้น โดยมีจำนวนลดลงร้อยละ 50 ในช่วงอายุ 20 - 24 ปี ซึ่งเป็นช่วงที่ผู้หญิงไทยเริ่มเข้ารับการศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา เป็นผลมาจากนโยบายรัฐบาลด้านการศึกษาของรัฐในการขยายการศึกษาภาคบังคับ มีนโยบายเรียนฟรี และมีกองทุนกู้ยืมเพื่อการศึกษา ประกอบกับกับสภาวะทางเศรษฐกิจและสังคมที่มีการแข่งขันค่อนข้างสูงทำให้ผู้ปกครองส่งเสริมบุตรหลานให้ได้รับการศึกษามากขึ้น เพื่อมีเป้าหมายไปสู่การมีงานทำและค่าตอบแทนที่ดีในอนาคต ด้วยสาเหตุดังกล่าวจึงทำให้ผู้หญิงไทยอยู่เป็นโสดลดลงเมื่ออายุเพิ่มขึ้นเนื่องจากโอกาสทางการศึกษาและการเข้าสู่การทำงาน และสำหรับร้อยละการครองโสดของผู้หญิงจะเริ่มคงที่เมื่อหมดวัยเจริญพันธุ์คือ มีอายุตั้งแต่อายุ 50 ปี ขึ้นไป (ชาย โพธิ์สิตา, 2552)

จากสถานการณ์การอยู่เป็นโสดของผู้หญิงไทยสามารถสรุปได้ว่า การอยู่เป็นโสดของคนไทยแบ่งได้ เป็น 2 ลักษณะคือ การอยู่เป็นโสดชั่วคราวและการอยู่เป็นโสดถาวร ซึ่งการอยู่เป็นโสด ในทั้ง 2 รูปแบบจะมีความแตกต่างกันในเรื่องของอายุและโอกาสในการแต่งงาน กล่าวคือ การอยู่เป็นโสดชั่วคราวคือ ระหว่างอายุ 15 - 49 ปี ยังอยู่ในช่วงวัยเจริญพันธุ์ซึ่งจะมีโอกาสในการเปลี่ยนแปลงสถานภาพได้มากกว่าการเป็นโสดถาวร คืออายุ 50 ปี ขึ้นไป โดยประชากรที่อยู่เป็นโสดถาวรมีอัตราส่วนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว

## 1.1 หญิงโสดในบริบทของไทย

ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับกระบวนการสร้างครอบครัวมีจุดเริ่มจากการแต่งงานคือ การที่หนุ่มสาวจำนวนมากชะลอเวลาในการเริ่มสร้างครอบครัวโดยการแต่งงานด้วยอายุที่มากขึ้นส่งผลให้อัตราการเป็นโสดถาวรสูงขึ้น (ชาย โปธิสิตา, 2552) ดังตารางสัดส่วนการครองโสดของผู้หญิงในประเทศไทยในปี พ.ศ. 2513 - 2553 ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 สัดส่วนการครองโสดของผู้หญิงในประเทศไทยในปี พ.ศ. 2513-2553  
(สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2553)

อายุ	ปี 2513	ปี 2523	ปี 2533	ปี 2543	ปี 2553
15-19	81.0	83.3	85.1	88.3	86.5
20-24	37.9	43.5	48.2	55.5	59.7
25-29	15.6	20.9	25.4	28.7	38.3
30-34	8.1	11.8	14.1	16.1	23.5
35-39	5.2	7.3	9.6	11.6	14.6
40-44	3.9	5.3	7.0	9.3	10.6
45-49	3.0	4.1	5.2	8.0	9.5

จากตารางนี้แสดงให้เห็นว่า ในปี พ.ศ. 2513 ผู้หญิงในกลุ่มอายุ 20 – 24 ปี มีสัดส่วนที่ครองโสดร้อยละ 37.9 แต่เมื่อปี พ.ศ. 2553 พบว่าผู้หญิงที่ครองโสดในอายุกลุ่มเดียวกันมีอัตราเพิ่มสูงขึ้นร้อยละ 59.7 และช่วงอายุที่น่าสนใจคือ ในปี พ.ศ. 2513 ผู้หญิงที่มีอายุ 40-44 ปี มีสัดส่วนที่ครองโสดร้อยละ 3.9 แต่เมื่อปี พ.ศ. 2553 พบว่า ผู้หญิงที่ครองโสดในอายุกลุ่มเดียวกันมีอัตราเพิ่มสูงขึ้นร้อยละ 10.6 และมีแนวโน้มที่จะอยู่เป็นโสดต่อเนื่องไปถึงอายุ 50 ปี ซึ่งเป็นช่วงที่เลยวัยเจริญพันธุ์ไปแล้วอีกทั้งทางประชากรศาสตร์ถือว่าเป็นอายุที่ครองตัวเป็นโสดอย่างถาวร

จากข้อมูลที่แสดงข้างต้นแสดงให้เห็นถึง ช่วงอายุในการเปลี่ยนแปลงของการอยู่เป็นโสดของผู้หญิงที่มีความน่าสนใจคือ เริ่มต้นตั้งแต่อายุ 45 ปี โดยเป็นช่วงวัยที่มักจะครองความโสดต่อเนื่องมาจนถึงอายุ 50 ปี เพราะในช่วงวัยนี้ถือว่าเป็นผู้หญิงหมดวัยเจริญพันธุ์และมีโอกาสที่จะอยู่เป็นโสดอย่างถาวร อย่างไรก็ตามปัจจัยหนึ่งของความโสดมาจากการเลื่อนอายุในการแต่งงานของผู้หญิงเพื่อความพร้อมในชีวิต ดังนั้นการเลื่อนอายุของการแต่งงานออกไปจะเกิดควบคู่กับกับอัตราการเป็นโสดที่สูงขึ้น นอกจากนี้เกิดจากปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจและความมั่นคงในหน้าที่การงานเพื่อความพร้อมในการมีชีวิตครอบครัว (ภูเบศร์ สมุทรจักร, อีรณัฐ ก้อนแก้ว และวิภาวันอุเต็น, 2560)

## 1.2 ผู้หญิงที่เป็นโสดของเทศบาลเมืองปัตตานี

จากข้อมูลสถานการณ์การอยู่เป็นโสดของผู้หญิงในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดปัตตานี พบว่า การอยู่เป็นโสดของผู้หญิงในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดปัตตานีมีสัดส่วนที่เพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง

ตารางที่ 2 สัดส่วนการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดปัตตานี ในปี 2543 และปี 2553 (สำนักงานสถิติจังหวัดปัตตานี, 2553)

อายุ	พ.ศ. 2543	พ.ศ. 2553
15 – 19	18.6	14.6
20 – 24	17.2	12.8
25 – 29	18.0	13.5
30 – 34	17.5	13.0
35 – 39	15.7	12.6
40 – 44	13.5	12.1
45 – 49	9.8	11.4
50 – 54	7.3	12.0

จากสถานการณ์การอยู่เป็นโสดของผู้หญิงในเขตเทศบาลเมืองปัตตานี ในปี พ.ศ. 2543 และปี พ.ศ. 2553 ดังตารางข้างต้น เมื่อพิจารณาช่วงอายุของผู้หญิงตั้งแต่อายุ 15-44 ปี พบว่ามีสัดส่วนการครองโสดที่มีแนวโน้มลดลง เนื่องจากช่วงอายุดังกล่าวเป็นช่วงเวลาที่ผู้หญิงมีโอกาสที่จะแต่งงานสูง อีกทั้งปัจจัยทางช่วงเวลาในการเลื่อนอายุจนกระทั่งมีความพร้อมทางด้านเศรษฐกิจและการมีหน้าที่การงาน และหากไม่ได้แต่งงานในช่วงอายุดังกล่าวมีโอกาสที่จะอยู่เป็นโสดอย่างถาวรสูงมาก แต่เมื่อพิจารณาในช่วงอายุตั้งแต่ 45-54 ปี พบว่าผู้หญิงมีแนวโน้มการอยู่เป็นโสดเพิ่มขึ้น เนื่องจากค่านิยมต่อการแต่งงานได้เปลี่ยนแปลงไปเพราะผู้หญิงให้ความสำคัญกับการทำงานเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีของตนเองและครอบครัว (สำนักงานสถิติจังหวัดปัตตานี, 2553)



## 2. หญิงโสดกับแนวคิดพื้นฐาน

### 2.1 นัยของหญิงโสด

คำว่า โสด เป็นคำที่มีความหมายหลากหลายและมีความสำคัญในทางประชากรศาสตร์และสังคมศาสตร์มีผู้ให้ความหมายกับคำว่า โสด ไว้ที่น่าสนใจ ดังนี้

“โสด” หมายถึง ผู้ที่ยังไม่เคยสมรสหากประชากรกลุ่มนี้ใช้ระยะเวลาในการอยู่เป็นโสดนาน เรียกว่า “การครองโสดถาวร” ซึ่งในทางประชากรศาสตร์ถือว่าคนที่มีอายุเกิน 50 ปีหรือพ้นวัยเจริญพันธุ์แล้วและไม่แต่งงานถือว่าเป็นผู้ที่ครองโสดถาวร (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2547)

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถานปี (2554) ได้ให้ความหมายของคำว่าโสด หมายถึง โดดเดี่ยว ไม่มีคู่ยังไม่มีความสัมพันธ์หรือภรรยา นอกจากนี้ วรวงศ์ รัตนประสิทธิ์ (2550) กล่าวว่า ผู้หญิงโสดเป็นผู้หญิงที่ไม่เคยผ่านการแต่งงานอย่างถูกต้องตามกฎหมาย ไม่เคยผ่านการจดทะเบียนสมรส และไม่ได้อยู่กับคนรักในปัจจุบัน สอดคล้องกับปริญญา อยู่เป็นแก้ว (2552) ที่ได้เสนอแนวคิดที่ผู้หญิงโสดเป็นผู้หญิงที่ไม่เคยแต่งงาน และยังไม่ได้แต่งงานไม่เคยจดทะเบียนสมรส ไม่เคยมีครอบครัวมาก่อนในอดีตและยังไม่มีครอบครัวในปัจจุบัน ในทำนองเดียวกัน ธารณี บัณฑิตวัฒนาวงศ์ (2556) ได้นิยามว่า ผู้หญิงโสดคือ ผู้หญิงที่มีสถานภาพโสดไม่ผ่านการแต่งงานด้วยการจดทะเบียนสมรสหรือประกอบพิธีการสมรสรวมไปถึงไม่ได้อยู่กินฉันสามีภรรยากับผู้ใด ซึ่งแตกต่างกับ ศรีณพงษ์ เทียงธรรม (2546) กล่าวว่า ผู้หญิงโสดหมายถึงผู้หญิงที่ไม่เคยสมรสหรือผู้ที่หย่าร้างหรือเป็นหม้าย และต้องนิยามตนเองว่าเป็นคนโสดซึ่งสอดคล้องกับวรวงศ์ รัตนประสิทธิ์ (2550) ได้ให้ความหมายว่า ผู้หญิงโสด หมายถึงผู้ที่ไม่ผ่านการแต่งงานที่ถูกต้องตามกฎหมายด้วยการจดทะเบียนสมรสและระบุว่าตนไม่ได้มีคู่รักในปัจจุบัน

จากความหมายของผู้หญิงโสดข้างต้น กล่าวสรุปได้ว่าผู้หญิงที่ไม่เคยผ่านการแต่งงานหรือจดทะเบียนสมรสรวมถึงการแต่งงานตามพิธีกรรมตามหลักศาสนาอิสลาม

### 2.2 รูปแบบของการอยู่เป็นโสด

Stein (1981) ได้แบ่งรูปแบบของการอยู่เป็นโสด ตามลักษณะการตัดสินใจที่แตกต่างกันของบุคคลที่อยู่เป็นโสดโดยแบ่งเป็นกลุ่มที่เป็นโสดด้วยความสมัครใจและความเป็นโสดด้วยความไม่สมัครใจและนำมาเปรียบเทียบกับระยะเวลาของการมีชีวิตอยู่เป็นโสด โดยแบ่งการอยู่เป็นโสดชั่วคราวและการอยู่เป็นโสดถาวรการแบ่งเป็นกลุ่มเช่นนี้ทำให้สามารถมองเห็นคนโสดตามประเภทได้ว่า บุคคลนั้นต้องการที่จะอยู่เป็นโสดโดยถาวรหรือเพียงชั่วคราวและการอยู่เป็นโสดนั้นมาจากความสมัครใจหรือไม่ โดยแบ่งรูปแบบของการอยู่เป็นโสดดังนี้

1. กลุ่มที่สมัครใจอยู่เป็นโสดชั่วคราว กลุ่มนี้ส่วนมากจะเป็นผู้ที่มีอายุน้อยไม่เคยแต่งงานมาก่อนและต้องการที่จะเลื่อนเวลาแต่งงานออกไปอีกระยะเวลาหนึ่ง อีกกลุ่มหนึ่งเป็นกลุ่มที่หย่า

ร่างตั้งแต่อายุน้อยและยังไม่ต้องการแต่งงานอีกครั้งหนึ่ง ในระยะนี้โดยสิ่งที่ทั้งสองกลุ่มให้ความสำคัญมากกว่าการหาคู่ครองคือ การให้ความสนใจในเรื่องการศึกษา การทำงาน การสร้างฐานะรวมถึงยังมีภาระบางอย่างที่ต้องทำ

2. คนที่สมัครใจอยู่เป็นโสดอย่างถาวรแบ่งเป็นกลุ่มคนที่มีลักษณะดังนี้

2.1 กลุ่มที่ยังไม่แต่งงานมาก่อนแล้วรู้สึกพอใจกับการตัดสินใจที่จะอยู่เป็นโสด

2.2 กลุ่มที่เคยแต่งงานมาแล้วและไม่คิดจะแต่งงานอีก

2.3 กลุ่มที่มีเหตุผลตรงข้ามกับแนวคิดการแต่งงาน

2.4 กลุ่มที่มีการดำเนินชีวิตที่ไม่สามารถแต่งงานได้ เช่น นักบวช พระสงฆ์ เป็นต้น

3. กลุ่มที่อยู่เป็นโสดชั่วคราวโดยไม่ได้สมัครใจอยู่เป็นโสดเป็นกลุ่มคนโสดที่ยอมรับ

ค่านิยมในการแต่งงานและต้องการแต่งงาน แบ่งเป็น

3.1 กลุ่มที่ยังไม่เคยแต่งงานและอายุยังน้อยและไม่ต้องการอยู่เป็นโสดโดยมองหา  
คู่ครองตลอดเวลา

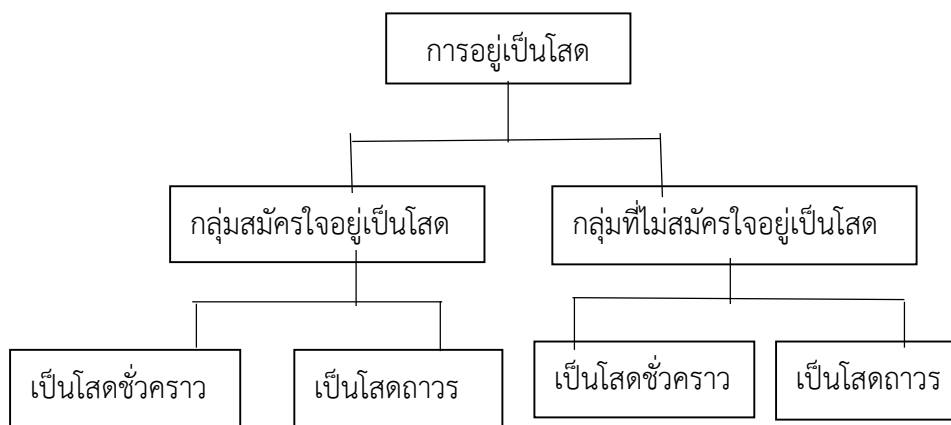
3.2 กลุ่มที่ยังไม่เคยแต่งงานและอายุมากซึ่งในอดีตไม่สนใจที่จะแต่งงานแต่ปัจจุบัน  
กำลังมองหาคู่ครองและต้องการแต่งงาน

3.3 กลุ่มที่เพิ่งเป็นหม้ายหรือหย่าร้างและต้องการแต่งงานใหม่อีกครั้ง

4. กลุ่มที่เป็นโสดถาวรโดยไม่ได้สมัครใจอยู่เป็นโสดโดยคนโสดกลุ่มนี้มีอายุมากซึ่งอาจ  
กล่าวได้ว่าพ้นวัยแต่งงานไปแล้วแบ่งเป็น

4.1 กลุ่มที่ไม่เคยแต่งงานมาก่อนมีอายุมากแล้วและต้องการแต่งงานแต่หาคู่ครองไม่ได้

4.2 กลุ่มที่เป็นหม้ายหย่าร้างที่ต้องการแต่งงานอีกครั้งแต่หาคู่ครองไม่ได้



ภาพที่ 1 รูปแบบการอยู่เป็นโสด (Stein, 1981)

จากการทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับรูปแบบการอยู่เป็นโสด สามารถแบ่งตามลักษณะการตัดสินใจที่แตกต่างกันของบุคคลที่อยู่เป็นโสด ประกอบด้วยกลุ่มที่เป็นโสดด้วยความสมัครใจและความเป็นโสดด้วยความไม่สมัครใจซึ่งขึ้นอยู่กับระยะเวลาของการมีชีวิตอยู่เป็นโสด ประกอบด้วย การอยู่เป็นโสดเพียงชั่วคราวซึ่งเป็นกลุ่มคนที่ส่วนมากจะเป็นผู้ที่มีอายุน้อยซึ่งให้ความสำคัญในเรื่องการศึกษา การทำงาน การสร้างฐานะของตนเองรวมถึงยังมีภาระบางอย่างที่ต้องทำจึงมีการเลื่อนอายุเพื่อให้มีความพร้อมในเรื่องการแต่งงาน การอยู่เป็นโสดถาวรเป็นกลุ่มคนที่กลุ่มที่มีอายุมากและพ้นวัยเจริญพันธุ์หรือวัยแต่งงานไปแล้ว

### 2.3 แบบแผนการอยู่เป็นโสด

แบบแผนการอยู่เป็นโสดของประชากรในสังคมไทย จะมีลักษณะที่มีการอยู่เป็นโสดมากในกลุ่มอายุน้อยและการอยู่เป็นโสดก็จะลดน้อยลงเมื่ออายุมากขึ้น อันเนื่องมาจากเมื่อมีอายุสูงขึ้นก็จะมีสัดส่วนการสมรสมากขึ้น ในอดีตด้วยเหตุผลทางด้านสังคมที่ผู้หญิงต้องพึ่งพาผู้ชายในการดำเนินชีวิตและต้องการมีชีวิตที่สมบูรณ์แบบ หรือเป็นเหตุผลทางด้านเศรษฐกิจที่ผู้หญิงต้องการความมั่นคงของชีวิตหาก ผู้หญิงใดไม่มีคู่ครองก็จะได้รับแรงกดดันทางสังคม ชายหญิงในอดีตจึงมีค่านิยมในการแต่งงานเมื่ออายุยังน้อยและแทบไม่มีคนอยู่เป็นโสดเท่าไรนัก (ศุทธิดา ชนวนวัน และปิยวัฒน์ เกตวงศา, 2557)

จากรายงานสำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ. 2513 - 2553 พบว่า สัดส่วนการอยู่เป็นโสดของประชากรหลังวัยเจริญพันธุ์ หรือเรียกว่า การครองโสดถาวร ประชากรหญิงมีแนวโน้มที่จะครองโสดถาวรมากกว่าประชากรชาย เนื่องจากการมีอายุมากขึ้นของประชากรหญิงจะส่งผลต่อโอกาสในการแต่งงานมากกว่าเพศชายโดยมีเหตุผลที่สำคัญคือ ค่านิยมของการเลือกคู่ครองและการแต่งงานของประชากรไทยที่ว่า ผู้ชายมักจะเลือกคู่ที่มีอายุน้อยกว่าและผู้หญิงจะเลือกคู่ครองที่มีอายุมากกว่า (ชาย และคณะ, 2552)

### 2.4 เงื่อนไขการอยู่เป็นโสด

จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับเงื่อนไขของการตัดสินใจอยู่เป็นโสดของผู้หญิงมี 5 เงื่อนไขหลัก สามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้ คือ 1) เงื่อนไขส่วนบุคคล ได้แก่ ระดับการศึกษา ความมีอิสรภาพเสรี ความมุ่งมั่นต่อการทำงาน 2) เงื่อนไขด้านครอบครัว ได้แก่ ภาระทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ ความผูกพันที่เหนียวแน่นต่อบิดามารดา 3) เงื่อนไขด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ อาชีพและรายได้ 4) เงื่อนไขด้านวัฒนธรรม ได้แก่ การยอมรับทางสังคม ค่านิยมทางศาสนาเกี่ยวกับการแต่งงาน 5) เงื่อนไขด้านจิตใจ ได้แก่ ประสบการณ์ความล้มเหลวในความรัก ความไม่แน่ใจความมั่นคงในชีวิตสมรส ภูมิหลังทางครอบครัวที่ไม่อบอุ่น ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้ คือ

1. เจื่อนไขด้านบุคคล จากการศึกษาของกานดา จันทร์แยม (2546) ที่กล่าวว่า บุคคลหรือลักษณะส่วนบุคคลจะช่วยอธิบายถึงความคิดและความรู้สึกที่จะนำมาซึ่งการกระทำบางอย่างหรือเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมที่มีลักษณะเฉพาะตนสิ่งเหล่านี้ทำให้บุคคลมีความแตกต่างกันในการตัดสินใจอยู่เป็นโสด ได้แก่

1.1 ระดับการศึกษา ผู้หญิงที่มีระดับการศึกษาที่สูงขึ้นส่งผลให้ผู้หญิงมีโอกาสในการทำงานที่ดีและมีผลต่อการเลือกคู่ครองและการตัดสินใจในการแต่งงาน สอดคล้องกับการศึกษาของภัสสร ลิมานนท์ (2548) พบว่าระดับการศึกษาที่สูงของผู้หญิงจะมีความสัมพันธ์กับการอยู่เป็นโสด สถานภาพทางเศรษฐกิจสังคมและหน้าที่การงานของผู้หญิงที่มีการศึกษาสูง ส่วนใหญ่จะมีการตั้งมาตรฐานการเลือกคู่ครองไว้สูงเช่นเดียวกัน หากไม่พบผู้ชายที่มีลักษณะเท่าเทียมหรือตามเกณฑ์ที่ตั้งไว้ผู้หญิงก็อาจเลือกที่จะอยู่เป็นโสดแทนการมีคู่ครอง สอดคล้องกับการศึกษาของชาย โพธิสिता (2554) ที่พบว่า ผู้หญิงที่มีระดับการศึกษาสูงส่วนใหญ่แล้วจะมีอายุสูงตามระดับการศึกษาเนื่องจากระยะเวลาการศึกษาเล่าเรียนที่ยาวนานทำให้อายุของผู้หญิงสูงขึ้นตามไปด้วย อีกทั้งผู้หญิงจะมีเจื่อนไขในการเลือกคู่ครองมากขึ้น

1.2 ความมีอิสระภาพเสรี ผู้หญิงโสดจะมีโอกาสได้ทำความรู้จักกับผู้คนได้มากมาย เพราะมีอิสระ และเสรีภาพมากกว่าบุคคลที่มีครอบครัว โดยเฉพาะยิ่งในการรับภาระทั้งหน้าที่การงานและรับภาระในการดูแลครอบครัวและการเลี้ยงดูบุตร การศึกษาของมนสิการ กาญจนะจิตรา (2562) พบว่า การมีลูกส่งผลกระทบต่อชีวิตการทำงานอย่างหลีกเลี่ยงมิได้โดยเฉพาะสำหรับผู้หญิงที่การเป็นแม่ส่งผลกระทบต่อชีวิตการทำงานมากกว่าผู้ชายทำให้ผู้หญิงต้องรับภาระทั้งงานนอกบ้านและงานในบ้านส่งผลให้ผู้หญิงขาดอิสระภาพเสรี เนื่องจากมีหน้าที่ในครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบนอกจากนี้การศึกษาของพิมลพรรณ อิศรภักดี (2557) พบว่า คนรุ่นใหม่มีความต้องการใช้ชีวิตอย่างอิสระไม่ต้องขึ้นอยู่กับ การแต่งงานและมีความคิดเห็นว่าการมีลูกเป็นการสร้างภาระให้แก่ตนเอง นอกจากนี้มนสิการ กาญจนะจิตรา (2559) ที่กล่าวถึงมุมมองของการเลือกที่จะอยู่เป็นโสดไว้ว่า ผู้หญิงโสดจะมีโอกาสได้ทำความรู้จักกับผู้คนมากมาย เพราะมีอิสระและเสรีภาพมากกว่าบุคคลที่มีครอบครัวและเป็นอิสระทางการเงินและไม่ต้องเสี่ยงกับความเครียดจากการมีครอบครัว

1.3 ความมุ่งมั่นต่อการทำงาน มีความต้องการประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานของตนเองการมีครอบครัวส่งผลให้ไม่มีความเต็มที่ในหน้าที่การงาน จากการศึกษาของมนสิการ กาญจนะจิตรา (2559) พบว่า บริบทของสังคมไทยยังมีค่านิยมให้งานในบ้านและการเลี้ยงดูบุตรเป็นหน้าที่หลักของผู้หญิงโดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อผู้หญิงมีบุตรส่งผลต่ออัตราค่าจ้างของผู้หญิงที่มีบุตรต่ำกว่าผู้หญิงที่ไม่มีบุตร ในงานศึกษาในต่างประเทศพบว่า การให้กำเนิดบุตรหนึ่งคนลดอุปทานแรงงานของผู้หญิงมากถึง 2 ปีในช่วงวัยเจริญพันธุ์ซึ่งการมีบุตรหนึ่งคนส่งผลให้ระดับอัตราค่าจ้างลดลงได้ถึงร้อยละ 7-18 แม้แต่ผู้หญิงที่จบในระดับปริญญาต้องประสบกับระดับอัตราค่าจ้างที่ลดลงถึงร้อยละ 15 หากมีบุตรมากกว่า 1 คน และยังมีบุตรมากขึ้นเท่าไร ระดับอัตราค่าจ้างจะยิ่งลดลงเท่านั้น ผู้หญิงที่มี

บุตร 3 คนขึ้นไป จะได้รับผลกระทบจากการได้ค่าจ้างที่ต่ำลงตลอดชีวิตการทำงานและส่งผลกระทบต่อระยะยาวที่อาจจะทำให้ผู้หญิงออกจากงานเปลี่ยนงานหรือลดบทบาทการทำงานซึ่งส่งผลกระทบต่อความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน ประกอบการศึกษาของรวีวรรณ ธรณี (2549) พบว่า การทำงานและประสบความสำเร็จทำให้ผู้หญิงเกิดความรู้สึกมีคุณค่าผู้หญิงบางคนจึงแสดงอัตลักษณ์การเป็นผู้หญิงทำงาน

2. เจื่อนไซด้านครอบครัว ครอบครัวเป็นสถาบันที่มีความหมายอันลึกซึ้งต่อมนุษย์ เพราะเป็นสิ่งที่ผูกพันต่อชีวิตตั้งแต่แรกเกิดซึ่งสมาชิกในครอบครัว แต่ละคนล้วนมีบทบาทที่ต้องรับผิดชอบ (ภูเบศร์ สมุทรจักร, 2559) ผู้หญิงในฐานะที่เป็นลูกสาวและเป็นสมาชิกในครอบครัวจึงทำหน้าที่ความเป็นลูก ความเป็นพี่สาวหรือน้องสาวที่ต้องดูแลสมาชิกในครอบครัวโดยเฉพาะพ่อและแม่ ดังนั้นความรับผิดชอบต่อครอบครัวจึงถือเป็นปัจจัยที่สำคัญอีกประการหนึ่ง สำหรับเจื่อนไซในการตัดสินใจอยู่เป็นโสดของผู้หญิง ได้แก่

2.1 ภาระทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ วัฒนธรรมไทยที่ให้ความสำคัญแก่การมีความกตัญญูต่อบิดามารดาอีกทั้งผู้หญิงมักถูกครอบครัวคาดหวังในฐานะการเป็นพี่สาวหรือน้องสาวที่ต้องดูแลพ่อแม่หรือครอบครัว จากการศึกษาของวฤชพร ณ์รัฐจิโรจน์ (2560) พบว่า ผู้หญิงวัยแรงงานต้องรับบทหนักในเรื่องภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบทั้งการดูแลบิดามารดาและดูแลสมาชิกในครอบครัวที่ยังไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้ นอกจากนี้การศึกษาของกฤตยา อาชวนิจกุล (2547) พบว่า บทบาทของผู้หญิงไทยมีความสัมพันธ์กับการสร้างครอบครัวและการดูแลบุพการีที่ผ่านค่านิยมการขัดเกลาทางสังคม นอกจากนี้การศึกษาของ รวีวรรณ ธรณี (2549) พบว่าผู้หญิงที่อยู่เป็นโสดส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับครอบครัวต้นกำเนิดและรับผิดชอบเป็นผู้หารายได้หลักให้แก่ครอบครัวเนื่องจากพี่น้องต่างแยกออกจากครอบครัวไปแต่งงานหน้าที่หลักจึงเป็นของผู้หญิงโสดจึงทำให้การแต่งงานเป็นข้อจำกัดเนื่องจากจะสร้างภาระให้แก่ผู้หญิงโสด

2.2 ความผูกพันทางครอบครัว การศึกษาของศุทธิดา ชนวนัน และปิยวัฒน์ เกตุวงศา (2557) พบว่า ผู้หญิงโสดอาจจะมีสายใยพันระครอบครัวจากครอบครัวเดิมเนื่องจากมีภาระในการดูแลพ่อแม่ที่เจ็บป่วยและจากการศึกษาของณัฐจรี สุวรรณภัก (2549) ที่อธิบายเพิ่มเติมว่า ผู้หญิงบางคนยังถูกเลี้ยงดูมาด้วยวิธีการที่พ่อแม่อบรมให้มีลักษณะพึ่งพิง ซึ่งเป็นการขัดขวางไม่ให้ความอิสระที่จำเป็นต่อการพัฒนาต่อความสัมพันธ์ที่จะนำไปสู่การแต่งงาน นำไปสู่การไร้ความสามารถในการจัดการกับสถานการณ์ต่างๆหรือสร้างรู้สึกผิดให้กับลูกๆที่จะแต่งงานจากพวกเขาไป

3. เจื่อนไซด้านเศรษฐกิจ เจื่อนไซทางด้านเศรษฐกิจมีอิทธิพลต่อครอบครัวรวมไปถึงมุมมองของการสร้างครอบครัวและการอยู่ร่วมกันแบบครอบครัว ซึ่งสามารถจะสะท้อนออกมาในรูปแบบของการตัดสินใจแต่งงาน การครองโสด และการหย่าร้าง ซึ่งการมีความรักและความรู้สึกมีค่าของครอบครัวอยู่บนพื้นฐานของเศรษฐกิจ และการสร้างครอบครัวของบุคคลจะมีการประเมินค่าที่ไม่ได้มีความแตกต่างกับสินค้าในตลาดโดยทั่วไป จรัมพร โห้ลำยอง และสวริย์ บุญยมานนท์ (2552) ได้แก่

3.1 อาชีพและรายได้ การที่ผู้หญิงมีระดับการศึกษาที่สูงขึ้นกว่าผู้ชายส่งผลต่อโอกาสในการแต่งงานทำงานที่ดีและมีรายได้ที่สูงขึ้น ปัจจุบันปัจจัยทางเศรษฐกิจในด้านรายได้มีความสัมพันธ์ต่อการสร้างครอบครัวมุมมองในเรื่องคุณค่าของครอบครัวจึงถูกแปรเปลี่ยนไป เนื่องจากผู้หญิงมองว่าการแต่งงานและการมีลูกจะทำให้รายได้ของเขาตกลงและสร้างภาระเพิ่มขึ้น จากการศึกษาของ เมทีนี แสงกระจ่าง (2557) พบว่าการมีครอบครัวและการมีบุตรถือเป็นการลงทุนในแง่ค่าเสียโอกาสและค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูการให้การศึกษาแก่บุตร

4. เจื่อนใจด้านวัฒนธรรม คนกับวัฒนธรรมมีความสัมพันธ์กันเนื่องจากเป็นสิ่งที่ได้สร้างกันมาจนกลายเป็นเอกลักษณ์ของคนในแต่ละพื้นที่ (สันติชัย แยมใหม่, 2556) แสดงให้เห็นว่าวัฒนธรรมมีความเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตของมนุษย์อย่างแน่นแฟ้น ทั้งในด้านวิถีชีวิตการปฏิบัติและขนบธรรมเนียมซึ่งถือเป็นบรรทัดฐานที่คนในสังคมใช้ปฏิบัติร่วมกันซึ่งถือเป็นสิ่งที่น่ายกย่อง ดิงามส่งเสริมให้กระทำ (สุพัตรา สุภาพ, 2543)

4.1 การยอมรับทางสังคม สถานภาพโสดเป็นสภาพทางสังคมที่ขัดแย้งกับสถานภาพสมรส (ปราโมทย์ ประสาทกุล, 2544) จากการศึกษาของปริญญา อยู่เป็นแก้ว (2552) พบว่า ผู้หญิงที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่คนในสังคมนั้นยอมรับจะสามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติไม่ต้องมีความกดดันหรือการมีทัศนคติทางลบต่อการเป็นโสด แต่ถ้าไปอยู่ในที่ที่คนในสังคมไม่ยอมรับผู้หญิงโสดส่งผลให้การดำเนินชีวิตไม่มีความสุขและอาจกดดันต่อสถานภาพของตนเอง ดังนั้นการยอมรับจากสังคมและบุคคลรอบข้างย่อมเป็นเหตุผลสำคัญที่ทำให้ผู้หญิงโสดไม่รู้สึกลัวว่า ตนเองมีความแปลกแยกจากสังคมและบุคคลรอบข้าง

4.2 ค่านิยมทางศาสนาเกี่ยวกับการแต่งงาน สำหรับวัฒนธรรมการแต่งงานแต่ละศาสนามีความแตกต่างกัน เช่น ศาสนาพุทธและศาสนาคริสต์จะไม่มีห้ามให้ผู้หญิงอยู่เป็นโสดหรือเลื่อนอายุการแต่งงาน ในขณะที่ศาสนาอิสลามจะไม่สนับสนุนให้ผู้หญิงอยู่เป็นโสดและจะให้ความสำคัญต่อการแต่งงานเป็นอย่างมาก ปริญญา อยู่เป็นแก้ว (2552) จากการศึกษาของศิริวรรณ ศิริไชยบุญวัฒน์ (2546) พบว่าแบบแผนการแต่งงานของผู้หญิงมุสลิมได้เปลี่ยนแปลงไป เนื่องจากผู้หญิงและผู้ชายมีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการครองโสดจากการแต่งงานเร็วและแต่งงานเกือบทั้งหมดไปสู่การแต่งงานช้าและอยู่เป็นโสดมากยิ่งขึ้น

5. เจื่อนใจด้านจิตใจ ความคิดส่งผลต่อจิตใจของมนุษย์และสะท้อนออกมาในรูปแบบพฤติกรรม (สุภางค์ จันทวานิช, 2552) แสดงให้เห็นว่าอารมณ์หรือความรู้สึกของผู้หญิงมีผลต่อการตัดสินใจอยู่เป็นโสด ดังต่อไปนี้

5.1 ประสบการณ์ล้มเหลวในความรัก อารมณ์ที่มีความเจ็บปวดในความรักจะส่งผลต่อทัศนคติในการแต่งงานของผู้หญิง จากการศึกษาของรวิวรรณ ธรณี (2549) พบว่าเมื่อผู้หญิงเจ็บปวดในความสัมพันธ์เชิงความรัก ผู้หญิงจะหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดที่คล้ายคลึงกันซึ่งการอยู่เป็นโสดจะเป็นกรอบในการสร้างความรู้สึกปลอดภัย ศุทธิดา ขวนวัน และปิยวัฒน์ เกตุวงศา (2557) ได้

อธิบายเพิ่มเติมว่าผู้หญิงบางคนอาจมีทัศนคติที่ไม่ดีและต่อต้านการแต่งงาน เนื่องมาจากการได้รับประสบการณ์มาตั้งแต่วัยเด็กจากการที่ได้เห็นชีวิตการแต่งงานที่ไม่มีความสุขของครอบครัวทำให้เกิดความกลัวที่จะมีชีวิตคู่จึงไม่อยากแต่งงาน

5.2 ความไม่แน่ใจถึงความมั่นคงในชีวิตสมรส เนื่องด้วยผู้หญิงขาดความเชื่อมั่นต่อชีวิตการสมรสจากการศึกษาของอังคินันท์ อินทรกำแหง, อัจฉรา สุขารมณ และอรพินทร์ ชูชม (2549) พบว่า ผู้หญิงมีระดับความเครียดหลังจากการแต่งงานเนื่องจากผู้หญิงการรับผิดชอบหน้าที่การงานนอกบ้านและยังมีหน้าที่การงานในสังคม ส่งผลต่อความเครียดในชีวิตสมรสด้วยเหตุผลดังกล่าวทำให้ผู้หญิงเลือกที่จะตัดสินใจอยู่เป็นโสด

5.3 ภูมิหลังทางครอบครัวที่ไม่อบอุ่น ผู้หญิงบางคนอาจมีทัศนคติที่ไม่เห็นด้วยกับการแต่งงานอันเนื่องมาจากการได้รับประสบการณ์มาตั้งแต่วัยเด็ก จากการที่ได้เห็นชีวิตการแต่งงานที่ไม่มีความสุขของครอบครัวของบิดามารดาทำให้เกิดความกลัวที่จะมีชีวิตคู่จึงไม่เห็นด้วยกับการแต่งงาน (ภัทรพร อ่อนไสว, 2544) ประกอบกับปัจจุบันสถาบันครอบครัวที่สั่นคลอนอัตราการหย่าร้างที่เพิ่มสูงขึ้นในขณะที่ความรุนแรงในชีวิตคู่พบเห็นได้โดยทั่วไปในสังคม (ภูเบศร์ สมุทรจักร, 2560)

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกศึกษาตัวแปรที่คาดว่าจะมีอิทธิพลต่อเงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของผู้หญิง 5 เงื่อนไข คือ 1) เงื่อนไขด้านครอบครัว ได้แก่ สถานภาพในครอบครัว สภาพแวดล้อม ลักษณะการเลี้ยงดู ภาระหน้าที่ 2) เงื่อนไขด้านจิตใจ ได้แก่ ทัศนคติต่อการแต่งงาน มาตรฐานการเลือกคู่ครอง ประสบการณ์ความรัก 3) เงื่อนไขด้านสังคม ได้แก่ การยอมรับและสนับสนุน การศึกษาและการทำงาน 4) เงื่อนไขทางด้านวัฒนธรรม ได้แก่ การปรับตัวภายใต้คำสอนของศาสนา และ 5) เงื่อนไขด้านสุขภาพ ได้แก่ โรคประจำตัว

รัตติกร สุณาพรทิพย์ (2536) กล่าวว่า โดยทั่วไปคนที่อยู่เป็นโสดจะมีความรู้สึกที่แตกต่างกันออกไปซึ่งความรู้สึกของผู้หญิงโสดแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะได้แก่ 1) กลุ่มที่มีความรู้สึกที่เป็นด้านลบต่อการมีชีวิตโสดเป็นความรู้สึกที่ไม่ดีที่เกิดจากการมีชีวิตโสดประกอบด้วย ความรู้สึกที่เกิดจากความกดดันค่านิยมทางสังคมที่มีต่อการเป็นผู้หญิงโสดเนื่องจากสังคมไทยมีค่านิยมทางบวกในเรื่องการแต่งงาน การที่ผู้หญิงไม่ได้แต่งงานจึงถูกตำหนิจากสังคมว่าเป็นสิ่งที่ไม่ดีซึ่งมีผลกระทบต่อความรู้สึกของผู้หญิงที่ใช้ชีวิตโสดและก่อให้เกิดความไม่แน่ใจต่อสถานภาพของตนเองหวั่นต่อคำตำหนิของสังคม โดยความรู้สึกเหล่านี้จะแตกต่างกันไปตามลักษณะของวัย สังคมและการศึกษาของแต่ละบุคคล ความรู้สึกที่เกิดมาจากปัจจัยทางจิตวิทยาเนื่องจากธรรมชาติของมนุษย์ต้องการความรัก ความอบอุ่น ความปลอดภัย ความมั่นคงปลอดภัย ความมั่นคงทางจิตใจ ซึ่งผู้หญิงโสดมักเกิดสิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้หญิงโสดมักเกิดความรู้สึกอ้างว้าง ขาดที่ยึดเหนี่ยว กังวลกับชีวิตในวัยชราแต่ความรู้สึกเหล่านี้จะเบาบางไปถ้าบุคคลใช้ชีวิตอยู่กับพ่อแม่ 2) ความรู้สึกที่เป็นทางบวกต่อการมีชีวิตโสดเป็นความรู้สึกที่ดีต่อความเป็นโสด เช่น ความอิสระ การที่สามารถพัฒนาตนเองให้ตรงกับความต้องการส่วนตัว การที่ผู้หญิงจะสามารถมีความสุขอยู่ในสังคมได้ในระดับหนึ่ง ผู้หญิงโสดต้องสามารถพึ่งตนเองได้เรื่องการเงิน การทำงานทำให้ผู้หญิงโสดรู้สึกว่าคุณค่ามีความภูมิใจในตนเองและรู้จักตัวเอง

พอสมควรทั้งด้านร่างกาย จิตใจ ผู้หญิงโสดก็จะพบความสุขที่ตนเองพึงพอใจได้ สอดคล้องกับภัญญา รัตน์ สุดสะอาด (2542) กล่าวว่า ผู้หญิงโสด มีทัศนคติต่อการอยู่เป็นโสดโดยรวมแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มแรกจะมีความรู้สึกด้านลบ เนื่องจากไม่ได้รับการยอมรับจากสังคมมีความรู้สึกกดดันและเกิดความเครียดจากบุคคลรอบข้าง ส่วนอีกกลุ่มหนึ่งนั้นมีความรู้สึกทางบวก เพราะรู้สึกว่าสังคมให้การยอมรับ

สรุปได้ว่า ความรู้สึกโดยอยู่ทั่วไปของผู้หญิงโสดแบ่งออกเป็นสองประเภท คือ ความรู้สึกหรือความคิดด้านลบต่อการเป็นโสดและความรู้สึกหรือความคิดด้านบวกต่อการเป็นโสด สำหรับความรู้สึกหรือความคิดด้านลบต่อการเป็นโสด ซึ่งเป็นความรู้สึกไม่ดีต่อการเป็นโสดจากปัจจัย ค่านิยมทางสังคมหรือทางศาสนาที่ส่งผลให้เกิดความไม่แน่ใจต่อสถานภาพของตนและมีความห่วงไหว ต่อคำตำหนิของบุคคลรอบข้างประกอบกับปัจจัยทางธรรมชาติที่มนุษย์ต้องการความรัก ความปลอดภัย ความมั่นคงปลอดภัย ความมั่นคงทางจิตใจซึ่งอาจจะนำมาซึ่งความวิตกกังวลในชีวิตวัยชรา ของตนและความรู้สึกหรือความคิดด้านบวกต่อการเป็นโสดเป็นความรู้สึกที่ดีต่อการอยู่เป็นโสดซึ่ง ผู้หญิงโสดจะมีความคิดกลับคิดกับความรู้สึกที่เป็นลบ ความมีอิสระภาพไม่ต้องขึ้นอยู่กับใคร การมี อาชีพที่ดีนำมาสู่ความมั่นคงทางการเงินความคิดและความรู้สึกที่มีคุณค่า ซึ่งสิ่งเหล่านั้นจะสามารถ ทดแทนความเหงา ความกังวล คำตำหนิจากการอยู่เป็นโสดของตนเองได้

## 2.5 การเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและทางสังคมของผู้หญิงโสดก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

ภัทรพร อ่อนไสว (2544) ได้กล่าวว่า สภาวะการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและทาง สังคมของผู้หญิงโสดก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุมีความเปลี่ยนแปลงใน 4 ลักษณะ ดังนี้

### 1. การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย

ภาวะการหมดประจำเดือน ซึ่งระบบทางเดินปัสสาวะมีการควบคุมได้ยากมากขึ้น การเปลี่ยนแปลงของระบบประสาทอัตโนมัติ เป็นอาการเฉพาะที่บ่งบอกว่าผู้หญิงเข้าสู่วัยหมด ประจำเดือน ระบบเมตาบอลิซึม (Metabolism) จะมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นทั้งการขยายตัว และการหดตัวของหลอดเลือดทำให้เกิดอาการ 3 ประการได้แก่ 1) อาการร้อนวูบวาบ (hot flash) เป็น อาการร้อนที่เกิดขึ้นอย่างเฉียบพลันโดยเฉพาะบริเวณศีรษะและหน้าอกเกิดขึ้นเพียงเวลาสั้นๆ ไม่กั นานที่จนถึงหลายนาที 2) อาการร้อนผ่าว (hot flush) เป็นอาการร้อนที่เกิดขึ้นบริเวณผิวหนังส่วน ต่างๆของร่างกายที่เพิ่มอุณหภูมิของร่างกายจากการขยายตัวของหลอดเลือดส่วนปลาย 3) อาการ เหงื่อออกกลางคืน (night sweats) เป็นอาการที่เกิดขึ้นภายหลังอาการร้อนวูบวาบ โดยจะมีอาการ เหงื่อออกมักเกิดขึ้นในเวลากลางคืนเป็นสาเหตุสำคัญของการนอนไม่หลับ นอกจากนี้มีการ เปลี่ยนแปลงทางผิวหนังและขน การขาดฮอร์โมนเอสโตรเจนทำให้ผิวหนังเสื่อมขาดความสมบูรณ์ ความสามารถในการยืด และหดตัวของกล้ามเนื้อเนื้อกล้ามเนื้อในใต้ผิวหนังจะลดน้อยลงพื้นหลังยนต์เป็น ร่อง ผม่วรง ขนตามร่างกายจะเบาบางและเหลือน้อยลง เต้านมมีลักษณะเล็กลง หย่อนยาน ไขมัน



ต่อมและท่อไขมันน้อยลงมาก และการเปลี่ยนแปลงของระบบกล้ามเนื้อเส้นเอ็นและข้อ เซลล์ของกล้ามเนื้อและข้อเริ่มเสื่อมขนาดของเซลล์ลดลง การทำงานของกระบวนการเมตาบอลิซึมลดน้อยลง ทำให้เนื้อเยื่อหย่อนสมรรถภาพเกิดอาการปวดตามกล้ามเนื้อปวดหลังปวดข้อมือ

จากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายจะเห็นว่า ผู้หญิงเมื่อเข้าสู่ช่วงประมาณ 59 ปี ก่อนที่จะเข้าสู่วัยสูงอายุมีความจำเป็นต้องดูแลตนเอง ในด้านร่างกายในเรื่องภาวะการหมดประจำเดือน การเปลี่ยนแปลงทางผิวหนังและขนเนื่องจากร่างกายขาดฮอร์โมนเอสโตรเจน ดังนั้นผู้หญิงที่อยู่ในวัยนี้จำเป็นต้องดูแลตัวเองให้มากที่สุดเพื่อพร้อมรับมือกับความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

## 2. การเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ

ก่อนที่ผู้หญิงจะเข้าสู่วัยสูงอายุผู้หญิงจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและอารมณ์จากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ย่อมส่งผลไปสู่พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปของผู้สูงอายุรวมทั้งสภาพจิตใจที่ได้รับผลกระทบ เนื่องจากต้องเผชิญกับการปรับตัวในการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุจากที่เคยปฏิบัติ เช่น อาการหุดหิด ตาพร่ามัว การเคลื่อนไหวที่ช้าลง สิ่งเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจ อาจเกิดอาการหงุดหงิด ความเครียด หรือคิดกังวล การคำนึงถึงค่าใช้จ่าย ไร้ประโยชน์ของตนเอง กล่าวอีกนัยหนึ่งคือ การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจนั้นไม่สามารถแยกจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายได้หรือแม้แต่วางสังคมและเศรษฐกิจก็เช่นกัน ทศนีย์ ดาวเรือง (2555) กล่าวถึง องค์ประกอบที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจ 2 ประการ คือ

1) สิ่งแวดล้อมภายนอกในร่างกาย อันได้แก่ การสูญเสียบุคคลที่รัก อันทำให้เกิดสภาพจิตใจที่รู้สึกไร้ค่า ว่าแห้ว รู้สึกว่าตนเองไม่มีค่า ไม่มีความหมายทำให้เกิดอาการซึมเศร้าการสูญเสียปัจจัยทางสังคมอย่างการเกษียณอายุการทำงาน คือ การสูญเสียบทบาทการทำงาน อาจทำให้เกิดการเสียอำนาจ คุณค่าในตนเองลดลง เสียรายได้ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานที่ห่างออก รวมทั้งญาติมิตรและครอบครัวที่มีความสัมพันธ์ไม่เหมือนแต่ก่อน และจากการถูกทอดทิ้งให้อยู่ตามลำพัง

2) สิ่งแวดล้อมภายในร่างกาย จากการเปลี่ยนแปลงของระบบต่างๆ ภายในร่างกาย ก่อให้เกิดโรคทางกาย อย่างโรคหัวใจ โรคเบาหวาน การสูญเสียการได้ยิน การรับรู้ประสาทสัมผัสต่างๆ เสื่อมลงความจำเสื่อม เป็นต้น ปัจจัยดังกล่าวจึงส่งผลไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางสภาพจิตใจที่วิตกกังวล โมโห โกรธง่ายขึ้นจากสภาวะร่างกายที่ไม่เหมือนเดิม

ศิริไล ขยางกูร (2554) กล่าวถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านสถานภาพและบทบาททางสังคมของผู้สูงอายุได้แก่ 1) การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก เนื่องจากเพื่อนบุคคลที่เป็นญาติสนิทหรือบุคคลใกล้ชิดที่ต้องเสียชีวิตหรือแยกย้ายไปอยู่ที่อื่นทำให้ผู้หญิงโสดรู้สึกจากบุคคลอันเป็นที่รักและอาจจะก่อให้เกิดความซึมเศร้าได้ง่าย 2) การสูญเสียสภาพทางสังคมและเศรษฐกิจ เนื่องจากเป็นวัยอันสมควรที่จะต้องออกจากทำงานขณะเดียวกันความสัมพันธ์ทางสังคมก็ลดน้อยลง เนื่องจากหมดภาระการติดต่อทางด้านแรงงาน หรือหมดภาระหน้าที่ที่รับผิดชอบทำให้ผู้สูงอายุเกิดความรู้สึกสูญเสีย

ตำแหน่งหน้าที่และคุณค่าในชีวิต นอกจากนี้ยังมีผลทำให้ผู้หญิงโสดขาดเพื่อนขาดความผูกพันที่เคยมีต่อสังคม ขณะเดียวกันทำให้ขาดรายได้หรืออาจรายได้เล็กน้อยลงเนื่องมาจากสิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้หญิงโสดต้องพยายามปรับตัวต่อสิ่งที่เปลี่ยนแปลงขึ้น และ 3) สัมพันธภาพในครอบครัว เนื่องจากผู้หญิงโสดที่ใกล้ถึงชว่ยผู้สูงอายุ มักจะอยู่อาศัยตามลำพังเพราะบุคคลในครอบครัวได้แยกย้ายกันไปแล้ว โดยเฉพาะลักษณะทางสังคมในปัจจุบันมีลักษณะครอบครัวเป็นเดี่ยวมากกว่าครอบครัวขยาย (คาสปาร์ พิค วาสนา อิมเอม และรัตนารณ ตั้งธนเศรษฐ์, 2558) ทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างผู้หญิงกับหลานของตนลดลงรวมถึงบทบาทหน้าที่ทางด้านการให้คำปรึกษาและสั่งสอนจึงลดลง ทำให้ผู้หญิงโสดก่อนเข้าสู่ชว่ยสูงอายุต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยวเกิดความว่าเหวรู้สึกว่ามีคุณค่าน้อยลง

ปัจจัยทางด้านสังคมและวัฒนธรรม มีส่วนเกี่ยวข้องกับสาเหตุของปัญหาทางกายภาพและทางจิตใจของสตรีโสดก่อนเข้าสู่ชว่ยสูงอายุเป็นอย่างมาก การเปลี่ยนแปลงทางสังคมไทยที่มีแนวโน้มไปทางตะวันตกมากขึ้นเกิดผลกระทบต่อผู้สูงอายุการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ได้แก่ 1) การเปลี่ยนแปลงสภาพทางสังคม เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของสังคมในด้านต่างๆ เช่น บทบาทที่เกี่ยวข้องกับการงาน โดยเฉพาะบทบาทในครอบครัวของผู้หญิงโสดเมื่อญาติพี่น้องแยกย้ายกันไปมีครอบครัวกันหมด มีบางคนอาศัยอยู่กับหลาน เพื่อน หรืออาศัยอยู่ตามลำพัง ซึ่งหากไม่สามารถพึ่งพาตนเองได้ก็จะกลับกลายเป็นผู้พึ่งพาอาศัยเป็นผู้รับมากกว่าให้ทำให้เกิดความวิตกและเกิดความมั่นคงทางจิตใจ และสังคม เมื่อเริ่มเข้าสู่ชว่ยสูงอายุจะมีความรู้สึกเสียอำนาจและบทบาททางสังคมที่เคยมี และ 2) การถูกทอดทิ้ง เป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงทางสังคมจากสังคมแบบดั้งเดิมไปสู่สังคมสมัยใหม่ที่เกิดขึ้นจากการขยายตัวทางชุมชนเมือง ระบบการผลิตเปลี่ยนจากเกษตรเป็นอุตสาหกรรมทำให้วิถีชีวิตการดำเนินเปลี่ยนไป

สรุปได้ว่า การเปลี่ยนแปลงและประสบการณ์ชีวิตของคนเมื่อผู้หญิงโสดมีอายุสูงขึ้น โดยสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงจะเป็นตัวกำหนดให้บทบาทของผู้หญิงโสดที่เปลี่ยนแปลงไป การเตรียมตัวในการใช้ชีวิตอยู่เป็นของผู้หญิงในอนาคตจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เช่น ตอนอยู่ในชว่ยวัยกลางคนผู้หญิงโสดก็จะแสวงหาการเข้าร่วมกิจกรรมสังคมที่สนใจ การดูแลสุขภาพให้แข็งแรงปราศจากโรคภัย รวมถึงการเตรียมความพร้อมทางด้านเศรษฐกิจเพื่อคุณภาพชีวิตของตนเองในอนาคต

### 3. แนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมในการใช้ชีวิตของผู้หญิงโสด

#### 3.1 ความหมายของการเตรียมความพร้อม

ลีลาวดี อัครเศรษฐี (2549) ได้กล่าวว่า การเตรียมความพร้อม หมายถึง การเตรียมตัวก่อนที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งอาจเตรียมด้านความรู้ความสามารถ ทักษะด้านต่างๆเพื่อให้งานที่ได้รับมอบหมายประสบผลสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ในขณะที่รัตนา พัฒนรักษ์ (2549) ได้กล่าวว่า การเตรียมความพร้อม หมายถึง บุคคลที่มีความสามารถในการดำเนินกิจกรรมที่มีผลสำเร็จในช่วงเวลาหนึ่งประกอบไปด้วย วุฒิภาวะทางร่างกาย ระบบ อวัยวะต่างๆ ผสานกับสภาพการณ์ต่างๆที่เผชิญ ทั้งแรงจูงใจ ความสนใจ ประสบการณ์ที่ผ่านมา และความต้องการ ศิริประภา วัฒนากิตติกุล (2552)

ได้กล่าวว่า การเตรียมความพร้อม หมายถึง สภาพที่บุคคลมีภาวะที่สมบูรณ์ทั้งทางร่างกายและจิตใจ สามารถเรียนรู้และทำกิจกรรมต่างๆได้อย่างสัมฤทธิ์ผลขึ้นอยู่กับวุฒิภาวะการฝึกฝน การเตรียมตัว ความสนใจหรือแรงจูงใจ และวิชาพร สุวรรณเทน (2541) ได้กล่าวว่า การเตรียมความพร้อม หมายถึง การที่บุคคลมีความสนใจและกระตือรือร้นที่จะกระทำบางอย่างให้สำเร็จไปได้ด้วยดีโดยการเตรียมการไว้ล่วงหน้า

จากแนวคิดที่กล่าวมา จึงสรุปได้ว่า การเตรียมความพร้อม หมายถึง บุคคลที่มีการเตรียมตัวต่อสิ่งที่จะต้องทำเพื่อให้เกิดความสมบูรณ์ทั้ง ทางร่างกาย และจิตใจ โดยมีการเตรียมการดำเนินการในการปฏิบัติตัวเพื่อดำเนินชีวิต ในฐานะผู้หญิงโสดที่จะมีการเตรียมความพร้อมทั้งร่างกาย จิตใจ สังคมและเศรษฐกิจ เพื่อให้เข้าสู่การเป็นผู้หญิงโสดที่มีคุณภาพชีวิตที่ดี

### 3.2 องค์ประกอบของการเตรียมความพร้อม

ศิริไล ชยางกูร (2554) ได้แบ่งองค์ประกอบของการเตรียมความพร้อมไว้ 4 ด้าน ประกอบด้วย 1) การเตรียมความพร้อมทางร่างกาย 2) การเตรียมความพร้อมความพร้อมทางสติปัญญา 3) การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ และ 4) การเตรียมความพร้อมทางด้านสิ่งแวดล้อม วราภรณ์ รักษ์วิชัย (2547) ได้เสนอองค์ประกอบของความพร้อม ประกอบด้วย 4 ด้าน คือ 1) องค์ประกอบทางร่างกาย คือ พัฒนาการทางร่างกายที่เจริญตามภาวะปกติ ของร่างกาย เช่น การเคลื่อนไหว การสัมผัส การได้ยิน และการมองเห็น 2) องค์ประกอบทางอารมณ์ ได้แก่ ความต้องการการเรียนรู้ความอยากรู้อยากเห็น และความมั่นคงทางอารมณ์ 3) องค์ประกอบทางด้านสังคม ได้แก่ ประสบการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นทั้งทาง สังคม สิ่งแวดล้อม และ 4) องค์ประกอบทางสติปัญญา ได้แก่ ความคิด ความเข้าใจ การรับรู้และ การแก้ปัญหาอย่างมีเหตุผล

นอกจากนี้แนวคิดของนิศาชล กิจชะระภูมิ (2556) อธิบายว่า การเตรียมความพร้อม จะประกอบไปด้วย ความรู้ทัศนคติและทักษะ มาเชื่อมโยงสอดคล้องกันให้เกิดความพร้อม ในการบรรลุผลตามที่ตั้งเป้าหมายเอาไว้ ได้แก่ 1) ความรู้หมายถึง การรับรู้ข้อเท็จจริง ความจริง และ ข้อมูล ซึ่งมีผลมาจากการเรียนรู้โดยการผ่านกระบวนการทางสังคม คือ ประสบการณ์ที่ผ่านมาในชีวิต นำมาปรับใช้ในการแก้ปัญหาและสนองต่อความต้องการ 2) ทัศนคติหมายถึง ความคิดเห็น ความเชื่อของแต่ละบุคคลต่อสิ่งต่างๆซึ่งมี ผลมาจากการเรียนรู้ประสบการณ์ที่ส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในแต่ละบุคคลว่ามีทิศทางไปอย่างไร 3) ทักษะ หมายถึง ความสามารถในการนำความรู้ ความสามารถ และประสบการณ์ที่ได้มาใช้ในการปฏิบัติ

สรุปได้ว่าการเตรียมความพร้อม คือ ความสามารถในการวางแผนในการใช้ชีวิตให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ และการเตรียมความพร้อมต้องครอบคลุมถึงความพร้อมด้านทางร่างกาย ด้านจิตใจและด้านสังคม

### 3.3 การเตรียมความพร้อมของผู้หญิงที่อยู่เป็นโสดในวัยผู้สูงอายุ

ประเทศไทยกำลังก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุปัจจัยสำคัญประการหนึ่งคือ สถานการณ์ที่ผู้หญิงเป็นโสดมากขึ้นและแต่งงานช้าลงทำให้เกิดใหม่มีน้อยลง ในขณะที่ตัวเลขของผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วปัญหาที่ตามมาคือ สุขภาพรายได้และที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุซึ่งการเตรียมความพร้อมเพื่อวัยผู้สูงอายุจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ดังนั้นการเตรียมความพร้อมในการเป็นผู้สูงอายุ โดยเฉพาะผู้หญิงที่อยู่เป็นโสดจึงมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เพื่อเป็นการวางแผนการดำเนินชีวิตไว้ล่วงหน้าอย่างมีแบบแผนและเป้าหมายเพื่อเป็นผู้สูงอายุที่อยู่เป็นโสดได้อย่างมีความสุข และมีคุณภาพชีวิตที่ดีที่สามารถพึ่งพาตนเองได้สามารถใช้ศักยภาพที่มีอยู่อย่างสร้างสรรค์ (ศศิพัฒน์ ยอดเพชร, 2544)

จากการเตรียมความพร้อมของผู้หญิงที่อยู่เป็นโสดในวัยผู้สูงอายุ ผู้วิจัยได้ศึกษาตามแนวคิดการเตรียมความพร้อมเพื่อวัยสูงอายุตามบริบทไทยเกี่ยวกับการมีคุณภาพชีวิตที่ดีของผู้สูงอายุ พบว่า การมีคุณภาพชีวิตที่ดีควรมีการเตรียมความพร้อม เพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุอย่างรอบด้านด้วยระยะเวลาที่เหมาะสมอย่างต่อเนื่องน้อย 10 ปี บรรลุ ศิริพานิช (2548) จากการศึกษาแนวคิดพบว่าการเตรียมความพร้อมของผู้สูงอายุแบ่งออกเป็น 5 ด้านได้แก่

#### 3.3.1 การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพกาย

เมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุจะเกิดความเสื่อมจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายจากระบบการทำงานภายในร่างกายที่มีประสิทธิภาพลดลง และวัยผู้สูงอายุก็จะเกิดโรคได้ง่ายขึ้น ทั้งนี้จึงต้องดูแลสุขภาพและเอาใจใส่ พร้อมรับมือกับความเสื่อมสภาพทางร่างกายที่จะมาถึงโดยการเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ มีแนวปฏิบัติได้หลากหลายวิธีเพื่อให้เกิดการมีสุขภาพที่ดี โดย บรรลุ ศิริพานิช (2548) ได้ให้คำอธิบาย สรุปได้ดังนี้

1. การออกกำลังกาย กล้ามเนื้อของมนุษย์เมื่อได้ออกกำลังบ่อยๆ ก็จะมีแข็งแรง แต่ในทางตรงกันข้าม หากกล้ามเนื้อที่ไม่ได้ออกกำลังก็จะอ่อนแอลง ดังนั้นยิ่งใช้กำลังมากเท่าใด ก็พบว่าร่างกายจะมีความสามารถและสมรรถภาพมากขึ้น โดยต้องเลือกวิธีการบริหารร่างกายที่เหมาะสมกับ แต่ละบุคคล ควรจะศึกษาหรือปรึกษาแพทย์เพิ่มเติมว่าร่างกายเราเหมาะกับการออกกำลังกายแบบใด ยิ่งเฉพาะผู้สูงอายุ เพื่อที่จะไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ ประกอบกับการออกกำลังกายที่ละเล็กละน้อย และค่อยๆ เพิ่มสูงขึ้นตามความเหมาะสมและไม่ควรหักโหมจนเกินไป ทั้งนี้ควรออกกำลังกายทุกวันอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เกิดการยืดหดของกล้ามเนื้อและข้อต่ออย่างเพียงพอ โดยการออกกำลังกายนั้น ไม่ว่าจะเป็นการเดินไปจ่ายตลาด การขุดดินในสวน ตลอดจนการเล่นกีฬา เต้นรำ โยคะ หรืออื่นๆ ก็สามารถทำได้ขึ้นอยู่กับความเหมาะสมและความถนัดของตนเอง ประโยชน์ของการออกกำลังกาย จะทำให้เกิดความรู้สึกกระปรี้กระเปร่าขึ้น มั่นใจใจตนเองมากขึ้น สร้างสมาธิมีคุณภาพและ

อวัยวะทำงานได้ประสานกันมากขึ้น อีกทั้งยังทำให้ดูหนุ่มสาวกว่าปกติอีกด้วยซึ่งควรทำให้การออกกำลังกายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน และสนุกสนานไปกับการออกกำลังกาย

2. การป้องกันและรักษาสุขภาพ การตรวจเช็คสุขภาพร่างกายอย่างเป็นครั้งคราว แต่สม่ำเสมอ เพื่อเป็น ประโยชน์ต่อทุกช่วงอายุและที่สำคัญคือ วัยผู้สูงอายุที่มีความจำเป็นมากขึ้นเพื่อช่วยตรวจสอบ อาการที่ผิดปกติของร่างกายได้เร็วขึ้น เพื่อทำการรักษาได้แต่เนิ่นๆ ไม่ปล่อยทิ้งไว้นานให้อาการเพิ่มขึ้น จนยากต่อการรักษา จึงควรไปพบหรือปรึกษาแพทย์เพื่อให้สามารถดำเนินการที่สมควรต่อไปซึ่งควรจะสังเกตอาการผิดปกติของร่างกายหยุดพฤติกรรมที่ทำลายสุขภาพ อย่างการสูบบุหรี่ที่เป็นสาเหตุของการเกิดโรคมะเร็งปอด โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง และการรักษาสุขภาพ ฟันตา ผิวหนัง และเท้า จึงจำเป็นสำหรับผู้สูงอายุที่มีความเสื่อมของร่างกายเข้ามา

3. อาหารการกิน-โภชนาการ อาหารเป็นสิ่งจำเป็นต่อชีวิตมนุษย์แต่เมื่ออายุมากขึ้นกลับมาแว่นม ในการกินอาหารน้อยลง สาเหตุหนึ่งเกิดจากการใช้แรงงานน้อยลง การกินอาหารควรที่จะให้ได้ สัดส่วนครบถ้วน ประกอบด้วยอาหารหลัก 6 หมู่ โดยถ้าบุคคลกินอาหารที่หลากหลาย เช่น ผลไม้ แป้ง เนื้อ สัตว์ปลา ฯลฯ ก็มักจะไม่มีปัญหาเรื่องการขาดสารอาหาร แต่ก็มีหลายลักษณะที่ทำให้ผู้สูงอายุมีลักษณะการกินอาหารไม่ครบถ้วน

### 3.3.2 การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพใจ

การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ มีความสัมพันธ์กับร่างกาย เนื่องจากหากมีร่างกายที่มีสุขภาพดีก็ย่อมส่งผลต่อจิตใจให้มีสุขภาพจิตที่ดีการที่ผู้สูงอายุจะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิต ดีนั้นเป็นเรื่องสำคัญที่จะนำไปสู่ความสุขในบั้นปลายชีวิต โดยส่วนใหญ่แล้วบุคคลทั่วไปจะเป็นผู้ที่มีสุขภาพจิตที่ดีจนแก่ชราแต่สำหรับบางคนอาจมีการเสื่อมถอยทางจิตใจเมื่ออายุมากขึ้น ความสนใจ ต่อสิ่งแวดล้อมลดลง มีความตั้งใจทำอะไรลดน้อยลง (บรรลุ ศิริพานิช, 2548) อีกทั้ง การเปลี่ยนแปลงที่ จะเกิดขึ้นทั้งสมรรถภาพทางร่างกายที่เสื่อมลง การสูญเสียบุคคลในชีวิต ทั้งครอบครัว คนรัก เพื่อนฝูง การที่ต้องเผชิญกับความโดดเดี่ยว ลำพังตัวคนเดียว รวมทั้งโอกาส ความสามารถในการทำงานหลังเกษียณอายุที่จะไม่ได้ใช้จึงต้องทำความพยายามที่จะเข้าใจ และเตรียมความพร้อมกับสิ่งที่จะเกิดขึ้น เพื่อช่วยสร้างความรู้สึกมีคุณค่า ความภาคภูมิใจ ไม่ท้อแท้สิ้นหวัง และสามารถนำความรู้ความสามารถที่สั่งสมมาใช้สร้างคุณประโยชน์ต่อส่วนรวมและสังคม โดยการเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจของการเข้าสู่ผู้สูงอายุ เพื่อให้มีสุขภาพจิตที่ดีนั้น ศิริประภา วัฒนาภิตติกุล (2552) กล่าวถึง 1) การทำความเข้าใจและการยอมรับในการเปลี่ยนแปลงรวมทั้งความไม่แน่นอนที่จะเกิดขึ้นต่อตนเอง ครอบครัว และสถานการณ์ทางสังคม 2) การฝึกตนเอง ฝึกจิตใจโดยใช้ธรรมเข้ามากำหนด การสร้างความดียึดมั่นความดีเพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจในการกระทำ 3) การทำตนให้เป็นที่รักต่อคนทั่วไปทั้งครอบครัวและคนภายนอกในสังคมด้วยการมีความเมตตาโดยสามารถที่จะแสดงออกมาทางกายวาจา และเคารพในความคิดเห็นของบุคคลอื่น เพื่อให้สามารถเข้ากับบุคคลอื่นๆ ได้ 4) สร้างประโยชน์ต่อครอบครัว สังคม และตนเองตามพลังและศักยภาพของตนเอง เพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจและเป็นที่ยอมรับเคารพนับถือของคนในครอบครัวและสังคม 5) การใช้จ่ายที่เพียงพอและพอดีต่อฐานะทางการเงินของตนเอง

เพื่อให้เกิดความสุขโดยไม่ต้องพึ่งพาบุคคลอื่น 6) การหากิจกรรมบางอย่างมาทำเพื่อที่ไม่ให้เกิดความเหงา ความว่าเหว่ อาจจะเป็นงานอดิเรกที่ตนเองชอบ เช่น การปลูกต้นไม้ อ่านหนังสือ รับชมรายการโทรทัศน์ เป็นต้น

สิ่งสำคัญอีกสิ่งหนึ่ง คือ การกระตุ้นจิตใจให้เกิดความกระฉับกระเฉงจะยิ่งช่วยเป็นแรงจูงใจในการทำสิ่งต่างๆ ได้ดียิ่งขึ้น โดยบรรลุ ศิริพานิช (2548) ได้ให้คำจำกัด ความถึงการเตรียมพร้อมทางจิตใจเป็นสูตรสั้นๆ คือ “กระชับมิตร พิชิตอุปสรรค รู้จักพอ เย็นยอตน เป็นคนในครอบครัว” สามารถนำมาเป็นพื้นฐานการคิดในการเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุได้อย่างชัดเจนเมื่อบุคคลที่เตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุจะสามารถก้าวผ่านเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นและสามารถปรับตัวได้ดีกว่ากลายเป็นผู้สูงอายุที่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีคุณภาพและมีความสุขได้

### 3.3.3 การเตรียมพร้อมด้านสังคม

การเตรียมความพร้อมในการมีส่วนร่วมในสังคมสำหรับผู้สูงอายุ เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงจากที่เคยทำงานประจำแต่เมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุทำให้มีเวลาว่างมากขึ้น แม้ว่าจะใช้เวลาว่างทำงานอดิเรกที่ตนสนใจ ยังมีกิจกรรมอื่นๆ ในสังคมที่ผู้สูงอายุสามารถมีส่วนร่วม อีกทั้งการทำกิจกรรมจะทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่ายังมีประโยชน์ การมีส่วนร่วมในสังคมนั้น เช่น การเข้าร่วมกลุ่ม ชมรม หรือสมาคม จึงมีโอกาสนพบปะสังสรรค์กับบุคคลในกลุ่มวัยต่างๆ การมีส่วนร่วมทางสังคมยังช่วยการปรับตัวทางด้านอารมณ์และด้านสังคมของผู้สูงอายุ และยังทำให้เกิดความสุขและความพึงพอใจ ทำให้เห็นคุณค่าในตนเอง

### 3.3.4 การเตรียมความพร้อมด้านการเงิน

การเตรียมความพร้อมทางด้านเศรษฐกิจของผู้สูงอายุ มีความจำเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากรายได้ลดลงจากการเกษียณอายุ ประกอบการมีสุขภาพร่างกายที่เสื่อมลงจะต้องรักษาอยู่บ่อยครั้ง เงินจึงเป็นปัจจัยในการดูแลรักษาสุขภาพ สถานะทางเศรษฐกิจที่มั่นคงจึงเป็นปัจจัยที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขมากขึ้นจึงมีแนวทางการเตรียมตัวทางรายได้หลายแนวทางด้วยกัน ประกอบด้วย 1) การจัดการงบประมาณการวางแผนงบประมาณรายรับ-รายจ่ายหลังการเกษียณอายุ โดยการวางแผนจากความเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นหลังการเกษียณอายุที่ควรรู้ว่ารายได้-รายจ่ายเป็นอย่างไร 2) การประหยัดรายจ่าย วิธีนี้สามารถช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่ได้แบบไม่เดือดร้อนทางเศรษฐกิจ ได้วิธีหนึ่งโดยการลดรายจ่ายที่ฟุ่มเฟือย ไม่ควรประมาทเรื่องการใช้จ่าย อันเนื่องมาจากติดนิสัยจากการใช้จ่ายที่เคยเป็นก่อนหน้าที่ผ่านมา (3) การเตรียมเงินสำรอง/สะสมทรัพย์เงินสำรองสำหรับค่ารักษาพยาบาล รวมถึงเก็บไว้เป็นเงินฉุกเฉินเมื่อเกิดสิ่งที่ไม่คาดคิดขึ้น โดยมีรูปแบบการสะสมเงินหลายรูปแบบทั้งการออมการซื้อพันธบัตรการประกันชีวิต ประกันสุขภาพ ประกันอุบัติเหตุซึ่งการออมควรเตรียมตัวไว้ตั้งแต่เนิ่นๆ อาจเป็นเวลา 5-10 ปี เพื่อให้มีหลักทรัพย์ที่มั่นคง

### 3.3.5 การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล

ที่อยู่อาศัยเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งของมนุษย์จึงควรมีความจำเป็นมากที่จะต้องเตรียมการไว้ตั้งแต่วัยกลางคน เพราะเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุจะได้มีความพร้อมในการอยู่อาศัย ประกอบกับการจัดการเรื่องที่อยู่อาศัยบางอย่างเมื่อเข้าวัยผู้สูงอายุไม่สามารถทำได้ รวมถึงการหาทรัพย์สินจำนวนมากๆมาใช้จ่ายในการเตรียมการหลังเกษียณก็เป็นไปได้ยากกว่า และการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุจะมีรูปแบบที่เปลี่ยนไป เพราะฉะนั้นต้องคำนึงถึงลักษณะการอยู่อาศัยควรมีแบบแผนและเป็นสัดส่วนที่เหมาะสม ดังนั้นการจัดเตรียมที่พักอาศัยไว้ก่อนจึงจำเป็นที่จะทำในช่วงวัยก่อนการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ เนื่องจากสามารถทำได้ง่ายกว่าซึ่งมีทั้งร่างกายและแรงเงินที่เพียงพอ บรรลุศิริพานิช (2548) กล่าวไว้ว่า 1) การย้ายที่อยู่ใหม่ต้องคำนึงถึงทำเลที่ตั้งโดยต้องมีปัจจัยมาประกอบ คือ ญาติพี่น้อง เพื่อนฝูง ความใกล้หรือห่างไกลจากชุมชนหรือแหล่งบริการ 2) การอยู่ที่อยู่เก่าและปรับปรุงบ้านเก่า หากเมื่อไม่ต้องการย้ายบ้านหรือไม่สามารถย้ายบ้านได้ก็ควรพิจารณาปรับปรุงบ้านให้เหมาะสมกับความต้องการเมื่อมีวัยที่สูงขึ้นโดยเป็นบ้านที่สะดวกสบายและอยู่สบาย ซึ่งมีข้อเสนอในการปรับปรุงบ้านเก่าเพื่อให้อยู่ง่ายและปลอดภัย 3) การอยู่บ้านพักคนชรา การเข้าอยู่อาศัยในบ้านพักประเภทจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องทำการศึกษาสอบถามถึงระเบียบของแต่ละแห่งว่ามีเงื่อนไขอย่างไร

การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยควรจะเตรียมให้พร้อม ก่อนแต่เนิ่นๆตั้งแต่วัยกลางคน ควรจะสะสมทรัพย์สินไว้เพื่อซื้อปลูกสร้างที่อยู่อาศัยให้มีความเหมาะสมแก่สภาพร่างกายของผู้สูงอายุและเตรียมหาบุคคลใกล้ชิดมาอยู่ด้วย แต่หากมีความจำเป็นที่จะอยู่สถานสงเคราะห์ก็ควรจะศึกษาสภาพที่อยู่และสิ่งแวดล้อมให้ดีก่อน

## 4. วัฒนธรรมการแต่งงานของอิสลาม

ศาสนาอิสลามสนับสนุนให้คนมุสลิมมีการนิเกห์เนื่องจาก การแต่งงานเป็นสิ่งที่มีความคุณค่าทั้งในด้านสังคมเป็นการขยายระบบเครือญาติเพื่อความ เป็นเอกภาพและภราดรภาพและในด้านสาธารณสุข การแต่งงานสามารถช่วยรักษาสุขภาพของคู่แต่งงานจากความเสื่อมเสียและอันตรายจากพฤติกรรมทางเพศ (อามานี มูตาวัลลี, อับดุลอาซิ กะลุแป ผู้แปล, 2559) นอกจากนี้ ฮะซัน มะหะมะ (2552) กล่าวว่า วัตถุประสงค์การแต่งงานในอิสลามคือเพื่อเป็นสืบสกุล และวงศ์ตระกูลที่ดีเพื่อตอบสนองทางร่างกายและจิตใจเพื่อมุ่งสู่การเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์แบบ

อย่างไรก็ตามการแต่งงานในอิสลามอาจมีการเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์กล่าวคือ การแต่งงานจะเป็นที่อนุญาต (ฮะโรส) หากบุคคลนั้นมีความพร้อมการสร้างครอบครัว การแต่งงานที่ไม่ควร (มัจโรห์) สำหรับผู้ที่ไม่มีความสามารถจ่ายค่าเลี้ยงดูและไม่สามารถปฏิบัติภารกิจของสามีหรือไม่สามารถจ่ายมะฮัร (สินสอด) และการแต่งงานนั้นจำเป็น (วาอิบ) สำหรับผู้ที่คิดว่าตัวเองอาจตกอยู่ในสภาพเหตุการณ์สู่การทำชินาหากไม่แต่งงาน ซึ่งมีความพร้อมในการปฏิบัติหน้าที่ต่อครอบครัวและการแต่งงานเป็นสิ่งที่ต้องห้าม (ฮะรออม) สำหรับผู้ที่ไม่มีความพร้อมหรือไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่ต่อตนเองได้

หรือเป็นคนที่มียารมณ์ทางเพศผิดปกติซึ่งอาจจะทำให้เกิดอันตรายต่อคู่สมรสได้ (บรรจง บินกาซัน, 2553)

สรุปได้ว่า การแต่งงานในบทบัญญัติของศาสนาอิสลามถือว่าเป็นวิถีแนวทางของท่านศาสดาคคุณค่าของการแต่งงานที่ได้รับในวันคัมภีร์อัลกุรอานคัมภีร์ทั้งด้านสังคม ด้านสาธารณสุข นอกจากนี้การแต่งงานและการมีครอบครัววางอยู่บนพื้นฐานสองประการคือ ประการแรกเพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านชีวภาพเป็นการตอบสนองทางด้านอารมณ์และความรู้สึกของมนุษย์ และเพื่อป้องกันการทำซินา (ผิดประเวณี) และประการที่สองเพื่อตอบสนองความจำเป็นพื้นฐานทางสังคมเพื่อให้ทำให้เกิดสถาบันครอบครัวมุสลิม และสังคมประชาชาติอิสลามสำหรับบทบัญญัติการแต่งงานในอิสลามจะเปลี่ยนแปลงไปตามสถานการณ์ของแต่ละบุคคล

### 5. แนวคิดการเป็นโสดของมุสลิมะห์ในศาสนาอิสลาม

การแต่งงานเป็นภารกิจอย่างหนึ่งที่ผู้นับถือศาสนาอิสลามพึงปฏิบัติตามแบบแห่งศาสดา ตามทัศนะของอิสลามการเป็นโสดเป็นการกระทำที่ขัดกับธรรมชาติขัดกับความดีงาม และขัดกับหลักการอิสลาม ความเป็นโสดไม่ใช่วิถีของศาสดาและไม่ใช่วิถีของผู้ศรัทธาของศาสดาดังเช่นท่านศาสดาได้กล่าวไว้ว่า (อารง สุทธานาสน์, 2543) การแต่งงานเป็นการสนับสนุนของศาสนาอิสลามจากอัลกุรอานและหะดีษความว่า “จงแต่งงานเถิดผลที่ตามมาจากการแต่งงานคือลูกที่ออกมาหลายคนหากเป็นไปได้เพราะท่านศาสดาพึงพอใจในวันกียามะห์กับปวงบ่าวของพระองค์” (หะดีษรายงานโดยบุคอรี) อนันัส อามาดกุล (2557) อธิบายว่า บทบัญญัติคำสอนในศาสนาอิสลามนั้นปรารถนาให้มุสลิมทุกคนแต่งงานการแต่งงานเป็นแนวทางแห่งซารีอะห์ (กฎหมายหรือแนวทางจากอัลลอฮ์) ซึ่งการแต่งงานเป็นแนวทางที่มีคุณค่าในสังคมอิสลาม ในคัมภีร์อัลกุรอานระบุถึงการให้คุณค่าของการมีชีวิตคู่ในด้านต่างๆ ซึ่งในด้านสังคมก็เพื่อการขยายระบบเครือญาติให้มีความเป็นเอกภาพและภราดรภาพในสังคมในด้านสาธารณสุขนั้นมองว่าการแต่งงานสามารถช่วยรักษาสุขภาพของคู่ การแต่งงานป้องกันจากความเสื่อมเสียจากพฤติกรรมทางเพศ และในด้านการเมืองตระหนักว่าการแต่งงานสามารถสร้างความเข้มแข็งและความมั่นคงในชาติ และรัฐด้วยเช่นกันด้วยการมีกองกำลังและประชากรจำนวนมากพอที่จะป้องกันข้าศึกมารุกราน อัลฮะดีษรายงานโดยบุคอรี อารง สุทธานาสน์ (2543) ความว่า “เขาผู้ซึ่งสามารถแต่งงานควรต้องแต่งงานเพราะว่า มันจะมีผลทำให้สายตาของเขาต่ำลงและทำให้เขามีความบริสุทธิ์ และเขาผู้ที่ไม่สามารถแต่งงานควรถือศีลอดเนื่องจากว่ามัน จะมีผลในการกำจัดอารมณ์ความใคร่ของพวกเขา” อย่างไรก็ตามศาสนาจะส่งเสริมให้แต่งงานโดยเฉพาะมุสลิมะห์ เนื่องจากจำเป็นต้องมีผู้ปกครองในการดูแลนอกจากบิดา คือสามีแต่ก็มีข้อยกเว้นสำหรับบุคคลที่ไม่มีความสามารถที่จะแต่งงาน เนื่องจากการเจ็บป่วยหรือความพิการ

สรุปได้ว่าการแต่งงานในบทบัญญัติของศาสนาอิสลามถือว่าเป็นวิถีแนวทางของท่านศาสดาคคุณค่าของการแต่งงานที่ได้รับในวันคัมภีร์อัลกุรอานคัมภีร์ทั้งด้านสังคม ด้านสาธารณสุข และด้านการเมือง นอกจากนี้การแต่งงานและการมีครอบครัววางอยู่บนพื้นฐานสองประการคือ



ประการแรกเพื่อตอบสนองความต้องการทางด้านชีวภาพ เป็นการตอบสนองทางด้านอารมณ์ และ ความรู้สึกของมนุษย์และเพื่อป้องกันการทำชีนา (ผิดประเวณี ) และประการที่สอง เพื่อตอบสนอง ความจำเป็นพื้นฐานทางสังคม เพื่อให้ทำให้เกิดสถาบันครอบครัวมุสลิมและสังคมของประชาชาติ อิสลาม สำหรับการเป็นโสดเป็นสิ่งที่ศาสนาไม่สนับสนุนควรมีการถือศีลอดจะช่วยลดอารมณ์ทางเพศ ที่อาจก่อให้เกิดปัญหาได้

## 6. บริบทเทศบาลเมืองปัตตานี

เทศบาลเมืองปัตตานีเป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นขนาดใหญ่ โดยชุมชนมีลักษณะ ความเป็นเมืองซึ่งมีประชากรอาศัยอยู่อย่างหนาแน่น ตั้งอยู่ในจังหวัดปัตตานีมีพื้นที่ทั้งหมดครอบคลุม 3 ตำบลคือ ตำบลอานาะรู ตำบลสะบารังและตำบลจะบังติกอ มีประชาชนอาศัยอยู่ในเทศบาลจำนวน 44,234 คน มีครัวเรือน จำนวน 14,572 ครัวเรือน ซึ่งจังหวัดปัตตานีประชาชนส่วนใหญ่นับถือศาสนา อิสลาม ร้อยละ 86.25 ศาสนาพุทธร้อยละ 25.5 และศาสนาอื่นๆ ร้อยละ 0.80 เมื่อพิจารณาถึงผู้หญิงที่มี สถานภาพโสดทั้งหมดในจังหวัดปัตตานีมี จำนวน 177,264 คน มีอายุตั้งแต่ 15 - 54 ปี อย่างไรก็ตาม พบว่า มีข้อมูลสัดส่วนสถานภาพโสดของผู้หญิงที่มีแนวโน้มที่จะเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องคือ ช่วงอายุระหว่าง 45 - 54 ปี ที่มีจำนวนถึง 6,777 คน หรือ คิดเป็นร้อยละ 15.32 ของประชากรทั้งหมดในจังหวัดปัตตานี (สำนักงานสถิติจังหวัดปัตตานี, 2557)

## 7. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเรื่องการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ ของมุสลิมะฮ์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี ผู้วิจัยได้มุ่งศึกษาใน 2 ประเด็นหลักคือ 1) งานวิจัยที่ เกี่ยวข้องกับเงื่อนไขของการตัดสินใจอยู่เป็นโสดของผู้หญิง 2) งานวิจัยที่เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมใน การเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

### 7.1 งานวิจัยที่เกี่ยวกับเงื่อนไขของการตัดสินใจอยู่เป็นโสดของผู้หญิง

ปริญญา อยู่เป็นแก้ว (2552) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การตัดสินใจอยู่เป็นโสดของ ผู้หญิงในยุคโลกาภิวัตน์ พบว่าปัจจัยที่ทำให้ผู้หญิงตัดสินใจครองตัวอยู่เป็นโสดประกอบด้วย สังคมเกิด การเปลี่ยนแปลง การศึกษาที่สูงขึ้น การมีหน้าที่การงานที่สูงขึ้น ลักษณะทางเศรษฐกิจและสังคมของ ผู้หญิง ความเจ็บปวดทางความรู้สึกที่ผู้หญิงประสบมากับเหตุการณ์ในอดีต สายใยพันธะครอบครัวที่ แน่นแฟ้น และความไม่แน่ใจถึงความมั่นคงในชีวิตสมรส ทศนคติของผู้หญิงต่อการอยู่เป็นโสดคือ ความอิสระในการใช้ชีวิต การแต่งงานไม่ใช่เรื่องที่น่าจำเป็น และการเป็นผู้หญิงที่มีคุณค่า

สอดคล้องกับการศึกษาของไศรยา เตชะวัฒน์เศรษฐ์ (2554) ได้ทำการศึกษาเรื่อง โลกทัศน์และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการอยู่เป็นโสดของพนักงานต้อนรับหญิงบนเครื่องบิน ที่แสดงให้เห็นถึง ปัจจัยที่มีผลต่อการอยู่เป็นโสดของพนักงานต้อนรับบนเครื่องบินประกอบไปด้วย ปัจจัยด้าน ประสบการณ์ภูมิหลังพื้นฐานทางด้านครอบครัว ปัจจัยด้านความผูกพันกับครอบครัว ปัจจัยด้าน

รายได้ ปัจจัยด้านการมีงานอดิเรก ปัจจัยด้านกลุ่มเพื่อนสนิท ปัจจัยการให้การยอมรับ และปัจจัยด้านการไม่พบคนที่ถูกใจหรือมีคุณสมบัติที่กำหนดไว้

ภัทรพร ตาสิงห์ และศุทธิดา ชนวนวัน (2559) แสดงให้เห็นถึงชีวิตที่ออกแบบเองได้ของคนโสดที่อาศัยอยู่ตามลำพัง พบว่าจำนวนคนโสดในประเทศไทยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเป็นผลมาจากการเปลี่ยนแปลงทางประชากรสู่สังคมสูงวัยรวมถึงนโยบายทางเศรษฐกิจและสังคม ทำให้อายุเฉลี่ยและสัดส่วนคนโสดที่อาศัยตามลำพังมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น ในอนาคตมีการสูญเสียสมาชิกในครอบครัวทำให้ชีวิตตามลำพัง นอกจากนั้นคนโสดที่มีได้รับการเข้ารับการศึกษามากที่สุดทำให้มีโอกาสในการต่อยอดในการทำงานสร้างฐานะเศรษฐกิจได้ดี จึงสามารถออกแบบชีวิตอยู่อาศัยของตนเองได้

นอกจากนี้ในการศึกษาของรวิวรรณ ธรณี (2549) ได้ทำการศึกษาเรื่อง ผู้หญิงโสด: อัตลักษณ์และการดำเนินชีวิต ได้อธิบายถึงการนำเสนออัตลักษณ์ของผู้หญิงโสด ได้แก่ การเห็นตัวอย่างการมีครอบครัว ความต้องการก้าวหน้าในหน้าที่การงาน การศึกษาและการยอมรับทางสังคม เงื่อนไขเป็นรากฐานและสนับสนุนต่อผู้หญิงโสด ประกอบด้วย การมีงานทำที่มั่นคงและมีการศึกษาในระดับสูง และนำเสนอตนเองในลักษณะของบทบาท ประกอบด้วยอัตลักษณ์การเป็นลูกสาว อัตลักษณ์ของผู้หญิงทำงานและผู้ที่มีความรู้ ความสัมพันธ์ของการดำเนินชีวิตของผู้หญิงโสด ประกอบด้วยความสัมพันธ์ในครอบครัวและเครือญาติ ความสัมพันธ์ในกลุ่มเพื่อนลักษณะการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคมคือ ความสัมพันธ์ในลักษณะเกื้อหนุนและส่งเสริมต่อการดำรงชีวิตของผู้หญิงโสด ผู้หญิงโสดมีการจัดการในชีวิตตนเองและมีการเตรียมความพร้อมสำหรับชีวิตในอนาคตด้วยในด้านประกอบด้วย การจัดการทางด้านร่างกาย อารมณ์ เศรษฐกิจ และด้านที่อยู่อาศัย

จากงานวิจัยข้างต้นสะท้อนให้เห็นสาเหตุและเงื่อนไขที่มีผลทำให้ผู้หญิงอยู่เป็นโสดปริญญา อยู่เป็นแก้ว (2552) กล่าวถึงปัจจัยที่ทำให้ผู้หญิงตัดสินใจอยู่เป็นโสดประกอบด้วย การศึกษา หน้าที่การงาน ลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจของผู้หญิง ความผูกพันที่มีต่อครอบครัว ในขณะที่ความเจ็บปวดทางทางรู้สึกก็เป็นปัจจัยที่สำคัญที่จะส่งผลให้เกิดความไม่มั่นใจถึงความมั่นคงในชีวิตสมรส สอดคล้องกับภัทรพร ตาสิงห์ และศุทธิดา ชนวนวัน (2559) ที่กล่าวถึงการศึกษาของผู้หญิงจะนำไปสู่การประกอบอาชีพการงานที่ดี มีคุณภาพชีวิตที่ดีทำให้สามารถออกแบบชีวิตของตนเองได้ เช่นเดียวกับไศรยา เตชะวัฒน์เศรษฐ์ (2554) ที่กล่าวถึงปัจจัยทางด้านรายได้ ปัจจัยด้านครอบครัวและปัจจัยด้านอารมณ์ความเจ็บปวด ปัจจัยด้านการมีกลุ่มเพื่อนสนิทที่อยู่เป็นโสดซึ่งจะนำไปสู่การมีสัมพันธภาพและเครือข่ายในสังคม และการที่ผู้หญิงไม่พบเจอคูในอุดมคติที่มีส่วนทำให้ผู้หญิงเลือกที่จะอยู่เป็นโสดได้ สำหรับการศึกษาค้นคว้าวิจัยเลือกศึกษาสาเหตุหรือเงื่อนไขที่ทำให้มุสลิมะฮ์อยู่เป็นโสดประกอบด้วย การศึกษา หน้าที่การงาน ความผูกพันที่มีต่อครอบครัว ความเจ็บปวดทางอารมณ์ความรู้สึก ความชื่นชอบต่อการมีชีวิตอิสระ และการไม่พบคู่ตรงตามอุดมคติ

## 7.2 งานวิจัยที่เกี่ยวกับเตรียมความพร้อมของผู้หญิงที่เป็นโสด

ภัทรพร อ่อนใส (2544) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แนวทางการพัฒนาบริการทางสังคม เพื่อเตรียมการให้กับสตรีโสดก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุในเขตดินแดงกรุงเทพมหานคร ได้อธิบายถึงปัญหาของสตรีโสดก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีอายุระหว่าง 50 ถึง 59 ปี มีประกอบด้วย ปัญหาด้านสุขภาพอนามัยได้แก่ สุขภาพไม่แข็งแรง มีโรคประจำตัว ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่ ฐานะยากจนโดยมีอาชีพและรายได้ที่ไม่มั่นคงและมีความลำบากเรื่องที่อยู่อาศัย ซึ่งปัญหาดังกล่าวเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้สตรีโสดไม่แต่งงาน นอกจากนี้ยังได้อธิบายถึงข้อดีของการมีชีวิตโสดคือ ในด้านความอิสระใช้ชีวิตเรียบง่าย ไม่ต้องมีภาระรับผิดชอบ และข้อเสียของการมีชีวิตโสดคือ ถ้าไม่มีเงินไม่มีรายได้เพียงพอจะลำบากมากเพราะต้องอยู่ตัวคนเดียวในวัยสูงอายุ ด้านการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุแสดงให้เห็นว่ามีทั้งสตรีโสดที่เตรียมความพร้อมและไม่เตรียมความพร้อมในการเป็นผู้สูงอายุ

นอกจากนี้ในการศึกษาของนันทมน หรือินทร์ (2561) ได้สะท้อนถึงการเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุ ประกอบด้วยด้านสุขภาพอนามัย ด้านการปรับตัวทางสังคมและจิตใจ และด้านที่อยู่อาศัย ด้านพฤติกรรมกรออม ในการศึกษาของกัญญา ชื่นอารมย์ และวลัยนารี พรหมลา (2560) ได้ศึกษาเรื่อง การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดปทุมธานี ผลการศึกษาพบว่า คุณภาพชีวิตของ ผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก ในด้านสภาพอารมณ์ที่ดี ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล ด้านการรวมกลุ่ม ทางสังคม ด้านสภาพร่างกายที่ดี และด้านการตัดสินใจได้ด้วยตนเองอยู่ในระดับมาก และด้านสภาพความเป็นอยู่ที่ดีอยู่ในระดับ ปานกลาง สำหรับแนวทางการพัฒนาคุณภาพชีวิต ผู้สูงอายุ พบว่า ต้องมีกำหนดเป็นนโยบาย/ ยุทธศาสตร์การสนับสนุน/ ส่งเสริมให้ผู้สูงอายุ มีคุณภาพชีวิตที่ดี โดยการสนับสนุน/ส่งเสริม การจัดตั้งชมรมหรือกลุ่มผู้สูงอายุ การส่งเสริมการทำอาชีพให้กับผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตนเองได้และการสนับสนุนหน่วยแพทย์เคลื่อนที่หรือการให้สิทธิ์ผู้สูงอายุในการ ตรวจสอบสุขภาพประจำปี และสนับสนุนการให้ ความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเองที่ถูกต้อง เกี่ยวกับสุขภาพแก่ผู้สูงอายุและครอบครัว

ในการศึกษาของชนัญญา บังพล (2558) ได้ศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสำนักงานปลัด กระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง) ได้อธิบายถึง ความรู้ของข้าราชการต่อการเป็นผู้สูงอายุและผู้สูงอายุที่มีศักยภาพ และการรับรู้ของข้าราชการต่อการเตรียมความพร้อมของหน่วยงาน ซึ่งประกอบด้วย การเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจมากที่สุด รองลงมาคือ ด้านจิตใจ ด้านสังคม และด้านร่างกาย

นอกจากนี้ในการศึกษาของญาณิกา ธนาเลิศกุล (2562) ศึกษาความคิดและการวางแผนชีวิตของผู้หญิงโสดในสังคมเมืองที่กำลังเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยการศึกษาจาก 4 กลุ่มอาชีพ คือ ข้าราชการ พนักงานบริษัทเอกชน อาชีพอิสระ และธุรกิจส่วนตัว โดยอธิบายว่า ผู้หญิงโสดแต่ละคนมีบริบทสังคมแวดล้อม มุมประสบการณ์ในการใช้ชีวิต การอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวที่แตกต่างกัน ส่งผลให้ผู้หญิงแต่ละคนมีการอธิบายถึงเหตุผล และความคิดต่อการอยู่เป็นโสด มุมมองการเปิดรับความสัมพันธ์ การให้ความหมายแก่ความชรา และความกังวลต่อการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ส่งผลต่อการ

วางแผนหรือความคิดที่มีต่อการใช้ชีวิตในอนาคตเมื่ออยู่เป็นโสดที่กำลังก้าวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ทั้งกลุ่มที่วางแผนในการใช้ชีวิตในอนาคตแล้ว และกลุ่มที่ยังไม่ได้วางแผนมีการคิดถึงอนาคตไว้บ้าง ผู้หญิงโสดที่กำลังก้าวเข้าสู่ผู้สูงอายุทั้ง 2 กลุ่มมีศักยภาพจะเข้าสู่วัยผู้สูงอายุอย่างมีคุณภาพซึ่งสามารถมีสุขภาพดี มีส่วนร่วมทางสังคม มีความมั่นคง ภาวะพหุผลที่เกิดจากปัจจัยขัดขวางประกอบไปด้วย เพศและวัฒนธรรมกับปัจจัยการผลิต ประกอบด้วยปัจจัยด้านสุขภาพและการบริการด้านสังคม ปัจจัยกำหนดทางพฤติกรรมปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมทางกายภาพ ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับสภาพแวดล้อมสังคม ปัจจัยกำหนดทางเศรษฐกิจซึ่งปัจจัยต่างๆมีส่วนช่วยในการสนับสนุนให้ผู้หญิงที่ถูกที่กำลังก้าวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุกลายเป็นผู้สูงอายุที่มีพลังได้ในอนาคต

งานวิจัยข้างต้นสะท้อนให้เห็น ข้อดีและข้อเสียของการอยู่เป็นโสด และความเกี่ยวข้องของผู้หญิงที่มีความสัมพันธ์ต่อการเตรียมความพร้อมเพื่อก้าวเข้าสู่วัยผู้สูงอายุทั้งในด้านการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพจิตใจ การเตรียมความพร้อมด้านการเงิน และการเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล ซึ่งในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้เลือกศึกษาผู้หญิงที่อยู่เป็นโสดตามกลุ่มอาชีพคือ อาชีพรับราชการ อาชีพอิสระและอื่นๆ

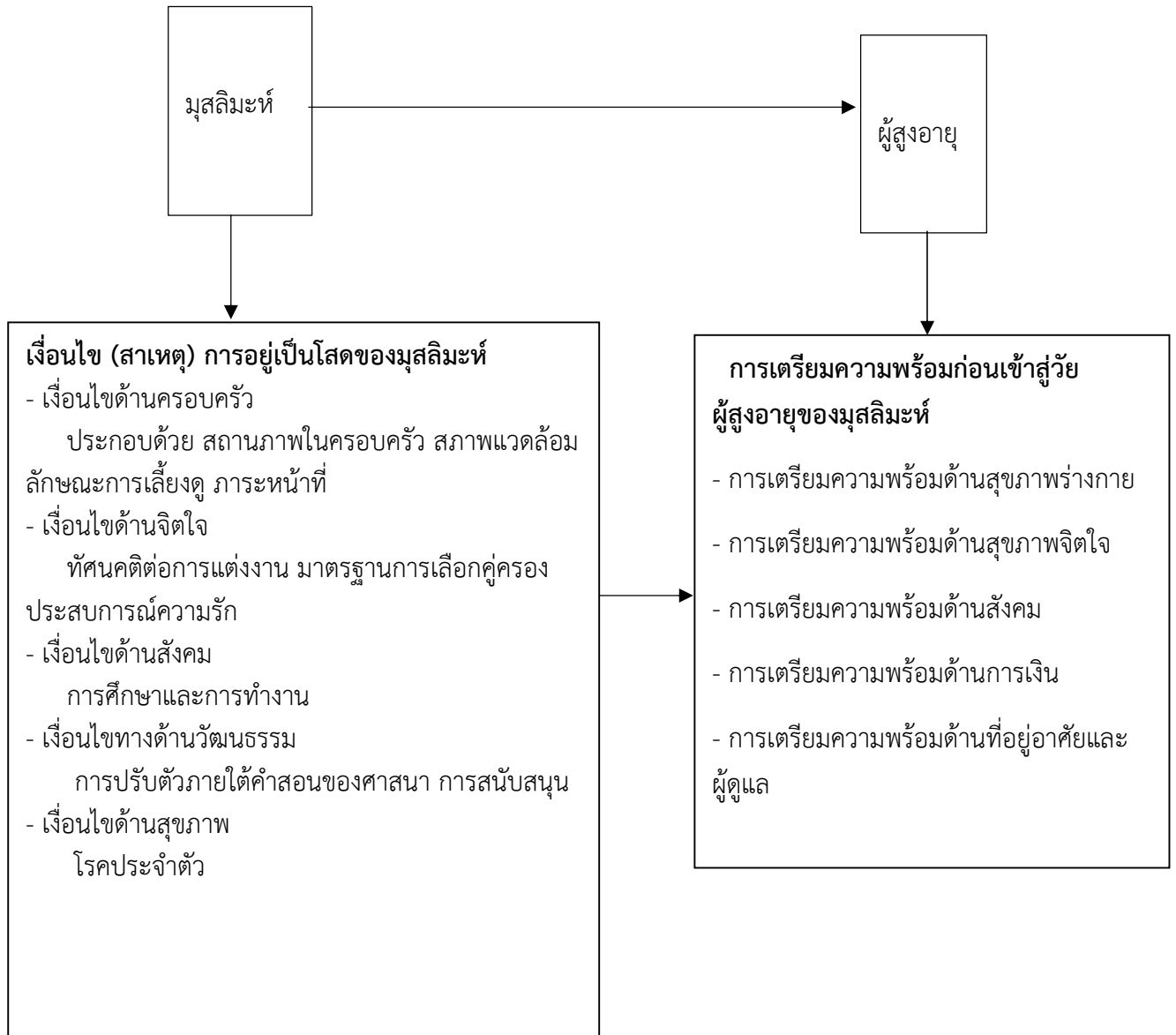
### กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการอธิบายปรากฏการณ์ทางสังคมในประเด็น การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี

สำหรับวัตถุประสงค์ในการวิจัยข้อแรก เพื่อศึกษาเงื่อนไขของการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานี งานวิจัยนี้ได้ออกแบบการศึกษาเป็นการวิเคราะห์เนื้อหาและพรรณนาเงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ โดยผู้วิจัยใช้แนวคิดที่ได้สังเคราะห์เอกสารทางวิชาการมาอธิบาย เพื่อนำผลที่ได้มาเป็นกรอบในการทำความเข้าใจในวัตถุประสงค์วิจัยในข้อต่อไป แต่เนื่องจากจังหวัดปัตตานีมีวัฒนธรรมที่มีลักษณะเฉพาะ ในด้านวัฒนธรรมการแต่งงานในอิสลาม ฉะนั้นผู้วิจัยจึงเลือกแนวคิดเรื่องบทบัญญัติการแต่งงานมาเพิ่มเติม เพื่อให้สามารถทำความเข้าใจในเงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ปัตตานีมากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ข้อที่สองคือ ศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี ซึ่งจะมุ่งเน้นไปที่การเตรียมความพร้อมเพื่อที่จะใช้ชีวิตอยู่เป็นโสดซึ่งจะศึกษาด้วยการใช้กรอบความคิดทฤษฎีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ มาเป็นกรอบในการทำความเข้าใจ

ภาพที่ 3 กรอบแนวคิดการวิจัย



## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาเรื่องการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสด ในเทศบาลเมืองปัตตานี ครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งศึกษาทำความเข้าใจในปรากฏการณ์ทางสังคมของผู้หญิงมุสลิม โดยจะแสดงให้เห็นถึงเงื่อนไขในการอยู่เป็นโสด อันเป็นเงื่อนไขสำคัญที่จะนำมาสู่การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้วิธีการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเชื่อมโยงและความเป็นเหตุเป็นผลตามกรอบแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 3.1 สนามวิจัย

กำหนดให้สนามวิจัย คือ เขตเทศบาลเมืองปัตตานี ประกอบไปด้วย ตำบลสะบารัง ตำบลอาเนาะรู และตำบลจะบังติกอ เนื่องจากสัดส่วนของผู้หญิงโสดมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งเทศบาลเมืองปัตตานีนี้นั้นมีระดับความเป็นเมืองสูง มีโครงสร้างพื้นฐานทางสังคมที่ตอบสนองต่อการใช้ชีวิตของประชาชนในพื้นที่เป็นที่ตั้งของศูนย์ราชการต่างๆ สถานศึกษา ศูนย์บริการสาธารณสุข อีกทั้งเป็นพื้นที่ของแหล่งเศรษฐกิจที่มีความเจริญ จากบริบทของพื้นที่ที่มีความเจริญดังกล่าวจึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อโอกาสการอยู่เป็นโสดสูง (พัทธพร ตาสิงห์ และศุทธิดา ขวนวัน, 2559) ประกอบกับประชากรส่วนใหญ่ในจังหวัดปัตตานีนับถือศาสนาอิสลามร้อยละ 86.25 (คณะกรรมการบริหารงานจังหวัดแบบบูรณาการจังหวัดปัตตานี, 2558) ซึ่งจะทำให้ผลการศึกษาที่มีความเป็นเฉพาะของความเป็นมุสลิมะห์ งานวิจัยนี้จึงเลือกเขตเทศบาลเมืองจังหวัดปัตตานีเป็นสนามวิจัยเนื่องด้วยความโดดเด่นของสนามวิจัยข้างต้น

#### 3.2 กลุ่มผู้ให้ข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ ได้กำหนดผู้ให้ข้อมูลคือ มุสลิมะห์ที่ยังไม่ผ่านการนิกะห์มาก่อน และนับถือศาสนาอิสลามที่มีอายุ 45 ปี ขึ้นไป เนื่องจากมุสลิมะห์ในกลุ่มดังกล่าวมีจำนวนสัดส่วนเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งกำลังเข้าสู่ช่วงอายุ 50 ปี ที่ทางประชากรศาสตร์ถือว่าเลยวัยเจริญพันธุ์และเป็นโสดอย่างถาวร โดยผู้ให้ข้อมูลอาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมืองปัตตานีตามทะเบียนบ้าน โดยผู้ศึกษาดำเนินการดังนี้ 1) ใช้การสุ่มแบบเจาะจง (Purposive) โดยมีเกณฑ์คัดเลือกคือ ต้องเป็นผู้ให้ข้อมูลที่มีอาชีพที่แตกต่างกัน คือ อาชีพข้าราชการ อาชีพอิสระและอื่นๆ เพื่อให้ข้อมูลเกิดการกระจายครอบคลุม ผู้วิจัยจึงแบ่งศึกษาผู้ให้ข้อมูลจาก 3 ตำบลคือ ตำบลสะบารัง ตำบลจะบังติกอ และตำบลอาเนาะรู 2) จากนั้นใช้การค้นหาผู้ให้ข้อมูลแบบลูกโซ่ (Snowball sampling) จากการสุ่มผู้ให้ข้อมูลในข้อที่ 1 และ 3) จากนั้นดำเนินการเก็บข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลในข้อที่ 2 จนกว่าข้อมูลจะถึงจุดอิ่มตัว กล่าวคือ ผู้ศึกษาจะเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลไปจนกว่าจะไม่มีรหัสใหม่หรือแนวความคิดใหม่ขึ้นมาจาก

ข้อมูล (จำเนียร จวงตระกูล, 2561) แต่หากข้อมูลยังไม่อึดตัวศึกษาจะค้นหาวนซ้ำบุคคลเดิม โดยเลือกผู้ให้ข้อมูลท่านอื่นตามที่ได้เลือกไว้ในข้อที่ 1 ทั้งนี้หากข้อมูลมีการอึดตัวจากผู้ให้ข้อมูลในจำนวนไม่ถึง 8 คน ผู้ศึกษาจะเก็บข้อมูลให้ได้จำนวน 9 คน เพื่อให้ได้มุมมองที่หลากหลายขึ้น (ศิริพร จิรวัดณ์กุล, 2553)

### 3.3 วิธีการศึกษาและการเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในงานวิจัยนี้เป็นไปอย่างระมัดระวัง เนื่องจากสนามวิจัยนั้นเป็นพื้นที่ทางวัฒนธรรมซึ่งมีความละเอียดอ่อนต่อความรู้สึกของผู้ให้ข้อมูล ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงข้อควรระมัดระวังนี้อยู่เสมอ จึงได้จัดเตรียมความพร้อมทั้งทางด้านตัวผู้วิจัยและด้านองค์ความรู้ต่างๆที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของมุสลิมะฮ์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานีโดยเอกสารที่นำมาศึกษานั้น ได้แก่ เอกสารจากหนังสือ บทความวิชาการ เอกสารงานวิชาการออนไลน์ และงานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้อง สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในสนามวิจัยคือ แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง โดยมีประเด็นคือ ข้อมูลส่วนบุคคล เงื่อนไขของการอยู่เป็นโสดของผู้หญิงมุสลิมปัตตานี การเตรียมความพร้อมของผู้หญิงมุสลิมในการใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด

ในสนามวิจัยใช้แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้างที่มีการตรวจสอบเนื้อหาจากผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อค้นหาข้อมูลเหล่านั้นให้ชัดเจนมากที่สุด ผู้วิจัยจึงเลือกใช้วิธีการบันทึกเสียงในการสัมภาษณ์ ทั้งนี้เพื่อประโยชน์ในการนำมาศึกษาซ้ำภายหลังและเป็นการเพิ่มมิติมุมมองหลังจากที่เหตุการณ์นั้นได้ผ่านไปแล้วซึ่งเป็นการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมอีกรูปแบบหนึ่ง

สัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In depth interview) เพื่อค้นหาข้อมูลเหล่านั้นให้ชัดเจนมากที่สุด ทั้งนี้เพื่อประโยชน์ในการนำมาศึกษาซ้ำภายหลัง และเป็นการเพิ่มมิติมุมมองจากที่เหตุการณ์นั้นได้ผ่านไปแล้วซึ่งเป็นการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมอีกรูปแบบหนึ่ง ฉะนั้นงานวิจัยนี้จึงมีการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม ร่วมกับการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ อนึ่งสำหรับในบางประเด็นที่สำคัญหรือเก็บรวบรวมข้อมูลได้มาไม่ครบถ้วนด้วยปัจจัยรบกวนทางด้านสิ่งแวดล้อม ผู้วิจัยจะเลือกใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบเป็นทางการด้วยการนัดผู้ให้ข้อมูลภายหลังเสร็จสิ้นอีกครั้งหนึ่ง

### 3.4 การพิทักษ์สิทธิผู้ให้ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์เลขที่ psu.pn.2-074/63 ซึ่งทำการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างและผู้ให้ข้อมูล โดยชี้แจงให้กลุ่มตัวอย่างทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย การปกปิดข้อมูลและการเก็บรักษาความลับ ขอความร่วมมือในการเข้าร่วมวิจัยด้วยความสมัครใจ อธิบายถึงสิทธิในการถอนตัวออกจากการวิจัยได้ทุกเวลา และการถอนตัวนั้นไม่มีผลเสียใดๆ หากการเข้าร่วมวิจัยในครั้งนี้ทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามเกิดความไม่สบายใจ รู้สึกเป็นทุกข์จะได้รับการดูแลช่วยเหลือด้านจิตใจ โดยการให้คำแนะนำปรึกษาและพิจารณาส่งต่อหากผู้ให้ข้อมูลต้องการแหล่งสนับสนุนอื่นที่นอกเหนือจากความสามารถของผู้ศึกษา

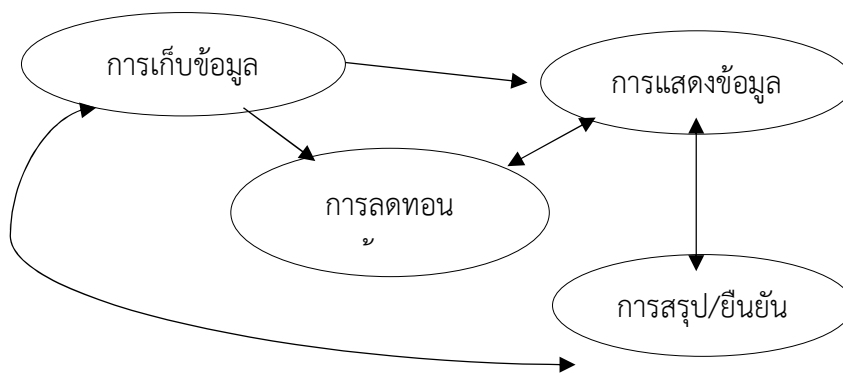


### 3.5 วิธีวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ผู้ศึกษาได้ใช้หลักการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยใช้การวิเคราะห์ข้อมูลแบบสามเส้าด้านข้อมูลคือ การพิสูจน์ว่าข้อมูลที่ผู้ศึกษาได้มานั้นถูกต้องหรือไม่ โดยวิธีตรวจสอบคือการสอบแหล่งของข้อมูลแหล่งที่มาที่จะพิจารณาในการตรวจสอบได้แก่ แหล่งเวลา แหล่งสถานที่ และแหล่งบุคคล แหล่งเวลา กล่าวคือ ถ้าหากผู้ศึกษาเก็บข้อมูลต่างเวลากันข้อมูลที่ได้มาจะเหมือนกันหรือไม่ แหล่งสถานที่ กล่าวคือ ถ้าหากข้อมูลต่างสถานที่กันจะเหมือนกันหรือไม่ แหล่งบุคคล กล่าวคือถ้าหากผู้ให้ข้อมูลเปลี่ยนไปข้อมูลที่ได้จะเหมือนเดิมหรือไม่ จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาตีความหาความสัมพันธ์ของข้อมูลจัดหมวดหมู่และแยกประเด็นตามวัตถุประสงค์ของการศึกษา โดยพิจารณาจากความคล้ายคลึงและความแตกต่างของข้อมูล จากนั้นจึงนำเสนอข้อมูลโดยการเขียนเชิงพรรณนา

### 3.6 กิจกรรมการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

เมื่อผู้วิจัยเก็บข้อมูลแล้วจะมีการลดทอนขนาดและปริมาณข้อมูล (Data Reduction) โดยการเลือกเฟ้นหาข้อมูลที่น่าสนใจเพื่อแสดงเป็นหลักฐาน (Data Display) ที่เข้าใจง่ายจนนำไปสู่ข้อสรุปชั่วคราว (Memoing Data) และต้องผ่านการตรวจสอบยืนยันผลจนได้ข้อสรุปที่ชัดเจนมั่นคงในช่วงท้ายสุด (Conclusion and Verification) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ (Milles and Huberman, 1967 อ้างถึงใน นิศา ชูโต, 2548)

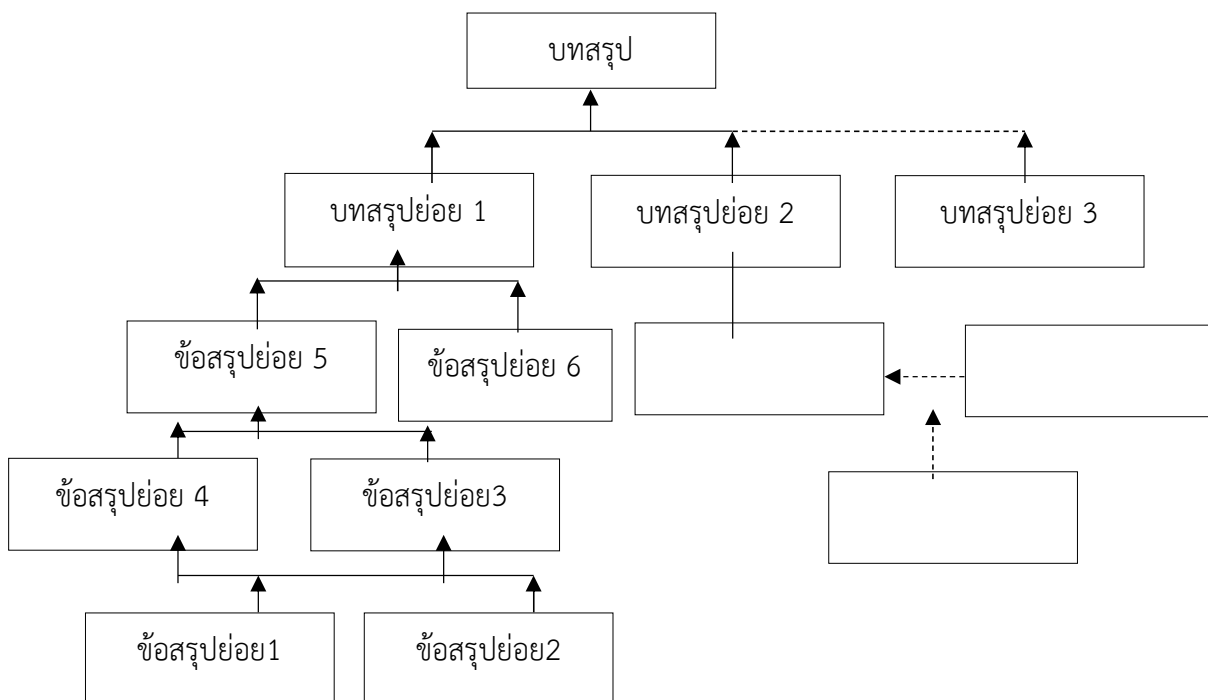


ภาพที่ 3 องค์ประกอบการวิเคราะห์รูปแบบปฏิสัมพันธ์  
(Milles and Huberman, 1967 อ้างถึงใน นิศา ชูโต, 2548)

1. การลดทอนข้อมูล (Data Reduction) การลดทอนข้อมูลถือเป็นส่วนหนึ่งของการวิเคราะห์ข้อมูลและจะต้องทำอยู่ตลอดเวลาตั้งแต่การเลือกสนาม ลงรหัส ทดสอบแนวคิด รวมเป็นกลุ่มแบ่งเป็นส่วนโดยเลือกหาจุดที่น่าสนใจของข้อมูลดิบที่เก็บได้จากสนาม โดยผู้วิจัยจะต้องเป็นผู้ตัดสินใจว่าข้อมูลกลุ่มไหนจะลงรหัสกลุ่มไหนจะใช้สรุป กลุ่มไหนไม่ใช้เพราะซ้ำกับกลุ่มก่อนจนได้ผลสรุปและพิสูจน์เป็นข้อสรุปชั่วคราวที่น่าสนใจ

2. การแสดงข้อมูล (Data Display) เป็นกระบวนการวิเคราะห์ การจัดและเลือกเฟ้นสรรหา ตัวอย่างข้อมูลที่เก็บได้จากสนาม ไม่ว่าจะเป็นการสรุปจากรายงาน การสังเกต คำพูดจากการสัมภาษณ์การกระทำหรือการแสดงพฤติกรรมของบุคคลสำคัญๆ เพื่อแสดงประกอบเป็นหลักฐานของข้อสรุปชั่วคราว ซึ่งการแสดงข้อมูลเชิงคุณภาพจะกระทำในรูปของการเขียนเล่าเรื่องและเรียงตามเวลาว่าอะไรขึ้นก่อนหลังอย่างไรและทำไม อันจะโยงไปสู่การวิเคราะห์และสรุปผลที่ชัดเจนต่อไป

3. การสร้างข้อสรุปและทดสอบยืนยันผลสรุป (Conclusion and Verification) ในขั้นตอนนี้ เมื่อผู้วิจัยได้ข้อมูลมาในช่วงแรกจะทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยมองความหมาย ความคล้ายคลึง ความแตกต่างความเป็นไปได้และรูปแบบต่างๆ ได้ชั่วคราว โดยเชื่อมโยงกับข้อค้นพบเบื้องต้นแล้วจึงค่อยๆ เก็บข้อมูลเพิ่มเติมอย่างต่อเนื่องถือเป็นการสังเคราะห์ข้อสรุปย่อยๆ ประติดปะต่อเข้าด้วยกันอย่างมีระบบจนได้เป็นบทสรุปที่ตอบปัญหาการวิจัยโดยมีเงื่อนไขคือ 1) ถ้าข้อมูลเดิมดี โอกาสที่จะได้บทสรุปที่ดีก็มีมาก และ 2) ถ้าผู้วิจัยมีความสามารถในการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ได้ดีมีความรู้หลากหลายเกี่ยวกับแนวคิดทฤษฎีต่างๆ ที่จะใช้วิเคราะห์ปรากฏการณ์ก็ทำให้บทสรุปมีความแหลมคมน่าสนใจ เมื่อสร้างข้อสรุปที่ตอบปัญหาการวิจัยได้แล้วภารกิจสุดท้ายก็คือ การตรวจสอบยืนยันเป็นผลสรุปการวิจัยในช่วงสุดท้าย แล้วจึงเขียนรายงานการวิจัยต่อไป (นิตา ชูโต, 2548)



ภาพที่ 4 ขั้นตอนการทำข้อสรุปย่อยเป็นบทสรุปย่อยและบทสรุป (สุภางค์ จันทวานิช, 2554)

### 3.7 การเขียนรายงานวิจัยเชิงคุณภาพ

ในการเขียนรายงานการวิจัย ผู้วิจัยจะใช้การอธิบายหรือบรรยายเชิงวิเคราะห์ (Analytic Descriptive) ในลักษณะของการเล่าเรื่อง (Narrative) ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นซึ่งเป็นผลที่ได้จากการศึกษา คือ เป็นข้อมูลและข้อค้นพบที่เป็นกลางและมีความละเอียดลึกซึ้ง (Objective but sensitive) ซึ่งผู้วิจัยพึงระมัดระวังไม่ใส่ความคิดเห็นของตนลงไปในเรื่องข้อมูล นอกจากนี้การนำเสนอข้อมูลผู้วิจัยคำนึงถึงลำดับของข้อมูล และนำเสนอข้อความที่เป็นข้อความบรรยายก่อน แล้วจึงเสนอข้อมูลที่เชื่อมโยงความสัมพันธ์กับเหตุการณ์ต่างๆ สุดท้ายก็จะนำเสนอข้อมูลที่เป็นคำอธิบายเหตุการณ์หรือปรากฏการณ์

## บทที่ 4 ผลการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลปัตตานี” ผู้วิจัยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ที่มุ่งอธิบายและทำความเข้าใจปรากฏการณ์วิทยาที่เกิดขึ้นในสังคมมุสลิมจังหวัดชายแดนใต้โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาเงื่อนไขของการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ และเพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากมุสลิมะห์ซึ่งมีภูมิลำเนาในเทศบาลเมืองปัตตานี จำนวน 9 คน ซึ่งผู้วิจัยได้นำเสนอผลการศึกษาดังต่อไปนี้

### 4.1 ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของมุสลิมะห์

#### 4.2 เงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานี

4.2.1 เงื่อนไขด้านครอบครัว

4.2.2 เงื่อนไขด้านจิตใจ

4.2.3 เงื่อนไขด้านสังคม

4.2.4 เงื่อนไขด้านวัฒนธรรม

4.2.5 เงื่อนไขด้านสุขภาพ

#### 4.3 การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่อยู่เป็นโสด

4.3.1 การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย

4.3.2 การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพจิตใจและจิตวิญญาณ

4.3.4 การเตรียมความพร้อมด้านการเงิน

4.3.5 การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล

#### 4.1 ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของมุสลิมะห์

##### 4.1.1 ส่วนที่ 1 ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของมุสลิมะห์

ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของมุสลิมะห์ ผู้วิจัยได้นำเสนอรายละเอียดโดยจำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน โรคประจำตัว และลักษณะความเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย ดังรายละเอียดต่อไปนี้

**ตารางที่ 3** ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของมุสลิมะห์ จำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน โรคประจำตัว และลักษณะความเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)
<b>อายุ (ปี)</b>	
45	2
46	2
49	1
52	1
55	2
57	1
<b>ระดับการศึกษา</b>	
มัธยมศึกษาตอนต้น	1
มัธยมศึกษาตอนปลาย	1
อนุปริญญา	2
ปริญญาตรี	3
ปริญญาโท	2
<b>อาชีพ</b>	
ธุรกิจส่วนตัว	2
รับจ้าง	2
ข้าราชการ	4
ว่างงาน	1

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)
<b>รายได้</b>	
ต่ำกว่า 7,000	1
7,001 – 9,000	2
9,001 – 15,000	2
25,000 – 30,000	3
ไม่มีรายได้	1
<b>โรคประจำตัว</b>	
ความดันโลหิตสูง	2
โลหิตจาง	1
ฮอร์โมนส์เปลี่ยนแปลงหรือวัยทอง	1
มะเร็งเต้านม	1
รูมาตอยส์	1
ไม่มีโรคประจำตัว	3
<b>ลักษณะความเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย</b>	
เจ้าของ	8
ผู้อยู่อาศัย	1

จากตารางที่ 3 ข้อมูลคุณลักษณะทั่วไปของมุสลิมะห์ จำแนกตาม อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ รายได้ต่อเดือน โรคประจำตัว และลักษณะความเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย ผู้วิจัยพบว่า มุสลิมะห์มีการศึกษาตั้งแต่ระดับมัธยมต้นจนถึงระดับปริญญาโท ซึ่งส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับปริญญาตรี มีจำนวน 3 คน ปริญญาโท 2 คน อนุปริญญา 2 คน มัธยมศึกษาตอนต้น 1 คน และมัธยมศึกษาตอนปลาย 1 คน

ด้านอาชีพ พบว่ามุสลิมะห์ส่วนใหญ่มีอาชีพข้าราชการ มีจำนวน 4 คน อาชีพธุรกิจส่วนตัว จำนวน 2 คน อาชีพรับจ้าง จำนวน 2 คน และว่างงาน (ไม่ได้ประกอบอาชีพ) มีจำนวน 1 คน เมื่อพิจารณารายได้ต่อเดือน พบว่ามุสลิมะห์ส่วนใหญ่มีรายได้ประมาณ 25,000 – 30,000 บาท จำนวน 3 คน โดยมีรายได้ระหว่าง 9,001 – 15,000 บาท จำนวน 2 คน รายได้ระหว่าง 7,001– 9,000 บาท จำนวน 2 คน รายได้ต่ำกว่า 7,000 บาท จำนวน 1 คน และไม่มีรายได้จำนวน 1 คน

ด้านข้อมูลโรคประจำตัว พบว่ามุสลิมะห์ส่วนใหญ่ไม่มีโรคประจำตัว มีจำนวน 3 คน โดยเป็นโรคความดันโลหิตสูง จำนวน 2 คน โรคโลหิตจางจำนวน 1 คน โรควัยทอง จำนวน 1 คน โรคมะเร็งเต้านม จำนวน 1 คน และโรครูมาตอยส์ จำนวน 1 คน

ด้านข้อมูลลักษณะความเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัย พบว่า มีมุสลิมะห์เป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยมากถึง 8 คน และพบว่า มีมุสลิมะห์ที่ไม่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองและต้องพึ่งพาอาศัยอยู่กับญาติพี่น้องจำนวน 1 คน

จากข้อมูลข้างต้นแสดงให้เห็นว่า มุสลิมะห์กลุ่มดังกล่าวเป็นผู้ที่อยู่ในช่วงอายุที่เลยวัยเจริญพันธุ์ไปแล้ว โดยมีอายุตั้งแต่อายุ 45-57 ปี มีจำนวนทั้งสิ้น 9 คน ผู้วิจัยได้แบ่งรูปแบบการอยู่เป็นโสดของผู้ให้ข้อมูล โดยพิจารณาถึงความสมัครใจหรือไม่สมัครใจในการอยู่เป็นโสด ลักษณะการอยู่เป็นโสดชั่วคราวและถาวรเพื่อสะท้อนให้เห็นถึงพฤติกรรมการอยู่เป็นโสด ประกอบด้วย 2 ลักษณะ ได้แก่ 1) มุสลิมะห์ที่สมัครใจอยู่เป็นโสด และ 2) มุสลิมะห์ที่ไม่สมัครใจอยู่เป็นโสด สามารถอธิบายได้ดังต่อไปนี้

1) มุสลิมะห์ที่สมัครใจอยู่เป็นโสด จำนวน 3 คน จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์ในเบื้องต้นพบว่า มุสลิมะห์กลุ่มดังกล่าวมีความสมัครใจและพึงพอใจในการเลือกใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด อีกทั้งไม่ได้มีความหวังในเรื่องการแต่งงานหรือรอคอยคู่ครองในอนาคต ซึ่งเกิดจากปัจจัยแบ่งออกเป็น 2 ประการ 1.1) มุสลิมะห์ที่มีโรคประจำตัว จำนวน 1 คน และ 1.2) เป็นมุสลิมะห์ที่มีอายุ 55 - 57 ปี จำนวน 2 คน ซึ่งกลุ่มดังกล่าวยอมรับสภาพโสดที่ล่วงเลยเวลาการแต่งงานและไม่มีความคาดหวังเรื่องการสร้างครอบครัว ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1) มุสลิมะห์ที่ประสบกับโรคประจำตัว คือ โรคมะเร็งเต้านม ปัจจุบันได้รับการตัดเต้านมและทำคีโมจนครบกระบวนการรักษา ซึ่งอยู่ในขั้นตอนของการรับประทานยาและพบแพทย์ตามนัด ดังนั้นการดูแลรักษาสุขภาพจึงเป็นสิ่งสำคัญที่สุดโดยไม่ได้สนใจหรือมีความคาดหวังในการแต่งงาน ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก็กะอายุปุ่นนี้แล้ว ปีนี้อายุ 46 ปี มันเลยเวลาโอกาสที่จะได้แต่งงานไปแล้ว อีกอย่างเราก็ป่วยคิดแต่เรื่องดูแลตัวเอง คงไม่มีใครอยากแต่งงานกับคนป่วยไม่ได้คิดเรื่องสร้างครอบครัวกับใครคือ เราอยู่ในจุดที่พอใจกับความโสดซึ่งมันก็ไม่ใช่อะไร อีกอย่างก็อยู่กับพี่สาวและหลานๆที่ต่างคนต่างช่วยเหลือดูแลกัน ...”

(กษณะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 2 กุมภาพันธ์ 2564)

1.2) จากการสัมภาษณ์และการสังเกตการณ์พบว่า กลุ่มมุสลิมะห์ในช่วงอายุ 55 - 57 ปี ซึ่งกลุ่มดังกล่าวมีจำนวนทั้งหมด 2 คน มีความรู้พอใจในสถานภาพโสด กล่าวคือ มีความเข้าใจถึงช่วงเวลาอายุของการแต่งงานที่ล่วงเลยไปแล้ว ไม่ได้มองหาคู่ครองหรือมีความทุกข์กับสถานภาพนี้แต่มีเป้าหมายในการใช้ชีวิตในปัจจุบันไปกับการอยู่กับลูกหลาน ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... เข้าใจว่าช่วงอายุของโอกาสจะได้แต่งงานมันผ่านไปแล้ว และตอนนั้นก็จะมีการต้องเรียน พอเรียนจบก็ทำงาน ถ้าถามว่ามีคนเข้ามาขอมั้ยก็ไม่ได้ชอบไม่ได้ยึดติดกับเรื่องนั้นเลย ตอนนี้ก็ใช้ชีวิตของเราไปแบบนี้คือเรามีความสุขดี และรู้สึกว่าคุณเองก็ไม่ได้ขาดอะไร ...”

(ก๊ยะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 6 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์ในประเด็นดังกล่าวเพิ่มเติมว่า

“... ไม่ได้คิดเรื่องแต่งงานเลยเราอายุมากแล้วจะไปคิดถึงเรื่องนั้นทำไม รู้สึกว่าเวลาชีวิตที่ผ่านมาเราก็มีโอกาสได้ตัดสินใจนะ แต่ด้วยจังหวะช่วงเวลาและคนที่เข้ามา ยังไม่รู้สึกว่าแน่ใจและปฏิเสธไป ทุกวันนี้ไม่ได้รู้สึกเสียดายหรือเสียใจเลยนะ ...”

(ก๊ยะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์สรุปได้ว่า มุสลิมะห์กลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่สมัครใจอยู่เป็นโสด ซึ่งมีความพอใจต่อสถานภาพและไม่มีความคาดหวังต่อการแต่งงาน โดยมีสาเหตุมาจากปัจจัยที่เกิดจากการเป็นโรคประจำตัว และเป็นมุสลิมะห์ที่มีอายุมากที่ผ่านการใช้ชีวิตในวัยหนุ่มสาวแม้ว่าจะมีโอกาสได้แต่งงานแต่ก็ปฏิเสธเนื่องจากไม่พบเจอคนในอุดมคติ

2) กลุ่มมุสลิมะห์ที่ไม่สมัครใจอยู่เป็นโสด จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์ พบว่ามีกลุ่มดังกล่าวมีจำนวนทั้งหมด 6 คน กล่าวคือ ลักษณะการอยู่เป็นโสดในช่วงเวลาหนึ่งของชีวิต สถานภาพโสดไม่ได้เป็นทางเลือกถาวรแต่เป็นระยะเวลาที่รอคู่ครองตามอุดมคติ หรือเป็นช่วงเวลาที่ได้รับรู้ประเมินผลที่จะได้รับทั้งทางลบและทางบวกของการใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด โดยมีเงื่อนไขที่คล้ายๆกัน ซึ่งจากการสังเกตการณ์พบว่า มุสลิมะห์กลุ่มดังกล่าวมีอายุ 45 – 52 ปี มีอาชีพหลากหลาย เช่น อาชีพรับจ้าง อาชีพข้าราชการ เป็นต้น โดยแต่ละคนมีสาเหตุที่ไม่แต่งงานที่แตกต่างกันออกไป เช่น ไม่พบเจอคู่ครองตามอุดมคติ มีภาระหน้าที่ทางครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวไว้ว่า

“... ก็ไม่ได้เลือกที่จะโสดแต่คนที่เข้ามายังไม่ใช่ คือไม่ใช่ว่าจะแต่งงานกับใครก็ได้ ใครจะว่าเราเป็นคนเลือกเยอะก็เรื่องของเขา แต่เรื่องคนที่จะมาเป็นคู่ชีวิตและอยู่กันไปจนแก่เฒ่ามันสำคัญมาก เราจำเป็นต้องเลือกเยอะๆถ้ามีผู้ชายที่มีประวัติติดยาเสพติดหรือเป็นพวกซีเกียจทำมาหากิน หวังจะมาพึ่งพาเรามาขอจะแต่งงานกับเขามั้ยละ จะเอาตัวเองไปลำบากหรือไปตกนรกทำไมเขมั่วละ ...”

(ก๊ยะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 9 กุมภาพันธ์ 2564)



และยังมีผู้ให้สัมภาษณ์ในประเด็นดังกล่าวว่า

“... คือกะก็ไม่ได้ตั้งใจหรอกว่าจะไม่แต่งงาน คือเราไม่เคยคิดเิงว่าจะอยู่เป็นโสด เพราะจริงๆ แล้วก็อยากแต่งงานเหมือนผู้หญิงทั่วไปนั่นแหละ แต่อัลลอสยังไม่ให้เราเจอเนื้อคู่ไง ถามว่ามีคนเข้ามามัยมันก็มี แต่คิดว่ายังไม่ใช่คนที่เราต้องการใช้ชีวิตคู่กับคนนี่ อาจเป็นเพราะเขายังขาดคุณสมบัติที่เราต้องการก็เลยปฏิเสธไป ทุกวันนี้ยังขอดูอาร์และหวังว่าสักวันหนึ่งอัลลอสจะส่งเนื้อคู่มาให้เรา ...”

(กะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

และยังมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ตอนนี่กะต้องทำงานดูแลครอบครัวในบ้านอยู่กันหลายคน มีพ่อที่เพิ่งเกษียณอายุราชการครูและแม่ตอนนี่แก่ป่วยเป็นโรคเบาหวานและความดัน คือตอนนี่ทำงานหาเงินดูแลครอบครัวไปก่อน ส่วนเรื่องแต่งงานเราก็กไม่ได้ปิดกั้นตัวเอง ถ้าคนที่เข้ามาโอเคก็พร้อมแต่ง แต่ไม่ใช่จะแต่งกับใครก็ได้ ...”

(กะเนก (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 12 กุมภาพันธ์ 2564)

จะเห็นได้ว่ามุสลิมะห์ในกลุ่มดังกล่าว เป็นกลุ่มที่ไม่ได้หลีกเลี่ยงการแต่งงานและความโสดเป็นสถานภาพที่ไม่ได้ตั้งใจตั้งแต่แรก อย่างไรก็ตามมุสลิมะห์ต่างให้ความเห็นว่าการสร้างครอบครัวเป็นเรื่องที่สำคัญมาก ดังนั้นการเลือกคู่ครองจึงเป็นเรื่องที่ต้องมีคุณสมบัติต่างๆที่คาดหวังเข้ามาช่วยในการตัดสินใจและตนเองก็ต้องมีความพร้อมในการใช้ชีวิตคู่ ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ถามว่าในลึกๆก็อยากแต่งงานคือที่ผ่านมานั้นไม่ได้ปิดกั้นตัวเองเลยในชีวิตที่ผ่านมาก็เคยมีคนรักแต่ก็เลิกกันไป ด้วยสาเหตุทำงานคนละที่ต้องห่างกันแต่มันก็ดีแล้วเพราะนิสัยหลายๆอย่างไม่เหมือนกัน ณ ตอนนี้อ้อถามว่าถ้ามีคนมาขอแต่งงานก็พร้อมเปิดใจแต่ก็ต้องดูก่อนว่ายังไง หน้าที่การงานอะไร เรียนจบอะไร คือยอมรับว่าตัวเองเป็นคนเลือกมาก ถ้ามันไม่มีใครแล้วจริงก็พร้อมอยู่เป็นโสดไปแบบนี้ก็มีความสุขดี คือไม่ได้ซีเรียสเลย ...”

(กะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

และยังมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ก็จะมีคุณตาเป็นแบบอย่างท่านรักครอบครัวและมีอิหม่าม จะไปหาผู้ชายแบบนั้นในสังคมสมัยนี้มันไม่มีไง สมัยเรียนเคยมีความรักตามประสาวัยรุ่นแต่พอเรียนรู้ประสบการณ์ชีวิตเริ่มดูคนออก รู้สึกว่าอยู่กับครอบครัวดีกว่า ตอนนี้อาจยังไม่เจอเนื้อคู่ของเราก็ได้ แต่ไม่ได้ปิดกั้นตัวเองแต่ไม่คิดอะไรมาก ถ้ามีเนื้อคู่จริงขอให้เจอคนที่มีความเป็นผู้นำทางด้านศาสนาและสามารถดูแลเราได้ ...”

(กะโหวะเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

จากข้อมูลการสัมภาษณ์ในประเด็นดังกล่าวสรุปได้ว่า กลุ่มมุสลิมะห์ที่อยู่ในกลุ่มนี้เป็นกลุ่มบุคคลที่ไม่ได้สมัครใจเป็นโสดซึ่งมาจาก 2 สาเหตุหลัก คือ การรอคอยคู่ครองในอุดมคติเป็นกลุ่มที่ไม่ได้ปิดกั้นและเปิดโอกาสให้ตัวเองได้แต่งงานอยู่ตลอดเวลา แต่ยังไม่พบเจอคู่ครองตามความคาดหวังจึงเลื่อนระยะเวลาการแต่งงานไปเรื่อยๆ โดยไม่มีแต่ในขณะเดียวกันหากไม่เจอคู่ครองก็ยังมีความพอใจและมีความสุขในชีวิตโสด และเป็นกลุ่มที่ต้องรับผิดชอบภาระหน้าที่ในครอบครัวเข้ามาเกี่ยวข้องเนื่องจากเป็นเสาหลักของครอบครัว ดังนั้นการเลือกผู้ชายที่จะเข้ามาเป็นคู่ชีวิตย่อมต้องมีการคิดตัดสินใจอย่างถี่ถ้วน อย่างไรก็ตามมุสลิมะห์กลุ่มดังกล่าวไม่ได้คิดว่าตนเองจะเป็นโสดตั้งแต่แรกแต่มีบริบทชีวิตที่ส่งผลให้อยู่เป็นโสด

#### 4.1.2 บริบทของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานี

สำหรับการศึกษาในประเด็นนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาบริบททั่วไปของมุสลิมะห์ โดยแบ่งประเด็นที่ศึกษาบริบทตามลักษณะกลุ่มอาชีพเพื่อให้ข้อมูลที่ได้มีการกระจายตัวและมีความครอบคลุมประกอบด้วย 1) อาชีพข้าราชการ 2) อาชีพอิสระ และ 3) ว่างาน โดยแต่ละประเด็นมีผลการศึกษาดังต่อไปนี้

##### 1) มุสลิมะห์ที่ประกอบอาชีพข้าราชการ

จากการที่ผู้วิจัยได้มีโอกาสอยู่ในพื้นที่ซึ่งได้สัมผัสชีวิตประจำวันและเข้าร่วมกิจกรรมกับมุสลิมะห์กลุ่มนี้หลายกิจกรรม เช่น การเรียนการสอนอัลกุรอาน และฮาลาเกาะห์ เป็นต้น จนได้รับความคุ้นเคยและได้สัมผัสกับบริบททั่วไป จากการสังเกตและสัมภาษณ์พบว่ามุสลิมะห์ในกลุ่มนี้มีทั้งข้าราชการที่กำลังทำงานและกำลังเข้าสู่วัยเกษียณอายุ มีอายุตั้งแต่ 45 - 57 ปี กลุ่มดังกล่าวเป็นผู้ที่มีบุคลิกภายนอกที่มีความมั่นใจใช้ภาษาไทยสื่อสารอย่างคล่องแคล่วและมีเหตุผล เนื่องจากได้รับการศึกษาที่สูงตั้งแต่ระดับปริญญาตรีจนถึงปริญญาโท จึงอาจจะส่งผลต่อบุคลิกภาพและความรู้ที่มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูงมาก แต่งกายด้วยเสื้อผ้าที่ปกปิดร่างกายที่ดูสะอาด มิดชิด และคลุมฮิญาบตามรูปแบบผู้หญิงมุสลิม โดยมีเงินเดือนจากการทำงานตั้งแต่ 25,000 – 30,000 บาท มีทั้งผู้มีโรคประจำตัวและไม่มีโรคประจำตัว โดยทุกรายเป็นเจ้าของที่อยู่อาศัยมีทั้งผู้ที่อาศัยอยู่คนเดียวและอาศัย

อยู่กับญาติพี่น้อง ซึ่งที่อยู่อาศัยมีลักษณะที่มั่นคงต่อการอยู่อาศัยและมีความแข็งแรง ภายในบ้านมีเครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆ และทุกคนมีรถยนต์ส่วนตัว



ภาพที่ 5 ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์มุสลิมะห์ในกลุ่มอาชีพข้าราชการ

## 2) มุสลิมะห์ที่ประกอบอาชีพอิสระ

จากการสังเกตการณ์ของผู้วิจัยในการลงพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูลพบว่า มุสลิมะห์ในกลุ่มนี้มีอายุตั้งแต่ 45 - 50 ปี โดยประกอบอาชีพอิสระที่หลากหลาย เช่น ขายของออนไลน์ และรับจ้างรายวัน เป็นต้น รวมถึงมีอาชีพเสริมอื่นๆ กลุ่มดังกล่าวมีทั้งผู้ที่การศึกษาตั้งแต่มัธยมศึกษาตอนต้นจะสื่อสารด้วยภาษายาวี สื่อสารในชีวิตประจำวันด้วยภาษาไทยน้อยมาก มีบุคลิกภาพที่ขี้อายและไม่ค่อยมั่นใจในการพูด และมุสลิมะห์ที่ศึกษาในปริญญาตรีที่สามารถสื่อสารภาษาไทยได้อย่างชัดเจน แต่งกายตามฉบับผู้หญิงมุสลิมแต่เน้นสวมใส่เสื้อผ้าสบายๆ ดูกระฉับกระเฉง เน้นความคล่องตัวในการทำงาน โดยมีเงินจากการทำงานทั้งการรับจ้างรายวันตั้งแต่วันละ 250 บาทและบางคนมีเงินจากการประกอบอาชีพทั้งเดือนสูงถึง 25,000 บาท โดยมุสลิมะห์ในกลุ่มนี้ทุกคนมีโรคประจำตัวและมีลักษณะความเป็นอยู่คือ มีบ้านที่อาศัยอยู่กับพ่อแม่และเครือญาติอื่นๆซึ่งเป็นมรดกที่ตกทอดมาจากบรรพบุรุษภายในบ้านมีร่องรอยของการต่อเติมที่เกิดจากการใช้งาน



ภาพที่ 6 ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์มุสลิมะห์ในกลุ่มอาชีพอิสระ

### 3) มุสลิมะห์ที่ว่างงาน

จากการสังเกตการณ์ในการลงพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยพบมุสลิมะห์ในกลุ่มนี้ได้รับการศึกษาในระดับอนุปริญญา นุ่งผ้าโสร่งสวมใส่เสื้อยืดเก่าๆ มีบุคลิกภายนอกที่ดูเศร้าหมอง พูดจาเสียงเบารับรู้ถึงความอึดอัดต่อชีวิต กำพร้าพ่อแม่ตั้งแต่วัยเด็กจึงต้องพึ่งพาอาศัยในบ้านของญาติ และมีหน้าที่ดูแลคนในบ้านตั้งแต่รุ่งตายเป็นจนถึงรุ่งหลาน เช่น ดูแลน้ำที่ป่วยติดเตียง และเลี้ยงหลาน ด้วยเหตุดังกล่าวจึงไม่ได้ไปทำงานนอกบ้านและไม่มีอำนาจในการตัดสินใจในเรื่องต่างๆ จึงจำเป็นต้องคล้อยตามเจ้าของบ้าน มีโรคประจำตัวคือ มีอาการปวดเมื่อยตามร่างกายโดยการนวดด้วยตัวเอง ไม่เคยตรวจสุขภาพและไปโรงพยาบาล มีรายได้ขึ้นอยู่กับการหยิบยื่นให้ของน้าวันละ 20 – 30 บาท ในบ้านอาศัยกัน 15 คน ซึ่งเป็นบ้านไม้ยกพื้นและมีใต้ถุนมีลักษณะค่อนข้างทรุดโทรม อาศัยตั้งแต่รุ่นบรรพบุรุษแต่ภายในค่อนข้างแข็งแรงมีไฟฟ้าแต่ไม่มีเครื่องอำนวยความสะดวก เช่น โทรทัศน์ เครื่องซักผ้า เป็นต้น

จากข้อมูลในเบื้องต้นสรุปได้ว่า ในเทศบาลเมืองปัตตานีมีมุสลิมะห์ที่ประกอบอาชีพที่มีความหลากหลายจึงส่งผลให้มีคุณภาพชีวิตที่แตกต่างกัน กล่าวคือ ในกลุ่มข้าราชการเป็นผู้ที่คุณภาพชีวิตที่ดีทั้งด้านลักษณะความเป็นอยู่ รายได้ และมีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเอง เนื่องจากอาชีพที่มั่นคงสามารถพึ่งพาตัวเองได้ กลุ่มผู้ประกอบการอาชีพอิสระเป็นผู้ที่มีคุณภาพชีวิตหลากหลายทั้งมีฐานะทางการเงินที่ดีและมีบางครอบครัวที่มีภูมิหลังชีวิตที่ลำบาก และมุสลิมะห์ที่ว่างงานเป็นกลุ่มที่มีคุณภาพชีวิตที่ไม่ดีเนื่องจากต้องพึ่งพาอาศัยจากเครือญาติต่างๆในการใช้ชีวิตจึงส่งผลต่ออิสระภาพในการตัดสินใจ

## 4.2 เจื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์

ก่อนการเก็บรวมข้อมูลผู้วิจัยได้ทำความรู้จักกับมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานีจำนวน 9 คน โดยติดต่อกับผู้ให้ข้อมูลโดยผ่านคนรู้จักในพื้นที่และผู้วิจัยได้แนะนำตัวทำความรู้จักเพื่อสร้างมิตรภาพและความคุ้นเคยแก่ผู้ให้ข้อมูล นอกจากนี้ผู้วิจัยได้เข้าร่วมกิจกรรมการรวมกลุ่มร่วมกับมุสลิมะห์เพื่อทำกิจกรรมทางศาสนา เช่น การอ่านคัมภีร์อ่านอัลกุรอาน การสนทนาแลกเปลี่ยนเกี่ยวกับการดำเนินตามแนวทางอิสลาม (ฮาลาเกาะห์) ซึ่งเป็นกิจกรรมที่มีมุสลิมะห์หลากหลายช่วงอายุและมีสถานภาพ อีกทั้งผู้วิจัยยังได้เข้าร่วมกิจกรรม Special Talk Workshop : Happy singles โสดอย่างสุข กิจกรรมดังกล่าวมีทั้งเป็นมุสลิมะห์ที่เป็นโสด แต่งงานแล้ว และหย่าร้าง ผู้วิจัยได้สัมผัสถึงอัตลักษณ์รูปแบบการใช้ชีวิตของคนโสดจนมีคุ้นเคยและเกิดความไว้วางใจในการให้ข้อมูลเมื่อผู้วิจัยได้คัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูลตามเกณฑ์คัดเลือก จากนั้นผู้วิจัยได้นัดหมายผู้ให้ข้อมูลตามวัน เวลา และสถานที่ที่ผู้ให้ข้อมูลสะดวกและเอื้อต่อการสัมภาษณ์ซึ่งเป็นบรรยากาศที่ไม่ตึงเครียด สบายๆ และไม่มีบุคคลพลุกพล่าน เพื่อเป็นการสร้างความผ่อนคลายและรักษาความลับของผู้ให้ข้อมูลก่อนสนทนาผู้วิจัยได้ชี้แจงผู้ให้ข้อมูลทราบถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย การปกปิดข้อมูลเก็บรักษาเป็นความลับและได้อธิบายถึงสิทธิในการถอนตัวออกจากการวิจัยได้ทุกเวลา หากการเข้าร่วมวิจัยในครั้งนี้ทำให้ผู้ให้ข้อมูลเกิดความไม่สบายใจ และการถอนตัวนั้นไม่มีผลเสียใดๆ ผู้วิจัยได้ขออนุญาตบันทึกเสียงขณะสัมภาษณ์ ผู้วิจัยเริ่มต้นการสัมภาษณ์โดยครอบคลุมประเด็นเจื่อนไขการอยู่เป็นโสด และการเตรียมความพร้อมในการอยู่เป็นโสดซึ่งมีแนวคำถามแบบกึ่งโครงสร้างที่ได้พัฒนาขึ้นเพื่อใช้ในการสัมภาษณ์ ทั้งนี้ได้มีการปรับเปลี่ยนคำถามในขณะที่สัมภาษณ์ตามความเหมาะสมของผู้ให้ข้อมูลแต่ละบุคคลเพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก นอกจากนี้ใช้การสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วมเพื่อสังเกตสภาพแวดล้อม บุคลิกภาพและปฏิสัมพันธ์ของผู้ให้ข้อมูลตั้งแต่เริ่มต้นจนจบการสนทนา โดยพบเจื่อนไขของการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ซึ่งผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 5 ประเด็นหลัก ได้แก่ 4.2.1) เจื่อนไขด้านครอบครัว 4.2.2) เจื่อนไขด้านจิตใจ 4.2.3) เจื่อนไขด้านสังคม 4.2.4) เจื่อนไขทางวัฒนธรรม 4.2.4) เจื่อนไขด้านสุขภาพ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์และสังเกตการณ์ผู้วิจัยได้ค้นพบเจื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ ดังต่อไปนี้ สำหรับประเด็นที่ 4.2.1) เจื่อนไขด้านครอบครัว ประกอบด้วย (1) สถานภาพในครอบครัว (2) สภาพแวดล้อมภายนอก (3) ลักษณะการเลี้ยงดู (4) ภาระหน้าที่ในครอบครัว

### 4.2.1 เจื่อนไขด้านครอบครัว

(1) สถานภาพในครอบครัว จากการสัมภาษณ์พบว่า โครงสร้างของครอบครัวได้ตีกรอบบทบาทของมุสลิมะห์ ซึ่งในสถาบันครอบครัวอิสลามมีความคาดหวังสมาชิกในครอบครัวเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะบทบาทของผู้หญิงมุสลิมที่มักจะถูกคาดหวังให้ทำหน้าที่เป็นภรรยา เป็นลูกสาวและเป็นแม่ สถาบันครอบครัวจึงเป็นเจื่อนไขเริ่มต้นที่สำคัญที่ส่งผลต่อสถานภาพการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ครอบครัวของก๊ะค่อนข้างลำบาก เพราะพ่อเสียชีวิตตั้งแต่ก๊ะอายุ 3 ขวบ แม่ต้องทำงานคนเดียว ก๊ะเป็นพี่สาวคนโต พอเรียนจบ ม.3 ก็ตัดสินใจไม่เรียนต่อ เพราะต้องเสียสละค่าใช้จ่ายให้น้องสาวอีก 2 คน ทุกวันนี้ก๊ะมีหน้าที่รับผิดชอบดูแลทุกคนในบ้านทั้งแม่และน้องชาย ...”

(ก๊ะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้ ยังพบครอบครัวที่สมาชิกส่วนใหญ่เป็นผู้ชายทั้งหมด มุสลิมะห์ที่มีสถานภาพเป็นน้องสาวคนสุดท้อง จึงต้องเสียสละโอกาสในชีวิตของตัวเองเพื่อมาดูแลพ่อแม่ที่เจ็บป่วย ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก๊ะมีพี่ชายทั้งหมด 7 คน ก๊ะเป็นน้องสาว สมัยก่อนพ่อแม่มีอาชีพเป็นชาวประมง ครอบครัวค่อนข้างลำบากเพราะอาชีพประมงนั้นเหนื่อยมาก หาเช้ากินค่ำ พี่ชายแต่ละคนทำงานรับจ้างและส่งตัวเองเรียนไปด้วย ตอนนั้นก๊ะทำงานโรงงานอยู่ที่สะเตาะ กำลังใช้ชีวิตวัยรุ่นอย่างมีความสุขต่อมาไม่นานพ่อก็มาล้มป่วยอย่างกะทันหัน ไม่เข้าใจเหมือนกันว่าทำไมต้องเป็นเราที่ต้องออกจากงานมาดูแลพ่อแม่ เพราะมันไม่มีทางเลือก อัลลอฮ์คงเลือกเราแล้ว ...”

(ก๊ะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ในตอนที่แม่ล้มป่วย พี่น้องก็โทรมาหาที่ทำงานอยู่ต่างจังหวัดและบอกกับก๊ะว่าที่บ้านไม่มีคนดูแลแม่ เพราะพี่น้องแต่ละคนต่างแยกย้ายกันไปมีชีวิตครอบครัว แต่ละคนมีลูกและมีภาระที่ต้องรับผิดชอบไม่สามารถมาดูแลแม่ได้เต็มที่ เหตุผลที่เห็นแก่ตัวก็เข้ามา ตอนนั้นคิดอย่างเดียวว่าทำไมต้องเป็นเราที่ต้องเสียสละตัวเองออกจากงานมาดูแลแม่ พี่น้องได้ดีแล้วเราจะได้อะไรกว่าจะทำใจได้ใช้เวลาทำใจเกือบ 3 ปี ...”

(ก๊ะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

อย่างไรก็ตาม ศาสนาอิสลามมีบทบัญญัติที่ยึดโยงกับสถานภาพของผู้หญิง ในครอบครัวที่ทำงานนอกบ้านเป็นงานของผู้ชาย และงานในบ้านส่วนใหญ่เป็นงานของมุสลิมะห์ โดยเฉพาะหน้าที่ในการดูแลพ่อแม่ในยามเจ็บป่วย แต่ผู้วิจัยสังเกตว่าผู้ที่ได้รับหน้าที่เหล่านี้กลับมีรู้สึกภาคภูมิใจที่ตัวเองในการได้ทำหน้าที่เป็นลูกสาวที่ดี ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ตอนแรกไม่เข้าใจเลยว่า ทำไมต้องเป็นเราที่ต้องทำหน้าที่ดูแลพ่อทั้งที่บ้านมี พี่ชายหลายคน หลังจากวันนั้นก็จะมองย้อนกลับไปก็คิดว่าทำถูกต้องที่สุดแล้ว ถึงแม้จะไม่ได้งานทำที่ดีเหมือนพี่น้องแต่ก็ได้เป็นลูกที่ดีของพ่อแม่ ทุกวันนี้ก็จะมีความสุขจากการได้ทำหน้าที่ตรงนั้น ....”

(ก๊อนก (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 12 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ดังกล่าวสรุปได้ว่า สถานภาพและบทบาทของมุสลิมะห์ ในครอบครัวของคนอิสลามมีสัมพันธ์ต่อเงื่อนไขการอยู่เป็นโสด เพราะบทบาทของมุสลิมะห์ มีความเกี่ยวข้องกับบทบัญญัติทางศาสนา ในการส่งเสริมให้ปฏิบัติหน้าที่ดูแลสมาชิกในครอบครัวเป็นหน้าที่หลักที่สำคัญ บทบาทความเป็นแม่ที่ต้องเลี้ยงดูและอบรมลูกให้อยู่ในหลักการศาสนาอิสลามทั้ง การดำเนินชีวิตในดunya (โลกนี้) และการปฏิบัติตามหลักศรัทธาและหลักปฏิบัติเพื่อโลกหน้า (วันก็ยามะฮ์ซึ่งเป็นโลกแห่งการตอบแทนผลการกระทำ) บทบาทความเป็นภรรยาที่ต้องต่ออัต (การเชื่อฟังและภักดี) ต่อสามีและบทบาทของลูกสาวที่เป็นอามานะฮ์ (หน้าที่ความรับผิดชอบ) ที่ต้องดูแลพ่อแม่และคนในครอบครัว อย่างไรก็ตามเมื่อมุสลิมะห์อยู่ในครอบครัวที่มีสมาชิกเป็นผู้ชายหลายคนจึงเป็นหน้าที่อันไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ สถานภาพและความคาดหวังต่อบทบาทภายในครอบครัวอิสลามจึงเป็นเงื่อนไขเริ่มต้นที่จะนำไปสู่การใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด

(2) สภาพแวดล้อม จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์และสังเกตพบว่า สภาพแวดล้อมในครอบครัวรวมทั้งสมาชิกและคนรอบข้างที่ใกล้ชิดเป็นส่วนสำคัญต่อมุมมองและความรู้สึกที่เกี่ยวกับการแต่งงาน โดยผู้วิจัยแบ่งออกเป็นสภาพแวดล้อม ออกเป็น 2 ประเด็น คือ 2.1) สภาพแวดล้อมภายในครอบครัว ประกอบด้วย ความล้มเหลวในชีวิตคู่ของสมาชิกในครอบครัว และการพึ่งพิงที่อยู่อาศัยจากเครือญาติ และ 2.2) สภาพแวดล้อมภายนอกครอบครัว ประกอบด้วย ชีวิตครอบครัวของกลุ่มเพื่อนสนิทโดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1) สภาพแวดล้อมภายในครอบครัว จากการสัมภาษณ์และการสังเกตพบว่า มุสลิมะห์ที่มีประสบการณ์ที่เห็นความล้มเหลวในชีวิตคู่ของสมาชิกในครอบครัว เนื่องจากสถานการณ์ในชีวิตประจำวันที่พบเจอทั้งด้านประสบการณ์การเห็นตัวอย่างชีวิตคู่ของสมาชิกในครอบครัว รวมทั้งความรุนแรงในชีวิตคู่จะส่งผลต่อความเชื่อมั่นทั้งในทัศนคติและมุมมองต่อการแต่งงาน ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... คนในครอบครัวของก็จะทั้งผู้ชายและน้ำสาวล้มเหลวในชีวิตคู่ทั้งหมด ตอนน้ำสาวเพิ่งแต่งงานสามีน้ำเป็นผู้ชายที่ขอบวางอำนาจ บางครั้งตบตีน้ำ ตีการพนันและไม่ดูแลลูก ส่วนน้ำชายก็ขอบวางอำนาจกับภรรยาเหมือนกัน เขาเป็นคนที่ยี้เกียจทำมาหากิน ก็เห็นแบบนี้มาตั้งแต่เด็กสุดท้ายอยู่กันไม่รอดจึงแยกทางกัน ...”

(ก๊เตาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้แล้วผู้วิจัยยังพบว่า มีมุสลิมะห์ที่อยู่อาศัยในสภาพแวดล้อมที่เป็นครอบครัวของเครือญาติโดยการพึ่งพิงที่อยู่อาศัยและว่างงาน จะอยู่ในสภาพที่ขาดความเชื่อมั่นในตัวเอง ไร้อำนาจในการตัดสินใจเพราะเป็นผู้อยู่อาศัยไม่มีสิทธิมีเสียงในการแสดงออกความคิดเห็น ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... แม่ก็จะเสียตั้งแต่อายุ 11 เดือน พ่อเลยไปมีครอบครัวใหม่ ก็จะต้องมาอาศัยอยู่กับยาย ในครอบครัวของยาย มีทั้งครอบครัวของน้ำชายและน้ำสาวอาศัยอยู่ร่วมกันทั้งหมด 13 คน ตั้งแต่เรียนจบที่โรงเรียนอาชีวะก็จะไม่เคยได้ทำงานนอกบ้าน เพราะต้องช่วยงานคนในครอบครัว ...”

(กะเตาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้แล้ว ผู้วิจัยยังสังเกตเห็นลักษณะความเป็นอยู่ของบุคคลดังกล่าวที่อยู่ในสภาพแวดล้อมในลักษณะที่พึ่งพิงที่อยู่อาศัยของเครือญาติ จะต้องทำงานให้กับสมาชิกในครอบครัว โดยการทำงานทุกอย่างในบ้าน เช่น การซักผ้า รีดผ้า ทำกับข้าว และงานบ้านทุกอย่างเพื่อแลกกับที่อยู่อาศัยจนมีสภาพจิตใจที่ไม่ค่อยมีความสุขแม้จะมีใบหน้าที่เต่งตึงแต่ดูเศร้าหมอง ขณะสนทนากับผู้วิจัยมีน้ำเสียงบางช่วงเต็มไปด้วยความอึดอัดและไม่มีความสุขในชีวิต ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ในทุกวันตื่นมาก็ต้องทำทุกอย่างให้คนภายในบ้าน ซักผ้า รีดผ้า ทำกับข้าว ทำความสะอาดบ้าน ตั้งแต่วัยเด็กก็จะไม่เคยได้ไปใช้ชีวิตอยู่นอกบ้าน ใช้ชีวิตแบบนี้มาตลอด อีกอย่างก็เป็นแค่ผู้อยู่อาศัยในบ้านของเขา น้ำสาวและน้ำชายใช้ให้ทำอะไรก็ต้องทำไม่เคยขัด รู้สึกว่าเกรงใจเขา ...”

(กะเตาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564)

สถานภาพในครอบครัวที่อยู่ในฐานะของผู้ขออยู่อาศัย ส่งผลให้มีสภาพจิตใจเต็มไปด้วยความอึดอัด ไม่มีความสุข ไม่มีเป้าหมายในชีวิต ว่างเปล่าและขาดยึดเหนี่ยวทางจิตใจ ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ไม่นานมานี้พี่สาวเพียงคนเดียวได้เสียชีวิตลงอย่างกะทันหัน ความรู้สึกของกะเหมือนขาดที่พึ่งเพียงอย่างเดียวที่มีในชีวิต ...”

(กะเตาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564)



2.2) สภาพแวดล้อมภายนอกครอบครัว จากการสัมภาษณ์และการสังเกตพบว่า สภาพแวดล้อมทางสังคมรอบข้างโดยเฉพาะเพื่อนสนิทอาจจะมีผลต่อความเชื่อและทัศนคติในการแต่งงานด้วยเช่นกัน ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... บางครั้งเพื่อนสนิทก็มาบ่นให้ฟังถึงปัญหาของสามีบ้าง ปัญหาของลูกบ้าง บอกกับเราว่า ดีแล้วล่ะที่เธอเป็นโสด ไม่ต้องมาเครียด ไม่ต้องมารับรู้ปัญหาของคนอื่น ...”

(ก๊ะย๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 6 กุมภาพันธ์ 2564)

เช่นเดียวกับมุสลิมะห์คนอื่นๆ ที่ให้สัมภาษณ์ข้อมูลสอดคล้องว่า

“... เพราะเราเห็นชีวิตคู่ของเพื่อนและครอบครัวไม่สมหวัง สามีทะเลาะ ตบตีภรรยา นอกใจไปมีเมียน้อย ปัญหาแบบนี้วนเวียนมากับคนใกล้ชิดตลอด รู้สึกเหนื่อย และทุกซอกใจแทน ...”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

(3) ลักษณะการเลี้ยงดู จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์และสังเกตพบว่า ลักษณะการเลี้ยงดูของครอบครัวมีความเกี่ยวข้องต่อเงื่อนไขการอยู่เป็นโสด ในการเริ่มต้นความสัมพันธ์ที่จะพัฒนาไปสู่โอกาสในการแต่งงาน โดยผู้วิจัยพบลักษณะการเลี้ยงดูลูกสาวของครอบครัวอิสลาม แบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ คือ 3.1) การเลี้ยงดูที่เข้มงวดตามกรอบศาสนา และ 3.2) การเลี้ยงดูแบบให้อิสระ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1) การเลี้ยงดูที่เข้มงวดตามกรอบศาสนา จากการศึกษาพบว่าครอบครัวอิสลามจะมีลักษณะการเลี้ยงดูและการปลูกฝังการใช้ชีวิต ในเรื่องการคบหาเพศตรงข้ามแก่ลูกสาวที่แตกต่างกันไป บางครอบครัวมีลักษณะการเลี้ยงดูที่เข้มงวดให้ปฏิบัติอยู่ในกรอบของศาสนา โดยเฉพาะการคบหาเพศชายในลักษณะเชิงคู่สาวก่อนการแต่งงานซึ่งถือเป็นเรื่องผิดหลักศาสนา เนื่องจากศาสนาอิสลามไม่อนุญาตให้ผู้หญิงและผู้ชายคบหากันก่อนนิกะฮ์ (แต่งงาน) เพราะมีความกังวลว่าจะนำไปสู่ซินา (การใช้ชีวิตฉันท์สามีภรรยา ก่อนการแต่งงานตามหลักศาสนา) ซึ่งสังคมอิสลามถือว่าเป็นเรื่องที่ไม่อนุญาตและถือว่าเป็นบาปใหญ่ ในสังคมมุสลิมไม่สามารถยอมรับได้และมองว่าจะนำไปสู่ความเสื่อมเสียชื่อเสียงแก่วงศ์ตระกูล ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... สมัยเรียนพ่อแม่ก็จะเข้มงวดกับเรื่องผู้ชายมาก ไม่ให้มีความรัก ครอบครัวก็ยังไม่ยอมรับเรื่องแบบนี้ เพราะทำให้ลูกสาวเสียหายและทำให้พ่อแม่อายคน ...”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 2 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้มุสลิมะห์ที่เรียนในโรงเรียนปอเนาะที่มีการเล่าเรียนศาสนาควบคู่กับสามัญ เป็นโรงเรียนที่เน้นการเรียนบทบัญญัติของหลักศาสนาอิสลาม สอนการดำเนินชีวิตตามคัมภีร์อัลกุรอานและฮาดิซ บางคนจึงเป็นผู้หญิงที่ปฏิบัติตามกรอบของศาสนาด้วยการไม่คบหาเพื่อนต่างเพศในเชิงคู่รัก นอกจากนี้ผู้วิจัยสังเกตว่ามุสลิมะห์ที่เรียนศาสนาจะมีบุคลิกภาพที่วางตัวต่อเพศตรงข้ามและมีลักษณะการแต่งกายที่มีมิดชิด โดยการสวมใส่เสื้อผ้าที่ปกปิดไม่รัดรูปและสวมใส่ผ้าฮิญาบผืนใหญ่ปกคลุมศีรษะและร่างกายอย่างมิดชิดซึ่งเป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดูเรียบร้อย หรืออาจกล่าวได้ว่า การเรียนศาสนาอาจจะส่งผลต่อบุคลิกภาพให้มุสลิมะห์บางคนทำให้กลายเป็นบุคคลที่วางตัวดี ปฏิบัติตามกรอบของศาสนาเพื่อรักษาเกียรติ ภาพลักษณ์ของตนเองและครอบครัวเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกนินทาจากคนรอบข้าง ดังนั้นด้วยบุคลิกภาพดังกล่าวอาจจะทำให้ไม่มีโอกาสในการเริ่มต้นความสัมพันธ์ที่จะนำไปสู่การแต่งงานได้ ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ตอนสมัยเรียนมัธยมก็เรียนโรงเรียนปอเนาะ เป็นโรงเรียนที่สอนเน้นการเรียนศาสนาอิสลามควบคู่กับสามัญ ตอนนั้นมีผู้ชายมาจีบเยอะแต่เราไม่สนใจเพราะเรารู้สึกแฉะใจการคบหาในเชิงคู่สาวเป็นสิ่งที่ผิดต่อหลักศาสนา ...”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้แล้วผู้วิจัยสังเกตพบว่า มุสลิมะห์ที่อยู่ในครอบครัวที่มีพี่สาวและพี่ชายหลายคนโดยเป็นน้องสาวคนสุดท้ายต้องจะได้รับการเลี้ยงดูในลักษณะที่พึงพิง และทะนุถนอมให้อยู่ในกรอบของครอบครัว แม้จะมีหน้าตาที่สวยงาม รูปร่างดี ผิวพรรณดี แต่ลักษณะการเลี้ยงดูของครอบครัวอาจจะทำให้ไม่มีโอกาสได้ตัดสินใจเริ่มต้นความสัมพันธ์ และนำไปสู่การมีครอบครัวของตนเอง ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... สมัยก่อนก็เคยมีคนมาชอบเยอะมาก แม่และพี่สาวของก๊ะมักสอนเสมอว่า อย่าไว้วางใจผู้ชายนอกจากพี่ชายและคนในครอบครัวของตัวเองเท่านั้น ...”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 2 กุมภาพันธ์ 2564)

3.2) การเลี้ยงดูแบบให้อิสระ จากการศึกษาพบว่า ครอบครัวอิสลามบางครอบครัวมีลักษณะอบรมการเลี้ยงดูในลักษณะที่ให้อิสระในการตัดสินใจเลือกใจในการใช้ชีวิต และไม่ปิดกั้นหากลูกสาวหากจะมีจะคบหากับเพศตรงข้าม ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ครอบครัวของก๊ะเป็นครอบครัวหัวสมัยใหม่หน่อย จะคบหากับใครไม่ได้ห้ามและไม่ได้บังคับขนาดนั้น ...”

(ก๊ะนาก (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 12 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ดังกล่าวสรุปได้ว่า เงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์มีผลมาจาก คือ สภาพแวดล้อมซึ่งเริ่มต้นมาจากครอบครัว กล่าวคือ ประสบการณ์การเห็นความล้มเหลวในชีวิตคู่ของสมาชิกในครอบครัวและนำมาซึ่งการหย่าร้างของพ่อแม่ นำไปสู่การเป็นแม่หม้ายลูกติด ทำให้เกิดภาวะครอบครัวและกลายเป็นปัญหาสังคมที่พบเห็นโดยทั่วไป สถานการณ์ความรุนแรงที่มุสลิมะห์พบเจอในชีวิตประจำวันส่งผลเป็นอย่างยิ่งต่อความเชื่อมั่นต่อความสุขหลังจากการมีชีวิตคู่ นอกจากนี้สภาพแวดล้อมภายนอก ได้แก่ ความล้มเหลวและปัญหาชีวิตคู่ของกลุ่มเพื่อนสนิท เช่น สามีนอกใจ ขี้เกียจทำงาน และปัญหาทะเลาะเบาะแว้ง เป็นต้น และลักษณะการเลี้ยงดูของครอบครัว ในวัยเด็กที่แตกต่างกันไปใน 2 ลักษณะ กล่าวคือ ครอบครัวที่อบรมเลี้ยงดูลูกที่เข้มงวดตามหลักศาสนาอิสลาม ส่วนใหญ่จะเป็นมุสลิมะห์ที่เรียนศาสนา อาจจะมีบุคลิกภาพที่วางตัวและปิดกั้นตัวเองจากเพศตรงข้าม เพื่อหลีกเลี่ยงการกระทำที่ขัดต่อหลักศาสนา ซึ่งจะมีผลต่อโอกาสในการเปิดรับความสัมพันธ์ในเชิงคู่รัก และครอบครัวที่ให้อิสระในการตัดสินใจในการคบหาเพศตรงข้าม ส่วนใหญ่เป็นมุสลิมะห์ที่เรียนโรงเรียนสามัญจะเป็นมุสลิมะห์ที่มีบุคลิกภาพที่มั่นใจในตัวเอง เป็นครอบครัวที่เลี้ยงลูกแบบเสรี ไม่ค่อยเข้มงวดและให้อิสระภาพในการใช้ชีวิต ส่วนใหญ่จะพบในครอบครัวที่พ่อแม่รับอาชีพราชการ ดังนั้นจะเห็นได้ว่าเงื่อนไขเหล่านี้เป็นประเด็นที่สำคัญที่มีผลที่จะนำไปสู่การแต่งงานและทำให้ใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด

(4) ภาระหน้าที่ในครอบครัว พบว่า มุสลิมะห์มีหน้าที่ในครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบ โดยผู้วิจัยสังเกตว่าภาระหน้าที่มีผลมาจากภูมิหลังของครอบครัวที่แตกต่างกันไป โดยผู้วิจัยแบ่งออกเป็นประเด็นคือ 4.1) ครอบครัวที่มีภูมิหลังยากจน และ 4.2) พ่อแม่เจ็บป่วย ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

4.1) ครอบครัวที่มีภูมิหลังยากจน จากการสังเกตการณ์ผู้วิจัยพบว่า มีมุสลิมะห์ที่มีภูมิหลังครอบครัวที่ค่อนข้างยากจน มีสภาพที่อยู่อาศัยเป็นบ้านไม้ 2 ชั้น เป็นบ้านที่ตกทอดมาจากบรรพบุรุษและได้ต่อเติมเป็นที่อยู่อาศัยในภายหลัง มีรายได้จากการรับจ้างวันละ 200 บาท ภายในครอบครัวอาศัยอยู่กับแม่ที่แก่ชราและมีโรคประจำตัวซึ่งมีน้องชายติดยาเสพติด และต้องดูแลหลานที่กำลังทำฟ้อจำนวน 2 คน ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“...วันๆ ก็ไม่ได้คิดอะไรไปมากกว่าหาเงินและดูแลทุกคนให้ดีที่สุดเท่าที่กำลังก็จะทำได้ น้องชายของก็ะติดยาเสพติด แม่ก็ะเครียดมาก ก็ะเคยท้อแต่ใจต้องสู้ น้ำตาตกแค่นั้นได้แต่เก็บไว้ในใจ ก็ะแทบไม่มีเวลาว่างเลยและไม่มีเวลาคิดเรื่องของคนอื่น ...”

(ก็ะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ 2564)

4.2) การเจ็บป่วยของพ่อแม่ จากการศึกษาพบว่า มุสลิมะห์บางคนทำหน้าที่รับภาระในครอบครัวและต้องดูแลพ่อที่เจ็บป่วยจนไม่มีเวลาสนใจเรื่องของตัวเอง ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... พ่อเรียนจบมา ก็ทำงานเป็นข้าราชการครูไปเช้า เย็นกลับ ชีวิตประจำวัน อยู่แค่ที่บ้านกับโรงเรียนวนเวียนอยู่อย่างนั้น ต่อมาไม่นาน พ่อเป็นลมและกลายเป็น โรคอัมพาตช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ กลายเป็นคนป่วยติดเตียง ในตอนนั้น ก็ต้องดูแล พ่อในตอนนั้น มองเห็นแต่ภาระของครอบครัวจนไม่ได้มองเห็นถึงความรักเลย ...”

(ก๊ะมีะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้ ผู้วิจัยพบว่า มุสลิมะฮ์บางคนเป็นเสาหลักของครอบครัว กล่าวคือ ทำหน้าที่เป็นคนหารายได้มาจุนเจือและรับผิดชอบภาระหน้าที่ภายในครอบครัวทั้งหมด และมีลักษณะหน้าที่การงานที่ต้องอุทิศตนเองช่วยเหลือสังคมไม่ค่อยมีเวลาเป็นของตนเอง ไม่เพียงแต่เป็นเสาหลักเท่านั้น แต่ต้องรับหน้าที่ดูแลหลานซึ่งเป็นลูกของสมาชิกในครอบครัว ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก๊ะมีอาซีฟเป็นข้าราชการคุมประพฤติ ทำงานในสถานพินิจจังหวัดปัตตานี ด้วยลักษณะงานที่หนัก เพราะเป็นงานที่ต้องติดตามเคสอย่างต่อเนื่อง วันเสาร์อาทิตย์ก็ลงพื้นที่เยี่ยมบ้านติดตามเคสที่ออกไป รู้สึกว่าตอนนี้ชีวิตมีทุกอย่าง นอกจากเวลาของตนเอง แต่เป็นงานที่ก๊ะรักมาก เพราะทำให้รู้สึกว่าภูมิใจที่ได้เป็นส่วนหนึ่งในการช่วยเหลือสังคม ...”

(ก๊ะมีอะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

และได้มีผู้ให้ข้อมูลสัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... สมัยก่อนหลังจากแม่เสียชีวิต พ่อก็ไปแต่งงานใหม่ น้ำเลยรับก๊ะมาดูแล โชคดีหน่อยครอบครัวน้ำค่อนข้างมีฐานะ ก๊ะเลยได้เรียนจบปริญญาตรีและสอบได้บรรจุเป็นข้าราชการตั้งแต่อายุน้อย ตอนนี่ก๊ะเป็นเสาหลักของครอบครัว ดูแลน้ำ และส่งเสียลูกชายของน้ำเรียน ไม่รู้ว่าถ้ามีสามีจะได้ช่วยเหลือญาติพี่น้องรึปล่าว ...”

(ก๊ะไหวเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ดังกล่าวสรุปได้ว่า หน้าที่ในครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบมีสาเหตุมาจาก 4.1) ภูมิหลังครอบครัวที่ยากจนและปัญหาภายในครอบครัว กล่าวคือ เป็นหัวหน้าครอบครัวทำหน้าที่ดูแลรับผิดชอบค่าใช้จ่ายทุกอย่าง และยังมีภาระที่ต้องเลี้ยงดูสมาชิกในครอบครัวทั้งหมด 4.2) การเจ็บป่วยของพ่อแม่ กล่าวคือต้องรับภาระหน้าที่ในการดูแลพ่อแม่ที่เจ็บป่วยซึ่งเป็นหน้าที่รับผิดชอบที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ จะเห็นได้ว่าภาระของครอบครัวที่ต้องรับผิดชอบเป็นเงื่อนไขที่ส่งผลให้ มุสลิมะฮ์มุ่งยกระดับคุณภาพชีวิตของตนเองโดยการให้ความสำคัญกับการทำงานและไม่มองว่าการแต่งงานเป็นเป้าหมายหลักในชีวิต

สำหรับประเด็นที่ 4.1.2) เจื่อนใจด้านจิตใจ ประกอบด้วย (1) ทศนคติต่อการแต่งงาน (2) มาตรฐานการเลือกคู่ครอง และ (3) ประสบการณ์ความรัก โดยผู้วิจัยจะอธิบายดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 4.2.2 เจื่อนใจด้านจิตใจ

(1) ทศนคติต่อการแต่งงาน จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์และสังเกตการณ์ พบว่ามุสลิมะห์มีทศนคติเรื่องการแต่งงานที่สืบเนื่องมาจากสภาพแวดล้อมในครอบครัว ทำให้มีทศนคติในเรื่องการแต่งงานที่มีความแตกต่างกันไป ผู้วิจัยจะแบ่งทศนคติในเรื่องการแต่งงานออกเป็น 2 ประเด็น คือ 2.1) ทศนคติด้านบวก และ 2.2) ทศนคติด้านลบ โดยสามารถอธิบายได้ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1) ทศนคติด้านบวก จากการศึกษาพบว่า มีผู้ที่มีทศนคติที่ดีต่อการแต่งงาน อีกทั้งความเข้าใจต่อคุณค่าของการมีครอบครัวตามหลักอิสลาม กล่าวคือ บทบัญญัติทางศาสนาส่งเสริมให้ผู้หญิงและผู้ชายแต่งงานงานเพราะเป็นแบบอย่างของศาสดามูฮัมหมัด และเพื่อสืบทอดอุมมัต (ประชากรอิสลาม) ดังท่านศาสดาได้กล่าวว่า เจ้าจงแต่งงานกับหญิงที่ท่านรักและมีบุตรเพราะฉันจะได้โอ้อวดประชากรอิสลามในวันปรโลก นอกจากนี้ยังทำให้การปฏิบัติอิบาดะห์ (ศาสนกิจ) สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยสังเกตว่าคนที่มีทศนคติด้านบวกต่อการแต่งงานเป็นผู้ที่มีความต้องการที่จะแต่งงานแต่ยังหาคนที่ตรงตามอุดมคติไม่ได้ ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นผู้ที่มีหน้าที่การงานที่มั่นคง กล่าวคือยังไม่พบคนที่ชอบแต่ก็ยังไม่มีความคาดหวังว่าอยากแต่งงาน ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... การแต่งงานและการมีลูกมีคุณค่ามากนะ ศาสนาอิสลามส่งเสริมให้แต่งงาน ซึ่งอัลลอฮ์สร้างมนุษย์มาให้ผู้ชายและผู้หญิงเป็นสิ่งที่คู่กัน คุณค่าของการแต่งงานในอัลกุรอานและในหนังสือก็ต่อบอกคุณค่าไว้มากมาย ตอนละหมาดก็ก็ยังขอคู่อร์ตลอดให้พบเจอคู่ครองที่อัลลอฮ์กำหนดมาให้ ...”

(กะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

และได้มีผู้ให้ข้อมูลสัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... กะไม่ได้ปิดกั้นตัวเองหรือหลีกเลี่ยงการแต่งงานเลยนะ แต่ในเมื่อคนที่เข้ามาเขาไม่ได้เป็นไปตามที่เราคาดหวังไว้ เป็นผู้ชายเจ้าชู้บ้าง ไม่รับผิดชอบบ้าง ไม่ต้องแต่งงานก็เห็นอนาคตแล้ว ทุกวันนี้เรามีงานทำยืนด้วยลำแข้งของตัวเองได้ แล้วจะเอาตัวเองไปเสี่ยงกับผู้ชายที่เราไม่แน่ใจทำไม ...”

(กะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

2.2) ทศนคติด้านลบ จากการศึกษาพบว่า มีมุสลิมะฮ์บางคนที่มีทศนคติด้านลบ ต่อการแต่งงานและการใช้ชีวิตครอบครัวโดยผู้วิจัยสังเกตว่า เป็นผู้ที่อยู่ในสภาพแวดล้อมที่มีครอบครัว สมาชิกหย่าร้างกับสามีหรือภรรยาหรือเห็นพฤติกรรมความรุนแรงที่เกิดขึ้นภายในครอบครัวบ่อยครั้ง จนขาดความเชื่อมั่นต่อความสุขของการมีครอบครัว ในขณะที่การให้สัมภาษณ์มักจะกล่าวถึงข้อเสีย จากการแต่งงานและข้อเสียของผู้ชายอยู่บ่อยครั้ง ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ผู้ชายสมัยนี้นะหาที่ติยาก ก็เห็นอยู่ทั่วไปที่แต่งงานไปแล้วอยู่กันไม่ได้ต้องหย่าร้าง ที่ดีหายากแหละที่เห็นๆอยู่ก็ติดยา ติคน้ำกระเทียม เพื่อนก็แต่งงานไป เพิ่งมารู้ว่าสามีติดยาถึงตอนนี้แล้วทำยังไงได้ละ ...”

(ก๊ะเตาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ 2564)

และได้มีผู้ให้ข้อมูลสัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... เดี่ยวนี้ผู้ชายไวใจไม่ได้เลยนะ ที่มาขอแต่งงานต้องดูดีๆหน่อยจะเอาอะไรมาให้แน่ใจว่าคนนี้เป็นคนดี ไม่ติดยา งามญาติๆเขาก็บอกข้อดีทั้งนั้นแหละ ...”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

(2) มาตรฐานการเลือกคู่ครอง จากการลงพื้นที่สัมภาษณ์และสังเกตการณ์พบว่า มุสลิมะฮ์มีมาตรฐานการเลือกคู่ครองที่มีความคล้ายคลึงกัน กล่าวคือ ต้องการผู้ชายที่มีความรู้เรื่องศาสนาอิสลามเพราะต้องการผู้นำในการดำเนินชีวิตตามแนวทางของศาสนาอิสลาม มีการศึกษาและมีหน้าที่การงานที่มั่นคงสามารถเลี้ยงดูครอบครัว ผู้วิจัยสังเกตว่ามุสลิมะฮ์ที่ประกอบอาชีพข้าราชการ จะให้ความสำคัญกับมาตรฐานการเลือกคู่ครองโดยการกำหนดคุณสมบัติที่ต้องการไว้อย่างชัดเจนหากขาดคุณสมบัติตามที่ต้องการ มุสลิมะฮ์มีความสมัครใจที่จะอยู่เป็นโสดถาวร ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก๊ะมีคุณตาเป็นแบบอย่าง ท่านเป็นคนดีมีอิหม่าม รักครอบครัว ชยันทำมาหากิน ซื่อสัตย์ ก๊ะอยากได้คนแบบคุณตามาเป็นคู่ชีวิตแต่พอเราได้ทำงานได้เข้าอยู่ในสังคม เรารู้สึกว่าผู้ชายแบบนี้หายาก ขนาดน้องชายเราเองก็ยังไม่ไหว ...”

(ก๊ะไหวเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

มีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... เรามีมาตรฐานของเราในการเลือกผู้ชาย คือถ้ามีประวัติติดยาเสพติดนั้นตัดออกไปเลย ไม่ว่าจะมียุทธฐานะรายแค่นั้นก็ไม่เอา ทุกวันนี้หวังว่าถ้าได้แต่งงานก็อยากได้ผู้ชายที่มีอิหม่าน มีการศึกษา และสามารถเป็นแบบอย่างแก่เราได้ ...”

(กะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

(3) ประสบการณ์ความรัก ประสบการณ์ความรักมีที่มาจากความรู้สึกความเชื่อและเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในอดีตที่มีความแตกต่างกันไป สิ่งเหล่านี้อาจจะมีผลต่อการเลือกใช้ชีวิตอยู่เป็นโสดจนถึงปัจจุบัน ในประเด็นนี้เป็นประเด็นที่มีความอ่อนไหวต่อบริบทของสังคมมุสลิมเพราะประสบการณ์ความรักหรือความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดกันระหว่างผู้หญิงและผู้ชายที่ยังไม่ผ่านการนิกะห์เป็นการปฏิบัติที่ต้องห้ามสำหรับหลักศาสนาอิสลาม ผู้วิจัยได้อธิบายเน้นย้ำกับผู้ให้ข้อมูลถึงความสมัครใจในการให้ข้อมูลและการปกปิดเป็นความลับ ใช้การสัมภาษณ์แบบตะลอมกล่อมเกล่า และเปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนเล่าถึงประเด็นความรักที่ผ่านมา ก่อนการสัมภาษณ์เพื่อสร้างสนิทสนมและสร้างความไว้วางใจและชี้แจงเน้นย้ำถึงจุดมุ่งหมายของการศึกษา การให้ข้อมูลถ่ายทอดเรื่องราวประสบการณ์ความรักขึ้นอยู่กับความไว้วางใจและความใกล้ชิดระหว่างผู้วิจัยกับผู้ให้ข้อมูลจากการศึกษาพบว่า พื้นฐานชีวิตเรื่องความรักของมุสลิมะห์ แบ่งออกเป็น 2 ประเด็น คือ 3.1) เคยมีประสบการณ์ในด้านความรัก และ 3.2) ไม่เคยมีประสบการณ์ในด้านความรัก โดยผู้วิจัยได้อธิบายดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

3.1) เคยมีประสบการณ์ความรัก จากการสัมภาษณ์พบว่า มุสลิมะห์บางคนมีประสบการณ์ความรักในช่วงวัยเรียนและวัยทำงาน ส่วนใหญ่มีประสบการณ์ความรักในช่วงวัยหนุ่มสาว อย่างไรก็ตาม ประสบการณ์ความรักในวัยหนุ่มสาวของมุสลิมะห์บางคนมีผลต่อการตัดสินใจอยู่เป็นโสด ผู้วิจัยพบว่ามุสลิมะห์บางคนมีประสบการณ์ที่ผิดหวังในเรื่องการมีความรักในช่วงวัยรุ่น จนเป็นสาเหตุที่นำไปสู่การใช้ชีวิตอยู่เป็นโสดจนถึงปัจจุบัน ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... กะเคยมีแฟนนะ คิดว่าจะแต่งงานกันจะได้มีชีวิตครอบครัวเหมือนกับผู้หญิงทั่วไปแต่ถ้าหากแต่งงานสามีก็ต้องมาอยู่และรับรู้ปัญหาของเรา ไหนจะภาระในครอบครัว ไหนจะปัญหาต่างๆ เขาน่าจะมีอนาคตและคู่ชีวิตที่ดีกว่านี้ ไม่ใช่คนที่มีความภาระหนักอย่างกะ หลังจากนั้นก็มีคนมาขอแต่งงานกะเรื่อยๆ แต่ทุกครั้งกะก็ปฏิเสธและคิดว่าขนาดคนที่เรารักและหวังจะใช้ชีวิตอยู่จนแก่เฒ่า ก็ไม่สามารถแต่งงานกับเขาได้มันเป็นความรักครั้งแรกและครั้งเดียว ความรักของกะคือความเสียสละ ...”

(กะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้แล้วยังมีมุสลิมะฮ์ที่มีประสบการณ์ความรักในช่วงวัยรุ่น แต่จะไม่ได้เป็นสาเหตุให้เข้าไปสู่การอยู่เป็นโสดในปัจจุบัน ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... กะเคยมีความรักช่วงสมัยเรียนรามอยู่กรุงเทพ หลังจากนั้นต่างคนต่างแยกย้ายไปทำงาน กะกลับมาทำงานที่ปัตตานี สมัยก่อนการติดต่อกันยาก พอมารู้จักอีกทีจากน้องสาวว่า เขาเป็นมะเร็งได้ 3 เดือนก็เสียชีวิต ตอนนั้นกะก็ซ็อกเหมือนกัน ก็เศร้าอยู่เป็นปีแต่คิดว่าอัลลอฮ์กำหนดมาแบบนี้เราคงไม่ใช่เนื้อคู่เรา ...”

(กะเนก (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 12 กุมภาพันธ์ 2564)

3.2) ไม่เคยมีประสบการณ์ความรัก จากการสัมภาษณ์พบว่า มุสลิมะฮ์บางคนไม่เคยมีประสบการณ์ความรักในช่วงวัยหนุ่มสาว เนื่องจากมุ่งมั่นในการศึกษาเล่าเรียนและไม่ได้ให้ความสำคัญกับการมีความรัก อย่างไรก็ตามทำให้บางครั้งเกิดความรู้สึกเหงา แต่ไม่ได้รู้สึกว่าจะจำเป็นมากที่จะต้องไขว่คว้าบุคคลใดให้เข้ามาใช้ชีวิต เพราะคิดว่าถ้าหากมีใครเข้ามาในชีวิตแต่ดีกว่าอยู่คนเดียวและอยู่เป็นโสด ทำให้มีอิสรภาพสามารถใช้ชีวิตได้อย่างเต็มที่ทั้งการทำงานและการดูแลครอบครัว โดยไม่ได้รู้สึกว่าจะตัวเองขาดคู่ครอง ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... กะไม่เคยมีความรักมาก่อนไม่ว่าตั้งแต่สมัยเรียนหรือตอนทำงาน เพราะคิดว่าความรักในเชิงหนุ่มสาวทำให้ตัวเองเสียเวลาในการทำงานและการใช้ชีวิต แต่ถ้ามีคนเข้ามาและเขาเป็นคนดี มีการศึกษา หน้าที่การงานที่สามารถเลี้ยงดูครอบครัวได้ กะก็ไม่ได้ปิดกั้นตัวเอง แต่ต้องมั่นใจว่าถ้ามีครอบครัวแล้วเราต้องมีชีวิตและมีความสุขกว่าเดิม ถ้ามัวเราเหงามั้ยก็มีบ้างแต่ไม่ใช่เป็นความรู้สึกที่ขาด ...”

(กะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ดังกล่าวสรุปได้ว่า เงื่อนไขด้านจิตใจที่ส่งผลต่อการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะฮ์ ประกอบด้วย (1) ทักษะต่อการแต่งงาน ทักษะนี้อาจจะมีพื้นฐานมาจากสภาพแวดล้อมของครอบครัว และสภาพแวดล้อมภายนอก ความคิด ความเชื่อและมุมมองของแต่ละบุคคลที่มีความแตกต่างกันไป แบ่งออกเป็นทักษะด้านลบต่อการแต่งงาน กล่าวคือ บางคนขาดความเชื่อมั่นต่อความสุขของการมีชีวิตครอบครัว เพราะเห็นความล้มเหลวของสมาชิกในครอบครัวและบุคคลรอบข้าง ทักษะด้านบวกต่อการแต่งงาน กล่าวคือ มีทักษะที่ดีและไม่ได้มีอคติต่อการแต่งงาน รับรู้และเข้าใจในคุณค่าการแต่งงานตามหลักศาสนาอิสลาม และในขณะที่เดียวกันไม่ได้ปิดกั้นตัวเองแต่อยู่เป็นโสด เพราะไม่ได้เจอกับคู่ครองที่คาดหวังไว้ (2) มาตรฐานการเลือกคู่ครอง มีมาตรฐานในการเลือกบุคคลเข้ามาเป็นคู่ชีวิตที่ค่อนข้างชัดเจนโดยมีคุณสมบัติคือ เป็นผู้มีความรู้ทางศาสนาอิสลาม มีการศึกษา และมีหน้าที่การงานที่มั่นคง อย่างไรก็ตามเมื่อมุสลิมะฮ์มีอายุมากขึ้นไม่ได้ทำให้คาดหวังต่อคุณสมบัติดังกล่าวลดลง และสมัครใจที่จะอยู่เป็นโสดอย่างถาวรหากไม่พบเจอคู่ครองที่หวังไว้ (3) ประสบการณ์ความรัก แบ่งออกเป็น เคยมีประสบการณ์ในด้านความรัก กล่าวคือเป็นความรู้สึกฝังใจในความรักจนนำมาสู่การปิดกั้นตัวเองและอยู่เป็นโสด และในขณะที่เดียวกันประสบการณ์ความรักในช่วงวัยหนุ่มสาว



ไม่ได้มีผลต่อสภาพจิตใจที่จะนำมาสู่การอยู่เป็นโสด นอกจากนี้ยังมีมุสลิมะห์ที่ไม่เคยมีประสบการณ์ความรัก เนื่องจากมีความมุ่งมั่นต่อการเรียนและการทำงานแบ่งเบาภาระของครอบครัวจนไม่ได้สนใจหรือให้ความสำคัญกับความรัก

สำหรับประเด็นที่ 4.2.3 เจื่อนไขด้านสังคม คือ การศึกษาและการทำงาน โดยผู้วิจัยจะอธิบายดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

### 4.2.3 เจื่อนไขด้านสังคม

การศึกษาและการทำงาน จากการสัมภาษณ์พบว่า มุสลิมะห์ส่วนใหญ่มีการศึกษาระหว่างปริญญาตรีจนถึงปริญญาโท ซึ่งนำมาสู่การมีหน้าที่การงานที่มั่นคงสามารถดูแลตัวเองและครอบครัวได้ โดยผู้ที่มีการศึกษาสูงจะมีบุคลิกภาพ ท่าทาง น้ำเสียงคำพูดที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีการกล่าวถึงคุณค่าของการทำงานและคุณค่าของตัวเองโดยไม่ได้ขึ้นอยู่กับสถานภาพความเป็นโสด ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... เรียนจบปริญญาตรีมาก็ก็สอบได้และบรรจุเป็นข้าราชการปกครองส่วนท้องถิ่นทำงานมาเกือบ 20 ปี ก็คิดว่าตอนนี้ก็สามารถเลี้ยงดูครอบครัวและตัวเองได้ เพราะอาชีพข้าราชการเป็นอาชีพที่มั่นคงและมีสวัสดิการให้กับตัวเองและครอบครัว ความโสดไม่ได้เป็นอุปสรรคต่อการใช้ชีวิตและการทำงานเลย เป็นอิสระ รู้ลึกเป็นตัวของตัวเอง อยากทำอะไรก็ทำ ไม่จำเป็นต้องพึ่งพาใครเลย ...”

(กะไหวเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

อย่างไรก็ตามเมื่อมีการศึกษาสูงขึ้นจึงนำไปสู่การทำงานที่มั่นคงจึงมีมาตรฐานในการเลือกคู่ครองมากขึ้นกล่าวคือ ทศนคติการแต่งงานมิใช่เพียงเป้าหมายในการเป็นสามีแต่ต้องเป็นบุคคลที่มีสถานะทางการเงิน และฐานะทางสังคมที่สามารถเกื้อหนุนในการใช้ชีวิตคู่ อีกทั้งมักคาดหวังการเป็นผู้นำในการใช้ชีวิตตามวิถีของศาสนาอิสลาม ดังนั้นเจื่อนไขทางสังคมในด้านการศึกษาที่ทำให้คุณภาพชีวิตของมุสลิมะห์ดีขึ้น การเลือกคู่ครองจึงมีมาตรฐานทัดเทียมกับตนเองและไม่ได้กังวลหากจะใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... หากผู้ชายไม่ดี ก็ยอมไม่มีดีกว่า การสร้างครอบครัวไม่ใช่เราหาใครก็ได้มาเป็นสามี ชีวิตตอนนี้ก็ได้อยู่แล้ว เรามีงานที่มั่นคง มีบ้าน มีรถ ชีวิตไม่ได้ติดขัดเรื่องเงิน ถ้ามีคนเข้ามาไม่ใช่เราจะปิดตัวเอง แต่ก็พิจารณาแหละว่าผ่านไหมเป็นผู้ชายที่เราต้องการรึปล่าว ถ้าไม่มีตามที่เราคาดหวังไว้ก็ใช้ชีวิตเป็นโสด มันไม่ใช่เรื่องน่าเศร้าอะไร ...”

(กะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้สถานภาพการทำงานของมุสลิมะห์ในสังคมเปลี่ยนแปลงไปจากในอดีต กล่าวคือในอดีตสังคมมีค่านิยมให้ผู้หญิงทำงานอยู่ในบ้านและงานนอกบ้านเป็นงานของผู้ชาย อย่างไรก็ตามเมื่อผู้หญิงมีระดับการศึกษาที่สูงขึ้นนำมาสู่การทำงานและมีรายได้ มีความมุ่งมั่นในการทำงานเพื่อยกระดับตัวเองและเศรษฐกิจของครอบครัว โดยไม่ค่อยให้ความสำคัญในเรื่องการแต่งงานมากนัก ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก็รู้สึกว่าการทำงานทำให้เราเป็นผู้หญิงที่มีคุณค่า บางครั้งอัลลอฮกำหนดบทบาทหน้าที่ในชีวิตของคนเราแตกต่างกัน แต่สำหรับก็จะถึงแม้ว่าจะไม่ได้แต่งงานมีครอบครัวเหมือนผู้หญิงคนอื่นๆ แต่ก็ก็ได้ทำงานมีรายได้มาเลี้ยงดูครอบครัวและญาติๆที่ลำบาก ...”

(กะมีะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ 2564)

สรุปได้ว่า เจื่อนไขทางสังคมที่ส่งผลให้มุสลิมะห์ใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด คือ การศึกษาและการทำงาน เนื่องจากบางคนมีความมุ่งมั่นในการศึกษาที่สูงจนทำไม่ได้มีเป้าหมายเพื่อการแต่งงาน อีกทั้งเมื่อถึงช่วงชีวิตวัยทำงานที่มีความมั่นคงส่งผลให้ตนเองและครอบครัวมีคุณภาพชีวิตที่ดี ดังนั้นมาตรฐานในการเลือกคู่ครองจึงสูงขึ้นตามไปด้วย และทัศนคติการแต่งงานจึงเปลี่ยนไปรวมทั้งมีความคาดหวังว่าจะพบคู่ครองตามอุดมคติ และหากไม่พบเจอก็มีความพอใจในการใช้ชีวิตโสดอย่างถาวร

สำหรับประเด็นที่ 4.2.4 เจื่อนไขด้านวัฒนธรรม ประกอบด้วย (1) ข้อจำกัดในการแต่งงานของมุสลิมะห์ และ (2) การปรับตัวของมุสลิมะห์ภายใต้บทบัญญัติของศาสนาที่ว่าด้วยการส่งเสริมให้แต่งงาน โดยผู้วิจัยจะอธิบายดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 4.2.4 เจื่อนไขด้านวัฒนธรรม

(1) ข้อจำกัดในการแต่งงานของมุสลิมะห์ จากการสัมภาษณ์ข้อมูลในเบื้องต้นพบว่า สำหรับการแต่งงานตามหลักศาสนาอิสลามหรือนิกะฮ์เป็นสิ่งที่เป็นสุนนะห์ หรือแบบอย่างของท่านศาสดาอีกทั้งเป็นสิ่งจำเป็นหรือ واجبสำหรับผู้ที่มีความสามารถปฏิบัติได้ เนื่องจากบทบัญญัติที่ต้องการป้องกันปัญหาการอยู่ก่อนฉันท์สามีภรรยา ก่อนแต่งงานถือว่าเป็นสิ่งที่ผิดต่อหลักศาสนา และสำหรับผู้หญิงมุสลิมแล้วจำเป็นบิดาหรือสามีเป็นผู้ปกครอง ในกรณีการแต่งงานในอิสลามขั้นแรกผู้หญิงมุสลิมต้องเป็นฝ่ายรอให้ฝ่ายผู้ชายมาสู่ขอผ่านการทาบทามจากผู้ใหญ่ และหากตกลงจะมีการมาทำความรู้จักผ่านครอบครัวของผู้ชาย ซึ่งในขั้นนี้ผู้หญิงมีสิทธิที่จะตอบปฏิเสธหรือตกลงได้ตามความสมัครใจ จากการสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... สมัยก่อนผู้ชายกับผู้หญิงนั้นครอบครัวต่างห้ามคบหาไปไหนมาไหนกันก่อนแต่งงาน หากใครชอบพอกันก็ต้องให้ฝ่ายผู้ชายมาพูดคุยกับครอบครัวก่อน หากผู้หญิงตกลงก็จะมาสู่ขอได้ ซึ่งผู้หญิงมีสิทธิที่จะตอบตกลงหรือปฏิเสธก็ได้ หากจะมีผู้หญิงโสดมันก็ไม่บาบไม่ผิดหลักศาสนาหรอกเพราะผู้หญิงบางคนไม่มีคนมาขอเขาจริงๆ ...”

(กะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

จะเห็นได้ว่าลักษณะดังกล่าวเป็นช่วงเวลาของผู้หญิงที่รอคอยให้ฝ่ายชายมาสู่ขอแต่งงาน จากจากการสังเกตการณ์จึงพบว่า มีมุสลิมะห์จำนวน 2 ราย ที่ไม่เคยมีประสบการณ์ในการสู่ขอแต่งงานเนื่องจากอาจจะมึหน้าตาและบุคลิกภาพภายนอกที่ไม่น่าดึงดูด เช่น รูปร่างหน้าตา คำพูด ท่าทาง เป็นต้น ซึ่งจากการสะท้อนมุมมองข้างต้นแสดงให้เห็นว่ามุสลิมะห์มิได้หลีกเลี่ยงที่จะปฏิบัติตามคำสั่งของศาสนาแต่มีข้อจำกัดที่ทำให้ไม่สามารถแต่งงานได้ ในกรณีดังกล่าวจะเห็นได้ว่ามุสลิมะห์ก็ไม่ได้พยายามหลีกเลี่ยงที่จะแต่งงาน นอกจากนี้ยังพบว่า ส่วนใหญ่ต่างมีประสบการณ์ผ่านการสู่ขอแต่งงาน อย่างไรก็ตามการแต่งงานเป็นสิ่งที่ศาสนาสนับสนุนซึ่งแต่ละคนต่างให้เหตุผลปฏิเสธการสู่ขอแต่งงานที่แตกต่างกันไปโดยแบ่งเป็นเหตุผลหลัก ดังนี้ 1.1) ต้องการงานช่วยเหลือครอบครัว และ 1.2) ความชอบหรือความพอใจ ดังรายละเอียดดังต่อไปนี้

1.1) ต้องการงานช่วยเหลือครอบครัว จากการสัมภาษณ์พบว่า ภูมิหลังทางครอบครัวของมุสลิมะห์บางคนที่มีฐานะไม่ค่อยดีนัก มีสถานภาพเป็นพี่สาวคนโตมีพี่ชายและน้องชาย พอจบการศึกษาก็อยากทำงานก่อน เพราะมีความกังวลว่าหากแต่งงานไปแล้วจะไม่สามารถดูแลครอบครัวได้อย่างเต็มที่ ลักษณะดังกล่าวสะท้อนให้เห็นความแตกต่างระหว่างบทบาทความคาดหวังของลูกสาวและลูกชาย ดังนั้นช่วงชีวิตหลังจบการศึกษาและชีวิตก่อนการแต่งงานจึงเป็นช่วงเวลาสำคัญที่ลูกสาวถูกคาดหวังให้เป็นที่พึ่งพาอาศัยของครอบครัว ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ในบ้านคือรู้ว่าพี่ชายเราเป็นยังไง...จะหวังพึ่งพาเขาให้ดูแลครอบครัวก็ไม่ได้ พอเรียนจบก็มีงานทำเลย พ่อแม่เขาก็ต้องหวังพึ่งพาเราซึ่งตอนนั้นก็มีคนมาขอ ไม่ใช่ว่าตัวเองจะไม่อยากแต่งงาน อยากทำงานก่อนคิดว่าทำงานหาเงินให้ครอบครัวก่อนเพราะที่บ้านก็มีน้องๆเรียนอีกหลายคนแม่ก็เริ่มทำงานไม่ค่อยไหว ...”

(กะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... กะมีพี่น้องสามคน คือมีน้องชายและพี่สาวที่แต่งงานแยกไปมีครอบครัวของตัวเอง ส่วนกะเป็นลูกสาวคนเล็กต่อมาสามีของพี่สาวเสียชีวิต พี่สาวกะจึงนำหลานมาฝากให้กะกับแม่ช่วยเลี้ยงเพราะต้องไปทำงานที่ประเทศมาเลเซีย ต่อมาครอบครัวก็มีปัญหาคือน้องชายก็มาติดยา กลายเป็นกะที่ต้องเป็นเสาหลักรับผิดชอบเลี้ยงดูครอบครัว เคยมีคนมาขอแต่งงานแต่ดูจากสภาพปัญหาที่บ้านก็หนักอยู่แล้ว แต่งงานไปจะอยู่ยังไงเลยปฏิเสธไป ...”

(กะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ 2564)

1.2) ความชอบหรือความพึงพอใจ จากการสัมภาษณ์พบว่า มุสลิมะห์มีความรู้สึกที่ผู้ชายที่มาสู่ขออย่างไม่ใช่คู่ครองของตัวเองโดยอาจจะพิจารณาจากหลายองค์ประกอบ เช่น ความพึงพอใจ หน้าตา ฐานะ รวมถึงอาชีพและความรู้ทางศาสนา เป็นต้น จากการสังเกตการณ์ยังพบอีกว่ามีความเชื่อทางศาสนาที่มีผลต่อการตัดสินใจแต่งงาน ด้วยการละหมาดฮายัตหรือขอพรให้อัลลอฮ์เปิดใจให้มีความพึงพอใจ ถ้าหากผู้ชายที่มาสู่ขอนั้นเป็นเนื้อคู่ของตนเองและหากไม่ใช่ก็ให้มีการปฏิเสธไป ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... เคยมีอยู่ครั้งหนึ่งที่คนมาสู่ขอ กะก็ละหมาดฮายัตขอคุอาร์กับอัลลอฮ์ให้เลือกให้ ถ้าหากคนที่มาสู่ขอเป็นคนดีและเป็นเนื้อคู่ของเรา คือการละหมาดฮายัตนี้้อัลลอฮ์จะส่งสัญญาณที่เป็นความรู้สึก สิ่งที่เราสังเกตก็จะช่วยให้ตัดสินใจได้ง่ายขึ้น ...”

(กะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ทุกครั้งเมื่อมีคนมาสู่ขอคนที่เราไม่รู้จักหรือญาติแนะนำต่อๆกันมา ชั้นแรกที่ช่วยให้กะตัดสินใจ คือจะละหมาดฮายัตเพื่อขอให้อัลลอฮ์คัดเลือกคนที่คู่ครองให้เรา บางคนที่เราคิดว่าใช่เนื้อคู่แต่พอมาเจอกันวันนัดดูตัว ความรู้สึกกลับบอกกว่าไม่ใช่เนื้อคู่ คือเราอาจจะตัดสินใจจากความรู้สึกหรือเซ็นส์ของตัวเอง ...”

(กะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 5 เมษายน 2564)

จากการสัมภาษณ์ดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า ในวัฒนธรรมการแต่งงานในศาสนาอิสลาม ผู้หญิงมีสถานะเป็นฝ่ายรอเพื่อให้ผู้ชายมาสู่ขอด้วยลักษณะดังกล่าวจึงพบว่ามีผู้หญิงแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มแรกเป็นผู้หญิงที่ไม่มีประสบการณ์ในการสู่ขอเพื่อแต่งงาน เนื่องจากอาจจะมีบุคลิกภาพภายนอกที่ไม่ดึงดูด และกลุ่มที่สองเป็นกลุ่มที่ผ่านประสบการณ์ที่มีโอกาสแต่งงานแต่ผู้หญิงกลุ่มดังกล่าวได้ปฏิเสธและได้เลื่อนระยะเวลาของการแต่งงานออกไปก่อน ด้วยเหตุผลที่คล้ายคลึงกัน คือ มีความต้องการทำงานช่วยเหลือครอบครัวเนื่องจากมีภูมิหลังฐานะทางครอบครัวที่ไม่ค่อยดีอีกทั้งความคาดหวังต่อบทบาทหน้าที่ของลูกสาว นอกจากนี้ยังมีเหตุผลด้านความชอบหรือความพึงพอใจแรกพบโดยมีความเชื่อทางศาสนาเข้ามาช่วยในการตัดสินใจแต่งงาน ดังนั้นจะเห็นได้ว่า

การอยู่เป็นโสดนั้นเป็นสถานภาพที่มุสลิมะห์ไม่ได้เลือกตั้งแต่แรก แต่มีเงื่อนไขและสถานการณ์ต่างๆที่ส่งผลต่อการตัดสินใจแต่งงาน

(2) การปรับตัวของมุสลิมะห์ภายใต้บทบัญญัติของศาสนาที่ว่าด้วยการส่งเสริมให้แต่งงาน จากการเก็บรวบรวมข้อมูลพบว่าศาสนาส่งเสริมให้ผู้หญิงมุสลิมที่มีความสามารถแต่งงาน กล่าวคือ เป็นผู้หญิงไม่ได้เจ็บป่วยหรือมีปัญหาสุขภาพร่างกาย ซึ่งกลุ่มมุสลิมะห์มีการปรับตัวภายใต้บทบัญญัติของศาสนา เป็นการปรับตัวด้านจิตใจต่อความโสดในเรื่องความเชื่อทางศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการปฏิบัติศาสนกิจ จากการสัมภาษณ์พบว่า แม้ว่าศาสนาจะส่งเสริมให้มุสลิมะห์ใช้ชีวิตแต่งงานเพื่อความสมบูรณ์ต่อการใช้ชีวิตและผู้ที่ปฏิบัติจะได้รับผลบุญที่เพิ่มพูนจากการใช้ชีวิตคู่ ดังนั้นมุสลิมะห์มีการปรับตัวด้านจิตใจต่อความโสด ในขั้นแรกเป็นการมองความโสดของตัวเองในแง่บวก โดยเฉพาะการมองเห็นคุณค่าและมีความภูมิใจในบทบาทหน้าที่ของตัวเอง ซึ่งความรู้สึกดังกล่าวจะมีความเกี่ยวข้องกับความรู้สึกว่าทุกสิ่งทุกอย่างรวมถึงสถานภาพโสดเป็นการกำหนดของอัลลอฮ์จากการให้สัมภาษณ์พบว่า

“... ทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นกับเรามาจากการกำหนดของพระเจ้า ความโสดก็เหมือนกัน คือ คนโสดเขาไม่ได้ตั้งใจจะอยู่เป็นโสดตั้งแต่แรก แต่เรามีเหตุผลว่าทำไมถึงโสด ถ้ามานั่งคิดว่าอยู่เป็นโสดแล้วจะบาปหรือทำให้ชีวิตความเป็นอิสลามไม่สมบูรณ์ก็ไม่ใช่ เพราะคนโสดต่างมีบทบาทหน้าที่แม้จะไม่ได้ทำหน้าที่ภรรยาหรือแม่ แต่ก็ได้ทำหน้าที่ลูกดูแลพ่อแม่และหลานซึ่งเป็นหน้าที่ที่มีคุณค่ามากๆ ...”

(ก๊ะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... แม้ว่าจะไม่ได้มีคู่หรือแต่งงานเหมือนผู้หญิงคนอื่นๆ แต่ก็ไม่ได้น้อยใจเพราะคิดว่าเป็นการกำหนดของอัลลอฮ์ ซึ่งที่ผ่านมาเราก็ไม่ได้พยายามหลีกเลี่ยงไม่แต่งงาน แต่พระเจ้ายังไม่ได้อัดสั่งเนื้อคู่มาให้ แต่ส่งคนรอบข้างพี่น้องมาอยู่ข้างๆเรา แม้ว่าจะไม่มีความรักเชิงหนุ่มสาวแต่มีความรักจากพี่น้องมาช่วยเติมเต็ม ...”

(ก๊ะมะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสังเกตการณ์พบว่า ปรับตัวของมุสลิมะห์ภายใต้บทบัญญัติของศาสนาที่ว่าด้วยการแต่งงานจะมีความเกี่ยวข้องกับหลักการปฏิบัติของศาสนาไปด้วย กล่าวคือ มีการปฏิบัติศาสนกิจที่เพิ่มมากขึ้นเนื่องจากต้องการชดเชยผลบุญจากการแต่งงาน เช่น ถ้าหากคนที่แต่งงานผลบุญจากการปฏิบัติศาสนกิจจะได้พูนเป็น 2 เท่า เป็นต้น ซึ่งจากการสัมภาษณ์ส่วนใหญ่มีการปรับตัวในด้านดังกล่าวจากการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวไว้ว่า

“... ก๊ะให้ความสำคัญกับเรื่องการปฏิบัติศาสนกิจมาก เมื่อก่อนเราก็อปฏิบัติเหมือนคนทั่วไปตามที่ศาสนากำหนดให้ปฏิบัติ แต่พอมีอายุมากขึ้นจึงอยากปฏิบัติ นอกเหนือจากสิ่งที่ศาสนากำหนด เพราะอยากสะสมผลบุญของตัวเองให้มากขึ้น ยิ่งเป็นคนโสดมีเวลาเป็นของตัวเองเยอะ จึงอยากเก็บเกี่ยวผลบุญจากการปฏิบัติศาสนกิจให้มากที่สุด ...”

(ก๊ะเตาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ถ้าถามว่าคนโสดต้องปรับอะไรในชีวิต ก๊ะจะนึกถึงการปฏิบัติศาสนกิจซึ่งเป็นการรำลึกถึงพระเจ้าเพิ่มมากขึ้นหมายถึง เรามีเวลาปฏิบัติศาสนกิจมากกว่าคนที่มีความครอบครัว ถ้าคิดในมุมมองคือเรามีเวลาที่จะสะสมผลบุญมากขึ้น ...”

(ก๊ะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 5 เมษายน 2564)

จากการสัมภาษณ์ดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า มุสลิมะห์มีการปรับตัวภายใต้ภายใต้ บทบัญญัติของศาสนาทางด้านจิตใจซึ่งเป็นความศรัทธายอมรับต่อการกำหนดของพระเจ้า มีการปรับตัวในการปฏิบัติศาสนกิจที่เพิ่มขึ้น อีกทั้งเป็นการมองเห็นความโสดอย่างมีคุณค่าในบทบาทต่างๆ ของตนเอง

อย่างไรก็ตามการปรับตัวของมุสลิมะห์ต่อความโสดภายใต้บทบัญญัติของศาสนานั้น ก็ขึ้นอยู่กับ การสนับสนุนจากบุคคลรอบข้างมีส่วนสำคัญ ทำให้มุสลิมะห์สามารถใช้ชีวิตอยู่เป็นโสดอย่างปราศจากการถูกกดดันให้แต่งงาน ซึ่งมุสลิมะห์ที่ได้รับการสนับสนุนจาก 2.1) การสนับสนุนจากครอบครัว 2.2) การสนับสนุนจากการทำงาน 2.3) การสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

2.1) การสนับสนุนจากครอบครัว พบว่า ครอบครัวให้อิสราภาพแก่มุสลิมะห์ ในการตัดสินใจแต่งงานและการเลือกคู่ครอง และไม่ได้บีบบังคับหรือกดดันในการแต่งงาน แต่เป็นความห่วงใยของพ่อแม่ที่ต้องการให้ลูกสาวมีคนมาดูแล ดังคำสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... สมัยเคยมีคนมาขอแต่งงานก๊ะอยู่หลายคน แต่นั่นแหละก็เราไม่ชอบจะให้ทำ ยังไงส่วนพ่อแม่ไม่เคยมาคิดว่าเราโสด เขาไม่เคยมาบังคับว่าจะต้องแต่งงานกับใคร คนในเมืองเขามองความโสดเป็นเรื่องปกติ ครอบครัวเข้าใจก็โอเค ...”

(ก๊ะนง (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 12 กุมภาพันธ์ 2564)

2.2) การสนับสนุนจากที่ทำงาน พบว่า มุสลิมะห์มีความภาคภูมิใจในการทำงานของตนเองเพราะการอยู่เป็นโสดทำให้กลายเป็นคนที่ทำงานคล่องตัว ไม่ได้มีหน้าที่ความรับผิดชอบต่อลูกและสามีทำให้มีเวลาและสามารถทำงานได้อย่างเต็มที่ นอกจากนี้ผู้วิจัยสังเกตว่ามุสลิมะห์จะมีอัตลักษณ์ความเป็นตัวตนของผู้หญิงทำงานทำให้มีบุคลิกภาพเป็นผู้หญิงที่มีความมั่นใจ และมีความ

เชื่อมั่นในตัวเองสูง สามารถดูแลตัวเองและบุคคลในครอบครัวจากการมีหน้าที่การงานที่มั่นคง  
 ดังคำสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก๊ะทำงานเป็นข้าราชการปกครองท้องถิ่นทำงานร่วมกับชาวบ้าน เป็นงานที่ทำไม่เป็นเวลา บางครั้งวันเสาร์อาทิตย์ก็ต้องมาลงพื้นที่ในชุมชนช่วยชาวบ้านแก้ปัญหา ถ้ามีครอบครัวคงจะทำงานในลักษณะนี้ยากหน่อย บางครั้งเคลียร์งานในออฟฟิศถึงสองสามทุ่มหัวหน้าก็ชมเราแหละว่าทำงานคล่องตัวดี (หัวเราะ) ...”

(ก๊ะไหวเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

2.3) การสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อน พบว่า มุสลิมะห์มีกลุ่มเพื่อนสนิทที่เป็นทั้งเพื่อนที่มีครอบครัวแล้วและเพื่อนที่เป็นโสด และจะมีความสนิทสนมกับเพื่อนที่เป็นโสดเพราะสามารถมีเวลาทำกิจกรรมร่วมกันได้บ่อยครั้ง เช่น ไปเที่ยวพักผ่อน เป็นต้น นอกจากนี้กลุ่มเพื่อนยังเป็นแรงสนับสนุนคอยช่วยเหลือให้คำปรึกษาทั้งปัญหาส่วนตัวและปัญหาในการทำงาน ดังคำสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... เพื่อนสนิทก็ยังไม่แต่งงานเหมือนกัน หลังเลิกงานเรามักจะนัดกันไปกินข้าวและช้อปปิ้งบ้าง วันหยุดเสาร์อาทิตย์บางครั้งก็ขับรถไปต่างจังหวัดไปเที่ยวแบบค้างคืน ก๊ะรู้สึกว่าคุณโสดเป็นเรื่องสนุกนะ ไม่ต้องกระวนกระวายว่าจะกลับเมื่อไหร่ สามีหรือลูกจะรอ มีอะไรให้ทำเยอะเยอะ จะเอาเวลาที่ไหนไปเหงาจริงมั๊ยเวลามีปัญหาอะไรก็เข้าใจเลือกที่จะปรึกษาเพื่อนสนิท เราไม่ได้อยู่คนเดียวนะ เรามีทั้งครอบครัวและเพื่อนๆ ...”

(ก๊ะมีะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ดังกล่าวสรุปได้ว่า การสนับสนุนเป็นเงื่อนไขที่มีผลต่อการใช้ชีวิตอยู่เป็นโสดภายใต้หลักศาสนาอย่างไม่ถูกกดดันในการอยู่เป็นโสด โดยได้รับการสนับสนุนจาก 2.1) ครอบครัว ถึงแม้ว่าบทบัญญัติของศาสนาอิสลามจะส่งเสริมให้มีการแต่งงาน อย่างไรก็ตามมุสลิมะห์ยังมีพื้นฐานของครอบครัวที่ไม่กดดันในเรื่องการแต่งงาน และพร้อมสนับสนุนเปิดโอกาสในการเลือกคู่ครองตามความสมัครใจ นอกจากนี้ครอบครัวเป็นส่วนสำคัญที่จะเข้าใจในสถานภาพและความเชื่อมั่นในสถานภาพโสดโดยไม่กดดันในเรื่องการแต่งงาน 2.2) การสนับสนุนจากการทำงาน มุสลิมะห์มีความตระหนักถึงคุณค่าของตนเองเนื่องจากการประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานจะมีอัตลักษณ์ที่แสดงถึงผู้หญิงที่ดูแลตัวเองได้ และเป็นที่ยอมรับในสังคมการทำงาน 2.3) การสนับสนุนจากกลุ่มเพื่อน เป็นแรงสนับสนุนภายนอกที่สำคัญเนื่องจากกลุ่มเพื่อนสนิททำให้มีสังคมที่กว้างขวาง และไม่ได้จำกัดบทบาทหน้าที่เฉพาะในครอบครัวและการทำงานเท่านั้น กลุ่มเพื่อนสนิทเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้มีความผ่อนคลายจากการได้มีส่วนร่วมทำกิจกรรมต่างๆ ทั้งการให้คำปรึกษาทั้งในการทำงานและการใช้ชีวิต ดังนั้นการปรับตัวต่อความโสดภายใต้บทบัญญัติของศาสนาก็ขึ้นอยู่กับถูกรับจากครอบครัวและบุคคลรอบข้างไปด้วย

#### 4.2.5 เจื่อนใจด้านสุขภาพ

จากการสัมภาษณ์พบว่า มุสลิมะห์บางคนมีปัญหาการเจ็บป่วยและมีโรคประจำตัว แม้จะเคยมีประสบการณ์ความรักแต่สุขภาพก็กลายเป็นข้อจำกัดในการเริ่มต้นความสัมพันธ์หรือ การแต่งงาน ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... เมื่อ 10 ปีที่แล้ว มีความรักเป็นช่วงที่ทำงานอยู่ต่างจังหวัด และได้คบหากับ ผู้ชายคนหนึ่งแต่ก็มาห่างกันไป ช่วงที่กะป่วยเป็นมะเร็งเต้านมตอนนี้ได้ทำคีโมและ ผ่าตัดไปแล้ว เมื่อเจ็บป่วยเราก็ดูแลตัวเอง เลยคิดว่าอายุปูนนี้ไม่ได้สนใจหรือคิดว่า จะแต่งงานแล้วใครอยากแต่งงานกับคนป่วยละ ...”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 2 กุมภาพันธ์ 2564)

สรุปได้ว่า ข้อจำกัดด้านสุขภาพอาจจะส่งผลต่อโอกาสที่ทำให้มุสลิมะห์แต่งงานหรือมี ความที่จะสร้างครอบครัวแม้จะเคยมีประสบการณ์ความรักแต่ การดูแลตัวเองจากโรคประจำตัวจึง เป็นเรื่องที่สำคัญที่สุดในการใช้ชีวิต

สรุปผลการศึกษาเจื่อนใจที่ส่งผลให้มุสลิมะห์ใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด มีเจื่อนใจ 4 ด้าน ประกอบด้วย 4.2.1 เจื่อนใจด้านครอบครัว ได้แก่ (1) สถานภาพในครอบครัว สำหรับสถานภาพลูก สาวในครอบครัวมุสลิมที่มีพี่น้องส่วนใหญ่เป็นผู้ชายมักจะเกิดความหวัง ต่อบทบาทของการเป็นลูก สาวคนโตหรือน้องสาวคนเล็กที่ต้องเสียสละมาดูแลพ่อแม่ที่เจ็บป่วย ซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นและข้อจำกัดใน หน้าที่ดังกล่าวจึงทำให้มุสลิมะห์บางรายพลาดต่อโอกาสในการแต่งงาน (2) สภาพแวดล้อมภายใน และภายนอกครอบครัว ในเรื่องการพบเจอประสบการณ์ความล้มเหลวในชีวิตแต่งงานและความ รุนแรงต่างๆ ส่งผลให้มุสลิมะห์บางรายเกิดความกังวลถึงความสุขของการมีชีวิตครอบครัว จึงไม่มี ความสัมพันธ์เชิงความรักหนุ่มสาวหรือหลีกเลี่ยงปฏิเสธเมื่อมีคนมาเสนอ (3) ลักษณะการเลี้ยงดูใน ครอบครัว ที่เข้มงวดให้อยู่ในกรอบของศาสนา คือ การห้ามคบหาเชิงคู่รักระหว่างชายหญิง แม้จะพบ เจอคนที่ชอบแต่ไม่มีโอกาสเริ่มต้นความสัมพันธ์และเมื่อช่วงเวลาผ่านไปจนมาอายุมากไม่ได้เจอผู้ชาย อุดมคติ และกรณีที่เป็นลูกสาวคนเดียวหรือน้องสาวคนสุดท้าย อาจจะได้รับ การเลี้ยงดูที่ประคบ ประหม่อมจากพ่อแม่หรือคนรอบข้างมากเกินไป จึงขาดโอกาสในการตัดสินใจในการแต่งงาน และ (4) ภาวะในครอบครัว ในกรณีมุสลิมะห์ที่มีภูมิหลังครอบครัวที่ยากจนหรือเป็นหัวหน้าครอบครัว จึงต้องเป็นเสาหลักในการทำงานหาเลี้ยงสมาชิกทุกคนในครอบครัว จึงมีเป้าหมายจะยกระดับคุณภาพ ชีวิตให้ดีขึ้นจึงไม่ได้สนใจเรื่องการแต่งงานมากนัก 4.2.2 เจื่อนใจด้านจิตใจ ซึ่งได้แก่ (1) ทศนคติต่อ การแต่งงานทั้งด้านลบและด้านบวก ที่เกิดจากสภาพแวดล้อมในครอบครัว การเลี้ยงดูในวัยเด็ก ประสบการณ์ชีวิตแต่งงานของคนในครอบครัวและบุคคลใกล้ชิดที่อาจจะส่งผลต่อการตัดสินใจ แต่งงาน (2) มาตรฐานในการเลือกคู่ครอง ที่มีผลมาจากบริบททางสังคมทั้งด้านการศึกษา อาชีพ และ รายได้ ก่อให้เกิดให้มุสลิมะห์มีความเชื่อมั่นในคุณค่าและความสามารถของตนเองจึงมีความคาดหวังต่อ คู่ครองในอุดมคติที่ต้องมีคุณสมบัติตามที่คาดหวังไว้ และหากไม่พบเจอก็ไม่มีความกังวลต่อการใช้ชีวิต



อยู่เป็นโสด (3) ประสบการณ์ผิดหวังในความรัก อาจจะเป็นความรู้สึกฝังใจและผิดหวังในความรัก ครั้งแรกก่อให้เกิดให้มุสลิมะฮ์บางคนปิดกั้นตัวเอง เนื่องจากกังวลว่าจะเจอคนที่ไม่ดีหรือมีชีวิตครอบครัวที่ล้มเหลว 4.2.3 เจ็อนด้านสังคม คือ การศึกษาและการทำงาน เนื่องจากความมุ่งมั่นต่อเป้าหมายทางการศึกษาให้ประสบความสำเร็จ จึงไม่ได้ให้ความสำคัญต่อการเปิดรับความสัมพันธ์หรือตัดสินใจแต่งงาน 4.2.4 เจ็อนไขด้านวัฒนธรรม ได้แก่ (1) ข้อจำกัดการแต่งงานของมุสลิมะฮ์ (2) การปรับตัวภายใต้คำสอนของศาสนา และการยอมรับสนับสนุนจากบุคคลรอบข้างเป็นส่วนที่เกี่ยวข้องที่สามารถใช้ชีวิตโสดโดยไม่ถูกกดดันในเรื่องแต่งงาน ทำให้เกิดอัตลักษณ์เป็นผู้หญิงทำงานหาเลี้ยงครอบครัวมีฐานะที่มั่นคง และสามารถดูแลตัวเองได้ก่อให้เกิดคุณค่าให้มุสลิมะฮ์รู้สึกภูมิใจในการใช้ชีวิตโสด และ 4.2.5 เจ็อนไขด้านสุขภาพ คือโรคประจำตัวของแต่ละบุคคลอาจจะทำให้กลายเป็นข้อจำกัดในการแต่งงาน

#### 4.3 การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะฮ์ที่อยู่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี

จากการลงพื้นที่เก็บรวบรวมข้อมูลการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะฮ์ พบว่ามุสลิมะฮ์มีลักษณะการปฏิบัติตัวเพื่อเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุในอนาคต โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ (1) กลุ่มที่มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ และ (2) กลุ่มที่ไม่มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

##### (1) กลุ่มที่มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลพบว่า มุสลิมะฮ์กลุ่มนี้มีลักษณะการปฏิบัติเพื่อการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุใน 5 ด้าน คือ 4.3.1 การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย 4.3.2 การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจและจิตวิญญาณ 4.3.3 การเตรียมความพร้อมด้านการเงิน 4.3.4 การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล และ 4.3.5 การเตรียมความพร้อมด้านสังคม ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบายรายละเอียดดังต่อไปนี้

##### 4.3.1 การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกาย

จากการสัมภาษณ์ในเบื้องต้นพบว่า สำหรับการเตรียมความพร้อมในด้านสุขภาพร่างกายนั้นกลุ่มมุสลิมะฮ์ได้มีการให้ความสำคัญเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะในกลุ่มของผู้ที่มีอาชีพรับราชการและธุรกิจส่วนตัว เนื่องจากกลุ่มดังกล่าวมีทัศนคติว่าการดูแลตัวเองเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นอย่างยิ่งโดยเฉพาะผู้หญิงโสด เพราะต้องเป็นเสาหลักในการใช้ชีวิตแก่ตัวเองและครอบครัว อีกทั้งต้องการพึ่งพาตัวเองอย่างเต็มกำลัง ดังนั้นการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพจึงเป็นเรื่องแรกที่ต้องตระหนัก และมีการปฏิบัติตั้งแต่เนิ่นๆ เพื่อเสริมสร้างสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง อีกทั้งเพื่อป้องกันการเกิดโรคต่างๆได้ในอนาคต ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ปกติตัวเองเป็นคนที่ไม่ใส่ใจในการดูแลสุขภาพมาตั้งแต่สมัยช่วงวัยรุ่น ด้วยเหตุผลที่ต้องเป็นเสาหลักทำงานหาเลี้ยงตัวเองและครอบครัว ยิ่งตอนนี้เราเป็นโสดเรื่องสุขภาพจึงเป็นเรื่องแรกที่สำคัญที่เราสามารถทำเพื่อตัวเองได้ เพราะหากเราเป็นอะไรใครจะหาเลี้ยงครอบครัวและไม่อยากจะไปลำบากญาติพี่น้องที่ต้องมาดูแล ...”  
(กะโหวะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้ข้อมูลสัมภาษณ์เพิ่มเติม กล่าวว่า

“... บ่อยครั้งที่กะเห็นคนรอบตัวปล่อยปะละเลยในเรื่องสุขภาพ เพื่อนๆ บางคนทำงานจนไม่เวลาที่ดูแลตัวเองจนกระทั่งเจ็บป่วย กะไม่อยากที่จะเป็นแบบนั้นและคิดว่าสุขภาพสำคัญที่สุดเพราะเราใช้ร่างกายหาเงิน ...”  
(กะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

ทั้งนี้จากการสัมภาษณ์ยังพบว่า กลุ่มดังกล่าวมีความรู้และความเข้าใจในเรื่องสุขภาพเป็นอย่างดีทั้งรูปแบบความรู้ในการดูแลสุขภาพ เช่น รูปแบบการออกกำลังกายที่มีความเหมาะสมกับตัวเอง เป็นต้น โดยผู้วิจัยได้แบ่งรูปแบบการดูแลสุขภาพ คือ 1) การออกกำลังกาย 2) การรับประทานอาหาร และ 3) การดูแลตัวเองจากโรคประจำตัว สามารถอธิบายรายละเอียดได้ดังต่อไปนี้

1) การออกกำลังกาย สำหรับการออกกำลังกายผู้วิจัยพบว่า มุสลิมะห์มีความรู้ในวิธีการออกกำลังกายที่มีความเหมาะสมและเข้ากับช่วงวัยของตัวเอง จากการสังเกตการณ์และการสัมภาษณ์พบว่า กลุ่มดังกล่าวเป็นผู้ที่ประกอบอาชีพข้าราชการจะเป็นผู้ที่มีความรู้และความเข้าใจสุขภาพของตัวเองเป็นอย่างดี นอกจากนี้ยังมีการหาความรู้ในเรื่องการออกกำลังกายโดยการศึกษาเพิ่มเติมและสอบถามผู้เชี่ยวชาญ เช่น เรียนโยคะ เต้นแอโรบิก เป็นต้น ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... กะเป็นคนที่ชอบออกกำลังกายตั้งแต่สมัยเรียนมหาวิทยาลัย เพราะมีความเชื่อว่าเราต้องดูแลตัวเองตั้งแต่เนิ่นๆ เพื่อสุขภาพที่แข็งแรงในระยะยาว ตอนนั้นก็ออกกำลังกายแบบทั่วๆไป ซึ่งเรายังไม่มีความรู้ด้านการออกกำลังกายก็บาดเจ็บจากการวิ่งมาปัจจุบันกะมีอาการปวดหัวเข้าพอฟังนานๆ แต่ก็ยังอยากออกกำลังกายหมอละเลยแนะนำให้เรียนโยคะเพื่อลดการบาดเจ็บและฝึกสมาธิไปด้วย ...”

(กะม๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้ข้อมูลสัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ก๊ะมีเพื่อนสนิทเป็นพยาบาลซึ่งมีความรู้ เรื่องวิธีการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับผู้หญิงวัย 46 ปี เพื่อนก็แนะนำการยืดเส้นโดยนั่งและยืดหลังและโน้มตัวไปข้างหน้าจนสุดแขน 1 นาที จะช่วยเรื่องความผ่อนคลายจากความเหนื่อยล้าจากการทำงาน ...”

(ก๊ะมะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากผู้วิจัยได้สัมภาษณ์เพิ่มเติมได้พบว่า กลุ่มดังกล่าวมีพฤติกรรมการออกกำลังกายเป็นประจำสัปดาห์ละ 2-3 วัน เพื่อเสริมสร้างให้ร่างกายแข็งแรงในระยะยาว โดยก่อนออกไปทำงานหรือหลังจากทำงานโดยให้เหตุผลว่า ต้องการบริหารเวลาชีวิตให้เกิดสมดุลทั้งการทำงานและการดูแลตัวเอง ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก๊ะจะออกกำลังกายวันละ 15 นาที ก่อนไปทำงานด้วยการไปเดินเร็วที่สนามกีฬาโรงเรียนเบญจมะซึ่งอยู่แถวละแวกบ้านสัปดาห์ละสองครั้ง และในช่วงวันหยุดเสาร์อาทิตย์ช่วงตอนเย็นก๊ะจะไปปั่นจักรยานที่สวนสมเด็จพระเจ้าตากสินร่วมกับกลุ่มเพื่อนสนิท และมีบางสัปดาห์หลังเลิกงานก็จะไปเดินแอโรบิกที่บริเวณริมน้ำปัดตานี ...”

(ก๊ะมะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ดังกล่าวสรุปได้ว่า ในการเตรียมความพร้อมด้านร่างกายมุสลิมะห์มีความรู้ทั้งรูปแบบและวิธีการในเรื่องการออกกำลังกาย โดยมีจุดประสงค์คือต้องการให้ร่างกายตัวเองแข็งแรงและสามารถมีร่างกายที่แข็งแรงปราศจากโรคภัยต่างๆในอนาคต โดยมีวิธีการคือ การศึกษาหาความรู้และลงมือปฏิบัติด้วยตัวเองและการสอบถามบุคคลที่มีความรู้เฉพาะด้าน เพราะมีความตระหนักถึงช่วงอายุที่มากขึ้น จึงต้องมีรูปแบบการออกกำลังกายที่เหมาะสมเพื่อลดการบาดเจ็บของร่างกายรวมทั้งการขอคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ เช่น การเล่นโยคะ เป็นต้น ดังนั้นจะเห็นได้ว่ามุสลิมะห์มีความพยายามบริหารเวลาจากการทำงาน เพื่อทำให้เกิดความสมดุลต่อการใช้ชีวิตซึ่งเป็นลักษณะการวางแผนเตรียมความพร้อมไปสู่การเป็นผู้สูงอายุ

2) การรับประทานอาหาร พบว่ามุสลิมะห์มีพฤติกรรมการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ตามหลักโภชนาการและถูกต้องตามหลักศาสนา (อาหารฮาลาล) อีกทั้งจะเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เหมาะสมกับช่วงวัย เช่น ข้าวกล้อง ผักผลไม้ โปรตีนต่างๆ เป็นต้น เพื่อบำรุงสุขภาพและเสริมสร้างส่วนต่างๆของร่างกายที่สึกหรอ นอกจากนี้ยังพบว่ายังมีการหลีกเลี่ยงอาหารที่ไม่มีประโยชน์และมีโทษต่อร่างกาย เช่น อาหารกึ่งสำเร็จรูป อาหารหมักดอง อาหารที่หวานจัดหรือเค็มจัด เป็นต้น เพื่อป้องกันโรคต่างๆที่เกิดจากพฤติกรรมการรับประทานอาหาร ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... พอก็เริ่มมีอายุมากก็หันมาใจตัวเองเรื่องการกิน โดยเฉพาะอาหารที่มีประโยชน์ ต่างๆที่ช่วยในการบำรุงร่างกาย เช่น ผักผลไม้ และโปรตีน ช่วงหลังนี้หันมาเลือก กินมากขึ้น และพยายามลดแป้งและของหวานต่างๆ ตอนนีหันมากินข้าวกล้องแทน ข้าวขาวเพราะมีสารอาหารคาร์โบไฮเดรตที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ถ้าเลือกกินแต่ ของมีประโยชน์จะทำให้สุขภาพของเราดีขึ้นไปด้วย ...”

(ก๊าะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีมุสลิมะห์ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... แต่ก่อนเป็นคนไม่ชอบทำกับข้าวซื้อกินแต่แกงถุงข้างทาง และอาหารสำเร็จรูป ซึ่งใส่ผงชูรสเยอะบางครั้งรสชาติเค็มจัดทำให้เสียสุขภาพไปด้วย แต่เดี๋ยวนี้เริ่มมาคิด ได้ว่าอาหารที่เรากินทุกวันมีสารพิษที่สะสมในร่างกายและก่อให้เกิดโรคได้ ก็จึงหัน มาทำกับข้าวกินเองและสรรหาแต่วัตถุดิบที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ...”

(ก๊าะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้ผู้วิจัยสังเกตว่า กลุ่มดังกล่าวมีผิวพรรณที่ดูเรียบเนียนและไม่ค่อยมีริ้วรอย แม้ว่าจะมีอายุกว่า 50 ปี ผู้วิจัยจึงได้สอบถามเพิ่มเติมถึงวิถีดูแลตัวเองเรื่องอาหารการกิน และได้พบว่า นอกจากมีการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์แล้ว ยังเน้นการรับประทานอาหารเสริมจำพวกวิตามิน ต่างๆเพื่อบำรุงร่างกาย เช่น วิตามินซี คอลลาเจน และสารต่อต้านอนุมูลอิสระอื่นๆ เป็นต้น ผู้วิจัยจึงได้ สอบถามเพิ่มเติมและได้พบว่าสาเหตุที่มีการรับประทานอาหารเสริมต่างๆเพราะมุสลิมะห์จะทุ่มเท เวลาให้กับการทำงานจนบางครั้งทำให้พักผ่อนน้อยจึงทำให้ร่างกายเหนื่อยล้าและบางคนไม่ชอบกิน ผักและผลไม้จึงต้องการกินวิตามินต่างๆเพื่อทดแทนสารอาหาร ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวไว้ว่า

“... ก็กินอาหารเสริมพวกวิตามินต่างๆ เช่น วิตามินซี คอลลาเจนมาตั้งแต่สมัย วัยรุ่นตอนนั้นเรากินตามเพื่อนๆไม่รู้ประโยชน์ของวิตามินจริงๆ จนกระทั่งก็ ได้ ทำงานจึงหันมาดูแลตัวเองมากขึ้น ผู้หญิงเราเมื่ออายุมากขึ้นร่างกายจะสึกหรอและ ไม่สามารถสร้างคอลลาเจนได้เหมือนตอนเราเป็นเด็ก ก็เป็นคนทำงานหนักนอนดึก เลยหาอาหารเสริมวิตามินต่างๆมาช่วยซ่อมแซมกระดูก ผิว และระบบการทำงาน อื่นๆของร่างกาย ...”

(ก๊าะไหวเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่ากลุ่มดังกล่าวมีการเสริมสร้างดูแลตัวเองในด้านสุขภาพซึ่งถือว่าเป็นการปฏิบัติตัวในชีวิตประจำวัน เพื่อเสริมสร้างร่างกายไปสู่การเตรียมความพร้อมในการใช้ชีวิตอยู่เป็นปกติในอนาคต ลักษณะดังกล่าวส่วนใหญ่จะพบในกลุ่มที่ประกอบอาชีพรับราชการและธุรกิจส่วนตัว ทั้งนี้ทั้ง 2 กลุ่มได้มีการเตรียมความพร้อมในด้านดังกล่าวตั้งแต่อายุน้อย โดยให้ความสำคัญเรื่องการดูแลสุขภาพโดยเน้นเรื่องการรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการ และเหมาะสมกับช่วงอายุที่มากขึ้น อีกทั้งมีการรับประทานอาหารเสริมเพื่อช่วยเพิ่มภูมิคุ้มกันให้แก่ร่างกายที่เหนื่อยล้าจากการทำงาน นอกจากนี้ในด้านการออกกำลังกายกลุ่มดังกล่าวต่างหาเวลาว่างเพื่อออกกำลังกายตามความเหมาะสม อีกทั้งยังมีความรู้ความเข้าใจถึงวิธีการดูแลสุขภาพที่เหมาะสมกับช่วงวัยของตนเอง

3) การดูแลตัวเองโรคประจำตัวและอาการจากวัยทอง จากการสัมภาษณ์และการสังเกตการณ์ผู้วิจัยพบว่า มีกรณีที่มีมุสลิมะห์ที่มีโรคประจำตัว เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคโลหิตจาง และโรคมะเร็ง เป็นต้น กลุ่มดังกล่าวจะมีการดูแลตัวเองอย่างเคร่งครัดจากการเข้ารับการรักษาและคำแนะนำของแพทย์เพื่อรักษาโรคประจำตัว เพราะฉะนั้นในกลุ่มนี้จึงมีการดูแลสุขภาพมากกว่ากลุ่มที่ไม่มีโรคประจำตัว โดยนอกจากการเข้าพบแพทย์ตามนัดแล้วยังมีการดูแลตัวเองในเรื่องการรับประทานอาหาร การออกกำลังกายที่เหมาะสมการดูแลสุขภาพจิตใจจากความเครียดและความกังวลจากโรคประจำตัว ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก็จะมีโรคประจำตัวคือ โรคโลหิตจางซึ่งเป็นมาตั้งแต่เด็กๆ ปัจจุบันก็เข้ารับการรักษาโดยไปหาหมอสองเดือนครั้งกินยาตามที่หมอให้มา ซึ่งหมอได้แนะนำในเรื่องอาหารการกินคือให้เน้นรับประทานอาหารจำพวกเนื้อไก่ และดื่บให้มากๆหลังจากเลิกงานที่ร้านก็มักจะออกกำลังกายโดยการเดินแอโรบิกเบาๆที่บ้าน ...”

(กะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้พบว่า มุสลิมะห์มีคิดการวางแผนล่วงหน้าถ้าหากถึงวัยผู้สูงอายุในกรณีที่เจ็บป่วยซึ่งมีความคาดหวังให้ลูกหลานและพี่น้องที่สนิท เช่น พี่น้องสาว หรือน้องชาย เป็นผู้ดูแลพาไปหาหมอ ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ในอนาคตคิดว่าหากตัวเองแก่ตัวไปก็คิดว่าหลานๆที่เราดูแลไม่ทิ้งเราอยู่แล้ว เพราะทุกวันนี้ก็ได้ดูแลหลานอย่างเต็มที่ หากต่อไปเกิดเจ็บป่วยไม่สบายก็มีหลานๆนี้แหละที่ช่วยกันดูแล ...”

(กะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้มุสลิมะห์ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... คิดว่าต่อไปก็จะคงไม่ได้อยู่คนเดียวหรอก เพราะตอนนี้ที่บ้านมีลูกของพี่สาว รวมถึงน้องสาวที่เราเป็นคนดูแลส่งเสียให้เรียนหนังสือ ในอนาคตหากเป็นผู้สูงวัยก็หวังจะฝากผีฝากไข้ให้หลานๆคอยดูแลยามเจ็บไข้ได้ป่วย ...”

(ก๊ยะยะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 6 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการให้สัมภาษณ์ดังกล่าวสรุปได้ว่า มุสลิมะห์มีความคาดหวังว่าในอนาคตจะมีหลานและเครือญาติที่คอยดูแลเรื่องสุขภาพ เนื่องจากในปัจจุบันได้สนับสนุนสิ่งต่างๆให้ลูกหลานอย่างเต็มกำลัง ดังนั้นจะเห็นได้ว่าลูกหลานและเครือญาติเป็นบุคคลกลุ่มคนสำคัญที่มุสลิมะห์หวังพึ่งพา

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังพบว่ามีกลุ่มที่โรคประจำตัวคือโรคมะเร็งเต้านม ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งโรคประจำตัวที่ส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิต คือ 3.1) การดำเนินชีวิตประจำวัน และ 3.2) สภาพจิตใจ สามารถอธิบายรายละเอียดได้ดังต่อไปนี้

3.1) การดำเนินชีวิตประจำวัน มุสลิมะห์ที่เป็นโรคมะเร็งเต้านมจะส่งผลกระทบต่อ การดำเนินชีวิตประจำวัน คือ ส่งผลกระทบต่อการทำงานที่อาจจะทำให้ขาดความคล่องตัวและต้องระมัดระวังตัวเองจากการบาดเจ็บเนื่องจากอาการข้างเคียงจากการตัดเต้านม และบางครั้งมีอาการปวดบริเวณไหล่เนื่องจากการยกของหนัก นอกจากนี้ยังมีการดูแลตัวเองจากการรักษาโรคมะเร็งตามขั้นตอนการรักษาของแพทย์อย่างเคร่งครัด เช่น การบำบัดรักษาด้วยคีโม และการตัดเต้านมการรับประทานยา เป็นต้น ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... เมื่อก๊ยะพบความผิดปกติของเต้านมจึงไปหาหมอทันทีและเข้ารับการรักษาในทุกขั้นตอน หลังจากก๊ยะให้คีโมจนครบและได้ตัดเต้านม ปัจจุบันหมอนัดไปติดตามอาการทุกๆ 7 เดือนพร้อมทั้งให้ยามากิน ตอนนี้ก๊ยะจึงต้องระมัดระวังตัวเองเป็นพิเศษ พยายามไม่ยกของหนักเพื่อลดอาการเจ็บบริเวณหน้าอก ...”

(ก๊ยะยะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

สรุปได้ว่า มุสลิมะห์ที่มีโรคประจำตัว คือโรคมะเร็งเต้านมมีผลต่อการดำเนินชีวิตซึ่งต้องการเข้ารับการรักษาตามกระบวนการทางการแพทย์อย่างเคร่งครัด นอกจากนี้ต้องมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการทำงานที่ต้องเพิ่มการระมัดระวังการทำงานหนักที่มีผลต่อสุขภาพและโรคประจำตัว

3.2) สภาพจิตใจ สำหรับด้านสภาพจิตใจของมุสลิมะห์ที่เป็นโรคมะเร็งเต้านมผู้วิจัยสังเกตพบว่ามุสลิมะห์ที่เป็นโรสดังกล่าวมีสภาพจิตใจแบ่งออกเป็น 3 ระยะที่มีความแตกต่างกัน คือ 1) สภาพจิตใจเมื่อรับรู้ถึงโรคประจำตัว 2) สภาพจิตใจระหว่างการบำบัดรักษา และ 3) สภาพจิตใจหลังได้รับการรักษา สามารถอธิบายรายละเอียดได้ดังต่อไปนี้

1) สภาพจิตใจเมื่อรับรู้ถึงโรคประจำตัว จากการสัมภาษณ์และการสังเกตผู้วิจัยพบว่าเมื่อรับรู้ว่าเป็นโรคที่ค่อนข้างร้ายแรงต่อสุขภาพ มุสลิมะห์คนดังกล่าวรู้สึกกลัวและกังวลเป็นอย่างยิ่งโดยเฉพาะความกังวลว่าตัวเองจะเป็นภาระแก่ครอบครัวและบุคคลรอบข้าง อย่างไรก็ตามผู้วิจัยสังเกตว่า บุคคลดังกล่าวกลับได้รับการสนับสนุนช่วยเหลือจากบุคคลในครอบครัวและกลุ่มเพื่อน

สนิท คือได้รับกำลังใจในการเข้ารับการรักษาตลอดจนคอยให้การช่วยเหลือต่างๆส่งผลให้มีสภาพจิตใจที่ดีขึ้น ผู้วิจัยจึงได้สอบถามเพิ่มเติมถึงค่าใช้จ่ายในการเข้ารับการรักษาโรคและได้พบว่า ค่าใช้จ่ายมีความสำคัญอย่างยิ่งต่อปัญหาสุขภาพ เพราะการมีเงินทองสำรองสามารถนำมาใช้ได้ในการป่วยฉุกเฉิน แม้ว่าจะได้รับการช่วยเหลือรักษาจากภาครัฐในบัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้าหรือบัตร 30 บาท แต่ยังมีค่าใช้จ่ายอื่นๆที่จำเป็นต่อระหว่างการรักษา เช่น ค่าเดินทาง ค่าอาหาร ค่าห้องพัก เป็นต้น หากไม่มีเงินสำรองจะทำให้มีความเครียดมากขึ้น ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ตอนแรกก็เริ่มสังเกตเห็นความผิดปกติของร่างกายตัวเอง คือเต้านมทั้งสองข้างไม่เท่ากันมีก้อนจึงไปปรึกษาพี่สาว หลังจากนั้นพี่สาวก็พาไปหาหมอจึงได้รับรู้ผลว่าตัวเองเป็นโรคมะเร็งเต้านมระยะที่ 3 ความรู้สึกในตอนนั้นคือ ก็รู้สึกกลัวมากเพราะเป็นโรคที่ร้ายแรงถึงชีวิต แต่ก็โชคดีมากที่มีพี่สาวคอยดูแลอยู่เคียงข้างคอยให้กำลังใจจึงเริ่มที่จะยอมรับโรคที่ตัวเองเป็นและมีแรงใจต่อสู้กับโรคมะเร็ง ...”

(ก๊าะน๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

และมุสลิมะห์ได้ให้ข้อมูลสัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ก็ได้รับการรักษาโรคมะเร็งในโรงพยาบาลรัฐแห่งหนึ่งโดยใช้บัตรทอง 30 บาท แต่ยังมีค่าใช้จ่ายอื่นๆที่เราต้องออกเงินตัวเอง เช่น ค่าเดินทางไปกลับปัตตานี - หาดใหญ่ หลายรอบ ค่าห้องระหว่างการผ่าตัด และค่าใช้จ่ายอื่นๆมากมาย แต่ก็ไม่ค่อยกังวลในเรื่องนี้เพราะมีเงินเก็บส่วนหนึ่งที่สะสมไว้ จากการทำงานจึงนำเงินส่วนนี้ออกมาใช้รักษาตัวเอง ...”

(ก๊าะน๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 4 กุมภาพันธ์ 2564)

สรุปได้ว่า สภาพจิตใจในช่วงแรกที่ได้รับรู้ถึงการเป็นโรคมะเร็งเต้านมมีความรู้สึกกังวลและเครียด เพราะเป็นโรคที่คนรอบข้างมองว่าเป็นโรคร้ายแรงและมีโอกาสหายยาก ความกังวลต่อการเป็นภาระแก่ครอบครัวและบุคคลรอบข้าง ซึ่งค่าใช้จ่ายเป็นปัจจัยสำคัญในการเข้ารับการรักษาและส่งผลกระทบต่อความเครียดที่เพิ่มขึ้นในกรณีที่ไม่มีเงินสำรอง

2) สภาพจิตใจระหว่างการบำบัดรักษา จากการสัมภาษณ์และการสังเกตผู้วิจัยพบว่ามุสลิมะห์คนดังกล่าวมีความกังวลต่อการตัดเต้านม เนื่องจากได้รับรู้ผลข้างเคียงจากคำบอกเล่าจากคนเฒ่าคนแก่และหมอบ้านในด้านความเชื่อว่าการตัดเต้านมจะมีผลข้างเคียงถึงชีวิต อย่างไรก็ตามผู้วิจัยสังเกตว่าเป็นผู้มีระดับการศึกษา ที่อาจจะส่งผลต่อทัศนคติความเชื่อต่อการรักษาของแพทย์สมัยใหม่จึงได้เข้ารับการรักษาตามกระบวนการแพทย์ทุกขั้นตอน ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ตอนนั้นเมื่อหมอบอกว่าต้องตัดเต้านมทั้ง 2 ข้างเพื่อป้องกันการลุกลามของ เชื้อมะเร็ง ตอนกลับมาอยู่บ้านก็ร้องไห้รู้สึกกลัวเพราะเคยได้ยินคนเฒ่าคนแก่ สมัยก่อนบอกว่า ส่วนใหญ่เมื่อตัดเต้านมอาจส่งผลให้เสียชีวิตเพราะสมัยก่อน เครื่องมือหมอยังไม่ทันสมัย แต่ก็ก็เชื่อว่าสมัยนี้การแพทย์มีความทันสมัยและมีความเสี่ยงน้อย ไม่อยากคิดมากเกินไปตัดสินใจทุกอย่างตามที่หมอบอก ...”

(ก๊ะน๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 4 กุมภาพันธ์ 2564)

เมื่อผู้วิจัยได้สอบถามเพิ่มเติมว่า นอกจากแรงสนับสนุนภายในจากครอบครัวและกลุ่มเพื่อนสนิทแล้วยังพบว่า ยังมีแรงสนับสนุนภายนอกครอบครัว คือกลุ่มเครือข่ายฟื้นฟูสภาพจิตใจ สำหรับผู้เป็นมะเร็งเต้านมซึ่งเป็นกลุ่มออนไลน์ในเฟซบุ๊ก กลุ่มนี้มีบทบาทที่สำคัญแก่มุสลิมะห์ที่กำลังประสบโรคนี้อย่างยิ่ง เพราะเป็นเหมือนพื้นที่รวมกลุ่มของผู้หญิงที่กำลังประสบปัญหาเดียวกันทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการรักษาโรคให้หายได้ โดยกลุ่มนี้เกิดจากการรวมตัวของผู้หญิงที่กำลังประสบกับการเป็นโรคมะเร็งทั้งระยะเริ่มต้น ระหว่างการรักษาจนถึงผู้ที่ได้รับการรักษาหาย ในกลุ่มมีลักษณะเป็นการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและการให้กำลังใจ โดยเฉพาะการให้คำปรึกษาแลกเปลี่ยนผลข้างเคียงจากคำบอกเล่าจากประสบการณ์การรักษา เช่น การผ่าตัดเต้านม ผลข้างเคียงจากการบำบัดรักษาเคมี คำแนะนำเรื่องอาหารการกิน เป็นต้น ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวไว้ว่า

“... ก๊ะได้เข้าร่วมกลุ่มนี้จากคนรู้จักซึ่งเป็นเพื่อนของพี่สาวที่เธอเป็นมะเร็งเต้านม และได้แนะนำมา กลุ่มนี้มีความสำคัญกับก๊ะมากๆนะเพราะเป็นเหมือนพื้นที่ที่ผู้หญิงคนอื่นๆที่ประสบกับโรคนี้นี้มาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ มีการในการดูแลตัวเองในการรักษามะเร็งทุกระยะทั้งตอนทำคีโม ผ่าตัด และอื่นๆอีกมากมาย ทำให้ก๊ะรู้สึกว่าเราไม่ได้เป็นโรคนี้อยู่คนเดียวทำให้เรามีกำลังใจที่จะต่อสู้กับโรค ...”

(ก๊ะน๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 4 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้กำลังใจจากคนในครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญต่อการรักษาโรค ผู้วิจัยสังเกตว่ามุสลิมะห์รายนี้เป็นคนที่มีบุคลิกภาพที่ยิ้มแย้มแจ่มใส มีอารมณ์ตลกขบขันและเป็นมิตรขณะสนทนากับผู้วิจัยมักจะให้แง่คิดด้านบวกในการดำเนินชีวิตต่างๆทั้งในด้านความรัก การใช้ชีวิตอยู่เป็นโสดและการให้กำลังใจตัวเองเมื่อพบเจอกับอุปสรรคจนผู้วิจัยสามารถสัมผัสได้ถึงความเข้มแข็ง และความสุขในการใช้ชีวิต อาจกล่าวได้ว่าสภาพแวดล้อมทั้งภายใน คือ ครอบครัวและพื้นฐานพื้นฐานจิตใจและสภาพแวดล้อมภายนอก คือ กลุ่มเพื่อนสนิท และเครือข่ายจะมีผลต่อกำลังในการรักษาโรคและการใช้ชีวิต

สรุปได้ว่า สภาพจิตใจของมุสลิมะห์ระหว่างการบำบัดรักษามะเร็งเต้านมในระยะนี้จะมีความกังวลเกี่ยวกับผลข้างเคียงและความเสี่ยงของการรักษา ที่เกิดจากคำบอกเล่า ความเชื่อของคนเฒ่าคนแก่ อย่างไรก็ตามความรู้จะส่งผลต่อการตัดสินใจเพื่อรักษาทางการแพทย์สมัยใหม่ในทุกกระบวนการ นอกจากนี้สภาพแวดล้อมที่ได้เผชิญที่จะมีบทบาทสำคัญต่อการใช้ชีวิต คือ สภาพแวดล้อมภายใน เป็นกำลังใจจากครอบครัว พื้นฐานจิตใจในเรื่องทัศนคติด้านบวก



และสภาพแวดล้อมภายนอกเป็นกลุ่มเพื่อนสนิท อีกทั้งกลุ่มเครือข่ายฟื้นฟูสภาพจิตใจผู้หญิงที่เป็นโรคมะเร็งเต้านม อาจกล่าวได้ว่านอกจากครอบครัวแล้วกลุ่มดังกล่าวมีผลต่อสภาพจิตใจให้กำลังรักษาโรคมามากที่สุด

3) สภาพจิตใจหลังได้รับการรักษา จากการสัมภาษณ์และการสังเกตผู้วิจัยพบว่า หลังจากเข้ารับการรักษาครบถ้วนตามกระบวนการทางการแพทย์ จะมีสภาพจิตใจที่ดีขึ้น กล่าวคือสามารถยอมรับการเป็นโรคประจำตัว และแพทย์ได้แนะนำในการเรื่องจัดการความเครียดที่สามารถส่งผลต่อการรักษาโรคมะเร็ง คือพยายามหลีกเลี่ยงความเครียดและปรับอารมณ์ให้สมดุลเพื่อป้องกันความวิตกกังวล อย่างไรก็ตามอาการข้างเคียงจากการบำบัดรักษาโรค เช่น การตัดเต้านม เส้นผมและคิ้วร่วง น้ำหนักลดอย่างรวดเร็ว เป็นต้น ลักษณะเหล่านี้ส่งผลต่อบุคลิกภาพทำให้ขาดความมั่นใจในการใช้ชีวิต ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... หลังจากที่ได้รับการผ่าตัดเต้านมและทำคีโมจนครบรู้สึกว่าคุณเองมีสภาพจิตใจที่ดีขึ้น เพราะรู้สึกมีความหวังว่าจะหายจากโรคได้ รวมถึงหมอและคนในครอบครัวได้แนะนำเราว่าความเครียดจะทำให้โรคไม่หายได้ จึงพยายามหันมาให้กำลังใจตัวเองมากขึ้นไม่คิดอะไรล่วงหน้าไปก่อน และพยายามมีความสุขกับตัวเองและครอบครัวในทุกๆวัน แต่ก็ไม่ค่อยมีความมั่นใจตัวเองเพราะผมและขนคิ้วร่วงหมดเลย ...”

(ก๊ะน๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 4 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์เพิ่มเติมพบว่า มุสลิมะห์มีการปรับตัวหลังจากได้รับผลข้างเคียงจากการรักษาโดยมีกระบวนการปรับตัวทางการใช้ชีวิตและความรู้สึกคือ เป็นการยอมรับ กล่าวคือ การยอมรับต่อสุขภาพร่างกายของตัวเองที่เปลี่ยนแปลงไป โดยหันมาใส่ใจในเรื่องการรับประทานอาหารและปฏิบัติ ตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด และการใช้ชีวิตประจำวัน แม้ว่าผลข้างเคียงจากการรักษาอาจจะทำให้ขาดความมั่นใจในตัวเอง แต่มีการปรับเปลี่ยนความคิดในการมองตัวเอง กล่าวคือการนิยามความสวยที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น แม้จะไม่มีผมหรือคิ้วแต่สามารถแต่งหน้าและสวยได้ เป็นต้น ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ในช่วงแรกๆ หลังจากทำคีโมจนครบ ผมและขนคิ้วร่วง ร่างกายซูบผอมจนเห็นข้อกระดูก รู้สึกว่าเราไม่มีความมั่นใจในตัวเองเลย แต่พอเวลาผ่านไปก็เริ่มยอมรับกับร่างกายของตัวเองได้บวกกับได้รับกำลังใจจากพี่สาว ความคิดลบๆต่างๆได้เปลี่ยนไป หันมามองตัวเองใหม่ลุกขึ้นมาแต่งหน้า ทาคิ้ว รู้สึกว่าตัวเราก็น่ารักในแบบของเรา ...”

(ก๊ะน๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 4 กุมภาพันธ์ 2564)

สภาพจิตใจหลังได้รับการรักษาโรคมะเร็งเต้านม เป็นความระยะของการยอมรับความเปลี่ยนแปลงของร่างกายตัวเอง โดยมีการยอมรับสภาพทางร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไปจากอดีต คือ มีความพร้อมเผชิญและต่อสู้จากผลข้างเคียงตลอดจนหันมาดูแลใส่ใจตัวเอง เช่น มีความเคร่งครัด

ในเรื่องอาหาร การลดการทำงานที่เสี่ยงต่อการบาดเจ็บของร่างกาย การรับประทานยาและพบแพทย์ตามนัด เป็นต้น และการยอมรับต่อรูปลักษณ์ภายนอก คือ ผลข้างเคียงจากการบำบัดรักษาที่ส่งผลให้เสียความมั่นใจ ทำให้มีการปรับเปลี่ยนมุมมองตัวเองและหันมาพิจารณาส่วนดีอื่นๆในชีวิต เช่น การสร้างทัศนคติด้านบวก เป็นต้น

นอกจากนี้แล้วผู้วิจัยพบว่า มุสลิมะห์บางคนประสบกับอาการวัยทองโดยจากการสังเกตพบว่าเป็นผู้ที่มีอายุระหว่าง 45 – 50 ปี ซึ่งมีผลข้างเคียงต่อการใช้ชีวิตทั้งด้านร่างกายและอารมณ์ กล่าวคือ ลักษณะของร่างกายที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น มีอาการหมดประจำเดือน เวียนหัว ซึ่งอาการเหล่านี้จะส่งผลต่ออารมณ์ที่รุนแรงขึ้น เช่น อารมณ์หงุดหงิด ความเครียด และนอนไม่หลับ เป็นต้น บางรายมีอาการที่รุนแรงจึงได้เข้ารับการรักษาทางการแพทย์ ดังการให้ข้อมูลสัมภาษณ์ที่กล่าวไว้ว่า

“... ช่วงนี้ก็จะมีอาการนอนไม่หลับและปวดหัวอย่างรุนแรง บางครั้งรู้สึกว่าคุณเองหงุดหงิดง่ายก็เหวี่ยงคนรอบข้าง มีอาการแบบนี้มาประมาณ 2 เดือน จึงไปพบหมอ หมอบอกว่าเป็นโรคฮอร์โมนเปลี่ยนแปลงซึ่งประจำเดือนจะหมด หมอจึงให้ยามากิน ซึ่งจะนัดตามอาการอีก 2 เดือน ...”

(กะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลสรุปได้ว่ามุสลิมะห์ที่ประสบกับการเป็นโรคมะเร็งเต้านมจะมีผลต่อการใช้ชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไป คือ 3.1 ด้านการดำเนินชีวิตประจำวัน ในด้านการดูแลสุขภาพตัวเองอย่างเคร่งครัด กล่าวคือ มีการพบแพทย์ตามนัดหมายตลอดเข้าสู่กระบวนการรักษาทุกขั้นตอน เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ตามโภชนาการและมีส่วนช่วยการต่อต้านมะเร็งตลอดจนหลีกเลี่ยงอาหารแสลงต่างๆ และ 3.2 สภาพจิตใจของมุสลิมะห์ที่เป็นโรคมะเร็ง แบ่งออกเป็น 3 ระยะ ได้แก่ 1) สภาพจิตใจเมื่อรับรู้ถึงโรคประจำตัว เป็นระยะที่มีความเครียดและกังวลมากที่สุด เช่น ความกังวลต่อความเสี่ยงต่อชีวิตและการเป็นภาระของครอบครัว ดังนั้นครอบครัวและกลุ่มเพื่อนสนิทจึงมีบทบาทที่สำคัญมาก เช่น การให้กำลังใจและให้ความช่วยเหลือต่างๆ เป็นต้น 2) สภาพจิตใจระหว่างบำบัดรักษาเป็นระยะที่มีความกังวลต่อผลข้างเคียงระหว่างการเข้ารับการรักษา เช่น การผ่าตัดเต้านม ผลข้างเคียงจากการทำคีโมบำบัด ซึ่งในระยะนี้ทำให้ผู้หญิงสูญเสียบุคลิกภาพและความมั่นใจในตัวเอง อย่างไรก็ตาม กลุ่มเครือข่ายผู้หญิงที่เคยมีประสบการณ์เป็นมะเร็งเต้านมเข้ามามีบทบาทที่สำคัญ ในการแลกเปลี่ยนความรู้ในการดูแลสุขภาพ ซึ่งเป็นระยะที่มุสลิมะห์เริ่มยอมรับต่อการเป็นโรคประจำตัว ทำให้มีแรงบันดาลใจในการรักษาโรคให้หายขาดได้ และ 3) สภาพจิตใจหลังได้รับการรักษา เป็นระยะที่สามารถยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย และหันมาดูแลตัวเองในการใช้ชีวิตประจำวันอย่างเคร่งครัดทั้งด้านการรับประทานอาหารและการทำงาน เป็นระยะที่มีทัศนคติด้านบวกในการยอมรับรูปลักษณ์ภายนอกของตนเอง นอกจากนี้มีกลุ่มมุสลิมะห์บางคนที่ประสบกับโรควัยทองส่งผลต่อร่างกายและอารมณ์ซึ่งเข้ารับการรักษาจากแพทย์

#### 4.3.2 การเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพจิตใจและจิตวิญญาณ

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามทั้งการสัมภาษณ์และการสังเกตการณ์ ในประเด็นการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพจิตใจและจิตวิญญาณ ผู้วิจัยจะแบ่งประเด็นดังกล่าว ออกเป็น 2 ประเด็น คือ (1) การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ โดยพิจารณาจากวิธีการจัดการ สถานการณ์ความเครียดหรือความกังวล (2) การเตรียมความพร้อมด้านจิตวิญญาณ ได้แก่ รูปแบบ การปฏิบัติศาสนกิจ ซึ่ง 2 มิติดังกล่าวมีความเกี่ยวข้องกัน เนื่องจากหลักการของศาสนาอิสลามเชื่อว่า มนุษย์ถูกสร้างมาจาก 2 องค์ประกอบ คือ ร่างกาย (قلب جسماني) เป็นการดูแลลักษณะภายนอก เช่น การกิน การดื่ม การพักผ่อน เป็นต้น และ วิญญาณ (قلب روحاني) เป็นการดูแลทางจิตวิญญาณซึ่ง เป็นความศรัทธาต่อการมีอยู่ของอัลลอฮ์ผ่านการปฏิบัติศาสนกิจในรูปแบบต่างๆ ในดังการอธิบาย รายละเอียดดังต่อไปนี้

(1) การเตรียมความพร้อมด้านจิตใจ สำหรับประเด็นนี้ผู้วิจัยจะอธิบายถึงวิธีการเมื่อ มุสลิมะฮ์ประสบกับความเครียดหรือความกังวลต่างๆในการใช้ชีวิต จะมีวิธีการรับมือหรือแก้ไข สถานการณ์ที่พบเจออย่างไร จากการสัมภาษณ์พบว่าเมื่อมุสลิมะฮ์พบเจอสถานการณ์ต่างๆ เช่น ปัญหาในครอบครัวการทำงานและความเหงา เป็นต้น ในขั้นตอนแรกมุสลิมะฮ์เลือกวิธีการแก้ไข ปัญหาด้วยตัวเองในกรณีที่ปัญหานั้นสามารถคลี่คลายได้ ขั้นตอนต่อมาคือ การเลือกไปปรึกษาเพื่อสนิท หรือคนในครอบครัว อย่างไรก็ตามมุสลิมะฮ์ส่วนใหญ่เลือกที่จะพึ่งพาและช่วยเหลือตนเองอย่างเต็ม กำลังเพื่อแก้ไขสถานการณ์ปัญหาความเครียดต่างๆ ก่อนที่จะขอความช่วยเหลือจากคนรอบข้าง ดัง การให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ส่วนใหญ่เมื่อพบเจอปัญหาจากการทำงาน ก็จะสามารถแก้ไขปัญหาด้วยตัวเองได้ ถ้าเป็นปัญหาหรือความเครียดเรื่องส่วนตัว ก็จะปรึกษาเพื่อนสนิทและพี่สาว เพราะเป็นคนที่เราไว้วางใจได้ บางครั้งการมีคนรับฟังปัญหาต่างๆของเรามันทำให้เราได้ ระบายความกังวลหรือความเครียดออกไป ไม่ได้เก็บไว้คนเดียว ...”

(ก๊ะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์ข้อมูลเพิ่มเติมว่า

“... เมื่อ 5 ปีที่แล้ว ก็เครียดจากปัญหาสุขภาพเพราะตรวจเจอโรคมะเร็งเต้านม ระยะที่ 3 ในตอนนั้นก็จำได้ว่ากังวลและกลัวไปหมด แต่ในความโชคร้ายก็ยัง โชคดีที่มีพี่สาวคอยห่วงใยดูแลทุกอย่าง เขาเป็นทั้งพี่สาวและเพื่อนที่คอยให้กำลังใจ คอยอยู่เคียงข้างกัน เวลาที่มีเรื่องเครียดหรือไม่สบายใจก็จะเลือกที่จะเล่าให้ เขาฟัง ...”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 4 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังพบว่า การเตรียมความพร้อมในด้านจิตใจจะมีความเกี่ยวข้องกับจิตวิญญาณทางความเชื่อด้านศาสนา คือ มุสลิมะฮ์ยังเลือกวิธีการขอคูอาร์ (ขอพร) ต่ออัลลอฮ์ซึ่งเป็นการมอบหมายการกระทำและขอความช่วยเหลือทั้งหมดไว้กับพระเจ้า ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ในช่วงที่ประสบกับปัญหาที่กะคิดว่าหนักมากที่สุดในชีวิต คือปัญหาครอบครัว ตอนนั้นแม่ไม่สบายและได้เสียชีวิตไปอย่างกะทันหัน ต่อมาอีก 1 เดือนพ่อก็มา ล้มล้มจนกลายเป็นผู้ป่วยติดเตียง ตอนนั้นกะกำลังทำงานอยู่ต่างจังหวัดซึ่งที่บ้านมีพี่ชายที่ต่างคนต่างแยกย้ายกันไปมีชีวิตครอบครัว รู้สึกว่าเป็นช่วงเวลาที่มีความทุกข์มากที่สุดเพราะแม่เพิ่งเสียชีวิตไปพ่อก็มาล้มป่วยไม่มีใครดูแลได้เต็มที่ ช่วงเวลานั้นกะเลือกที่จะขอคูอาร์ต่อพระเจ้าให้ช่วยเหลือและแก้ไขทางออกให้ ...”

(กะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ในเบื้องต้นจึงสรุปได้ว่า มุสลิมะฮ์มีวิธีการรับมือกับสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นได้ด้วยตัวเอง ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสามารถในการเตรียมความพร้อมในมิติทางด้านจิตใจของในการจัดการความเครียด ความกังวล และปัญหาต่างๆที่เข้ามาในชีวิต ซึ่งในขั้นตอนแรก คือ แก้ไขปัญหาด้วยตัวเองอย่างสุดความสามารถ ขั้นตอนที่สองคือ การเลือกปรึกษาเพื่อนสนิทหรือบุคคลในครอบครัว และยังมีเรื่องความเชื่อเข้ามาเกี่ยวข้อง คือ การขอคูอาร์ต่อพระเจ้าเป็นผู้ช่วยให้ช่วยเหลือในเรื่องปัญหาต่างๆ

อย่างไรก็ตามบางช่วงเวลามุสลิมะฮ์ต้องเผชิญต้องกับอารมณ์ความรู้สึกเหงาและรู้สึกโดดเดี่ยวที่เกิดขึ้นจากความโสด โดยมุสลิมะฮ์มีการจัดการอารมณ์ความรู้สึกที่แตกต่างกันไป ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ถ้าจะบอกว่าเป็นโสดแล้วไม่เหงาเลยมันก็ไม่ใช้หรอก ก็มีนั้นแหละช่วงเวลาที่รู้สึกเหงา ตอนบ้านเจียบหลายๆไปโรงเรียนกันหมด ก็รู้สึกเบื่อๆไม่รู้จะทำอะไร ส่วนตัวเป็นคนที่ชอบอ่านหนังสือเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ก็จะเอาหนังสือมาอ่าน ...”

(กะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้ยังมีผู้ให้สัมภาษณ์ว่า

“... ช่วงวันหยุดเสาร์อาทิตย์เวลาไม่ทำงานก็จะรู้สึกเบื่อๆหน่อยเพราะหลานกลับไปอยู่กับพี่ชายที่บ้านเลยเจียบ ส่วนใหญ่ถ้ารู้สึกเบื่อๆก็จะชวนเพื่อนสนิทไปกินข้าวนอกบ้านและมีบางอาทิตย์ที่ไปเที่ยวต่างจังหวัด ...”

(กะเนก (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 12 กุมภาพันธ์ 2564)

และได้มีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ถ้าถามว่าช่วงเวลาไหนที่รู้สึกเหงาคือ เป็นช่วงที่มีเรื่องให้คิดหรือตัดสินใจ บางอย่าง บางครั้งเราแคว้ความรู้สึกว่าต้องการอยากคุยหรือระบายกับใครสักคนแต่ แต่ความรู้สึกขณะนั้นมันไม่มีใครไป ...”

(ก๊ะเตาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้จากการสัมภาษณ์ยังพบว่า มีมุสลิมะห์อีกกลุ่มหนึ่งที่กล่าวถึง ชีวิตการอยู่ เป็นโสดเป็นชีวิตที่ไม่เคยเหงาเพราะมีบทบาทหน้าที่ให้คิดหรือทำอยู่ตลอดเวลา ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวไว้ว่า

“... สำหรับก๊ะไม่เคยคิดว่าความโสดจะทำให้ก๊ะเหงา เพราะก๊ะเป็นเสาหลักของ ครอบครัวไม่มีเวลาที่จะมาคิดว่าตัวเองเหงาเลยเพราะช่วงเช้าตื่นมาก็ทำงาน พอเลิกงานกลับบ้านมาก็มีหลาน ถ้าวันหยุดก็ทำงานบ้านไม่รู้จะเอาเวลาไหนมาเหงา เหมือนกัน ...”

(ก๊ะยะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 6 กุมภาพันธ์ 2564)

และได้มีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ก๊ะไม่มีเวลาเหงาหรอกเพราะในแต่ละวัน ไม่ว่าจะวันหยุดหรือวันธรรมดาก็มีอะไร ให้ทำเยอะมาก ด้วยอาชีพเจ้าหน้าที่ดูแลติดตามเด็กในสถานพินิจเป็นงานที่ก๊ะคิดว่า ไม่เคยได้หยุด เพราะเราต้องมาคิดวิธีแก้ไขปัญหาติดตามเด็กๆ เหล่านั้น เมื่อถามถึงความเหงาเลยรู้สึกว่าคุณเองไม่ได้เหงาเลย มีอะไรให้ทำอยู่ตลอดเวลา...”

(ก๊ะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

จะเห็นได้ว่ามุสลิมะห์แต่ละคนต่างมีวิธีการจัดการอารมณ์ความรู้สึกเหงาซึ่ง ส่วนใหญ่เป็นอารมณ์ที่เกิดขึ้นกับบรรยากาศที่อยู่คนเดียวทำให้เกิดความรู้สึกว่างเปล่า แต่ความเหงา หรือความรู้สึกโดดเดี่ยวเป็นเพียงความรู้สึกที่เกิดขึ้นชั่วคราว และเมื่อเกิดขึ้นมุสลิมะห์จะหากิจกรรม บางอย่างที่ตนเองสนใจทำเช่น การอ่านหนังสือ หรือไปเที่ยวกับเพื่อนสนิท เป็นต้น นอกจากนี้ยังมี กลุ่มมุสลิมะห์อีกกลุ่มหนึ่งที่มีความรู้สึกว่าคุณไม่มีความเหงา เนื่องจากมีบทบาทหน้าที่การงาน และบทบาทหน้าที่ในครอบครัวที่ต้องคิดหรือทำอยู่ตลอดเวลา ซึ่งลักษณะกล่าวเป็นวิธีการจัดการที่มี ผลไปสู่ช่วงที่กลายเป็นผู้สูงอายุ

(2) การเตรียมความพร้อมด้านจิตวิญญาณ จากการสัมภาษณ์พบว่ามุสลิมะห์จะให้ความสำคัญการเตรียมความพร้อมในด้านจิตใจควบคู่กับการเตรียมความพร้อมด้านวิญญาณ คือ การเอาศาสนาเข้ามาสู่การดำเนินชีวิตประจำวัน คือ การปฏิบัติศาสนกิจ มีเป้าหมายเพื่อสะสมผลบุญไปสู่โลกหน้าซึ่งการที่มุสลิมะห์แสวงหาผลบุญจากการปฏิบัติศาสนกิจ เพื่อการตอบแทนสวนสวรรค์ และยังเป็นวิธีการผ่อนคลายทางจิตใจ กล่าวคือเมื่อพบเจอกับปัญหาหรือความกังวลการละหมาดสามารถทำให้ผ่อนคลายจิตใจ สามารถอธิบายรายละเอียดได้ดังต่อไปนี้

การปฏิบัติศาสนกิจ จากการสัมภาษณ์พบว่า มุสลิมะห์มักปฏิบัติศาสนกิจภาคบังคับ เช่น การละหมาด 5 เวลา การถือศีลอดในเดือนรอมฎอน และการจ่ายซะกาตประจำปี ซึ่งการปฏิบัติดังกล่าวเป็นหลักการทั่วไป ที่จำเป็นสำหรับผู้ที่มีนบถือศาสนาอิสลามทุกคนที่ต้องปฏิบัติที่มีอายุครบตามเกณฑ์ที่ศาสนากำหนด แต่การเตรียมความพร้อมทางด้านจิตวิญญาณ คือ การเพิ่มเวลาการปฏิบัติศาสนกิจตามความสมัครใจซึ่งเป็นหลักการศาสนาไม่บังคับ แต่หากกระทำจะได้ผลบุญมากขึ้น เช่น การละหมาดตะฮัจญุด การกล่าวรำลึกถึงอัลลอฮ์ การอ่านอัลกุรอาน เป็นต้น เนื่องจากต้องการเก็บเกี่ยวผลบุญเพิ่มจากการปฏิบัติศาสนกิจภาคบังคับ ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก็ไม่เคยทิ้งละหมาดเลย คือจะละหมาดครบทั้ง 5 เวลาและถือศีลอดไม่เคยขาด เราเป็นคนอิสลามมันเป็นหน้าที่ของเราตายไปจะถูกสอบสวน เดียวนี้พออายุมากขึ้น ก็คิดว่ามันถึงเวลาที่เราควรเก็บเกี่ยวผลบุญตั้งแต่วันที่ยังมีกำลัง ก็พยายามหาเวลาปฏิบัติศาสนกิจอื่นๆเพิ่มมากขึ้นเพราะอยากสะสมผลบุญในส่วนนี้ ...”

(กะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ก็จะไม่ละหมาดสุนัต 2 รอกาอัต หลังจากทีละหมาดฟัรดูเสร็จแล้ว เพราะเรารู้สึกว่าทำแล้วสบายใจและอยากได้ผลบุญจากการปฏิบัติส่วนนี้เพิ่มขึ้นเพราะยังทำมากยิ่งขึ้นได้มาก ก็อยากเก็บเกี่ยวผลบุญไปสู่โลกหน้าให้ได้มากที่สุด ...”

(กะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสังเกตและการสัมภาษณ์พบว่า หลังจากทีมุสลิมะห์ที่มีอายุมากมักจะหาเวลาว่างจากการทำงานเพื่อไปปฏิบัติศาสนกิจ เช่น การเรียนอัลกุรอาน และการรวมกลุ่มเพื่อปฏิบัติศาสนกิจอื่นๆ เป็นต้น เมื่อผู้วิจัยได้สอบถามถึงเหตุผลที่มุสลิมะห์บางคนปฏิบัติศาสนกิจเพิ่มขึ้นจึงพบว่า ต้องการซึ่งจากการชดเชยเวลาปฏิบัติศาสนกิจในช่วงวัยที่ผ่านมา อีกทั้งยังส่งผลให้เกิดความผ่อนคลายและรู้สึกสบายใจดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... สมัยตอนทำงานเป็นครูคือเราไม่มีเวลาเป็นของตัวเองเลย ไม่ค่อยได้อ่าน อัลกุรอ่านและละหมาดสุนัตอื่นๆ เพราะบางครั้งเหนื่อยจากการทำงานกลับบ้านมา ก็นอนเลย ไม่มีเวลาเก็บเกี่ยวผลบุญในส่วนนั้น พอเดี๋ยวนี้พอมากขึ้นรู้สึกว่าจะต้องพยายามหาเวลามาอ่านกุรอ่านและละหมาดให้มากขึ้น ...”

(กะมะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... ช่วงไหนที่ก็จะรู้สึกว่าตัวเองเครียดหรือไม่สบายใจจากปัญหาที่เข้ามา กลางดึกก็จะลุกขึ้นละหมาดตะฮัจญ์ดวิงวอนขอต่ออัลลอฮ์ให้ช่วยเหลือ ซึ่งก็จะคิดว่าปัญหาเราสามารถแก้ไขได้ด้วยตัวเองและส่วนการอนุมัติแก้ไขปัญหามาจากอัลลอฮ์ ทำให้รู้สึกว่ามอบหมายการกระทำทุกอย่างไว้กับอัลลอฮ์ ทำให้ปล่อยวางและสบายใจมากขึ้น ...”

(กะมะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

ลักษณะการปฏิบัติโดยการให้ความสำคัญทางศาสนาที่เพิ่มขึ้นถือว่าเป็นการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพจิตใจและจิตวิญญาณเพื่อไปสู่การมีชีวิตในบั้นปลาย โดยทั้ง 2 ด้านดังกล่าวมีความสัมพันธ์กัน เนื่องจากการดูแลจิตใจสามารถเชื่อมโยงไปสู่จิตวิญญาณผ่านความเชื่อทางศาสนา คือ การรับมือกับสถานการณ์ความเครียดหรือปัญหาด้วยการแก้ไขด้วยกำลังร่างกายของตัวเองและการขอพรจากอัลลอฮ์ อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาวิธีการจัดการกับปัญหาต่างๆ ของมุสลิมะฮ์ มีขั้นตอนคือการพึ่งพาตัวเองอย่างเต็มกำลังก่อนที่จะปรึกษาพี่น้องหรือเพื่อนสนิทในด้านจิตวิญญาณ คือการเพิ่มเวลาปฏิบัติศาสนกิจ เช่น ละหมาดสุนัตและอ่านอัลกุรอ่านซึ่งเป็นกิจกรรมที่ช่วยให้เกิดความผ่อนคลายและเพื่อสะสมผลบุญไปสู่โลกหน้า

### 4.3.3 การเตรียมความพร้อมด้านการเงิน

จากการเก็บรวบรวมข้อมูลสัมภาษณ์พบว่า มุสลิมะฮ์ส่วนใหญ่มีการเตรียมความพร้อมด้านการเงินตั้งแต่เนิ่นๆ เนื่องจากมีความตระหนักถึงความมั่นคงต่อการใช้ชีวิตในอนาคต เช่น ค่ารักษาพยาบาลยามเจ็บป่วยและเงินสำรองเพื่อใช้จ่ายอื่นๆ โดยผู้ให้ข้อมูลแต่ละคนล้วนมีเป้าหมายเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีในบั้นปลาย นอกจากนี้เพื่อไปทำฮัจญ์ที่ประเทศซาอุดีอาระเบียซึ่งเป็นการปฏิบัติศาสนกิจที่ต้องใช้กำลังทรัพย์เงินจากการสะสมเงินระยะเวลาหนึ่ง โดยมีวิธีการจัดการทางการเงินที่ต้องปฏิบัติอย่างต่อเนื่องซึ่งถือว่าเป็นการวางแผนไปสู่อนาคต ประกอบด้วย (1) การควบคุมรายจ่าย (2) การเพิ่มช่องทางของรายรับ และ (3) การวางแผนออมเงิน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

(1) การควบคุมรายจ่าย จากการสัมภาษณ์พบว่า ในกรณีมีลักษณะการอยู่อาศัยในครอบครัวหลายคนส่งผลให้มีภาระที่รับผิดชอบที่มากขึ้น เช่น การดูแลพ่อแม่หรือหลาน ส่งผลให้รายได้จากการทำงานแบ่งออกเป็นหลายส่วน จึงทำให้การเก็บออมเงินในแต่ละเดือนเป็นเรื่องที่ยากมาก อย่างไรก็ตามด้วยสภาพทางเศรษฐกิจในครอบครัวข้างต้นจึงทำให้มุสลิมะห์มีการควบคุมรายจ่ายที่ไม่จำเป็น โดยมีวิธีการในรูปแบบต่างๆ กล่าวคือ มีการวางแผนใช้เงินโดยการประเมินจากเงินเดือนหรือค่าแรงจากการทำงาน อีกทั้งบางรายมีการจัดทำบัญชีรายรับรายจ่ายเพื่อสามารถวางแผนการออมเงินและตัดทอนรายจ่ายที่ไม่จำเป็น ดังการให้สัมภาษณ์ที่กล่าวไว้ว่า

“... ในทุกเดือนเวลาเงินเดือนเข้าก็จะจัดสรรเงินออกเป็นส่วน เช่น ค่าผ่อนบ้าน ผ่อนรถ ค่าใช้จ่ายส่วนตัว ค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว แลส่วนที่เก็บออม ซึ่งได้บันทึกบัญชีรายรับรายจ่าย พอเราทำแบบนี้แล้วได้เห็นช่องทางการใช้เงินของตัวเอง ส่วนไหนที่สามารถประหยัดได้ก็จะประหยัดที่เหลือก็เก็บออม ...”

(ก๊ะไหวเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า

“... ก๊ะทำงานรับจ้างได้รายวันได้ค่าจ้างวันละ 200 – 250 บาท รายได้ในส่วนนี้จะนำมาเป็นค่าใช้จ่ายประจำวันในครอบครัว วันไหนที่หยุดงานก็จะไม่ได้รับค่าจ้าง ครอบครัวเราจำเป็นต้องประหยัดค่าใช้จ่ายต่างๆที่ไม่จำเป็น ...”

(ก๊ะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้ผู้วิจัยสังเกตพบว่า มุสลิมะห์ที่มีโรคประจำตัวจะให้ความสำคัญควบคุมรายจ่ายและจัดสรรเพื่อเก็บออมเป็นประจำทุกวันเพื่อเป็นค่าใช้จ่ายในการรักษาตัวเองในยามฉุกเฉิน ดังคำให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... แต่ก่อนก๊ะเป็นคนที่ชอบซื้อเสื้อผ้ามากๆ คือถ้าชอบก็ซื้อเลยไม่ได้คิดถึง ความจำเป็นจนเต็มบ้าน พอเรามาเป็นโรคก็กลับมาประหยัดค่าใช้จ่ายมากขึ้น เลิกซื้อของตามใจตัวเองไปเลยเก็บเงินส่วนนี้ไปใช้รักษาตัวเองดีกว่า ...”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

สรุปได้ว่า มุสลิมะห์มีการเตรียมความพร้อมด้านการเงินโดยการควบคุมรายจ่ายที่ไม่มีความจำเป็นโดยรูปแบบการคือ จัดสรรการใช้เงินเพื่อเป็นเงินออม อีกทั้งมีการจัดทำบัญชีรายรับรายจ่ายซึ่งเป็นรูปแบบควบคุมรายจ่ายจะพบในครอบครัวที่มีพี่น้องหลายคน และที่มีภาระหน้าที่เป็นเสาหลักของครอบครัวทำให้รายได้แบ่งไปหลายส่วน อาจส่งผลให้ไม่มีเงินเก็บออมหรือเก็บออมน้อย นอกจากนี้ในกรณีที่มีโรคประจำตัวจะลดการใช้จ่ายอื่นๆเพื่อเก็บเงินไปใช้ในการรักษาพยาบาล



(2) การเพิ่มช่องทางของรายรับ จากการสัมภาษณ์พบว่ามุสลิมะห์บางคนที่มีงานประจำแต่ยังมีการหารายได้จากการทำอาชีพเสริม เนื่องจากต้องการมีรายได้ที่มากขึ้นและเพื่อจัดสรรมาเป็นเงินออมโดยการนำเงินออมมาลงทุนทำธุรกิจหารายได้เสริมนอกเวลาเงิน ดังการใช้สัมภาษณ์ที่กล่าวไว้ว่า

“... ตอนนี้ก็ลงทุนเปิดร้านขายน้ำปั่นนำเงินที่เก็บออมนั้นแหละมาลงทุน คิดว่าถ้าเงินส่วนนั้นอยู่ในธนาคารเปล่าๆก็ไม่มีประโยชน์ เอามาลงทุนขายของได้มีกำไรงอกเงยมาบ้าง อีกอย่างวันหยุดเสาร์อาทิตย์ก็ได้มาเปลี่ยนบรรยากาศทำงานอื่นๆ ตอนนี้เปิดได้ 3 เดือน ช่วงนี้อากาศร้อนขายดีหน่อยได้กำไรเยอะ ...”

(ก๊ะยะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 6 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่า

“... ก๊ะทำงานหลายอย่างหลักๆคือเป็นแม่ค้าขายอาหารเสริมออนไลน์ในเฟซบุ๊ก ตอนเช้าขายข้าวยาม้าหน้าบ้าน พอตอนเที่ยงก็เปิดรับออเดอร์ยำปลาตุ๋นส่งดีลิเวอรี่ถึงบ้านและงานอสม. รู้สึกว่าทำอาชีพเดียวมันได้เงินมาทางเดียว ไหนจะค่ากิน ค่าใช้จ่ายในบ้าน ไหนจะค่าทอมหลานอีก มีอะไรที่คิดว่าเป็นช่องทางทำมาหากินได้ ก็ทำจะได้มีเงินเหลือไว้ออมด้วย ได้ทำงานหลายอย่างสนุกดี ...”

(ก๊ะนก (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 5 กุมภาพันธ์ 2564)

สรุปได้ว่า ในการเตรียมความพร้อมด้านการเงินของมุสลิมะห์มีรูปแบบการเพิ่มช่องทางรายรับโดยไม่ได้อาศัยอาชีพหลักเป็นอาชีพเดียวแต่มุสลิมะห์ต่างตระหนักถึงภาระหน้าที่โดยการหาค่าใช้จ่ายมาจุนเจือครอบครัว โดยการนำเงินออมมาลงทุนทำอาชีพเสริมอื่นๆ

(3) การวางแผนออมเงิน นอกจากนี้ผู้วิจัยยังพบรูปแบบการออมเงินของมุสลิมะห์หลากหลายรูปแบบดังนี้ 3.1) การออมเงิน 3.2) การเล่นแชร์ 3.3) สะสมบัญชีฝากประจำ และ 3.4) อื่นๆ ดังการอธิบายรายละเอียดดังนี้

3.1) การออมเงิน จากการสัมภาษณ์พบว่า มุสลิมะห์หลายคนมีพฤติกรรมการออมเงินมาตั้งแต่เนิ่นๆเพื่อใช้จ่ายในยามฉุกเฉิน โดยการแบ่งเงินรายได้จากการทำงานออกเป็น 2 ส่วน คือ ค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน และเงินเพื่อเก็บออมโดยการหยอดกระปุกออมสิน เพื่อเป็นเงินสำรองค่าใช้จ่ายต่างๆ เช่น ค่ารักษาพยาบาลและการใช้จ่ายที่จำเป็นอื่นๆ เป็นต้น จากการสังเกตพบว่าการออมเงินในรูปแบบนี้เป็นที่นิยมสำหรับมุสลิมะห์ที่ประกอบอาชีพรับจ้าง โดยให้เหตุผลว่าเป็นการออมเงินที่มีรูปแบบยืดหยุ่น กล่าวคือ สามารถเก็บออมตามกำลังที่เหลือจากค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวไว้ว่า

“ ... ตอนนี้ออมเงินหยอดเหรียญในกระปุกออมสินอยู่เป็นเงินที่กะแบ่งจากค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน หยอดกระปุกวันละ 20 -30 บาทจะสะสมเยอะไม่ได้ เพราะได้ค่าแรงวันละ 250 บาท คิดว่าถ้ามีเงินส่วนนี้อย่างได้น้องเป็นค่าใช้จ่ายในยามที่เราจำเป็นก็ไม่ต้องไปหยิบยืมใคร ...”

(ก๊ะเตาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ 2564)

อย่างไรก็ตามการออมเงินสำหรับอาชีพอิสระโดยการรับจ้างรายวันที่มีรายได้น้อยและมีฐานะค่อนข้างยากจน ประกอบกับบางวันที่ไม่ได้ทำงานทำให้มีรายได้น้อยเนื่องจากไม่มีเงินเดือนประจำและยังมีหนี้สินส่งผลให้ไม่สามารถจัดสรรเงินๆได้ดี ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“ ... บางครั้งครอบครัวไม่มีเงินสำรอง เนื่องจากอาชีพที่ทำมีรายได้น้อยวันไหนที่ไม่ได้ไปทำงานคือไม่มีเงิน ในบ้านอยู่กันหลายคนก็ต้องไปยืมเพื่อนบ้านมาก่อน ...”

(ก๊ะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“ ... ก๊ะหยอดกระปุกออมสินทุกวัน คือเราติดนิสัยเก็บออมมาตั้งแต่ตอนเป็นเด็ก เวลาซื้อของแล้วได้เงินทอนก็จะนำมาหยอด คิดว่าเงินส่วนนี้แม้ว่าเราจะเก็บออมได้วันละน้อยนิดแต่พอทำทุกวันก็ได้มากและเวลาที่แม่หรือหลานๆอยากได้อะไร ก๊ะจะนำเงินส่วนนี้ไปซื้อให้ ...”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ดังกล่าวสรุปได้ว่า การออมเงินในรูปแบบสะสมเงินที่ได้จากการทำงานเป็นรูปแบบง่ายๆเป็นรูปแบบออมเงินที่นิยมสำหรับอาชีพรับจ้าง เนื่องจากสามารถแบ่งค่าจ้างที่ได้รายวันมาสะสมโดยแต่ละคนมีจุดประสงค์ในการออมเพื่อใช้จ่ายกรณีที่มีความจำเป็นแต่การออมเงินก็ขึ้นอยู่กับรายได้จากการทำงานเป็นหลัก

3.2) การเล่นแชร์ จากการสัมภาษณ์พบว่า มุสลิมะห์หลายคนนิยมสะสมเงินในรูปแบบการเล่นแชร์ซึ่งเป็นลักษณะการสะสมเงินเป็นกลุ่มกับเพื่อนบ้าน กลุ่มละ 10 -20 คนเพื่อบังคับตัวเองให้ออมเงินและยังได้เงินเก็บที่เป็นก้อน นอกจากนี้ยังสามารถได้เงินก้อนมาลงทุนเพื่อทำอาชีพเสริมอื่นๆหรือใช้จ่ายอื่นๆ ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“ ... ก๊ะเล่นแชร์กัน 10 คนกับเพื่อนแถวบ้าน พอสิ้นเดือนได้รับเงิน 10,000 บาท เป็นการสะสมเงินไปในตัว ถ้าเกิดเราไม่ทำแบบนี้ก็ไม่มีเงินเหลือ ปีก่อนก็เล่นปีนก็เพิ่งเริ่ม แต่ต้องการจะเก็บอีกส่วนเพื่อใช้ในยามที่ฉุกเฉินและอยากเก็บเงินส่วนนี้ไปทำฮัจย์สักครั้งในชีวิต ... ”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

3.3) การสะสมเงินในบัญชีฝากประจำ จากการสัมภาษณ์พบว่ามุสลิมะห์บางคน ที่วางแผนทางการเงินโดยจัดสรรเงินเดือนมาฝากในรูปแบบบัญชีสะสมประจำทุกเดือน เดือนละประมาณ 1,000 – 2000 บาท ซึ่งจะพบในกลุ่มที่มีงานประจำ เนื่องจากมีเงินเดือนคงที่และผู้ที่ทำธุรกิจส่วนตัวที่ต้องจัดสรรเงินอย่างเป็นระบบ โดยให้เหตุผลว่าเป็นการสะสมเงินในระยะยาวและมีกำหนดช่วงเวลาถอนเงินซึ่งเก็บเป็นค่าใช้จ่ายในอนาคต ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“ ... ตั้งแต่รับราชการมาก็จะเปิดบัญชีแบบฝากประจำแบบไม่ต้องถอน พอเงินเดือนเข้าก็จะหักออกไปจากบัญชีที่ใช้จ่ายเดือนละ 2,000 บาท เพื่อสะสมอย่างต่อเนื่อง พอเราทำแบบนี้รู้สึกที่เราเหลือเงินเก็บไว้บ้าง เหลือจากเก็บเท่าไรก็ใช้จ่ายเท่านั้น ถ้าไม่ฝากประจำไว้บ้างเงินเก็บไม่เหลือแน่ ... ”

(ก๊ะไหวเราะห์ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“ ... ช่วงที่ก๊ะทำธุรกิจส่วนตัวใหม่ๆยังไม่รู้การวางแผนเรื่องเงิน ส่วนไหนลงทุน ส่วนไหนกำไรที่ได้มามั่วกันไปหมดในบัญชีเดียว ได้กำไรต่อเดือนไม่รู้ว่าจะเอาไปจ่ายอะไรหมด ไม่ได้ทำบัญชีรายรับรายจ่ายด้วย เคยมีโอกาสเข้ารับอบรมเรื่องธุรกิจกับการวางแผนการเงิน หลังจากนั้นเลยเก็บเงินเป็นระเบียบมากขึ้นและได้เปิดบัญชีแยกฝากประจำต่อเนื่องเพื่อเป็นเงินออม ... ”

(ก๊ะนุก (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 12 กุมภาพันธ์ 2564)

สรุปได้ว่า มุสลิมะห์มีรูปแบบการออมเงินโดยฝากเป็นเงินสะสมประจำเพื่อใช้จ่ายในอนาคตส่วนใหญ่จะเป็นผู้ที่มีเงินเดือนประจำและต้องการจัดสรรเงินให้เป็นระบบมากขึ้น และเป็นบุคคลคนที่มีความรู้เรื่องการบริหารจัดการเงินและตระหนักถึงความสำคัญในการออมระยะยาวเพื่อใช้จ่ายในช่วงบั้นปลายชีวิต

3.4) การวางแผนทางการเงินในรูปแบบอื่นๆ จากการสัมภาษณ์พบว่ามุสลิมะห์บางคนจะมีรูปแบบการวางแผนการเงินในรูปแบบอื่นๆ เช่น การสะสมทองคำและทำประกันชีวิต ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“ ... กะคิดว่าซื้อทองเก็บไว้ยังไงก็ไม่ขาดทุนแต่จะมีบางช่วงที่ราคาทองลง แต่ราคาก็จะขึ้นมาแพงอีก พอมีเงินเก็บก็จะเอาออกมาซื้อทองมาเก็บไว้บ้าง มีอยู่ช่วงหนึ่งซื้อมาบาทละ 18,000 บาท ต่อมาราคาทองสูงถึง บาทละ 25,000 บาท เลยเอาไปขายได้กำไรซื้อทองเก็บเราไม่ต้องกลัวว่าเงินจะหายไปไหน ...”

(กะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้มีมุสลิมะห์ที่สนใจและได้ทำประกันชีวิตไว้เพื่อสิทธิผลประโยชน์ของตัวเอง ครอบครัวหากเกิดเหตุการณ์กรณีฉุกเฉินแก่ชีวิต ดึงคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“ ... เราไม่รู้ว่าจะเกิดอะไรขึ้นในอนาคต ตอนนี้อย่างงี้ยังมีกำลังมีเงินเลยทำประกันชีวิตไว้จะได้อุ่นใจเมื่อเราเป็นอะไรขึ้นมากก็ไม่ต้องเป็นห่วงแม่และหลานๆ ...”

(กะไหวเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

สรุปได้ว่า มุสลิมะห์ยังมีการวางแผนทางการเงินในรูปแบบอื่นๆ เช่น การสะสมทองคำเพื่อกำไรในช่วงราคาทองสูง และการทำประกันชีวิตให้กับตนเองหากเกิดเหตุการณ์ฉุกเฉินเพื่อผลประโยชน์ที่ครอบครัวจะได้รับ

#### 4.3.4 การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล

ในการเตรียมความพร้อมด้านผู้ดูแลและที่อยู่อาศัยมีความสำคัญเป็นอย่างยิ่งสำหรับมุสลิมะห์ เนื่องจากเมื่อเข้าสู่ช่วงวัยผู้สูงอายุจำเป็นที่จะต้องมียู่อาศัยที่เหมาะสม และมีผู้ดูแลที่สามารถพึ่งพาได้ จากการสัมภาษณ์พบว่ามุสลิมะห์มีการวางแผนว่าในช่วงที่แก่ตัวลงจะมีการอยู่อาศัยอยู่กับครอบครัวเดิมของตนเองและญาติที่ใกล้ชิด หลานและพี่น้องที่สามารถเป็นที่พึ่งได้ เนื่องจากในปัจจุบันกลุ่มคนกลุ่มดังกล่าวเป็นครอบครัวที่มุสลิมะห์อุปการะหรือให้การช่วยเหลือในด้านต่างๆจึงเกิดความรักความผูกพันที่แน่นแฟ้น จึงมีความหวังว่าจะสามารถฝากชีวิตในอนาคตได้ ดึงคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“ ... กะคิดว่าในอนาคตถ้าจะอยู่กับใครสักคนที่สามารถฝากผีฝากไข้ได้ ก็คงเป็นพี่สาวและหลานๆที่เราดูแลส่งเสียให้เรียนหนังสือมาตั้งแต่เด็กๆ ช่วงที่ผ่านมามาตอนที่กะไม่สบายหนักก็เห็นหลายๆอย่างว่าหลานๆดูแลเราได้ ...”

(กะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้มีมุสลิมะห์ส่วนใหญ่จะรับหลานซึ่งเป็นลูกของพี่น้องสายเลือดเดียวกันมาอุปการะ เนื่องจากมีกำลังในการให้ความช่วยเหลือทั้งด้านเงินทองและการให้ความรักดูแลเอาใจใส่ และให้ความรักเสมือนลูกแท้ๆของตนเอง จากการสังเกตพบว่ามุสลิมะห์หลายท่านมักตั้งความหวังและฝากชีวิตในอนาคตกับหลานที่ตนเองอุปการะในปัจจุบัน ดึงคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... พี่ชายกะมีลูกหลายคนบางครั้งในครอบครัวเงินไม่พอใช้ เพราะว่าต้องทำงานคนเดียวลูกๆก็ยิ่งเล็กมีค่าใช้จ่ายเยอะ ค่ากิน ค่าเรียนหนังสือ หลายครั้งที่เขาหยิบยื่นจากเราแต่กะก็ไม่เคยเอากลับ คิดว่าให้หลาน ตอนนี้รับหลานสาวคนเล็กมาอยู่ด้วยตอนนี้อยู่ 3 แล้ว เรารักเขาเหมือนลูกเราเลย กะตามใจเขามากอยากได้อะไรถ้าให้ได้ก็ให้คิดว่าต่อไปพอเราแก่เขาก็คงดูแลเรา ...”

(กะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“... กะก็ดูแลหลานเป็นลูกของพี่ชายแต่เขาแยกทางกับภรรยาเลยรับหลานมาช่วยดูแลกับแม่ ตอนนี้น้าหลานโตเป็นวัยรุ่นแล้วไปไหนคนก็คิดว่าเป็นลูกเรา คิดว่าต่อไปหากเราแก่เจ็บไข้ได้ป่วยขึ้นมาหลานมันจะดูแลเราบ้างแหละ แต่ก็ไม่ได้คาดหวังอะไรมากเพราะเขาก็มีพ่อแม่ ... แต่ก็คิดนะว่าเราเองก็ไม่อยากเป็นภาระใคร ...”

(กะมา (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้แล้วจากการสังเกตการณ์พบว่า มุสลิมะห์ส่วนใหญ่มีบ้านเป็นของตัวเองหรือบ้านที่ได้รับเป็นมรดกจากพ่อแม่เป็นที่อยู่อาศัยในปัจจุบัน และมีความคิดหรือวางแผนว่าจะอาศัยต่อไปในอนาคตกับสมาชิกในครอบครัวเดิมต่อไป อีกทั้งมุสลิมะห์ที่มีอายุมากแล้วจะให้ความสำคัญกับที่อยู่อาศัยเป็นอย่างมาก โดยจะมีลักษณะที่อยู่อาศัยจะมีความแข็งแรง ปลอดภัย นอกบ้านมีรั้วที่มีติดชิดซึ่งภายในบ้านมีพื้นที่ป้องกันการล้นล้มหรือราวเกาะ อีกทั้งเครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆอย่างครบครัน เนื่องจากวางแผนต่อเติมบ้านก่อนเกษียณอายุการทำงาน และทุ่มเทเงินส่วนใหญ่ไปกับการสร้างที่อยู่อาศัยเพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีในวัยผู้สูงอายุ ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ช่วงก่อนเกษียณอายุจากงานราชการ กะใช้เงินเดือนส่วนใหญ่ไปกับการต่อเติมบ้านใหม่ทั้งในบ้านและนอกบ้าน คือตอนนั้นเราคิดแล้วไงว่าที่อยู่อาศัยต้องมั่นคงและมีเครื่องอำนวยความสะดวกต่างๆที่จำเป็น พอแก่ๆจะเดินจะนั่งก็ไม่ต้องกังวลเรื่องความปลอดภัย ...”

(กะมะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า มุสลิมะห์มักจะรับหลานซึ่งเป็นสายเลือดเดียวกันจากพี่น้องมาอุปการะตั้งแต่เด็ก เนื่องจากมีกำลังในเรื่องเงินทองตลอดจนการให้ความรักเอาใจใส่เหมือนลูก ดังนั้นก็ย่อมมีความหวังว่าในอนาคตหลานๆจะสามารถเป็นที่พึ่งพาในช่วงบั้นปลายชีวิต สำหรับในด้านที่อยู่อาศัยวางแผนว่าจะอยู่บ้านเดิมกับพี่น้อง นอกจากนี้มุสลิมะห์ที่มีอายุสูงจะให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมด้านที่อาศัยเพื่อความสะดวกและปลอดภัยในช่วงที่กลายเป็นผู้สูงอายุ

#### 4.3.5 การเตรียมความพร้อมด้านสังคม

การเตรียมความพร้อมด้านสังคมของมุสลิมะฮ์เป็นการเตรียมความพร้อมในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลรอบข้างและการวางแผนที่ทำกิจกรรมต่างๆอย่างเหมาะสม จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์พบว่า มุสลิมะฮ์ส่วนใหญ่มีปฏิสัมพันธ์เหนียวแน่นกับบุคคลกลุ่มต่างๆ มากกว่า 1 กลุ่ม คือ 1) ปฏิสัมพันธ์กับครัว 2) ปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนสนิท 3) กิจกรรมทางสังคมและศาสนาที่สนใจ เป็นต้น ดังรายละเอียดในข้างต้นดังต่อไปนี้

1) ปฏิสัมพันธ์กับครัว เป็นความสัมพันธ์ด้านแรกที่มุสลิมะฮ์ให้ความสำคัญ เนื่องจากพี่น้องมีบทบาทสำคัญในการให้การสนับสนุนทั้งในด้านการงานและการใช้ชีวิตอื่นๆ จากการสัมภาษณ์และสังเกตพบว่า มุสลิมะฮ์มักมีความใกล้ชิดสนิทสนมกับบุคคลในครอบครัวและมักจะจัดสรรเวลาช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์เพื่อมารวมกลุ่มกับญาติพี่น้องเพื่อมาทำกิจกรรมต่างๆร่วมกัน เช่น กิจกรรมท่องเที่ยว กิจกรรมทำอาหาร เป็นต้น ดังนั้นช่วงเวลาในการทำกิจกรรมดังกล่าวจึงเป็นความสุขที่สามารถเติมเต็มความเหงาจากความโสดและผ่อนคลายความเหนื่อยล้าจากการทำงานดังกล่าว

“ ... ช่วงวันหยุดเสาร์อาทิตย์ในครอบครัวพี่น้องและหลานๆ พวกเราจะนัดกันมารวมตัวกันบางครั้งก็มาทำอาหารกินกัน ก็ก็จะไปทุกสัปดาห์เลย บางครั้งถ้าเบื่อก็ไปเที่ยวห้างสรรพสินค้าที่หาดีใหญ่ไปกันทั้งบ้านนี้แหละ ช่วงเทศกาลฮารีรายอเราก็รวมตัวกันทุกปีมาพบปะพูดคุยคือก็สนิทกับพี่น้องของตัวเองมากๆ ...”

(ก๊ะมาเรียม (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 16 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“ ... ตอนเย็นหลังเลิกงานก็จะแวะมาบ้านของพี่สาวซึ่งเป็นเหมือนจุดรวมญาติบ้านครอบครัวเราส่วนใหญ่ก็มาเล่นกับหลานๆ ครอบครัวของเราชอบทำอาหารเพราะอยู่กันหลายคน ไม่มีเวลามาเหงาหรอก สนุกดี ...”

(ก๊ะไหวเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ในเบื้องต้นสามารถสรุปได้ว่า มุสลิมะฮ์ให้ความสำคัญในการเตรียมความพร้อมในเรื่องปฏิสัมพันธ์การอยู่ร่วมกันในครอบครัว แม้ว่าบางรายมีบ้านที่แยกออกไปแต่ก็จัดสรรเวลาจากการทำงานเพื่อมาใช้เวลาทำกิจกรรมร่วมกันกับพี่น้อง อาจกล่าวได้ว่าครอบครัวเป็นแหล่งพลังงานบวกที่มาเติมเต็มความสุขในการใช้ชีวิตโสด

2) ปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนสนิท สำหรับกลุ่มเพื่อนสนิทเป็นปฏิสัมพันธ์ที่มุสลิมะห์ให้ความสำคัญเหมือนกับบุคคลในครอบครัว เนื่องจากเพื่อนสนิทเป็นผู้เกื้อหนุนทั้งในด้านการใช้ชีวิตและการทำงาน กล่าวคือ เป็นปฏิสัมพันธ์ที่คอยสนับสนุนและให้คำปรึกษาซึ่งกันและกัน อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยสังเกตเห็นว่ามุสลิมะห์จะมาเพื่อนไม่มาก แต่เป็นบุคคลที่เสมือนญาติพี่น้องที่ได้รับความไว้วางใจ นอกจากนี้มักจะมีสถานภาพเป็นโสดเหมือนจึงทำให้เข้าใจในความรู้สึกหรือตัวตนซึ่งกันและกัน และมักจะมีกิจกรรมต่างๆทำร่วมกันเป็นประจำ ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“ ... ตอนเย็นหลังเลิกงานก็จะมักจะนัดเพื่อนมากินข้าว คือเราสนิทกันมาตั้งแต่สมัยเรียนมหาวิทยาลัยจนกระทั่งตอนทำงาน เขานี้แหละที่เราไว้วางใจและปรึกษาได้ทุกเรื่อง ไม่ต้องกลัวว่าจะนำเรื่องของเราไปเล่าคนอื่นต่อ ช่วงไหนวันหยุดยาวหลายวันก็นัดนัดกันไปเที่ยวต่างจังหวัด รู้สึกเป็นตัวเองตัวเองและสบายใจทุกครั้งเวลาอยู่กับเพื่อนคนนี้ ... ”

(ก๊ะไหวเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“ ... ก๊ะเป็นคนที่มีเพื่อนไม่มากแต่เพื่อนทุกคนที่คบกันคือรู้จักและสนิทกันเกิน 10 ปี ปัญหาบางอย่างเราก็ไม่อยากจะปรึกษาพี่สาว ก็มาพูดคุยกับเพื่อนนี้แหละ นอกจากครอบครัวแล้ว เพื่อนสนิทนี้แหละที่เข้ามาเป็นส่วนเติมเต็มให้กับเรา ... ”

(ก๊ะนะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ในประเด็นดังกล่าวแสดงให้เห็นว่า นอกจากปฏิสัมพันธ์ของคนในครอบครัวแล้วกลุ่มเพื่อนสนิทยังมีความสำคัญเป็นอย่างมากเนื่องจาก เป็นกลุ่มคนที่ได้รับความไว้วางใจและเป็นปัจจัยที่ช่วยเกื้อหนุนทั้งการทำงานเป็นที่ปรึกษาปัญหาและผ่อนคลายจิตใจ

3) กิจกรรมทางสังคมและศาสนาที่สนใจ จากการสัมภาษณ์พบว่ามุสลิมะห์มีการวางแผนเตรียมความพร้อมในการทำกิจกรรมต่างๆตั้งแต่ในช่วงวัยทำงาน โดยมักจะหาเวลาช่วงวันหยุดไปทำกิจกรรมชอบ อย่างไรก็ตามยังต้องการบริหารเวลาให้เกิดความสมดุลจากการทำงานมาทำกิจกรรมต่างๆที่สนใจ ดังนั้นกิจกรรมทางสังคมเป็นสิ่งที่ได้รับการให้ความสำคัญ เนื่องจากมีส่วนเติมเต็มช่วงเวลาของการมีคู่ชีวิตที่ขาดหายไป ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“ ... คิดว่าอีกมะห์ (ข้อดี) จากความโสด คือ การที่เราได้ทำทำอิบาเดาะห์มากขึ้น ละหมาดสุนัตบ่อยมาก ได้อ่านอ่านอัลกุรอานและรำลิลีกถึงอัลลอฮ์ คิดว่าถ้ามีครอบครัวคงไม่ได้มีเวลาเยอะที่จะสามารถทำแบบนี้ได้ ... ”

(ก๊ะเมาะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ 2564)

และมีผู้ให้สัมภาษณ์เพิ่มเติมว่า

“ ... พอเราโสดไม่ต้องมีภาระที่จะต้องดูแลลูกและสามีได้ทำอะไรที่ตัวเองชอบ ส่วนตัวก็ชอบกีฬาเอ็กซ์ตรีม แนวผจญภัย เดินป่า ปีนหน้าผา รู้สึกว่ามันตื่นเต้น ทำทายและสนุก ซึ่งจะมีแก๊งกลุ่มเพื่อนๆที่ชอบเหมือนกันบ่อยมากที่นัดกันไป ...”  
(ก๊ะไหวเราะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้มุสลิมะห์ที่มีอายุมากใกล้ถึงวัยผู้สูงอายุจะให้ความสำคัญกับการทำกิจกรรมทางศาสนา เช่น ฮาลาเกาะห์ การเรียนต้อพิซ้อลกูรอ่าน ฟังบรรยายศาสนา เป็นต้น โดยให้เหตุผลว่ากิจกรรมดังกล่าวไม่มีโอกาสได้ทำในช่วงวัยรุ่นทำงานหรือตอนทำงานใหม่ๆ พอช่วงหลังพยายามหาเวลาเพื่อมาทำกิจกรรมดังกล่าว ดังนั้นกิจกรรมในลักษณะดังกล่าวเสมือนการแสวงหาผลบุญในช่วงบั้นปลายชีวิตและทำให้จิตใจเกิดความสงบอีกทั้งได้รู้จักสังคมใหม่ๆ ดังคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวไว้ว่า

“ ... ช่วงทำงานคือ ค่อยมีเวลาทำกิจกรรมทางศาสนาเลยด้วยความที่เราเป็นครูราชการสมัยก่อนงานเอกสารเยอะมาก บางครั้งวันหยุดเสาร์อาทิตย์ก็ต้องไปอบรมสัมมนา ชีวิตมีแต่ทำงานและกลับบ้านมาเราก็หมดพลังแล้ว พอตอนนี้คือพยายามทำกิจกรรมศาสนาและทำอิบาดะห์เข้าหาพระเจ้าเพื่อเก็บเกี่ยวผลบุญชดเชยเวลาในช่วงวัยหนุ่มสาว ...”  
(ก๊ะมะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสะท้อนดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า มุสลิมะห์มีการวางแผนบริหารจัดการสรรเวลาจากการการทำงานเพื่อมาทำกิจกรรมต่างๆที่ตัวเองชอบ ทั้งกิจกรรมทางศาสนาและงานอดิเรกที่สนใจ ดังนั้นความโสดจึงเสมือนโอกาสที่ทำให้มุสลิมะห์สามารถเก็บเกี่ยวประสบการณ์ชีวิตของตนเองได้อย่างเต็มที่

## (2) กลุ่มมุสลิมะห์ที่ไม่มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

กลุ่มมุสลิมะห์ที่ไม่ได้มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ สำหรับกลุ่มนี้ผู้วิจัยพบว่าไม่ได้มีการเตรียมความพร้อม 4 ด้าน คือ 1) ด้านสุขภาพร่างกาย 2) ด้านจิตใจและจิตวิญญาณ 3) ด้านการเงิน 4) ด้านผู้ดูแล ซึ่งผู้วิจัยได้อธิบายรายละเอียดดังต่อไปนี้

1) ด้านสุขภาพร่างกาย จากการสัมภาษณ์พบว่ามีมุสลิมะห์เพียง 1 คน ที่ไม่ได้เตรียมความพร้อมในด้านนี้ แม้ว่าจะใกล้เข้าสู่วัยสูงอายุแล้วก็ตามเนื่องจากมีสภาพชีวิตความเป็นอยู่ที่ไม่ดี กล่าวคือเป็นผู้ที่ว่างงาน มีฐานะยากจนมีรายได้จากการหยิบยื่นเงินเล็กน้อยเป็นค่าแรงจากการทำงานบ้าน อีกทั้งมีภูมิลำเนาในวัยเด็กที่ครอบครัวหย่าร้างกลายเป็นเด็กกำพร้า ขาดที่พึ่งพาจึงจำเป็นต้องอาศัยอยู่ในบ้านของเครือญาติที่ต้องอยู่อาศัยร่วมกันหลายคน และขาดความรู้ในการดูแล



สุขภาพร่างกาย นอกจากนี้ไม่เคยตรวจสุขภาพและเข้ารับการรักษาจากอาการเจ็บป่วยจากโรคประจำตัว ดั่งคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก็ไม่เคยไปโรงพยาบาลเลย เพราะร่างกายของตัวเองปกติดีแต่ก็มีไข้เมื่อยบ้างเล็กน้อย นวดกับน้ำมันด้วยตัวเองไม่ได้ดูแลสุขภาพร่างกายของตัวเองเลย เรื่องอาหารการกินมีอะไรก็กินอันนั้นเราเลือกไม่ได้เพราะอยู่บ้านเขา ไม่รู้เหมือนกันว่าจะเตรียมความพร้อมไปทำไม ไม่ว่าจะดูแลตัวเองดีแค่ไหนถึงเวลาก็ตายทั้งนั้น ...”

(ก๊ะเต๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564)

2) ด้านจิตใจและจิตวิญญาณ จากการสัมภาษณ์พบว่า มีมุสลิมะห์ที่ไม่ได้เตรียมความพร้อมในด้านจิตใจและจิตวิญญาณจำนวน 2 คน จากการสังเกตการณ์พบว่า เป็นผู้มุสลิมะห์ที่กำลังเข้าใกล้วัยผู้สูงอายุ มีบุคลิกภาพภายนอกที่ค่อนข้างปกปิดตัวเอง มีน้ำเสียงที่เบาและไม่เป็นมิตร ผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์แบบตะลอมก้อมเกลาร่วมไปสัมภาษณ์กับบุคคลที่ใกล้ชิดจึงได้ข้อมูลพบว่าเป็นบุคคลที่ค่อนข้างหวาดระแวงและวิตกกังวลว่า คนรอบข้างจะมองว่าตัวเองเป็นคนที่มีปมด้อยจึงไม่ค่อยมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนบ้าน และไม่ได้ให้ความสำคัญกับศาสนาหรือสิ่งที่จะช่วยเติมเต็มให้จิตวิญญาณมากนัก ดั่งคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ไม่อยากจะพูดคุยกับคนแถวบ้าน คนพวกนี้ชอบนินทาและชอบเอาเรื่องของเราไปพูด อย่าถามอะไรเยอะก็ใช้ชีวิตทั่วไปแบบนี้มาตั้งนานแล้ว แต่ก่อนก็เคยเรียนศาสนาแต่ตอนนั้นไม่ได้เรียน แต่ก็ชอบทำบุญให้กับพ่อแม่ที่ล่วงลับไปแล้ว ...”

(ก๊ะยะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 6 กุมภาพันธ์ 2564)

3) ด้านการเงิน จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์พบว่า มีมุสลิมะห์ที่ไม่ได้เตรียมความพร้อมในด้านนี้จำนวน 1 คน แม้ว่าจะมีการศึกษาในระดับอนุปริญญาตรีแต่ด้วยสภาพแวดล้อมทางครอบครัวที่ไม่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตัวเองจึงต้องอาศัยอยู่กับญาติห่างๆ และมีหน้าที่ต้องดูแลคนในบ้านที่พิการ สถานภาพที่เป็นเพียงผู้อยู่อาศัยจึงบีบคั้นต่อการตัดสินใจในการใช้ชีวิตจึงกลายเป็นผู้ที่ว่างงาน และมีรายได้เพียงวันละ 20 – 30 บาท จากการหยิบบัตรให้จากญาติเป็นค่าตอบแทนจากการทำงานบ้าน ดังนั้นการวางแผนทางการเงินจึงเป็นเรื่องที่ไกลตัวเป็นอย่างมากดั่งคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก็ไม่มีเงินเก็บหรือเงินติดตัวเลย ตัวเองเป็นคนว่างงานไม่มีรายได้ทุกวันนี้อาศัยอยู่บ้านน้ำ ดูแลบ้าน ซักผ้า ทำกับข้าว ดูแลน้ำและหลานๆ บางวันน้ำก็ยื่นเงินให้ 20 – 30 บาทเป็นค่าจ้าง อยู่บ้านไม่มีค่าใช้จ่ายอะไรเพราะกินข้าวในบ้าน ถ้าถามถึงเรื่องเงินคือไม่รู้ว่าจะมาเงินเก็บออมมาจากไหน ...”

(ก๊ะเต๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564)

4) ด้านผู้ดูแล จากการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์พบว่า มีมุสลิมะห์จำนวน 2 คน ที่ไม่มีการเตรียมความพร้อมด้านผู้ดูแล รายแรกเป็นมุสลิมะห์ที่อาศัยอยู่ตัวคนเดียว เป็นข้าราชการที่กำลังใกล้วัยเกษียณอายุ มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองและมีพี่น้องที่ซึ่งมีครอบครัวที่แยกออกไป แต่ผู้วิจัยสังเกตพบว่า ยังมีลูกหลานคอยดูแลไปรับส่งเฉพาะในช่วงที่หมอนัดตรวจสุขภาพ อย่างไรก็ตาม เมื่อได้พูดคุยในประเด็นอนาคตเมื่อไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้จึงได้พบว่า ยังไม่ได้มีการวางแผนในเรื่องนี้ ดั่งคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ตอนนี้อยู่บ้านคนเดียวมีพี่ชายที่แต่งงานและเขาได้แยกครอบครัวออกไปอยู่กับภรรยา ก็ก็ยังไปมาหาสู่กับเขาอยู่ตลอดซึ่งบ้านของเขาอยู่อีกตำบลในตอนช่วงเย็น ก็ก็จะขับรถมอเตอร์ไซด์ขี่ของไปฝากหลานๆ ตอนหมอนัดประจำเดือนหลานชายก็มารับเราไปหาหมอ คิดว่าจะใช้ชีวิตคนเดียวแบบนี้ไม่เรื่อยๆ เพราะเรามีบ้านเป็นของตัวเอง อีกอย่างน้องชายก็ไปอยู่บ้านภรรยาเขาก็ไม่อยากไปเป็นภาระให้ใคร ...”

(ก๊ะยะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 6 กุมภาพันธ์ 2564)

นอกจากนี้ยังพบว่า มีมุสลิมะห์อีกหนึ่งคนซึ่งไม่ได้เรื่องวางแผนด้านผู้ดูแลในอนาคต เนื่องจากต้องพึ่งพาอาศัยอยู่เครือญาติห่างๆ และจากการสัมภาษณ์พบว่า ในอนาคตก็ยังคงอยู่อาศัยในครอบครัวของเครือญาติต่อไป เนื่องจากไม่มีงานทำจึงขาดรายได้เพื่อลงทุนประกอบอาชีพจึงจำเป็นต้องใช้ชีวิตในสภาพที่ตัวเองไม่สามารถตัดสินใจได้ต่อไป ดั่งคำให้สัมภาษณ์ที่กล่าวว่า

“... ก็ต้องอยู่กับเขาต่อไปเรื่อยๆ เพราะก๊ะไม่มีที่ไป ไม่มีบ้านของตัวเอง พี่สาวคนเดียวเพิ่งเสียชีวิตไปเมืองสองเดือนที่แล้ว เหมือนเราขาดที่พึ่ง อยู่ที่นี่ก็ต้องจำใจอยู่รู้สึกอึดอัดแต่ชินแล้ว เพราะก๊ะอยู่แบบนี้มาตั้งแต่เด็กๆ ...”

(ก๊ะเต๊ะ (นามสมมติ), สัมภาษณ์เมื่อ 10 กุมภาพันธ์ 2564)

จากการสัมภาษณ์ในประเด็นดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า กลุ่มมุสลิมะห์ที่ไม่มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุมีทั้งหมด 4 ด้าน คือ 1) ด้านสุขภาพร่างกาย เนื่องจากขาดความรู้และความเข้าใจในการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง 2) ด้านจิตใจและวิญญาณ เป็นกลุ่มมุสลิมะห์ที่ขาดสิ่งที่ทำให้จิตใจผ่อนคลายจากความเครียดหรือความกังวลต่างๆ กล่าวคือไม่ได้ให้ความสำคัญในการนำศาสนามาเติมเต็มความสุขสงบภายในใจ 3) ด้านการเงิน เนื่องจากมีสถานะที่ต้องพึ่งพิงที่อยู่อาศัยจากเครือญาติ และว่างงาน จึงไม่มีรายได้และไม่มีการวางแผนทางการเงิน และ 4) ด้านผู้ดูแล เนื่องจากไม่มีลูกหลานและอาศัยอยู่ตัวคนเดียวอีกทั้งพี่น้องได้แยกครอบครัวออกไป ซึ่งมุสลิมะห์กลุ่มดังกล่าวกำลังเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

สรุปผลการวิจัยการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่อยู่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี สามารถแบ่งเป็น 2 กลุ่มคือ (1) กลุ่มที่มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่

วัยผู้สูงอายุ ประกอบด้วย การเตรียมความพร้อม 5 ด้าน ได้แก่ 4.3.1 ด้านสุขภาพร่างกาย เป็นกลุ่มที่มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพ เช่น การเลือกรับประทานอาหาร รูปแบบการออกกำลังกาย ที่มีความเหมาะสมกับตนเอง เป็นต้น อีกทั้งตระหนักถึงความสำคัญในเรื่องสุขภาพ เนื่องจากต้องเป็นเสาหลักหาเลี้ยงครอบครัวและการป้องกันโรคร้ายไข้เจ็บต่างๆ นอกจากนี้ยังพบว่า มีมุสลิมะห์ผู้ที่มีโรคประจำตัวคือ มะเร็งเต้านม ซึ่งจะมีการดูแลตัวเองที่เข้มงวดกว่าบุคคลทั่วไป แบ่งการดูแลตัวเองออกเป็น 3 ระยะ คือ สภาพจิตใจเมื่อรับรู้ถึงโรคประจำตัว สภาพจิตใจระหว่างการบำบัดรักษา และสภาพจิตใจหลังได้รับการรักษา โดยทุกระยะของของรักษามีปัจจัยครอบครัว การเงิน กลุ่มเพื่อนสนิท และเครือข่ายสุขภาพ เป็นสิ่งที่เกื้อหนุนให้ผ่านไปได้ 4.3.2 ด้านจิตใจและวิญญาณ แบ่งออกเป็น 2 ประเด็น ได้แก่ 1) ด้านจิตใจ เป็นวิธีการรับมือกับปัญหาซึ่งส่วนใหญ่สามารถแก้ไขได้ด้วยตัวเอง ก่อนจะขอความช่วยเหลือจากผู้ครอบครัว 2) ด้านจิตวิญญาณ เป็นการนำศาสนามาเป็นส่วนช่วยให้จิตใจเกิดความผ่อนคลายโดยมีการปฏิบัติศาสนกิจมากขึ้น เพื่อสะสมผลบุญไปสู่โลกหน้า 4.3.3 ด้านการเงิน มีเป้าหมายในการเตรียมความพร้อมในด้านนี้เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีในช่วงวัยชราอีกทั้งได้ตั้งเป้าหมายเพื่อไปทำประกอบศาสนกิจฮัจญ์ที่ประเทศซาอุดีอาระเบีย ซึ่งมีการวางแผนทางการเงิน 3 รูปแบบประกอบด้วย 1) การควบคุมรายจ่าย เช่น ลดใช้จ่ายสิ่งของที่ไม่จำเป็น จัดทำบันทึกรายรับรายจ่าย เป็นต้น 2) การเพิ่มช่องทางของรายรับ เช่น การทำอาชีพเสริม เป็นต้น และ 3) การวางแผนออมเงินที่มีความหลากหลายขึ้นอยู่กับเงินเดือนของแต่ละบุคคล เช่น การเล่นแชร์สะสมบัญชีฝากประจำ และรูปแบบอื่นๆ เช่น สะสมทองคำ การทำประกันชีวิต เป็นต้น 4.3.4 ด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล ต่างมีความคาดหวังจะพึ่งพาหลานหรือญาติพี่น้องที่อาศัยอยู่ในครอบครัวเดิม และ 4.3.5 ด้านสังคม มีการเตรียมความพร้อมโดยการสร้างสัมพันธ์ภาพทำให้เกิดเป็นเครือข่ายที่เป็นแรงสนับสนุนในการดำเนินชีวิต โดยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ 1) ปฏิสัมพันธ์กับครัว คือ เป็นกลุ่มคนแรกๆ ที่ได้รับความสำคัญ เนื่องจากเป็นกลุ่มที่มีความรักความผูกพันที่ต้องพึ่งพาอาศัยกันในด้านต่างๆ 2) ปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนสนิท คือกลุ่มบุคคลที่สามารถเป็นทั้งเพื่อนในการทำกิจกรรมและที่พึ่งพาทางใจเมื่อประสบปัญหา 3) กิจกรรมทางสังคมและศาสนาที่สนใจ คือ สิ่งที่มาเติมเต็มประสบการณ์ชีวิตหรือชดเชยช่วงเวลาที่ย่ำแย่ที่รู้สึกเหงา อีกทั้งผู้ที่มีอายุมากมักจะให้ความสำคัญในการทำกิจกรรมทางศาสนาเพื่อชดเชยช่วงเวลาตอนช่วงวัยหนุ่มสาว และ (2) กลุ่มที่ไม่มีการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ แบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ 1) ด้านสุขภาพร่างกาย เป็นกลุ่มที่กำลังเข้าสู่ช่วงวัยผู้สูงอายุที่ขาดความรู้ความเข้าใจในการดูแลสุขภาพ เช่น ไม่ได้ตรวจโรคประจำตัว เป็นต้น 2) ด้านจิตใจและวิญญาณ จำนวน 2 คน โดยมีสุขภาพจิตใจที่ค่อนข้างดี เช่น มีความวิตกกังวลต่อความโศกและความเครียดเนื่องจากเป็นผู้พึ่งพิงคนอื่นจนขาดอำนาจในการตัดสินใจ เป็นต้น 3) ด้านการเงิน มีจำนวน 1 คน เป็นผู้ที่กำลังเข้าสู่ช่วงวัยผู้สูงอายุที่ว่างงานและขาดรายได้ต้องพึ่งพาอาศัยผู้อื่น 4) ด้านผู้ดูแล มีจำนวน 2 คน คือ คนแรกเป็นมุสลิมะห์ที่อาศัยอยู่ตัวคนเดียว เนื่องจากพี่น้องได้แยกย้ายกันไปมีครอบครัวใหม่ แต่มีหลานคอยพาไปหาหมอในช่วงเจ็บป่วย และคนที่สองเป็นมุสลิมะห์ที่ไม่มีที่อยู่อาศัยเป็นของตนเองซึ่งมีภูมิลำเนาเดิมเป็นเด็กกำพร้าต้องมาพึ่งพาญาติห่างๆ ดังนั้นจากลักษณะการเป็นอยู่ดังกล่าวจึงไม่พบการวางแผนในด้านนี้

## บทที่ 5

### สรุปผลวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาเงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ และเพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานี โดยผู้ศึกษาได้ใช้การวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) สำหรับเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) แบบสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In depth - interview) และการสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม ซึ่งแต่ละเครื่องมือมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง มี 2 ส่วน ประกอบด้วย ส่วนที่ 1 ประวัติส่วนบุคคล ส่วนที่ 2 ภูมิหลัง ชีวิตครอบครัว สถานภาพ บทบาทหน้าที่ของตนเองทั้งในครอบครัว และการทำงาน รวมถึงมุมมองต่อความโสดและมุมมองเรื่องการแต่งงาน ส่วนที่ 3 แบบสัมภาษณ์เงื่อนไข (สาเหตุ) ของการอยู่เป็นโสด

แบบสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (In depth interview) มี 2 ส่วน ประกอบด้วย ส่วนที่ 1 แบบสัมภาษณ์เงื่อนไข (สาเหตุ) ของการอยู่เป็นโสดซึ่งผู้วิจัยจะเจาะลึกตามเงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของแต่ละบุคคล และส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

แบบสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม โดยการสังเกตบุคลิกภาพและลักษณะภายนอก รวมถึงบริบทที่เกี่ยวข้องของผู้ให้ข้อมูลที่ได้พบเจอ

การเก็บรวบรวมข้อมูล ภายหลังจากที่ผู้ศึกษาได้รับการรับรองจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ แล้วผู้ศึกษาได้ทำการประสานงานกับผู้ให้ข้อมูลผ่านการแนะนำจากบุคคลที่รู้จักในพื้นที่ ในขั้นตอนแรก ผู้ศึกษาได้เข้าไปทำความรู้จักกับผู้ให้ข้อมูลเพื่อให้เกิดความสนิทคุ้นเคย ขั้นตอนต่อมาใช้การค้นหาผู้ให้ข้อมูลแบบเจาะจงโดยใช้คุณสมบัติที่ตั้งไว้เป็นเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูล จากนั้นใช้ค้นหาผู้ให้ข้อมูลแบบลูกโซ่ เมื่อได้ผู้ศึกษาได้ผู้ให้ข้อมูลที่มีคุณสมบัติตามที่ต้องการ จึงได้มีการพูดคุยขอความอนุเคราะห์เพื่อเป็นผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ จากนั้นได้นัดหมายกับผู้ให้ข้อมูลในการลงเก็บข้อมูลวิจัยในเขตเทศบาลเมืองปัตตานีที่ประกอบไปด้วยพื้นที่ 3 ตำบล คือ ตำบลสะบารัง ตำบลอาเนาะรู และตำบลจะบังติกอ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความหลากหลายและครอบคลุมบริบทของพื้นที่

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้ศึกษาได้ทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบแบบสามเส้า คือ ตรวจสอบด้านพื้นที่ ด้านบุคคล และด้านเวลา จากนั้นจึงนำข้อมูลที่ได้อาจจัดหมวดหมู่แยกประเด็นและตีความโดยนำเสนอข้อมูลในรูปแบบการอภิปรายแบบพรรณนา

## 5.1 สรุปผลการวิจัย

ผู้ศึกษาจะนำเสนอสรุปผลการวิจัย ซึ่งประกอบด้วยผลการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างและการสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม จากนั้นจึงนำข้อมูลมาวิเคราะห์และจัดหมวดหมู่ในประเด็น 1) เจื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ และ 2) การเตรียมความพร้อมของมุสลิมะห์ก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ โดยนำเสนอสรุปผลการศึกษาดมรายละเอียดดังต่อไปนี้

### 5.1.1 สรุปผลการศึกษาเจื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์

จากประเด็นข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า เจื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานี มีดังต่อไปนี้

#### (1) เจื่อนไขด้านครอบครัว

สถานภาพในครอบครัว ในกรณีครอบครัวที่มีพี่น้องส่วนใหญ่เป็นผู้ชายที่ต่างแยกย้ายกันไปมีครอบครัว สถานภาพของมุสลิมะห์ที่ยึดโยงกับการเป็นพี่สาวหรือน้องสาวมักจะถูกคาดหวังในการทำหน้าที่ลูกที่ดีอย่างหลีกเลี่ยงมิได้ อาจจะเป็นข้อจำกัดเริ่มต้นในการเปิดรับความสัมพันธ์ ปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงโอกาสในการแต่งงาน ดังนั้นบทบาทที่ต้องทำหน้าที่ดูแลบิดาหรือมารดาที่เจ็บป่วยจึงอาจจะเป็นข้อจำกัดในการสร้างครอบครัว

สภาพแวดล้อมในครอบครัว ในเรื่องประสบการณ์ชีวิตคู่ของบุคคลในครอบครัวที่ประสบความล้มเหลวอีกทั้งความรุนแรงที่เกิดขึ้นอาจส่งผลต่อมุมมองทัศนคติและความเชื่อมั่นต่อความสุขในชีวิตครอบครัว อีกทั้งสภาพแวดล้อมในการใช้ชีวิตประจำวันที่ต้องพึ่งพาอาศัยอยู่ในครอบครัวผู้อื่นจึงขาดอำนาจในการตัดสินใจในการใช้ชีวิต

ลักษณะการเลี้ยงดูในวัยเด็กของครอบครัวที่มีการอบรมสั่งสอนผู้หญิง ตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยรุ่นที่มีความเข้มงวดและอยู่ในกรอบหลักการของศาสนาอิสลาม จึงปฏิเสธความสัมพันธ์เชิงคู่รักก่อนการนิกะห์ มุสลิมะห์ที่เติบโตมาในลักษณะครอบครัวดังกล่าวอาจจะขาดโอกาสในการตัดสินใจที่จะเริ่มต้นความสัมพันธ์แม้จะเจอผู้ชายที่ชอบ

ภาระหน้าที่ในครอบครัว สำหรับมุสลิมะห์ที่มีภูมิลำเนาทางครอบครัวที่ยากจนและการเจ็บป่วยของบิดาหรือมารดาจึงมีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัว ที่ต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายและดูแลสมาชิก ภาระหน้าที่ทางครอบครัวจึงเป็นเป้าหมายหลักที่ผู้หญิงมุ่งยกระดับ ให้ทุกคนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและไม่ได้มองว่าการแต่งงานเป็นเป้าหมายหลักในชีวิต

การยอมรับสนับสนุนจากบุคคลในครอบครัว พื้นฐานทางครอบครัวในเรื่องการให้อิสระเสรีในการตัดสินใจเลือกคู่ครองหรือแต่งงานตามความสมัครใจและไม่กดดันให้แต่งงาน

## (2) เจื่อนใจด้านจิตใจ

ทัศนคติด้านบวกในมุมมองการแต่งงานมุสลิมะฮ์มีทัศนคติที่ดีและมีความตระหนักถึงคุณค่าว่าการแต่งงานจะทำให้ชีวิตมีความสมบูรณ์ แต่ไม่ได้ปฏิเสธการแต่งงานเพียงแต่ไม่พบคู่ครองตามมาตรฐานที่ตั้งไว้ ดังนั้นจึงหากพบเจอคนที่เหมาะสมก็พร้อมแต่งงานหากไม่เจอก็เลือกที่จะใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด

ทัศนคติด้านลบในมุมมองการแต่งงาน ที่เกิดจากสภาพแวดล้อมของสมาชิกในครอบครัวและคนใกล้ชิดที่เกิดความล้มเหลวนำมาซึ่งปัญหาความรุนแรง และเกิดการหย่าร้าง สถานการณ์จากความล้มเหลวทั้งการกระทำและคำพูดที่ประสบพบเจอจึงเกิดความรู้สึกด้านลบกับเพศชายนำไปสู่ทัศนคติเชิงลบที่มีต่อการแต่งงาน

มาตรฐานการเลือกคู่ครอง การตั้งมาตรฐานของคู่ครองในอุดมคติที่คาดหวังไว้ทั้งในเรื่องความมั่นคงของหน้าที่การงาน การศึกษา ที่มีสถานภาพที่ดัดเทียมหรือใกล้เคียงกัน โดยเฉพาะผู้ชายที่สามารถเป็นผู้นำที่มีความรู้และใช้ชีวิตตามแนวทางอิสลามที่ดัดเทียม มุสลิมะฮ์จึงปฏิเสธการแต่งงานหากคนมาสู่ขอหรือเริ่มต้นความสัมพันธ์หากผู้ชายไม่มีคุณสมบัติตามที่ตั้งไว้

ประสบการณ์ความรัก มุสลิมะฮ์ที่เคยมีประสบการณ์ความรักที่ผิดหวังนำมาซึ่งความรู้สึกขาดความเชื่อมั่นและกลัวต่อความล้มเหลวในการมีความรักครั้งแรกจึงปฏิเสธ และปิดกั้นตัวเองจากผู้ชายที่เข้ามา การไม่มีประสบการณ์ในเรื่องความรักที่และมีความมุ่งมั่นในการเรียนและการทำงาน และเลื่อนการแต่งงานจนทำให้มีอายุมากขึ้นจนหาโอกาสแต่งงานยากขึ้นจึงเลือกใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด

## (3) เจื่อนใจด้านสังคม

การศึกษาและการทำงาน สถานะทางสังคมทั้งในการด้านการศึกษาที่ส่งผลให้มุสลิมะฮ์ มีหน้าที่การงานที่มีความมั่นคงจึงส่งผลต่อความเชื่อมั่นต่อการใช้ชีวิต ทั้งในด้านความสามารถในการทำงานและเป็นผู้ในดูแลรับผิดชอบด้วยกำลังของตนเองอย่างเต็มที่ จึงไม่ได้คาดหวังจะพึ่งพาผู้ชายมาตรฐานคู่ครองจึงมีมากขึ้น และมองเห็นคุณค่าของตนเองไม่ได้มีความกังวลต่อการอยู่เป็นโสด

## (4) เจื่อนใจด้านสุขภาพ

ปัญหาสุขภาพในการมีโรคประจำเป็นข้อจำกัดที่สำคัญในการตัดสินใจแต่งงาน แม้ว่า จะพบเจอกับบุคคลที่ตรงตามทัศนคติที่หวังไว้ และมองว่าการดูแลตัวเองชีวิตของตัวเองเป็นสิ่งสำคัญที่สุด

### 5.1.2 สรุปผลการศึกษาศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของมุสลิมะห์

จากประเด็นข้างต้นสามารถสรุปได้ว่าการเตรียมความพร้อมเพื่อส่งเสริมของมุสลิมะห์ในการใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด ดังนี้

#### 1) กลุ่มมุสลิมะห์ที่เตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

สำหรับกลุ่มนี้เป็นมุสลิมะห์ที่ส่วนใหญ่มีการวางแผนการใช้ชีวิตของตนเอง ซึ่งมีจำนวนมากถึง 7 คน แต่ละคนมีความคาดหวังที่จะพึ่งพาตัวเองในด้านต่างๆให้ได้มากที่สุดหรือพึ่งพาคนในครอบครัวหรือบุคคลใกล้ชิดให้น้อยที่สุด เพราะไม่ต้องการให้ตนเองไปเป็นภาระกับใคร อีกทั้งมีบทบาทหน้าที่เป็นเสาหลักของครอบครัว ดังนั้นมุสลิมะห์จึงมีการเตรียมความพร้อมในด้านต่าง ดังนี้

1) ด้านสุขภาพร่างกาย มุสลิมะห์ส่วนใหญ่ให้ความสำคัญกับการดูแลตัวเองด้วยการออกกำลังกาย นอกจากนี้ยังเน้นการรับประทานอาหารเสริมต่างๆ เพื่อให้มีสุขภาพแข็งแรงอยู่เสมอ ทั้งนี้ในการเลือกดูแลสุขภาพนั้นขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายของตนเองและโรคประจำตัว เนื่องจากบางคนมีข้อจำกัดเนื่องจากการเจ็บป่วยหรือบาดเจ็บของร่างกาย ซึ่งได้รับการรักษาและปฏิบัติตามคำแนะนำของแพทย์อย่างเคร่งครัด ในขณะที่มุสลิมะห์บางคนใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการทำงานส่งผลให้มีเวลาออกกำลังกายน้อย จึงเน้นการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์เพื่อทดแทนการออกกำลังกาย

2) ด้านสุขภาพจิตใจและจิตวิญญาณ ในการดูแลสุขภาพจิตใจเมื่อพบเจอกับปัญหาต่างๆที่เข้ามาใช้ในชีวิตมุสลิมะห์มีวิธีการคือ การเป็นที่พึ่งให้แก่ตัวเองก่อนจะขอความช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้าง อีกทั้งการดูแลสุขภาพจิตที่เกิดจากความเชื่อทางด้านศาสนา และดูแลด้านจิตวิญญาณที่มีความตระหนักให้ความสำคัญในด้านนี้มากกว่าตอนวัยรุ่น คือ เมื่ออายุมากขึ้นมุสลิมะห์ยิ่งให้ความสำคัญเรื่องนี้ไปด้วยการปฏิบัติศาสนกิจที่เพิ่มมากขึ้นในชีวิตประจำวันเพื่อสะสมผลบุญ อีกทั้งมีศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวพึ่งพาทางใจเมื่อประสบกับอารมณ์ความรู้สึกหรือปัญหาต่างๆ

3) ด้านการเงิน มุสลิมะห์มีการวางแผนทางการเงินอย่างเป็นระบบด้วยการควบคุมรายจ่าย เป็นการวางแผนทางการเงินโดยการประเมินรายได้จากการทำงาน การเพิ่มช่องทางรายรับคือไม่ได้ยึดอาชีพหลักเป็นอาชีพเดียว แม้จะเป็นอาชีพที่มีเงินสูงและมั่นคงแต่ยังตระหนักถึงภาระหน้าที่โดยการหาค่าใช้จ่ายมาจุนเจือครอบครัว โดยการนำเงินออมมาลงทุนทำอาชีพเสริมอื่นๆ เพื่อนำเงินที่ได้มาเก็บออมเงินในรูปแบบที่มีความหลากหลาย

4) การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล มุสลิมะห์มีความสัมพันธ์ที่เหนียวแน่นกับครอบครัว หรือเครือญาติสนิท อีกทั้งบางรายได้อุปการะเลี้ยงดูลูกหลาน สายเลือดเดียวกับพี่น้องร่วมบิดามารดา ดังนั้นจึงเป็นไปได้ที่หวังพึ่งพาบุคคลเหล่านี้ในช่วงบั้นปลายชีวิต

5) ด้านสังคม เป็นการเตรียมความพร้อมในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างที่ใกล้ชิดทั้งในครอบครัว แม้ว่าบางรายมีบ้านที่แยกออกไปแต่ก็จัดสรรเวลาจากการทำงานเพื่อมาใช้เวลาทำกิจกรรมกับพี่น้อง อาจกล่าวได้ว่าครอบครัวเป็นแหล่งพลังงานบวกที่มาเติมเต็มความสุขในการ

ใช้ชีวิตโสด ปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนสนิทเป็นกลุ่มคนที่ได้รับความไว้วางใจและเป็นปัจจัยที่ช่วยเกื้อหนุน ทั้งการทำงานเป็นที่ปรึกษาปัญหาและผ่อนคลายจิตใจ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในกลุ่มอื่นที่สนใจทั้งกลุ่ม ศาสนา และงานอดิเรก ดังนั้นความโสดจึงเสมือนโอกาสที่ทำให้มุสลิมะห์สามารถเก็บเกี่ยว ประสบการณ์ชีวิตของตนเองได้อย่างเต็มที่

จะเห็นได้ว่ามุสลิมะห์ส่วนใหญ่ได้วางแผนการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ ทั้ง 5 ด้านดังกล่าว จะช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิตของตนเองให้ดีขึ้น เพราะหากมุสลิมะห์มีการเริ่มต้น ปฏิบัติเตรียมพร้อมด้วยตัวเอง ส่งผลให้สามารถแบ่งเบาภาระแก่บุคคลรอบครอบครัว สังคม และภาครัฐ ดังนั้นมุสลิมะห์ที่ได้มีการเรียนรู้การเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่ช่วงวัยผู้สูงอายุเป็นไปได้อย่างสูงกว่ามุสลิมะห์เหล่านี้จะใช้ชีวิตอยู่ในบั้นปลายอย่างมีความสุข

## 2) กลุ่มมุสลิมะห์ที่ไม่ได้เตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

สำหรับกลุ่มนี้เป็นมุสลิมะห์ที่ไม่ได้มีการวางแผนในการใช้ชีวิตของตนเองซึ่งมีเพียง 2 คน โดยคนแรกไม่ได้มีการเตรียมความพร้อม 4 ด้าน คือ ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านจิตใจ และจิตวิญญาณ ด้านการเงิน ด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล อีก 1 คน ไม่ได้มีการเตรียมความพร้อม 1 ด้าน คือ ด้านจิตใจ ดังรายละเอียดต่อไปนี้

- 1) ด้านสุขภาพร่างกาย เนื่องจากมุสลิมะห์ขาดความรู้และความเข้าใจในการดูแลสุขภาพที่ถูกต้อง
- 2) ด้านจิตใจและวิญญาณ เป็นกลุ่มมุสลิมะห์ที่มีสภาพจิตใจที่มีความกังวลต่อการใช้ชีวิตอีกทั้งขาดสิ่งที่ทำให้จิตใจผ่อนคลายจากความเครียดหรือความกังวลต่างๆ กล่าวคือ ไม่ได้ให้ความสำคัญในวิธีการต่างๆของศาสนาเพิ่มเติมเต็มความสงบภายในใจ
- 3) ด้านการเงิน จากการมีสถานะที่ต้องพึ่งพิงที่อยู่อาศัยจากเครือญาติ และว่างงาน จึงไม่มีรายได้และไม่มีการวางแผนทางการเงิน
- 4) ด้านผู้ดูแล เป็นมุสลิมะห์ที่อาศัยอยู่ตัวคนเดียวโดยทั้งพี่น้องได้แยกครอบครัวออกไปซึ่งมุสลิมะห์กลุ่มดังกล่าวเป็นผู้สูงอายุที่อยู่เป็นโสดซึ่งมีแนวโน้มว่าจะใช้ชีวิตโสดเพียงลำพังต่อไป



## 5.2 การอภิปรายผลการวิจัย

### 5.2.1 เงื่อนไขการอยู่เป็นโสดของมุสลิมะห์ในเทศบาลเมืองปัตตานี

#### (1) เงื่อนไขด้านครอบครัว

สภาพภาพในครอบครัว ในกรณีครอบครัวที่มีพี่น้องส่วนใหญ่เป็นผู้ชายที่ต่างแยกย้ายกันไปมีครอบครัว สภาพภาพของมุสลิมะห์ที่ถูกยึดโยงกับการเป็นพี่สาวหรือน้องสาวมักจะถูกคาดหวังในการทำหน้าที่ลูกที่ดีอย่างหลีกเลี่ยงมิได้ ซึ่งสอดคล้องกับสอดคล้องกับ จิตต์ปภัสสร บัทรประโคน (2554, น.130) กล่าวว่า บทบาทของผู้หญิงที่ต้องออกไปทำงานนอกบ้านและกลับมาดูแลครอบครัวซึ่งเป็นความคาดหวังต่อชายหญิงในครอบครัวต่างกัน ในกรณีที่ลูกชายไม่สามารถรับผิดชอบได้หรือตั้งคำถามว่า “ลูกชายไม่ดีแม่ก็ไม่หวัง เขาจะหวังพึ่งลูกสาว” ด้วยสภาพดังกล่าว อาจจะเป็นข้อจำกัดเริ่มต้นในการเปิดรับความสัมพันธ์หรือทำให้มุสลิมะห์ปฏิเสธหรือหลีกเลี่ยงโอกาสเมื่อมีคนมาเสนอ นอกจากนี้แล้วบทบาทที่ต้องทำหน้าที่ดูแลบิดาหรือมารดาที่เจ็บป่วยจึงเป็นข้อจำกัดของมุสลิมะห์ในการสร้างครอบครัว

สภาพแวดล้อมในครอบครัว ในเรื่องประสบการณ์ชีวิตคู่ของบุคคลในครอบครัวที่ประสบความล้มเหลวอีกทั้งความรุนแรงที่เกิดขึ้นอาจจะส่งผลต่อมุมมองทัศนคติและความเชื่อมั่นต่อความสุขในชีวิตครอบครัวอีกทั้งสภาพแวดล้อมในการใช้ชีวิตประจำวันที่ต้องพึ่งพาอาศัยอยู่ในครอบครัวผู้อื่นจึงขาดอำนาจในการตัดสินใจในการใช้ชีวิต สอดคล้องกับปริญญา อยู่เป็นแก้ว (2552, น. 98) กล่าวว่า สภาพสังคมปัจจุบันมีปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างสามีภรรยาปัญหาครอบครัวรวมถึงการหย่าร้างเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสามารถพบเห็นได้จากบุคคลในครอบครัวเดียวกัน คนใกล้ชิด หรือตามสื่อต่างๆเป็นสาเหตุให้ผู้หญิงขาดความเชื่อมั่นในการแต่งงานและการมีครอบครัว จึงตัดสินใจอยู่เป็นโสด

ลักษณะการเลี้ยงดูในวัยเด็กในครอบครัวที่มีการอบรมสั่งสอนมุสลิมะห์ตั้งแต่วัยเด็กจนถึงวัยรุ่นที่มีความเข้มงวดและอยู่ในกรอบหลักการของศาสนาอิสลาม จึงปฏิเสธความสัมพันธ์เชิงคู่รักก่อนการนิกะห์ มุสลิมะห์ที่เติบโตมาในลักษณะครอบครัวดังกล่าวอาจจะขาดโอกาสในการตัดสินใจที่จะเริ่มต้นความสัมพันธ์แม้จะเจอผู้ชายที่ชอบ สอดคล้องกับจิตต์ปภัสสร บัทรประโคน (2554, น.109) ที่นำเสนอในเรื่องประสบการณ์ความรัก ในกรณีของมุสลิมะห์ที่ไม่ได้คบหาเพื่อนต่างเพศในช่วงวัยเรียนหนังสือ นอกจากความมุ่งมั่นเพื่อให้ประสบความสำเร็จในการศึกษาแล้วยังสะท้อนให้เห็นถึงมาตรฐานทางเพศที่แฝงฝังอยู่ในระบบวิถีคิดเรื่องเพศ ในกรณีที่เป็นคู่รักที่ไม่ได้แต่งงานตามหลักศาสนาผู้หญิงจะเป็นผู้เสียหายมากกว่าฝ่ายชาย ดังนั้นจึงทำให้มุสลิมะห์ต้องสำรวจความปรารถนาสว่นความรู้สึกต่อเพศตรงข้าม ขณะเดียวกันเพศชายมีความอิสระสามารถพัฒนาตัวตนทางเพศเชิงรุก กล่าวคือ สามารถขอหมั้นหมายผู้หญิงที่ชอบได้ แม้ว่าผู้หญิงจะมีการศึกษาและมีความทำงานพึ่งพาตนเองได้ แต่โครงสร้างระบบวิถีคิดเรื่องเพศที่ผู้หญิงแสดงออกได้เพียงความรู้สึกชอบ

และมุสลิมะห์ก็ต้องเป็นฝ่ายรอ อาจจะเป็นสาเหตุในการเริ่มต้นสร้างความสัมพันธ์และโอกาสที่จะได้แต่งงาน

ภาระหน้าที่ในครอบครัว สำหรับมุสลิมะห์ที่มีภูมิหลังทางครอบครัวที่ยากจนและการเจ็บป่วยของบิดาหรือมารดาจึงมีบทบาทเป็นหัวหน้าครอบครัว ที่ต้องรับผิดชอบค่าใช้จ่ายและดูแลสมาชิก ภาระหน้าที่ทางครอบครัวจึงเป็นเป้าหมายหลักที่มุสลิมะห์มุ่งยกระดับให้ทุกคนมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นและไม่ได้มองว่าการแต่งงานเป็นเป้าหมายหลักในชีวิต สอดคล้องกับสุซาดา ฐิติระวีวงศ์ (2553, น.7) ได้กล่าวว่า ปัจจุบันสตรีมุสลิมจังหวัดชายแดนภาคใต้มีการเปลี่ยนแปลงบทบาทในครอบครัวและสังคม เนื่องมาจากสภาพเศรษฐกิจ และได้รับการศึกษาที่สูงขึ้นผลที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงคือผู้หญิงมีบทบาทหารายได้มากขึ้นโดยไม่ขัดกับหลักศาสนาอิสลาม

## (2) เงื่อนไขด้านจิตใจ

ทัศนคติด้านบวกในมุมมองการแต่งงาน มุสลิมะห์มีทัศนคติที่ดีและมีความตระหนักถึงคุณค่าว่าการแต่งงานทำให้ชีวิตสมบูรณ์แบบ และได้ปฏิเสธการแต่งงานเพียงแต่ไม่พบคู่ครองตามมาตรฐานที่ตั้งไว้ ดังนั้นหากพบเจอคนที่เหมาะสมก็พร้อมแต่งงานหากไม่เจอก็เลือกที่จะใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด ทั้งนี้ก็ญญารัตน์ สุดสะอาด (2542, น.123 -124) กล่าวว่า ทัศนคติด้านลบในมุมมองการแต่งงานที่เกิดจากสภาพแวดล้อมของสมาชิกในครอบครัว และคนใกล้ชิดที่เกิดความล้มเหลวนำมาซึ่งปัญหาความรุนแรงและเกิดการหย่าร้าง สถานการณ์จากความล้มเหลวทั้งการกระทำและคำพูดที่ประสบพบเจอจึงเกิดความรู้สึกด้านลบกับเพศชายนำไปสู่ทัศนคติเชิงลบที่มีต่อการแต่งงาน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของธัญดา บุรณวุฒิ (2553, น. 99) ที่พบว่า ความสุขของการมีชีวิโสดมาจากการพึงพอใจในชีวิต รับรู้ถึงอิสระและมีพลังในตนเองและรู้จักตนเอง

มาตรฐานการเลือกคู่ครอง การตั้งมาตรฐานของคู่ครองในอุดมคติที่คาดหวังไว้ทั้งในเรื่องความมั่นคงของหน้าที่การงาน การศึกษา ที่มีสถานภาพที่ทัดเทียมหรือใกล้เคียงกัน โดยเฉพาะผู้ชายที่สามารถเป็นผู้นำที่มีความรู้และใช้ชีวิตตามแนวทางอิสลามที่ทัดเทียม จึงปฏิเสธการแต่งงานหากคนมาสู่ขอหรือเริ่มต้นความสัมพันธ์หากผู้ชายไม่มีคุณสมบัติตามที่ตั้งไว้ มีความสอดคล้องกับปริญา อยู่เป็นแก้ว (2552, น.111) ระดับการศึกษาที่สูงทำให้หน้าที่การงานและการเงินของผู้หญิงสูงตามไปด้วย และเมื่อผู้หญิงมีการศึกษาสูงส่วนใหญ่จะมีการตั้งมาตรฐานการเลือกคู่ครองไว้สูงเช่นเดียวกัน ดังนั้นหากไม่พบผู้ชายในลักษณะที่ทัดเทียมกับตนหรือสูงกว่าตนเอง หรือตามที่กำหนดตั้งไว้ผู้หญิงอาจเลือกที่จะอยู่เป็นโสดทางการแต่งงานมีคู่ครอง

ประสบการณ์ความรัก ผู้หญิงที่เคยมีประสบการณ์ความรักที่ผิดหวังนำมาซึ่งความรู้สึกขาดความเชื่อมั่นและกลัวต่อความล้มเหลวในการมีความรักครั้งแรก จึงปฏิเสธและปิดกั้นตัวเองจากผู้ชายที่เข้ามา การไม่มีประสบการณ์ความรักที่เกิดจากความมุ่งมั่นในการเรียนและการทำงาน และเลื่อนการแต่งงานจนทำให้มีอายุมากขึ้น จนหาโอกาสแต่งงานยากขึ้นจึงเลือกใช้ชีวิตอยู่เป็นโสด ปริญา อยู่เป็นแก้ว (2552, น.108) ความรู้สึกเจ็บปวดส่งผลต่อความคิดและการอยู่เป็นโสดเมื่อผู้หญิงถูกทำให้เจ็บปวด ในความสัมพันธ์เรื่องความรักอาจจะหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดที่คล้ายคลึงกันการอยู่เป็นโสดเป็นความรู้สึกที่ทำให้ปลอดภัย

### (3) เงื่อนไขด้านสังคม

การศึกษาและการทำงาน สถานะทางสังคมทั้งในการด้านการศึกษาที่ส่งผลให้มุสลิมะห์มีหน้าที่การงานที่มีความมั่นคงจึงส่งผลต่อความเชื่อมั่นต่อการใช้ชีวิต ทั้งในด้านความสามารถในการทำงานและเป็นผู้ในดูแลรับผิดชอบด้วยกำลังของตนเองอย่างเต็มที่ จึงไม่ได้คาดหวังจะพึ่งพาผู้ชายมาตรฐานคู่ครองจึงมีมากขึ้นและมองเห็นคุณค่าของตนเองไม่ได้มีความกังวลต่อการอยู่เป็นโสด ดังนั้นแล้วปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจมีอิทธิพลต่อครอบครัว จรัลพร ໒໒ ໒໒ (2562, น.1-2) กล่าวถึงมุมมองการสร้างครอบครัวและการอยู่ร่วมกันแบบครอบครัว โดยสามารถสะท้อนออกมาในรูปแบบที่ทำให้ผู้หญิงตัดสินใจแต่งงานหรือครองโสด

### (4) เงื่อนไขด้านสุขภาพ

ปัญหาสุขภาพในการมีโรคประจำตัวที่เป็นข้อจำกัดที่สำคัญในการตัดสินใจแต่งงาน แม้ว่าจะพบเจอกับบุคคลที่ตรงตามทัศนคติที่หวังไว้ และมองว่าการดูแลตัวเองชีวิตของตนเองเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด สอดคล้องกับ ธานิกา ธนาเลิศกุล (2562, น. 123) โดยเสนอว่า ปัญหาสุขภาพที่ผู้หญิงประสบอาจจะเป็นปัจจัยทางปัญหาสุขภาพที่ไม่สามารถแต่งงานได้

## 5.2.2 การเตรียมความพร้อมก่อนเข้าสู่ผู้สูงอายุของมุสลิมะห์ที่อยู่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี

ด้านสุขภาพร่างกาย มุสลิมะห์ส่วนใหญ่ให้ความสำคัญกับการดูแลตัวเองด้วยการออกกำลังกาย นอกจากนี้ยังเน้นการรับประทานอาหารเสริมต่างๆ เพื่อให้มีสุขภาพแข็งแรงอยู่เสมอ โดย ทั้งนี้ในการเลือกดูแลสุขภาพนั้นขึ้นอยู่กับสภาพร่างกายของตนเองและโรคประจำตัว เนื่องจากบางคนมีข้อจำกัดจากการเจ็บป่วยหรือบาดเจ็บของร่างกาย สอดคล้องกับการศึกษาของ ปานจันทร์ อิมาน่า (2558, น.4) ที่กล่าวว่าผู้หญิงยังคงให้ความสำคัญในการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพซึ่งจะมีบางคนต้องทำงาน ส่งผลให้ไม่มีเวลาเพียงพอที่จะดูแลสุขภาพจึงเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และอาหารเสริมจำพวกวิตามินต่างๆ เพื่อเพิ่มสารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกาย

ด้านสุขภาพจิตใจและจิตวิญญาณ ในการดูแลสุขภาพจิตใจเมื่อพบเจอกับปัญหาต่างๆที่เข้ามาในชีวิตมีวิธีการคือ ต้องเป็นที่พึ่งให้แก่ตัวเองก่อนจะขอความช่วยเหลือจากบุคคลรอบข้าง อีกทั้งการดูแลสุขภาพจิตที่เกิดจากความเชื่อทางด้านศาสนา และดูแลด้านจิตวิญญาณที่มีความตระหนักให้ความสำคัญในด้านนี้มากกว่าตอนวัยรุ่น คือ เมื่ออายุมากขึ้นยังให้ความสำคัญเรื่องนี้ไปด้วยการปฏิบัติศาสนกิจที่เพิ่มมากขึ้นในชีวิตประจำวันเพื่อสะสมผลบุญอีกทั้งมีศาสนาเป็นสิ่งยึดเหนี่ยวพึ่งพาทางใจเมื่อประสบกับอารมณ์ความรู้สึกหรือปัญหาต่างๆ เฉาก ธนะศิริ (2546, น.7) ให้ข้อคิดว่า เนื่องจากการเกษียณอายุเป็นภาวะการเปลี่ยนแปลงบทบาทและสถานภาพทางสังคมอย่างฉับพลัน ถ้าไม่ได้มีการเตรียมใจไว้ล่วงหน้า มักจะประสบปัญหาความเครียดและการปรับตัวไม่ได้ ซึ่งจะก่อให้เกิดปัญหาทางด้านจิตใจทำให้มีอาการรุนแรงหงุดหงิด เหนง ว่าแห้ว เปื่อหน่ายชีวิต มีความวิตกกังวล ดังนั้นการเตรียมตัวด้าน จิตใจ คือ สร้างขวัญกำลังใจที่ดี ในการเผชิญหน้ากับวัยเกษียณ ยอมรับว่าการเกษียณเกิดกับทุกคนโดยใช้หลัก ธรรมะเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ และสร้าง

ความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว ฝึกตนให้เป็นคนใจกว้าง มองโลกในแง่ดีและหลายๆแง่มุม รู้จักปล่อยวางเมื่อมีปัญหาแก้ปัญหาด้วยและความมีสติรู้จักควบคุมตนเอง

ด้านการเงิน มุสลิมะห์มีการวางแผนทางการเงินอย่างเป็นระบบด้วยการควบคุมรายจ่ายเป็นการวางแผนทางการเงินโดยการประเมินรายได้จากการทำงาน การเพิ่มช่องทางรายรับคือไม่ได้ยึดอาชีพหลักเป็นอาชีพเดียว แม้จะเป็นอาชีพที่มีเงินสูงและมั่นคงแต่ยังตระหนักถึงภาระหน้าที่โดยการหาค่าใช้จ่ายมาจุนเจือครอบครัว โดยการนำเงินออมมาลงทุนทำอาชีพเสริมอื่นๆ เพื่อนำเงินที่ได้มาเก็บออมเงินในรูปแบบที่มีความหลากหลาย สอดคล้องกับวรรณกรรม ชัยชื้อ (2556, น.67) ที่ให้ความสำคัญของการเตรียมความพร้อมของข้าราชการทหารบกในเรื่องด้านการเงิน และด้านที่อยู่อาศัยเป็นอันดับแรก จะเห็นได้ว่าข้าราชการครูและข้าราชการทหารให้ความสำคัญกับการเตรียมความพร้อมด้านการเป็นอันดับแรกก่อนที่จะเกษียณข้าราชการ

การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล มุสลิมะห์ความสัมพันธ์ที่เหนียวแน่นกับครอบครัว หรือเครือญาติสนิท อีกทั้งบางรายได้อุปการะเลี้ยงดูลูกหลานสายเลือดเดียวกับพี่น้องร่วมบิดามารดา ดังนั้นจึงเป็นไปได้ที่หวังพึ่งพาศุภบุคคลเหล่านี้ในช่วงบั้นปลายชีวิตซึ่งแตกต่างกับปริณดา บุญชัย (2555, น.7) ที่กล่าวว่า ประชาชนวัยแรงงานมีการเตรียมความพร้อมในการเป็นผู้สูงอายุในอนาคตด้านสุขภาพอนามัย ด้านการปรับตัวทางสังคมและจิตใจ และด้านที่อยู่อาศัยไม่มากนัก ยกเว้นด้านพฤติกรรมการออมที่มีการเก็บออมเงินไว้เพื่อใช้จ่ายในยามจำเป็น

ด้านสังคม เป็นการเตรียมความพร้อมในการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างที่ใกล้ชิดทั้งในครอบครัว แม้ว่ามุสลิมะห์บางคนมีบ้านที่แยกออกไปแต่ก็จัดสรรเวลาจากการทำงานเพื่อมาใช้เวลาทำกิจกรรมกับพี่น้อง อาจกล่าวได้ว่าครอบครัวเป็นแหล่งพลังงานบวกที่มาเติมเต็มความสุขในการใช้ชีวิตสอด ปฏิสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนสนิทเป็นกลุ่มคนที่ได้รับความไว้วางใจเป็นปัจจัยที่ช่วยเกื้อหนุนทั้งการทำงานเป็นที่ปรึกษาปัญหาและผ่อนคลายจิตใจ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในกลุ่มอื่นที่สนใจทั้งกลุ่มศาสนาและงานอดิเรกโดยมี ดังนั้นความสอดจึงเสมือนโอกาสที่ทำให้มุสลิมะห์สามารถเก็บเกี่ยวประสบการณ์ชีวิตของตนเองได้อย่างเต็มที่ สอดคล้องกับ สุวิทย์ ขจรกล้า (2559, น. 56) ที่กล่าวว่า พนักงานมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุโดยการหาความรู้ เกี่ยวกับงานอดิเรกที่ตรงกับความสนใจของตนเอง อีกทั้งการวางแผนที่จะเข้าร่วมกิจกรรมที่เป็นประโยชน์แก่สังคมเมื่อใกล้เกษียณอายุ

### 5.3 ข้อเสนอแนะ

#### 5.3.1 ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้

ภาครัฐหรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรจัดทำแผนที่เกี่ยวข้องกับสวัสดิการต่างๆเพื่อรองรับมุสลิมะห์ที่จะเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ

#### 5.3.2 ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษาการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยสูงอายุของมุสลิมะห์ในคุณภาพและเชิงปริมาณ เพื่อให้ได้ทราบถึงข้อมูลเชิงลึกและมุมมองที่ครอบคลุมมากขึ้น
2. การศึกษาครั้งเป็นการศึกษาในพื้นที่เฉพาะกลุ่มมุสลิมะห์ในเขตเทศบาลเมือง ควรมีการขยายศึกษาคุณภาพชีวิตของมุสลิมะห์ที่อยู่เป็นโสดในพื้นที่ชนบท เพื่อเปรียบเทียบเงื่อนไขและลักษณะการวางแผนเตรียมความพร้อมในการเป็นผู้สูงอายุ

## บรรณานุกรม

- กนิษฐา จันทร์งาม. (2548). *ความสัมพันธ์ระหว่างเพศสภาพกับการให้คุณค่ากับตนเองของสตรีในเขตกรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยมหิดล).
- กรมสุขภาพจิต. (2559). *รายงานผลสุขภาพจิตประจำปี 2551*. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข.
- กฤษยา อชวานิชกุล. (2547). *ผู้หญิงกับนโยบายประชากรและสิทธิในการควบคุมภาวะเจริญพันธุ์*. กรุงเทพฯ: ประชากรและสังคม.
- กัญญารัตน์ สุดสะอาด. (2542). *สตรีโสดในสังคมไทยปัจจุบัน*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยรามคำแหง).
- กัญญา ชื่นอารมย์ และวลัยนารี พรหมลา. (2560). การพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ จังหวัดปทุมธานี *วิชาการ*, 3(2), 1-2.
- กานดา จันทร์แย้ม. (2546). *จิตวิทยาอุตสาหกรรมเบื้องต้น*. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- กิ่งแก้ว ทรัพย์พระวงศ์. (2552). *จิตวิทยาทั่วไป = General psychology*. (พิมพ์ครั้งที่ 17). กรุงเทพฯ: คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
- กฤษณ์วรรณ นิตกรกุล. (2552). *ทัศนคติต่อการอยู่เป็นโสดของสตรีในเขตกรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์).
- กฤษณาลี เงามแสงธรรม. (2551). *การเตรียมการเข้าสู่วัยสูงอายุที่มีศักยภาพของบุคลากรกระทรวงการพัฒนาลังคมและความมั่นคงของมนุษย์*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- เกื้อ วงบุญสิน. (2559). *คุยกับ ศ.ดร.เกื้อ วงศ์บุญสิน “ไทยกำลังเปลี่ยนจากสังคม DINK เป็น SINK”*. สืบค้นจาก: <https://www.isranews.org/thaireform>.
- คาสปาร์ พิค วาสนา อิมเอม และรัตนภรณ์ ตั้งธนเศรษฐ์. (2558). *รายงานสถานการณ์ประชากรไทย พ.ศ. 2558 โฉมหน้าครอบครัวไทยยุคเกิดน้อย อายุยืน*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล และสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ.
- คณะกรรมการบริหารงานจังหวัดแบบบูรณาการจังหวัดปัตตานี. (2558). *แผนพัฒนาจังหวัดปัตตานี พ.ศ. 2557 – 2560*. สืบค้นจาก: <https://dl.parliament.go.th/handle/lirt/589786>.
- จรัมพร ให้อาย และ สวริย์ บุญยมานนท์. (2552). *ปัจจัยทางเศรษฐกิจกับการสร้างครอบครัวในชาย โพรซิตา และ สุชาดา ทวีสิทธิ์ (บรรณาธิการ), “ครอบครัวไทย” ในสถานการณ์การเปลี่ยนผ่านทางสังคมและประชากร*. (น.48-68). นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จังหวัดปัตตานี. (2559). *สวัสดิ์ปัตตานี*. ปัตตานี: ศาลากลางจังหวัดปัตตานี.
- จุฑามณี จันทร์ทรัพย์. (2556). *การศึกษาเปรียบเทียบการวางแผนชีวิตก่อนเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของประชาชนที่รับราชการและไม่ได้รับราชการ อำเภอเมืองตาก จังหวัดตาก*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).

- จิตต์ปัสส์ บัตรประโคน. (2554). *สีเน่หาแห่งเพศ : ชีวิตและความรักของผู้หญิงมุสลิมโสดในจังหวัดปัตตานี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).
- จำเนียร จวงตระกูล. (2561). ปัญหาการกำหนดกลุ่มตัวอย่างและวิธีการสุ่มตัวอย่างในการวิจัยเชิงคุณภาพ. *บริหารธุรกิจและสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง*, 1(2), 6-14.
- ฉก ณะศรี. (2546). *ชีวิตนี้มีหัตถ์จรรยและพิศดารยิ่งนัก*. กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คพับลิเคชัน.
- ชลลดา วาดนั่ม. (2553). *ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขของสตรีโสดในกรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ).
- ซัสสูนี สุศีลวรรณ. (2528). *ความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองของสตรีโสดในกรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- ชนัญญา ปัญจพล. (2558). *การเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ: กรณีศึกษาสำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (ส่วนกลาง)*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- ชัญวลี ศรีสุโข. (2558). NATURAL REMEDIES รักษาอาการวัยทอง. *ชีวจิต*, (19), 42-43.
- ชาย โปธิสิตา. (2551). การเปลี่ยนแปลงครอบครัวและครัวเรือนไทย: เรา (ไม่) รู้อะไร? ใน *สุรีย์พร พันพิ่ง และ มาลี สันภูวรรณ (บรรณาธิการ), จุดเปลี่ยนประชากร จุดเปลี่ยนสังคมไทย*. (น. 23-39). นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- \_\_\_\_\_. (2552). *ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้ง.
- \_\_\_\_\_. (2552). ประชากรและสังคม: ครอบครัวไทยในสถานการณ์เปลี่ยนผ่านทางสังคมและประชากร. ใน *ชาย โปธิสิตา และ สุชาดา ทวีศักดิ์ (บรรณาธิการ), ครอบครัวไทยในสถานการณ์เปลี่ยนผ่านทางสังคมและประชากร* (น. 21-28). นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล.
- \_\_\_\_\_. (2554). เกิดอะไรขึ้นกับครอบครัว?. ใน *ชาย โปธิสิตา และ สุชาดา ทวีศักดิ์ (บรรณาธิการ), ประชากรและสังคม 2552 ครอบครัวไทยในสถานการณ์เปลี่ยนผ่านทางสังคมและประชากร* (น. 1-15). นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล.
- ธานีภา ธนาเลิศกุล. (2562). การศึกษาความคิดและการวางแผนชีวิตของผู้หญิงโสดในสังคมเมืองที่กำลังก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุ. (รายงานการศึกษาเฉพาะบุคคล, มหาวิทยาลัยศิลปากร)
- ณัฐจรี สุวรรณภัก. (2549). รูปแบบครอบครัวทางเลือกในสังคมสมัยใหม่: กรณีศึกษาการอยู่เป็นโสดของผู้หญิงไทย. *ธรรมศาสตร์*, 4(1) 4-10.
- ทัศนัย วงศ์พิเศษกุล. (2557). *โสด ≠ โดดเดี่ยว*. กรุงเทพฯ: สำนักงานบริหารและพัฒนาองค์ความรู้
- ทัศนีย์ ดาวเรือง. (2555). การเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่การเกษียณอายุที่มีคุณภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. (วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์)
- ทิพวัลย์ วรรณะโชติผาเวช (2546). *คุณภาพชีวิตของผู้บริหารโรงเรียนสังกัดสำนักงานประถมศึกษาจังหวัดอุดรดิต*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต, สถาบันราชภัฏอุดรดิต)

- ฉันยุดา บุรณวุฒิ. (2553). *ความสุขของผู้หญิงโสด อายุ 35 ปีขึ้นไป*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต, มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์).
- ธาริณี บัณฑิตวัฒนาวงศ์. (2556). *รูปแบบการดำเนินชีวิตและพฤติกรรมในการเปิดรับสื่อของผู้หญิงโสด ในกรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).
- นัทธมน หรืออินทร์. (2561). *การสร้างเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตเทศบาลตำบลหนองสองห้อง อำเภอหนองสองห้อง จังหวัดขอนแก่น. โรงพยาบาลมหาสารคาม, 15(1), 1-3.*
- นิลญา อารณกุล. (2559). *การปรับตัวของนักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 1 คณะแพทยศาสตร์แห่งหนึ่ง ในประเทศไทย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).
- นิตชาล กิจขระภูมิ. (2556). *การเตรียมความพร้อมเพื่อการรับเด็กและเยาวชนที่เคยกระทำผิดกลับสู่ ชุมชน กรณีศึกษาศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชน เขต 5 (จังหวัดอุบลราชธานี)*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- นิตา ชูโต. (2548). *การวิจัยเชิงคุณภาพ*. กรุงเทพฯ: พรินต์โพร.
- บรรลุ ศิริพานิช. (2548). *คู่มือผู้สูงอายุฉบับสมบูรณ์*. กรุงเทพฯ: พิมพ์ดี.
- บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ. (2551). *ระเบียบวิธีการวิจัยทางสังคมศาสตร์*. พิมพ์ครั้งที่ 10. กรุงเทพฯ : จามจุรีโปรดักท์.
- บรรจง ปินกาชัน. (2553). *การแต่งงานในอิสลาม*. กรุงเทพฯ: อัล อะมีน.
- ประเวศ วะสี (2543). *การปฏิรูปการศึกษาไทย ยกเครื่องทางปัญญา ข้อเสนอเชิงยุทธศาสตร์และ มาตรการ*. กรุงเทพฯ: ม.ป.ท.
- ปรัศนี หมัดหมาน, อัญธิกา แก้วระรัตน์, ณัฐนันท์ โขสงวน, วะฬา บุญศิริ, ชุสนา กิจรักษา และ จุฑามาศ สมคิด. (2561). *SELAMAT DATANG KE PATTANI: สวัสดีปัตตานี*. หาดใหญ่: ไอคิว มีเดีย.
- ปราโมทย์ ประสาทกุล. (2544). *คนเดี๋ยวนี้อายุยืนลง. ประชากรและการพัฒนา, 21(1), 1-17.*
- ปานจันทร์ อิ่มนำ. (2558). *ความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถทางกายภาพ สภาพแวดล้อม การมีส่วนร่วมทางสังคมและสุขภาพจิตของผู้สูงอายุไทย. วารสารประชากรศาสตร์, 34 (1), 4-8.*
- ปริญญา อยู่เป็นแก้ว. (2552). *การตัดสินใจอยู่เป็นโสดของผู้หญิงในยุคโลกาภิวัตน์*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- ปริญดา บุญชัย. (2555). *การเตรียมความพร้อมของวัยแรงงานเพื่อเข้าสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีคุณภาพ ชีวิตของประชาชนในพื้นที่องค์การบริหารส่วนตำบลดองดั่ง อำเภอหนองสองห้อง จังหวัด ขอนแก่น. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบบริหาร, 2 (2), 1-7.*
- พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๕๔. (2554). *โสด*. สืบค้นจาก [www.royin.go.th/dictionary](http://www.royin.go.th/dictionary).
- \_\_\_\_\_. (2526). *พจนานุกรมศัพท์ศิลปกรรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน*. กรุงเทพฯ: ราชบัณฑิตยสถาน.
- พรพรรณ ยาใจ. (2550). *ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์ต่อการตัดสินใจของนักศึกษาต่างชาติในการเข้ามา เป็นนักศึกษาแลกเปลี่ยนในประเทศไทย กรณีศึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารบัณฑิต, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลธัญบุรี).



- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2542). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.
- พัชรารวลัย วงศ์บุญสิน. (2553). *โครงสร้างประชากรที่เปลี่ยนแปลงไปของประชาคม อาเซียน*.  
โอกาสหรือภาวะคุกคาม. กรุงเทพฯ: สถาบันเอเชียศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภัทรพร ตาสิ่งห์ และศุทธิดา ชนวนวัน. (2559). ชีวิตที่ออกแบบเองได้ของคนโสดที่อาศัยอยู่ตาม  
ลำพัง. *กาสะลองคำ*, 2(10), 121-134.
- พิมลพรรณ อิศรภักดี. (2557). การยอมรับพฤติกรรมการมีเพศสัมพันธ์ก่อนแต่งงานของคนไทย.  
*ราชภัฏพระนคร สาขามนุษยศาสตร์*, 11(2), 137-143.
- ภัทรพร อ่อนไสว. (2544). *แนวทางการพัฒนาบริการเพื่อเตรียมการให้กับสตรีโสดก่อนเข้าสู่วัย  
สูงอายุในเขตดินแดง กรุงเทพมหานคร*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหาร  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- ภัสสร ลิมานนท์ และคณะ. (2557). *การศึกษาทัศนคติและค่านิยมของสตรีไทยเกี่ยวกับการสมรส  
กรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ภัสสร ลิมานนท์. (2548). *ญ.ชีวิตแต่งงานกำลังหมดความหมาย? สถานการณ์การเปลี่ยนแปลงภาวะ  
สมรสในเอเชีย*. *วารสารประชากรศาสตร์*, 21(2), 1-16.
- \_\_\_\_\_. (2556). การแต่งงานและครอบครัวภายใต้บริบทประชาคมอาเซียน: การศึกษาวิจัย  
ในมิติใหม่. ใน จงจิตต์ ฤทธิรงค์, ศุทธิดา ชนวนวัน และ ปราโมทย์ ประสาทกุล  
(บรรณาธิการ), *ประชากรและสังคม ในอาเซียน: ความท้าทายและโอกาส*. (น. 23-44).  
นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ภูเบศร์ สมุทรจักร, ชีรนุช ก้อนแก้ว และ ธิฎวัน อุเด็น. (2560). *ความอยู่ดีมีสุขของครอบครัวไทย*.  
นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ภูเบศร์ สมุทรจักร. (2559). *สังคมไทย ครอบครัวไทย*. ใน ประทีป นัยนา (บรรณาธิการ),  
*ความอยู่ดีมีสุขครอบครัวไทย*. (น.1-3). นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- \_\_\_\_\_. (2560). *ความอยู่ดีมีสุขของครอบครัวไทย*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากร  
และสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล.
- มนสิการ กาญจนะจิตรรา และ นุชราภรณ์ เลี้ยงรื่นรมย์. (2557). นโยบายเมื่อหมดยุคโซ่ทองคล้องใจ.  
ในยุพิน วรสิริอมร, จงจิตต์ ฤทธิรงค์, ศุทธิดา ชนวนวัน และพจนา หันจางสิทธิ์ (บรรณาธิการ),  
*ประชากรและสังคม 2557: การเกิดกับความมั่นคงในประชากรและสังคม*.
- \_\_\_\_\_. (2559). *เมื่องานรัดตัวจะสร้างครอบครัวได้อย่างไร: สมดุลชีวิตและงานของ  
คนรุ่นใหม่*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- \_\_\_\_\_. (2560). การตัดสินใจด้านการเจริญพันธุ์ของคนเจนวาย. ใน สุชาดา ทวีสิทธิ์  
(บรรณาธิการ), *"ความเป็นธรรม" และ "ความเป็นไท" ด้านเพศและการเจริญพันธุ์:  
ความท้าทายที่ไม่สิ้นสุด*. (น. 141-156). นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม  
มหาวิทยาลัยมหิดล.
- \_\_\_\_\_. (2562). *ชุดโครงการวิจัยการดูแลครอบครัวเปราะบาง ในสถานการณ์การ  
เปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรและสังคมไทย*. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม  
มหาวิทยาลัยมหิดล.

- เมทาวี สุขปาน. (2556). ปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจเลือกศึกษาต่อในหลักสูตรประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง (ปวส.) ของนักเรียน กรณีศึกษาวิทยาลัยพณิชยการธนบุรี. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต).
- เมทินี แสงกระจ่าง. (2557). ปัจจัยที่ผลต่อภาวะเจริญพันธุ์ของสตรีไทยในสังคมยุคใหม่ กรณีศึกษาสตรีที่ตั้งใจอยู่กับคนรัก. *BU Academic Review*, 13 (1), 3 -15.
- ราชบัณฑิตสถาน. (2526). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525*. กรุงเทพมหานคร: อักษรเจริญทัศน์.
- รวีวรรณ ธรณี. (2549). *ผู้หญิงโสด: อัตลักษณ์และการดำเนินชีวิต*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- รวรรณ ชัยชื่น. (2556). *การศึกษาการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุของข้าราชการทหารประจำการ ณ กรมทหารสื่อสาร กรุงเทพมหานคร*. (งานวิจัยปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศิลปากร).
- รัตติกร สุนาพรทิพย์. (2536). *ภาพลักษณ์หญิงโสดในสังคมไทย*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล).
- รัตนา พัฒนารักษ์. (2549). *ความพร้อมในการจัดสวัสดิการผู้สูงอายุของชุมชน: ศึกษาเฉพาะกรณีชุมชนบ้านนาหว้า อำเภอจะนะ จังหวัดสงขลา*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- ลีลศร พ่วงศรี. (2546). *การศึกษาปัจจัยบางประการที่สัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของนักศึกษาระดับปริญญาตรี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล).
- ลีลาวดี อัครเศรณี. (2549). *การเตรียมการเพื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุของประชาชนตำบลไร้ง อําเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- วรางคนางค์ รัตนประสิทธิ์. (2550). *การรับรู้ภาพลักษณ์และการนำเสนอตนเองในด้านหน้าที่การงานของผู้หญิงโสด*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).
- วราภรณ์ รักวิจัย. (2547). *จิตวิทยาและการปรับตัว*. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- รวรรณ ชัยชื้อ. (2556). *การเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุราชการของทหารบกประจำการ ณ กรมทหารบกสื่อสาร กรุงเทพมหานคร*. (งานวิจัยปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศิลปากร).
- วฤชสพร ธีรัฐจิโรจน์. (2560). *บทบาทที่บั่นทอนของคนวัยแรงงานในครอบครัวที่มีสมาชิกพึ่งพิง*. *การเมืองการปกครอง*, 7(2), 355-377.
- วาสนา อิมเมม, รัตนาภรณ์ ตั้งธนเศรษฐ์ และ คาสปาร์ พีค. (2558). *รายงานสถานการณ์ประชากรไทย พ.ศ. 2558 โฉมหน้าครอบครัวไทยยุคเกิดน้อย อายุยืน*. กรุงเทพฯ: ไทยพับลิก้า.
- วันทนี นวลละออง. (2553). *ความต้องการความรู้ทักษะ และบริการสำหรับผู้ป่วยสูงอายุที่บ้าน: กรณีศึกษาญาติผู้ดูแลผู้ป่วยสูงอายุที่เข้ารับการรักษาในหอผู้ป่วยในโรงพยาบาลราชวิถี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).

- วิชญาพร สุวรรณเทน. (2541). ผลการใช้ชุดเรียนรู้ด้วยตัวเองเรื่องการเตรียมความพร้อมในบทบาทพยาบาลที่เลี้ยงต่อความรู้และความพร้อมในบทบาทพยาบาลที่เลี้ยงของพยาบาลประจำห้องคลอด. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).
- วิฑูรย์ เดโช. (2541). คุณภาพชีวิตการทำงานของข้าราชการตำรวจภูธรที่ปฏิบัติงานในจังหวัดระนอง. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต).
- ศศิพัฒน์ ยอดเพชร. (2544). *สวัสดิการผู้สูงอายุ: โครงการตำรามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ศิริประภา วัฒนาภิตติกุล. (2552). การเตรียมการเพื่อให้เป็นวัยสูงอายุที่มีสุขภาพดี (Health aging) ของกำลังพลทหารปฏิบัติงานภายในกองทัพภาคที่ 1. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- ศิริวรรณ เสรีรัตน์. (2549). *การตลาดยุคใหม่*. กรุงเทพฯ: อรรถนิเวศ.
- ศรีณพงษ์ เทียงธรรม. (2546). Single woman. สืบค้นจาก: <http://www.marketeer.co.th>.
- ศิวารวรรณ ศิริไชยบุญวัฒน์. (2546). *ภาวะการครองโสดถาวรของคนไทยมุสลิม พ.ศ. 2513 – 2543*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยมหิดล).
- ศิริพร จิรวัฒน์กุล. (2553). *การวิจัยเชิงคุณภาพด้านวิทยาศาสตร์สุขภาพ*. กรุงเทพฯ: วิจัยพัฒนา.
- ศิริไล ขยางกูร. (2554). *การเตรียมความพร้อมของครัวเรือนและชุมชนในการก้าวสู่สังคมชราภาพของเทศบาลตำบลศาลายานครปฐม*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา สถาบันวิจัยและพัฒนา.
- ศิริประภา วัฒนาภิตติกุล. (2552). การเตรียมการเพื่อให้เป็นวัยสูงอายุที่มีสุขภาพดี (Health aging) ของกำลังพลทหารที่ปฏิบัติงานภายในกองทัพภาคที่ 1. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- ศุทธิดา ชวนวัน และ ปิยวัฒน์ เกตุวงศา. (2557). ทำไมผู้หญิงไม่แต่งงาน: ผู้ชายหายไปไหน. ใน ยุพิน วรสิริอมร, จงจิตต์ ฤทธิรงค์, ศุทธิดา ชวนวัน และ พจนา หันจางสิทธิ์ (บรรณาธิการ), *การเกิดกับความมั่นคงในประชากรและสังคม*. (น. 23-41). นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- โศรยา เตชะวัฒนเศรษฐ์. (2554). *โลกทัศน์และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการอยู่เป็นโสดของพนักงานต้อนรับหญิงรับบนเครื่องบิน*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย).
- สมคิด บางโม. (2548). *องค์การและการจัดการ*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: วิจัยพัฒนา.
- สร้อยตระกูล อรรถมานะ. (2550). *พฤติกรรมองค์กร ทฤษฎีและการประยุกต์*. (พิมพ์ครั้งที่ 4). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุขใจ น้ำฟูต. (2557). *กลยุทธ์การบริหารการเงินส่วนบุคคล*. (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- สุชาติ ทวีสิทธิ์ และคณะ. (2556). การแต่งงานและครอบครัวภายใต้บริบทประชาคมอาเซียน: การศึกษาวิจัยในมิติใหม่. ใน ศุภธิดา ชนวนัน (บรรณาธิการ), ประชากรและสังคม 2556: ประชากรและสังคมในอาเซียน :ความท้าทายและโอกาส = Population and society in ASEAN : challenges and Opportunities. (น. 12-18). นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สุชาติ จูติระวีวงศ์. (2553). *พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5-6 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษายะลาเขต 1.*(วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์)
- สุวิทย์ ขจรกล้า. (2559). *การศึกษาการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณของพนักงานในนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี.* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา)
- สวรัย บุญยमानนท์. (2552). ปัจจัยทางเศรษฐกิจกับการสร้างครอบครัว. สืบค้นจาก <http://www.ipsr.mahidol.ac.th/IPSR>.
- สจี กุศลวัชวงศ์ และคณะ. (2560). พฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของพนักงานเทศบาลในจังหวัดอุดรธานี. *วารสารวิทยาลัยบัณฑิตเอเชีย*, 7 (2), 1-5.
- สันติชัย แยมใหม่. (2556). *มายาคติทางเพศผ่านสัญญาณในพีอีโนราโรงครุ.* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์).
- สำนักงานสถิติจังหวัดปัตตานี. (2553). ประชากรอายุ 13 ปีขึ้นไป จำแนกตามสถานภาพสมรส กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง. สืบค้นจาก <http://pattani.nso.go.th>.
- \_\_\_\_\_. (2553). รายงานสำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ. 2553. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- \_\_\_\_\_. (2553). การสำมะโนประชากรและเคหะ พ.ศ. 2513-2553. สืบค้นจาก <http://www2.nso.go.th>.
- \_\_\_\_\_. (2556). การสำรวจภาวะการทำงานของประชากรไตรมาส 3. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- \_\_\_\_\_. (2557). รายงานสถิติจำนวนประชากรและบ้านประจำปี พ.ศ.2557. สืบค้นจาก <https://stat.dopa.go.th/stat/statnew>.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2553). 4 ทศวรรษการสมรสของคนไทย. สืบค้นจาก <http://popcensus.nso.go.th/topic.php>.
- \_\_\_\_\_. (2560). *การศึกษาแนวโน้มความต้องการแรงงานของตลาดแรงงานในประเทศไทยช่วง ปีพ.ศ. 2560-2564.* กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติพยากรณ์.
- สุทินันท์ น้ำเพชร. (2542). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยคัดสรรกับการปรับตัวของผู้สูงอายุภายหลังเกษียณอายุราชการในจังหวัดเพชรบุรี.* (วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยมหิดล).
- สุพัตรา สุภาพ. (2543). *สังคมและวัฒนธรรมไทย.* กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.

- สุภางค์ จันทวานิช. (2545). *การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพ*. (พิมพ์ครั้งที่ 5).  
กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- \_\_\_\_\_. (2552). *วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ*. (พิมพ์ครั้งที่ 17). กรุงเทพฯ: ด้านสุทธาการพิมพ์.
- \_\_\_\_\_. (2554). *วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ*. (พิมพ์ครั้งที่ 19). กรุงเทพฯ : ด้านสุทธา การพิมพ์.
- สุภาภรณ์ งามวัน. (2548). *พลวัตภาพเหมารวมของผู้หญิงไทยที่แต่งงานกับชาวต่างชาติ*.  
(วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์).
- สุพรรณิรัตน์ นานนท์ และเมธี จันทชาติ (2557). รูปแบบการเตรียมความพร้อมเพื่อการเกษียณอายุ  
งาน: กรณีศึกษา ครูโรงเรียนเอกชนจังหวัดนนทบุรี. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์การเรียนรู้  
ทางไกลเชิงนวัตกรรม*, 4(1), 82-101.
- อัลญานีย์ สมุห์เสณีโต. (2560). เพศวิถีในชีวิตสมรสของชาวไทยมุสลิมจังหวัดปัตตานี, *ประวัติศาสตร์  
วัฒนธรรมศาสตร์*, 4(1), 4-5.
- อามานี อัลมุตาวาลลี. (2559). *การแต่งงานของคนยุคใหม่*. (อับดุลอาชี กะลุแป, แปล)  
ปัตตานี: มิตรภาพ.
- อารง สุทธาศาสน์. (2543). *สถาบันครอบครัวอิสลาม*. ในอารง สุทธาศาสน์. (บรรณาธิการ),  
*รวมบทความสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา*. (น. 30-38). กรุงเทพฯ: ภาควิชาสังคมวิทยาและ  
มานุษยวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อนัส อามาตกุล. (2557). *ครองคู่ ครองรักตามหลักอิสลาม*. กรุงเทพฯ : ศูนย์อิสลามศึกษา  
มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.
- อมรา สุนทรธาดา และ กมลชนก ขำสุวรรณ. (2557). การสร้างครอบครัวไทยในมิติการเปลี่ยนผ่าน  
ประชากรรอบสอง. ใน ยุพิน วรสิริอมร, จงจิตต์ ฤทธิรงค์, ศุทธิดา ขววัน และ พงนา  
หันจางสิทธิ์. (บรรณาธิการ), *การเกิดกับความมั่นคงในประชากรและสังคม*. (น. 43-58).  
นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อังคินันท์ อินคำแหง, อัจฉรา สุขารมณ และอรพินทร์ ชูชม. (2549). การวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิง  
สาเหตุและดัชนีวัดภาวะวิกฤตชีวิตสตรีไทยสมรสวัยกลางคนที่ทำงานนอกบ้านใน  
กรุงเทพมหานครและปริมณฑล. *พฤติกรรมศาสตร์*, 12(1), 49-69.  
สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อารง สุทธาศาสน์. (2543). *สถาบันครอบครัวอิสลาม*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา  
คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ฮะซัน มะหะมะ. (2552). *แต่งงานง่าย ชินายาก*. ยะลา: มูลนิธิเพื่อการศึกษาและการพัฒนาสังคม.
- Stein, Peter J. (1981). Singlehood: An Alternitve to Marriage. *The family Coodinto*.  
24(4), 49. Retrieved from <https://eric.ed.gov/?id=EJ130712>.
- WHOQOL Group. (1994). The World Health Organization Quality of life assessment  
(WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. *Social Science  
and Medicine*, 41, 1403-1409.

### บุคลากรกรม

ก๊ะนะ (นามสมมุติ). ผู้ให้สัมภาษณ์. บ้านพักในเทศบาลเมืองปัตตานี. เมื่อ 3 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

ก๊ะยะ (นามสมมุติ). ผู้ให้สัมภาษณ์. บ้านพักในเทศบาลเมืองปัตตานี. เมื่อ 6 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

ก๊ะไหวเราะ (นามสมมุติ). ผู้ให้สัมภาษณ์. สถานที่ทำงาน. เมื่อ 15 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

ก๊ะเต๊ะ (นามสมมุติ). ผู้ให้สัมภาษณ์. บ้านพักเทศบาลเมืองปัตตานี. เมื่อ 10 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

ก๊ะนง (นามสมมุติ). ผู้ให้สัมภาษณ์. สวนสาธารณะริมน้ำ จังหวัดปัตตานี เมื่อ 12 กุมภาพันธ์  
พ.ศ. 2564

ก๊ะมาเรียม (นามสมมุติ). ผู้ให้สัมภาษณ์. บ้านพักในเทศบาลเมืองปัตตานี. เมื่อ 16 กุมภาพันธ์  
พ.ศ. 2564

ก๊ะเม๊ะ (นามสมมุติ). ผู้ให้สัมภาษณ์. ร้านครัวฮาลาล จังหวัดปัตตานี. เมื่อ 18 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

ก๊ะมา (นามสมมุติ). ผู้ให้สัมภาษณ์. บ้านพักในเทศบาลเมืองปัตตานี. เมื่อ 17 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

ก๊ะมะ (นามสมมุติ). ผู้ให้สัมภาษณ์. บ้านพักในเทศบาลเมืองปัตตานี. เมื่อ 8 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2564

### ภาคผนวก ก เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

#### แบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง

เรื่อง การเตรียมความพร้อมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้หญิงที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี

คำชี้แจง แบบสัมภาษณ์นี้ใช้สำหรับสัมภาษณ์ผู้หญิงมุสลิมปัตตานีที่อยู่เป็นโสดเพื่อใช้ศึกษาการเตรียมความพร้อมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้หญิงที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี แบบสัมภาษณ์แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 เป็นแบบสัมภาษณ์ข้อมูลส่วนบุคคล

ส่วนที่ 2 เป็นการสัมภาษณ์เกี่ยวกับเงื่อนไขของอยู่เป็นโสดของสตรีมุสลิมปัตตานี

ส่วนที่ 3 เป็นการสัมภาษณ์เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้หญิงที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี

ข้อมูลที่ได้จากท่านผู้วิจัยจะถือเป็นความลับและจะเสนอข้อมูลในภาพรวมเท่านั้น ข้อมูลดังกล่าวจะไม่มีผลต่อท่านแต่อย่างใดแต่จะนำไปใช้เพื่อประโยชน์ในการวิจัย

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวมุซึร่า หลีอาดัม)

นักศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

### ส่วนที่ 1 ประวัติส่วนบุคคล และคุณลักษณะทั่วไปของผู้หญิงโสด

1. ข้อมูลลักษณะทั่วไปของผู้หญิงโสด (ชื่อ นามสมมุติ)
  - อายุ
  - ระดับการศึกษา เรียนจบที่ไหน สาขาอะไร
  - ทำอาชีพอะไร ลักษณะของอาชีพ ทำมาแล้วกี่ปี
2. สภาพครอบครัวและข้อมูลพื้นฐานของครอบครัว
  - เป็นบุตรคนที่เท่าไร
  - มีพี่น้องกี่คน
  - มีสมาชิกที่อยู่อาศัยในครอบครัวมีกี่คน
  - สภาพที่อยู่อาศัย (บ้านของตัวเอง หรือบ้านเช่า )
  - ปัจจุบันอาศัยอยู่กับใคร
  - สุขภาพอนามัย (โรคประจำตัว)
  - ครอบครัวทำอาชีพอะไร
  - ข้อมูลพื้นฐานของพ่อแม่อยู่ด้วยกัน/แยกกันอยู่ โรคประจำตัว
  - อาชีพ ทำมาแล้วกี่ปี รายได้และค่าใช้จ่ายต่อเดือน
  - เวลาว่างจากการทำงานชอบทำอะไร

### ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์เงื่อนไข (สาเหตุ) ของการอยู่เป็นโสดของผู้หญิงมุสลิมปัตตานี

คำชี้แจง โปรดตอบคำถามต่อไปนี้ให้ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่านมากที่สุด

1. มุมมองในเรื่องการอยู่เป็นโสด
  - ข้อดีของการเป็นโสดในทัศนะของท่าน
  - ความสุขในแต่ละวันของท่านคืออะไร
  - ท่านมองความโสดว่าอย่างไร
2. ความผูกพันกับครอบครัว
  - มีหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบ เช่น ความรับผิดชอบในการดูแลน้องและดูแลพ่อแม่
3. ความเจ็บปวดทางอารมณ์ความรู้สึก/ประสบการณ์ด้านความสัมพันธ์
  - ประสบการณ์การมีความรักที่ผ่านมา
4. การเลื่อนระยะเวลาการแต่งงานออกไป
  - ในช่วงวัยรุ่น.....
5. ความไม่มั่นใจถึงความมั่นคงในชีวิตหลังแต่งงาน
  - ความกลัวหรือกังวลว่าจะพบเจอกับผู้ชายไม่ดี
6. การหาและเจอกับคู่
  - ผู้หญิงทำงาน โอกาสในการพบเจอคนตามอุดมคติ
7. โอกาสทางอาชีพ



- ลักษณะของอาชีพ ผู้หญิงทำงาน ความมุ่งมั่นในการทำงาน
- 8. การเลือกความมีอิสระ
  - ข้อดีของการมีชีวิตที่อิสระ
  - อิสระในด้านไหนบ้าง
- 9. มุมมองในการแต่งงานในปัจจุบันสำหรับท่านเป็นอย่างไร
  - สิ่งที่มาเติมเต็มความสุขของท่านคืออะไร

**ส่วนที่ 3** แบบสัมภาษณ์การเตรียมความพร้อมในการใช้ชีวิตของผู้หญิงมุสลิมในจังหวัดปัตตานีที่ตัดสินใจอยู่เป็นโสด

1. ท่านดูแลสุขภาพร่างกายอย่างไร
  - พฤติกรรมการออกกำลังกาย
  - พฤติกรรมการรับประทานอาหาร
  - กรณีมีโรคประจำตัวดูแลตนเองอย่างไร
2. ท่านดูแลสุขภาพจิตใจอย่างไร
  - ท่านมีวิธีดูแลจิตใจอย่างไร
  - กิจกรรมทางศาสนาที่ทำอยู่เป็นประจำ
  - วิธีการจัดการกับความเหงาเมื่อต้องอยู่คนเดียว
  - วิธีการจัดการความเครียด
  - วิธีการแก้ไขปัญหาที่พบเจอในแต่ละสถานการณ์
  - วิธีการลดความกังวล
3. ท่านมีวิธีการจัดการด้านการเงินอย่างไร
  - การวางแผนทางการเงินในระยะสั้น 1-2 จะเก็บเงินไปทำอะไร เช่น เก็บเงินไปเที่ยวหรือซื้อของให้ตัวเองหรืออื่นๆ
  - การวางแผนทางการเงินในระยะกลาง 3-5 ปี ไปประกอบพิธีฮัจย์หรืออื่นๆ
  - การวางแผนการเงินในระยะยาว
    - การลงทุน
    - กลุ่มออมทรัพย์
    - การสะสมทอง
4. การปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของผู้หญิงที่อยู่เป็นโสด
  - สนิทกับใครในครอบครัวที่สุด
  - เวลาว่างหรือกิจกรรมที่ทำร่วมกับครอบครัวเพื่อน
  - จำนวนของเพื่อนสนิท

- กลุ่มเพื่อนสำคัญต่อท่านอย่างไร
  - การพบปะสังสรรค์กับเพื่อนๆ
  - สังคมรอบข้างของท่านมองความโสดว่าอย่างไร
  - สังคมมุสลิมในจังหวัดปัตตานีมองความโสดว่าอย่างไร
  - เวลาพักผ่อน
5. การเตรียมความพร้อมด้านที่อยู่อาศัยและผู้ดูแล
- จะอยู่อาศัยกับใครในอนาคต
  - ลักษณะบ้านที่อยู่อาศัย

ข้อสังเกตของผู้วิจัย บุคลิกภายนอก รูปร่างหน้าตา น้ำเสียง

ผู้ให้สัมภาษณ์ : .....วันที่..... เบอร์โทร.....

### แบบบันทึกข้อมูลการสังเกต

คำชี้แจง: เอกสารฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งในเครื่องมือเพื่อเก็บข้อมูลการศึกษา การเตรียมความพร้อมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี

ผู้บันทึก นางสาวมุซัร่า หลืออัครัม วัน/เดือน/ปีที่บันทึก..... สถานที่วิจัย.....

ข้อที่	ประเด็นในการสังเกตการณ์	ผลที่ได้จากการสังเกต	หมายเหตุ
1	คุณภาพชีวิตของมุสลิมะห์ซึ่งเป็นบริบทที่เกี่ยวกับการใช้ชีวิต ได้แก่ สถานที่อยู่อาศัย ลักษณะครอบครัว สถานที่ทำงาน สภาพแวดล้อม และบุคคลรอบข้าง		
2	ตัวตนภายนอก ได้แก่ บุคลิกภาพ น้ำเสียง การแต่งกาย คำพูดที่บ่งบอกถึงความรู้สึก สอดคล้องกับการให้สัมภาษณ์หรือไม่		

## ภาคผนวก ข เอกสารรับรองจริยธรรมวิจัยในมนุษย์



## บันทึกข้อความ

ส่วนงาน กองบริหารวิชาการและวิจัยวิทยาเขตปัตตานี โทร. ๕๑๘๐

ที่ มอ ๒๐๑.๓/๖๔-๒๐๖

วันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๔


เรื่อง ผลการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

เรียน นางสาวซูรีรา หลีอาดัม

ตามที่ท่านได้ยื่นเอกสารเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ เรื่อง “การเตรียมความพร้อมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี” Preparation to Promote the Quality of Life of Single Muslim Females in Pattani Municipality (เลขที่โครงการREC Number: psu.pn.๒-๐๗๔/๖๓) นั้น

คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และการศึกษา ประจำวิทยาเขตปัตตานี ได้พิจารณาแล้ว มีมติรับรองโครงการวิจัยของท่าน แบบเร่งรัด และขอส่งหนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.มนทิรา ลีลาเกรียงศักดิ์)  
รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ วิทยาเขตปัตตานี

สำเนาเรียน คณบดีคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์



AF/20-04-v.01.0

## Certificate of Approval

The Research Ethics Committee for Humanities, Social Sciences and Education  
Prince of Songkla University, Pattani Campus

REC Number : psu.pn.2-074/63

ชื่อโครงการ : การเตรียมความพร้อมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี

Project titled : Preparation to Promote the Quality of Life of Single Muslim Females in Pattani Municipality

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : นางสาวมุซัร่า หลีอาดัม

Principle Investigator : Miss Museera Leeadam

หน่วยงานที่สังกัด : คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์

Affiliation of PI : Faculty of Humanities and Social Sciences

co-investigators : -

Review Method : Expedited

Documents acceptances :

1. Submission Form
2. Self-Assessment Form
3. Information sheet for research participant
4. Informed Consent Form
5. Waiver of Consent Form
6. Research Project
7. Research tool

have been reviewed by the Human Research Ethics Committee in full compliance with the Declaration of Helsinki and the Belmont Report. Please submit the report at least once annually or submit the final report if finished.

Asst. Prof. Najmee Madmarn

Chairman of Human Research Ethics Committee

Date of approval : 29 January 2021

Date of expiration : 28 January 2022

Prince of Songkla University, Pattani Campus.

181 Charoenpradit Road, Rusamilae, Muang, pattani 94000

Tel. +66-(0)6469 5 2922



แบบชี้แจงข้อมูลสำหรับอาสาสมัครโครงการวิจัย  
ที่ใช้แบบสอบถามตอบด้วยตนเอง

เนื่องด้วย ข้าพเจ้า (ระบุชื่อ) นางสาวมุขีรา หลีอาดัม กำลังดำเนินการวิจัย เรื่องการเตรียมความพร้อมเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของมุสลิมะห์ที่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัย (ระบุเป็นข้อๆ) 1) เพื่อศึกษาเงื่อนไขของการอยู่เป็นโสดของผู้หญิงมุสลิมในเทศบาลเมืองจังหวัดปัตตานี 2) เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมในการใช้ชีวิตของผู้หญิงมุสลิมที่อยู่เป็นโสดในเทศบาลเมืองปัตตานี สำหรับประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัยนี้คือ (ต่อส่วนรวม) 1) เพื่อเป็นแนวทางการวางแผนในการใช้ชีวิตของมุสลิมะห์ที่อยู่เป็นโสด โดยครอบคลุมในด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านเศรษฐกิจและด้านสังคมในบริบทสังคมจังหวัดปัตตานี 2) เพื่อเป็นองค์ความรู้ในด้านการวางแผนในการใช้ชีวิตของมุสลิมะห์ที่อยู่เป็นโสด 3) เป็นข้อเสนอเชิงนโยบายให้แก่หน่วยงานภาครัฐหรือเอกชนที่เกี่ยวข้องในการดูแลคุณภาพชีวิตของผู้หญิงมุสลิมที่อยู่เป็นโสด

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถาม เพื่อประโยชน์ทางการศึกษาดังกล่าว โดยขอให้ท่านตอบตามความเป็นจริง เพราะคำตอบของท่านมีความสำคัญต่อการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นอย่างยิ่ง ข้าพเจ้าขอรับรองว่าจะเก็บรักษาข้อมูลในการตอบแบบสอบถามของท่านไว้เป็นความลับ และผลการวิจัยจะนำเสนอในลักษณะภาพรวม ไม่ระบุชื่อ/ข้อมูลส่วนตัวของท่าน จึงไม่เกิดผลกระทบต่อการปฏิบัติงานของท่านแต่ประการใด/ไม่มีผลต่อการรักษาพยาบาลอันพึงได้รับในปัจจุบันและอนาคต (ในกรณีที่เป็นผู้ป่วย) ไม่มีผลกระทบต่อการเรียนของท่าน (ในกรณีที่เป็นนักศึกษา/นักเรียน)

ข้าพเจ้าหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความร่วมมือจากท่านเป็นอย่างดี และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้ หากท่านมีข้อสงสัยเกี่ยวกับงานวิจัย โปรดติดต่อได้ที่ ภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์ และสังคมศาสตร์...นางสาวมุขีรา หลีอาดัม...โทร. 0836597027

หากท่านมีปัญหาสงสัยเกี่ยวกับสิทธิของท่านขณะเข้าร่วมการวิจัยนี้ ต้องการทราบข้อมูลเพิ่มเติม โปรดสอบถามได้ที่ งานหลักสูตรและพัฒนาอาจารย์ กองบริการการศึกษามหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี 94000 หรือทางโทรศัพท์หมายเลข (073) 331251

ขอขอบคุณอย่างสูง

*มุขีรา*

(นางสาวมุขีรา หลีอาดัม)

หัวหน้าโครงการวิจัย

เอกสารการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ปี พ.ศ. ๒๕๖๖	
วันที่รับรอง.....	๒๗ ส.ค.๒๕๖๔
รหัสโครงการ.....	ปรบ.รก.๑-๐๗๔/๖๓
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี	

## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ สกุล	นางสาวมุขีร่า หลีอาดัม	
รหัสประจำตัวนักศึกษา	6120220625	
วุฒิการศึกษา		
วุฒิ	ชื่อสถาบัน	ปีที่สำเร็จ
การศึกษา		
ศิลปศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับ1)	มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี	พ.ศ 2561

## ทุนการศึกษา

1. ทุนโครงการผลการเรียนดีเด่นเข้าศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ประจำปี 2561
2. ทุนอุดหนุนการวิจัยเพื่อวิทยานิพนธ์ ประจำปีงบประมาณ 2564

## การตีพิมพ์เผยแพร่ผลงาน/การเผยแพร่ในการประชุมวิชาการ

มุขีร่า หลีอาดัม, จิรัชยา เจียวก๊ก และวันพิชิต ศรีสุข. (2563). มุสลิมะห์ : ชีวิตและการปรับตัวเมื่อตัดสินใจอยู่เป็นโสด. ใน การประชุมวิชาการการพัฒนาสังคมท้องถิ่นและสังคมระดับชาติ (SCDสัมพันธ์) ครั้งที่ 19 (น. 61-70). ลำปาง: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.