ปีที่ 41 ฉบับที่ 1 ❖ ตุลาคม - พฤศจิกายน 2563

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม
มหาวิทยาลัยมหิดล

ประชากรและการพัฒนา

POPULATION AND DEVELOPMENT NEWSLETTER ISSN : 0125-5754
Website: www.newsletter.ipsr.mahidol.ac.th

ในบั้นปลายแห่งชีวิต

หน้า 6-7

ในนามของความรัก: สร้างวินัยให้กับเด็กโดยไม่ต้องตีกันดีกว่า

อารี จำปากลาย
aree.ude@mahidol.ac.th

เมื่อลูกชายวัยเจนวายย้ายออกไปอยู่ที่คอนโดเพื่อความสะดวกกับการเดินทางไปทำงาน แต่คอนโดไม่อนุญาตให้เลี้ยงสัตว์ ผู้เขียนจึงได้รับมรดกจากลูกเป็นแมวสาวน้อยพันธุ์ Maine Coon นางหนึ่งตั้งแต่นั้นมา จากที่เคยตั้งใจว่าชีวิตนี้จะไม่มีสัตว์เลี้ยง ผู้เขียนก็กลายเป็นหนึ่งในชาวทาสแมวไปแล้วอย่างถอนตัวไม่ขึ้น :-)

ผู้เขียนรู้สึกเหมือนตัวเองเป็นย่าที่กำลังเลี้ยงหลานเพื่อให้บรรดาพ่อ ๆ แม่ ๆ วัยทำงานได้ออกไปแสดงบทบาทในตลาดแรงงานโดยไม่ต้องกังวลใจว่าลูก ๆ จะอยู่กันอย่างไร ทำให้ผู้เขียนนึกถึงประเด็นวิจัยที่อยู่ในความสนใจของผู้เขียนในช่วงหลายปีที่ผ่านมา คือความอยู่ดีมีสุขของเด็ก ๆ ที่พ่อแม่ไปทำงานต่างถิ่นโดยผู้ที่ยื่นมือเข้ามาช่วยเหลือรับหน้าที่เป็นผู้ดูแลเด็กแทนพ่อแม่ส่วนใหญ่คือปู่ย่าตายาย *มากกว่าหนึ่งในห้าคนของเด็กไทยเติบโตขึ้นด้วยมือที่อุ้มชูไม่ใช่พ่อแม่*[1] ซึ่งส่วนใหญ่ไม่ใช่เพราะพ่อแม่เสียชีวิตไปแล้ว แต่เพราะพ่อแม่ต้องไปทำงานที่อื่น นักวิจัยที่สนใจเรื่องนี้ทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศมองความอยู่ดีมีสุขของเด็ก ๆ ในหลายประเด็น ทั้งสุขภาพกาย สุขภาพจิต สุขภาพการเงิน และอื่น ๆ

บทความนี้ไม่ได้ต้องการตอบคำถามว่าเด็ก ๆ ที่เติบโตขึ้นห่างไกลจากพ่อแม่ที่ต้องไปทำงานที่อื่นนั้นมีความอยู่ดีมีสุขเหมือนหรือต่างกันกับเด็ก ๆ ที่พ่อแม่เป็นผู้เลี้ยงดู แต่อยากชวนผู้อ่านมาขบคิดด้วยกันถึงแง่มุมหนึ่งในหลาย ๆ มุมของความอยู่ดีมีสุขของเด็ก ๆ คือ การฝึกและการสร้างระเบียบวินัยให้กับเด็ก ๆ ที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่รับผิดชอบสังคมต่อไปในวันข้างหน้า ในสังคมบ้านเรา ปฏิเสธไม่ได้ว่าหลาย ๆ คน มีวิธีปฏิบัติในการดูแลเด็กตามแนวทางรักวัวให้ผูกรักลูกให้ตี ซึ่งสะท้อนการฝึกระเบียบวินัยเด็กด้วยวิธีการที่รุนแรง *คือ การใช้ความรุนแรงในนามของความรักและความปรารถนาดีที่มีต่อเด็ก*

ภาพโดย: พอตา บุนยตีรณะ

งานวิจัยชิ้นหนึ่งของผู้เขียนที่สัมภาษณ์ผู้ดูแลเด็กเล็กอายุไม่เกิน 3 ขวบ[2] พบว่า ในเรื่องพฤติกรรมของผู้ใหญ่ในการสร้างระเบียบวินัยให้กับเด็กเมื่อเด็กทำสิ่งที่ไม่เหมาะสม[3] ผู้ใหญ่ในบ้านใช้วิธีที่ไม่มีความรุนแรงมากที่สุด เช่น การอธิบายให้เด็กฟัง (ร้อยละ 92–98) หากิจกรรมอื่น ๆ ให้เด็กทำเพื่อเบี่ยงเบนความสนใจ (ร้อยละ 67–85) หรืองดเว้นสิทธิพิเศษบางอย่าง (ร้อยละ 58–65) แต่ขณะเดียวกัน งานวิจัยเรื่องนี้พบว่า การใช้ความรุนแรงทั้งด้วยวาจาและทางร่างกายในการฝึกระเบียบวินัยให้กับเด็กก็มีมากเช่นเดียวกัน กล่าวคือ ร้อยละ 80–88 ใช้ความรุนแรงทางวาจากับเด็ก เช่น ขึ้นเสียง เอ็ด ตวาด หรือตะคอกใส่เด็ก ขณะที่ประมาณหนึ่งในห้าใช้ถ้อยคำเรียกเด็กว่าโง่ ขี้เกียจ หรือคำที่มีความหมายในทางลบอื่น ๆ การตีเด็กด้วยมือเปล่าก็พบในสัดส่วนที่สูงทีเดียว คือ ร้อยละ 73-87 และที่รุนแรงขึ้นไปมากกว่าการตีด้วยมือเปล่า คือ การตีเด็กด้วยของแข็ง พบร้อยละ 14-29 โดยพบมากที่สุดในเด็กที่ไม่ได้อยู่กับพ่อและแม่ ข้อค้นพบเหล่านี้ชี้ว่า การสร้างวินัยให้กับเด็กด้วยวิธีการรุนแรงไม่ว่าจะด้วยวาจาหรือด้วยการตียังเป็นสิ่งที่พบเห็นได้ทั่วไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเด็กที่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ ผลการวิจัยเรื่องนี้ยังพบว่า ผู้ดูแลของเด็กที่ไม่ได้อยู่กับพ่อแม่เห็นด้วยกับการใช้ความรุนแรงทางกายในการลงโทษเด็กมากกว่าผู้ดูแลที่เด็กอยู่กับพ่อแม่[4]

อาจมีบางคนให้เหตุผลว่า การทำโทษเด็กด้วยการตีที่ทำเพื่อฝึกระเบียบวินัย ช่วยลดพฤติกรรมไม่เหมาะสมของเด็ก และช่วยหยุดพฤติกรรมผิด ๆ ของเด็กได้อย่างรวดเร็ว แต่หากพิจารณาผลร้ายที่อาจเกิดขึ้นแล้ว คงเป็นราคาที่ไม่มีใครอยากจ่าย การตีเด็กนอกจากจะเป็นการลงโทษที่ทำลายสัมพันธภาพของคนที่ตีและคน

ต่อหน้า 2

[1] National Statistical Office, Multiple Indicator Cluster Survey 2015-2016, NSO, Bangkok, 2016 https://www.unicef.org/thailand/sites/unicef.org.thailand/files/2018-06/Thailand_MICS_Full_Report_EN_0.pdf

[2] อารี จำปากลาย และคณะ. 2559. ผลกระทบของการย้ายถิ่นภายในประเทศที่มีต่อสุขภาวะและพัฒนาการเด็กปฐมวัย: ผลการสำรวจเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ. http://www.ipsr.mahidol.ac.th/ipsrbeta/FileUpload/PDF/Report-File-533.pdf

[3] ถามพฤติกรรมในช่วง 1 เดือนก่อนการสำรวจ

[4] ถามความเห็นต่อคำกล่าวที่ว่า 'การทำโทษทางร่างกายเป็นสิ่งจำเป็นในการอบรมสั่งสอนเด็กให้เติบโตขึ้นอย่างถูกต้องเหมาะสม'

ที่ถูกตีแล้ว[5] หลักฐานจากงานวิจัย และความเห็นจากผู้เชี่ยวชาญเรื่องเด็กชี้ว่า การลงโทษเด็กด้วยการตีนั้นมีผลเสียต่อพัฒนาการของเด็ก และอาจทำให้เด็กเติบโตขึ้นเป็นคนก้าวร้าวและสมองช้า[6] เด็กที่ถูกตีบ่อย ๆ ยังมีโอกาสเสี่ยงเป็นโรคซึมเศร้าสูง มีความพยายามฆ่าตัวตาย ดื่มแอลกอฮอล์ หรือติดยาเสพติดมากกว่าเด็กที่ไม่ถูกตี[7] การทำโทษเด็กด้วยวิธีรุนแรงนอกจากจะไม่ได้สร้างพฤติกรรมดี ๆ แล้ว ยังอาจได้พฤติกรรมไม่พึงประสงค์มาแทน การถูกทำโทษด้วยการตีบ่อย ๆ อาจทำให้เด็กกลายเป็นคนต่อต้าน และไม่เชื่อฟัง ยิ่งเป็นการตีที่รุนแรง ใช้อารมณ์ ผสมด้วยคำพูดด่าทอดุว่า นอกจากทำให้เจ็บตัวแล้วยังทำให้เกิดบาดแผลในจิตใจ ขณะที่ผู้ใหญ่อ้างว่าตีเพราะรัก เด็กก็มีสิทธิ์ที่จะคิดว่าผู้ใหญ่ตีเพราะไม่เข้าใจ และไม่รัก ต่อไปเด็กจะไม่มีความเชื่อมั่นและไม่ไว้วางใจ เด็กจะมองตัวเองในแง่ลบ ไม่มั่นใจ และไม่เห็นคุณค่าในตัวเอง กลายเป็นคนอารมณ์ไม่มั่นคง และที่จะส่งผลต่อเนื่องต่อไปในอนาคตก็คือเด็กที่มีประสบการณ์ได้รับความรุนแรงจะซึมซับพฤติกรรมเหล่านั้น หล่อหลอมให้มีการใช้ความรุนแรงกับคนรอบข้าง[8] และอาจถ่ายทอดต่อไปจากรุ่นสู่รุ่นอย่างไม่สิ้นสุด

การฝึกระเบียบวินัยเด็กให้ได้ผลดีไม่จำเป็นต้องใช้วิธีบังคับลงโทษให้เจ็บตัว หรือดุว่าให้เจ็บใจ[9] การทำให้เด็กได้เรียนรู้ความผิดความถูกมีหลากหลายวิธีที่ดีกว่าการตี เช่น การปรับพฤติกรรม อย่างการตัดสิทธิ์ที่จะได้ทำในสิ่งชอบ หรือการให้ทำความดีชดเชย แทนความคิดว่า รักวัวให้ผูก รักลูกให้ตี ผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กเสนอแนะให้เปลี่ยนเป็น รักวัวให้ผูก รักลูกให้กอด – สัมผัสที่ได้รับการยอมรับอย่างเป็นสากลว่ามีคุณต่อการพัฒนาเซลล์ (cell) สมองของเด็กให้ทำงานได้ดีขึ้นตั้งแต่วัยทารก การกอดเป็นสัมผัสที่สร้างความรัก ความผูกพัน และเป็นจุดเริ่มต้นที่จะทำให้เด็กได้เรียนรู้ความรักมากกว่าวิธีการใด ๆ

การใช้ความรุนแรงในการฝึกระเบียบวินัยให้กับเด็ก แทนที่จะสร้างเด็กคนหนึ่งให้เป็นผู้ใหญ่ที่รู้จักแยกแยะผิดถูก และเป็นที่พึ่งของสังคมในอีกสิบปียี่สิบปีข้างหน้า เราอาจจะได้ผู้ใหญ่ที่จิตใจและพฤติกรรมบิด ๆ เบี้ยว ๆ คนหนึ่งโดยไม่ตั้งใจ

ก่อนจะได้เป็นย่าเลี้ยงหลานที่เป็นเด็กสักคนจริง ๆ แม้ว่ายังไม่เคย (แม้แต่จะคิด) ลงไม้ลงมือกับเจ้าเหมียวที่บ้านสักแปะ ถึงเจ้าตัวดีจะเล่นซุกซนจนบ้านแทบจะไม่เป็นบ้านอยู่แล้ว ผู้เขียนก็ตั้งใจว่าต่อไปจะมีเจ้าแมวน้อยในอ้อมกอดให้บ่อยขึ้นกว่าที่เคย สำหรับเด็กน้อยที่วันนี้ยังต้องพึ่งพาผู้ใหญ่นำพาชีวิต ไม่ว่าเขาหรือเธอจะมีโอกาสได้อยู่พร้อมหน้าพ่อแม่หรือไม่ หรือจะมีใครเป็นผู้ดูแล จนกว่าจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่พึ่งพาตัวเองได้ เขาหรือเธอต้องมีสิทธิ์ที่จะได้รับการดูแล เลี้ยงดู และการปกป้องที่ปราศจากความรุนแรง ไม่ว่าจะทำในนามของความรักและความปรารถนาดี หรืออื่นใดก็ตาม

[5] https://www.thaihealth.or.th
[6] https://www.babybbb.com
[7] https://th.theasianparent.com
[8] http://www.friendforkids.com/news/detail/178
[9] http://www.mamaexpert.com/posts/content-902

ประชากรท่องโลก

รีนา ต๊ะดี
reena.tad@mahidol.ac.th

เคปทาวน์ ตอนที่ 3 เพลิดเพลินกับธรรมชาติของ เคปทาวน์

ภูเขาโต๊ะ (Table Mountain) เป็นแลนด์มาร์ค (landmark) สำคัญที่ต้องไปเยือนให้ได้ในเคปทาวน์ (Cape Town) แอฟริกาใต้ การขึ้นไปบนภูเขาโต๊ะทำได้ทั้งขึ้นกระเช้า หรือหากใครมีเวลาและต้องการออกกำลังกายสักหน่อยก็สามารถเดินขึ้นไปได้เช่นกัน ส่วนฉันและคณะเลือกขึ้นทางกระเช้าเนื่องจากมีเวลาจำกัด ภูเขาโต๊ะอยู่เหนือระดับน้ำทะเล 1,086 เมตร จึงทำให้เราสามารถเห็นวิวของเคปทาวน์ได้ 360 องศา ทั้ง **แหลมหัวสิงห์** (Lion Head Cape) ที่อยู่ไม่ไกลออกไป เกาะ Robben กลางทะเล ย่าน V&A Waterfront และศูนย์กลางเมือง นักท่องเที่ยวสามารถชมพระอาทิตย์ตกและวิวยามค่ำคืนของเมืองเคปทาวน์ ได้จากบนเขานี้ ภูเขาโต๊ะมีเส้นห์ตรงที่หากมองจากด้านล่างของในวันที่อากาศปลอดโปร่งและไร้เมฆ เราจะเห็นภูเขายอดตัดแบนราบเหมือนโต๊ะตัวใหญ่ตั้งตระหง่านตัดกับท้องฟ้าสีน้ำเงินสด แต่หากวันใดมีเมฆมาก เราจะเห็นกลุ่มเมฆลอยวนปกคลุมยอดเขา เปรียบได้กับโต๊ะที่มีผ้าสีขาวนุ่มวางคลุมอยู่

เคปทาวน์ ยังมีสถานที่ท่องเที่ยวทางธรรมชาติอีกหลายแห่งที่น่าสนใจ แม้จะมีเวลาไม่มากนัก แต่ฉันก็ได้ไปเดินชมไม้นานาพันธุ์ ได้นั่งจิบกาแฟที่ร้านกาแฟชายหาด Camps Bay พร้อมชมวิวอีกฟากหนึ่งของภูเขาโต๊ะ เมื่อนั่งรถห่างออกไป ยังมีชายหาดอีกหลายแห่ง เช่น Hout Bay และ Muizenberg Beach ที่เป็นที่รวมตัวของนักโต้คลื่นหลากหลายชาติ ฉันแวะชมวิวที่แหลม Chapman's และแหลม Good Hope และที่ฉันชอบมากที่สุดคือ Boulder Beach ชายหาดที่เป็นที่อยู่อาศัยของเพนกวินหลายร้อยตัว ฉันเคยคิดมาตลอดว่า เพนกวินจะอาศัยอยู่ในที่ที่มีอากาศเย็นเท่านั้น เพิ่งมาเห็นว่า มีบางสายพันธุ์ที่อาศัยอยู่ตามชายหาดอากาศอบอุ่นดังเช่นในเมืองเคปทาวน์

ไกด์นำเที่ยวเล่าให้ฟังว่า เคปทาวน์ มีความหลากหลายทางชีวภาพมาก นอกจากเพนกวินแล้วยังมีแมวน้ำด้วย น่าตกใจว่าแมวน้ำนั้นกลายเป็นอาหารของฉลาม แต่ที่น่ากลัวกว่าฉลามคือ โลมา Orca หรือ วาฬเพชฌฆาต ซึ่งชอบกินตับของฉลามขาวเป็นอาหาร!

ในตอนหน้า ฉันจะมาเล่าให้ฟังว่า ฉันได้พบกับสัตว์ชนิดใดบ้างที่เคปทาวน์ แอฟริกาใต้

ปี 2020 แอฟริกาใต้มีประชากรราว 59.3 ล้านคน
แหล่งข้อมูล: United Nations, 2019

ภูเขาโต๊ะที่มีผ้าคลุมโต๊ะสีขาวนุ่มวางอยู่
ภาพโดย: รีนา ต๊ะดี

อมรา สุนทรธาดา
amara.soo@mahidol.ac.th

แรงงานเด็ก ... โลกด้านมืด

จากการสำรวจสถานการณ์ทั่วโลกดำเนินการโดยองค์การแรงงานระหว่างประเทศ (ILO) ปี 2017 คาดประมาณว่ามีแรงงานเด็กอายุระหว่าง 5-17 ปี จำนวน 152 ล้านคน แบ่งเป็นแรงงานเด็กหญิง 64 ล้านคน แรงงานเด็กชาย 88 ล้านคน 1 ใน 5 ของแรงงานเด็กอยู่ในทวีปแอฟริกา อันดับรอง คือ ทวีปเอเชีย ในจำนวนแรงงานเด็กดังกล่าว ประมาณ 73 ล้านคน ทำงานที่เสี่ยงอันตรายสูงสุด แรงงานเด็กร้อยละ 71 หรือ ประมาณ 108 ล้านคน ทำงานภาคเกษตรกรรมโดยเฉพาะในไร่ยาสูบ เพื่อผลิตวัตถุดิบสำหรับอุตสาหกรรมยาสูบ นอกจากนี้ยังมีแรงงานเด็กที่ต้องทำงานที่มีความเสี่ยงสูง เช่น งานที่ต้องสัมผัสกับสารเคมี ความร้อน กัมมันตภาพรังสี การทำงานในสถานที่มีเสียงดังเกินมาตรฐาน ชั่วโมงการทำงานต่อวัน/สัปดาห์เกินกว่ามาตรฐานที่กำหนด รวมทั้งงานเสี่ยงภัยอื่น ๆ เช่น ประมงน้ำลึก เด็กบางคนเป็นเหยื่อของการค้ายาเสพติดและอาชญากรรมอื่น ๆ งานที่ขัดต่อศีลธรรมและจริยธรรม เช่น การบริการทางเพศ

แรงงานเด็กตามคำนิยามของยูนิเซฟ[1] หมายถึง:

❖ แรงงานเด็กอายุ 5-11 ปี ทำงานในภาคเศรษฐกิจอย่างน้อย 1 ชั่วโมงหรืองานในครัวเรือน 21 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ โดยไม่มีค่าจ้าง

❖ แรงงานเด็กอายุ 12-14 ปี ทำงานในภาคเศรษฐกิจอย่างน้อย 14 ชั่วโมงหรืองานในครัวเรือน 21 ชั่วโมงต่อสัปดาห์โดยไม่มีค่าจ้าง

❖ แรงงานเด็กอายุ 15-17 ปี ทำงานในภาคเศรษฐกิจอย่างน้อย 43 ชั่วโมงต่อสัปดาห์

นอกจากนี้องค์การแรงงานระหว่างประเทศ[2] ยังได้กำหนดคำนิยามรูปแบบการจ้างแรงงานเด็กที่เลวร้ายที่สุด (worst forms of child labour) ให้หมายถึง:

❖ แรงงานทาสในภาคเกษตรกรรม เช่น ทำงานเพื่อล้างหนี้ของครอบครัวหรือแรงงานเด็กที่เป็นเหยื่อของขบวนการค้ามนุษย์ ที่ถูกบังคับให้ทำงานในเงื่อนไขต่าง ๆ

❖ ทหารเด็กที่ถูกเกณฑ์เพื่อประจำการสำหรับกองกำลังติดอาวุธในประเทศที่มีความขัดแย้งทางการเมืองหรือการแบ่งแยกดินแดน

❖ การบริการทางเพศ

❖ แรงงานที่เกี่ยวข้องกับสิ่งผิดกฎหมาย เช่น เหยื่อของวงจรการค้ายาเสพติด

❖ แรงงานสำหรับงานเสี่ยงอันตรายลักษณะอื่น ๆ

ปัญหาแรงงานเด็กเกี่ยวข้องกับปัจจัยหลายสาเหตุ เช่น ความยากจน การคุ้มครองด้านกฎหมายไร้ประสิทธิภาพ ขาดโอกาสด้านการศึกษา (เด็กอายุ 5-14 ปี ประมาณ 36 ล้านคนหรือร้อยละ 32 ของประชากรในกลุ่มอายุดังกล่าวจำเป็นต้องออกจากระบบการศึกษาก่อนกำหนด เพื่อทำงานที่ไม่เหมาะสมกับวัย) ขาดโอกาสสำหรับการจ้างงานที่เหมาะสมกับเด็ก เช่น งานที่เด็กสามารถปฏิบัติโดยไม่กระทบโอกาสหรือเวลาด้านการศึกษา ซึ่งงานลักษณะดังกล่าวจะช่วยเพิ่มรายได้สำหรับครอบครัวที่มีฐานะยากจน

จากรายงานองค์การแรงงานระหว่างประเทศ ปี 2018 จัดอันดับ 10 ประเทศทั่วโลกที่ใช้แรงงานเด็ก สำหรับเอเชียติดอันดับ 4 ประเทศ คือ บังคลาเทศ อินเดีย เมียนมา และปากีสถาน ส่วนอันดับอื่น ๆ เป็นประเทศต่าง ๆ ในทวีปแอฟริกา ได้แก่ ชาด คองโก เอธิโอเปีย ไลบีเรีย ไนจีเรีย และโซมาเลีย

ประเทศ 10 อันดับแรกของโลกที่มีการจ้าง แรงงานเด็ก[3] และลักษณะงาน

1	บังคลาเทศ	การผลิตเสื้อผ้า เกษตรกรรม อุตสาหกรรมการผลิตอื่น ๆ
2	ชาด	เกษตรกรรม ทหารเด็กรับจ้าง
3	คองโก	เหมืองแร่ เกษตรกรรม อุตสาหกรรมการผลิตอื่น ๆ ทหารเด็กรับจ้าง
4	เอธิโอเปีย	เหมืองแร่ การเชื่อมโลหะ รับจ้างขัดรองเท้าข้างถนน
5	อินเดีย	เหมืองแร่ เกษตรกรรม อุตสาหกรรมการผลิตอื่น ๆ
6	ไลบีเรีย	เกษตรกรรมที่เสี่ยงต่อสารเคมีต่าง ๆ
7	เมียนมา	เกษตรกรรม แรงงานก่อสร้าง อุตสาหกรรมการผลิตขนาดเล็ก
8	ไนจีเรีย	เกษตรกรรม เหมืองแร่ ขอทาน แรงงานก่อสร้าง
9	ปากีสถาน	เกษตรกรรม เก็บขยะเพื่อขาย โรงงานทอพรม เหมืองแร่ ทำอิฐ
10	โซมาเลีย	ประมง แรงงานก่อสร้าง นวดข้าว ขายของเร่บนถนน ขอทาน

ที่มา: ILO 2018. **Ending child labour by 2025:** A review of programmes and policies[4]

สถานการณ์แรงงานเด็กทั่วโลกมีแนวโน้มลดลงอย่างช้า ๆ ส่งผลให้องค์กรระหว่างประเทศเพิ่มมาตรการเพื่อขอความรวมมือทุกประเทศที่ลงนามในข้อตกลงขจัดแรงงานเด็กให้เพิ่มการเฝ้าระวังในขอบเขตที่กฎหมายมีผลบังคับใช้ รวมทั้งให้การสนับสนุนโครงการต่าง ๆ ที่ดำเนินการโดยองค์กร มูลนิธิเพื่อสังคมที่ไม่หวังผลประโยชน์ เพื่อสร้างโอกาสด้านการศึกษา การฝึกอาชีพ และการสร้างงานที่เหมาะสมกับอายุ สุขภาพและไม่เสี่ยงอันตราย เพื่อขจัดการใช้แรงงานเด็กในทุกรูปแบบภายในปี 2025 ตามเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (SDG Alliance 8.7)

การลดจำนวนแรงงานเด็กยังไม่มีสัญญาณที่ดีเพื่อการบรรลุเป้าหมาย คาดประมาณว่าจะยังมีการใช้แรงงานเด็กราว 121 ล้านคนในปี 2025

[1] https://data.unicef.org/topic/child-protection/child-labour/
[2] http://www.ilo.org/ipec/facts/lang--en/index.htm
[3] https://www.ilo.org/ipec/Informationresources/WCMS_653987/lang--en/index.htm
[4] https://www.ilo.org/ipec/Informationresources/WCMS_653987/lang--en/index.htm

ณปภัช สัจนวกุล
napaphat.sat@mahidol.edu

"การสูงวัยในที่เดิม" เป็นคำตอบหรือไม่ของสังคมสูงวัยในประเทศไทย

ปัจจุบันการสูงวัยของประชากรไทยเกิดขึ้นอย่างรวดเร็ว เนื่องจากอัตราเกิดที่ลดลงและการที่ประชากรมีอายุยืนยาวขึ้น สศช. คาดประมาณว่าในปี 2565 ประเทศไทยจะก้าวเข้าสู่การเป็น "สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์" (complete aged society) คือจะมีสัดส่วนของประชากรสูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) เพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด แต่หนึ่งในปัจจัยสี่ของการดำรงชีวิตอย่างที่อยู่อาศัยยังคงเป็นประเด็นสำคัญที่ท้าทายคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุไทย ทั้งในแง่ความเพียงพอคุณภาพและความเหมาะสม

ในเวทีเสวนาวิชาการประเด็นนโยบายและการจัดการที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย ที่จัดโดยมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุ (มส.ผส.) เมื่อวันที่ 8 กันยายน ที่ผ่านมา ผู้เขียนได้มีโอกาสเข้าร่วมนำเสนอผลการศึกษาจากโครงการ *"การทบทวนและวิเคราะห์นโยบายรัฐด้านการจัดการที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุไทย"* เพื่อร่วมกันหาคำตอบว่า ที่ผ่านมาภาครัฐดำเนินนโยบายด้านการจัดการที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุอย่างไร และควรจะดำเนินนโยบายดังกล่าวต่อไปในรูปแบบใด

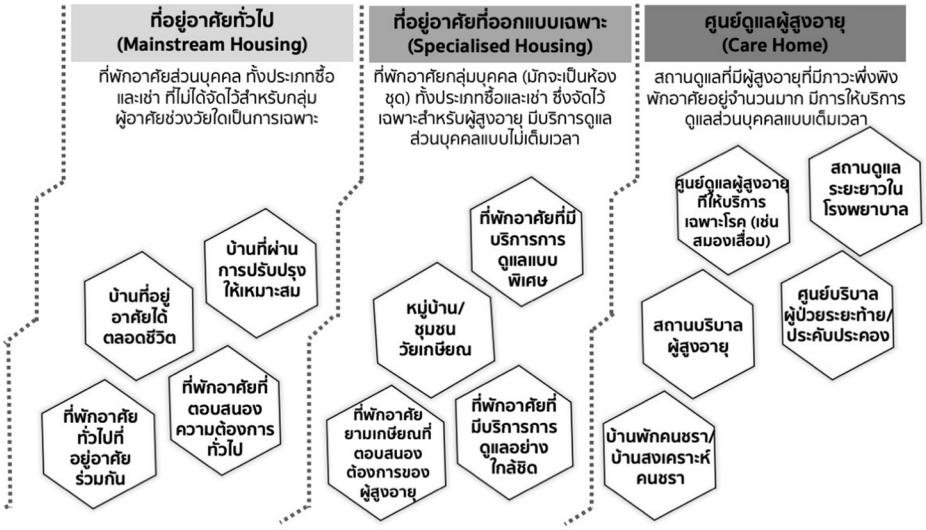
ผลการศึกษาของผู้เขียน พบว่า แม้สังคมไทยจะก้าวเข้าสู่การเป็นสังคมสูงวัยตั้งแต่ปี 2548 เป็นต้นมา แต่นโยบายของภาครัฐที่เกี่ยวกับการจัดการที่อยู่อาศัยเพื่อรองรับสังคมสูงวัย เพิ่งปรากฏขึ้นอย่างชัดเจนในช่วง 5 ปีที่ผ่านมานี้เอง โดยเฉพาะเมื่อวันที่ 8 พฤศจิกายน 2559 ที่คณะรัฐมนตรีได้มีมติเห็นชอบ *"มาตรการรองรับสังคมสูงวัย"* ซึ่งการสร้างที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุและการให้สินเชื่อที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ เป็น 2 ใน 4 มาตรการที่รัฐให้ความสำคัญ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุ

ในภาพรวม รัฐบาลมีมาตรการ/โครงการด้านการจัดการที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุที่หลากหลายภายใต้การดำเนินงานของหลายหน่วยงาน แต่โดยรวมแล้วเป็นไปตาม 2 แนวทางหลัก ๆ ด้วยกันคือ (1) **แนวทางการสร้างที่อยู่อาศัยเชิงสถาบัน** (institutional-based living) ที่มุ่งเน้นการนำผู้สูงอายุมาอาศัยอยู่รวมกัน ทั้งในรูปแบบสถานสงเคราะห์และรูปแบบที่พักอาศัยที่มาพร้อมกับสิ่งอำนวยความสะดวกแบบครบวงจร และ (2) **แนวทางการส่งเสริมการสูงวัยในที่เดิม** (ageing in place) ที่มุ่งเน้นการอยู่อาศัยร่วมกันหลายรุ่นวัย ทั้งในรูปแบบการซ่อมแซมบ้านเพิ่มสิ่งอำนวยความสะดวก หรือปรับปรุงสภาพแวดล้อมในพื้นที่สาธารณะ และรูปแบบการสร้างที่อยู่อาศัยใหม่ตามแนวคิด *"การออกแบบเพื่อทุกคน"* (universal design) เพื่อให้สามารถอยู่อาศัยในบ้าน ครอบครัว และชุมชนเดิมของตัวเองได้ตลอดชีวิต

แม้ว่าจะมีบางหน่วยงานรัฐได้สนับสนุนแนวทางการสูงวัยในที่เดิมที่เน้นการอยู่อาศัยร่วมกันหลายรุ่นวัยอยู่บ้าง แต่การเทน้ำหนักไปที่แนวทางการสร้างที่อยู่อาศัยเชิงสถาบันด้วยการนำผู้สูงอายุมาอาศัยอยู่รวมกันกลับมีความโดดเด่นมากกว่าแนวทางแรกอย่างน้อยในช่วง 5 ปีที่ผ่านมา

แม้ว่าการสร้างที่อยู่อาศัยเชิงสถาบันจะมีรูปแบบและเป้าหมายที่น่าสนใจ โดยเฉพาะเพื่อเป็นทางเลือกให้กับผู้สูงอายุที่มีรายได้ปานกลางลงมา แต่แนวทางดังกล่าวอาจยังไม่สามารถ "ตอบโจทย์" รูปแบบและความต้องการที่อยู่อาศัยของผู้สูงอายุไทยส่วนใหญ่ได้ โดยเฉพาะเมื่อคำนึงถึงบริบทและเงื่อนไข 4 ประการสำคัญของสังคมไทย ได้แก่ (1) ข้อจำกัดเรื่องงบประมาณรัฐ (2) บทบาทนำของภาคเอกชนในตลาดที่อยู่อาศัยที่ดูแลกลุ่มผู้มีรายได้ปานกลางถึงสูงอยู่แล้ว (3) รูปแบบการอยู่อาศัยของคนไทยส่วนใหญ่ที่ยังยึดติดกับที่อยู่อาศัยเดิม และ (4) การพัฒนาที่อยู่อาศัยที่ครอบคลุมและทั่วถึง "ทุกกลุ่มรายได้" โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่มีรายได้น้อยที่มักมีทางเลือกอยู่อย่างจำกัด

เป็นไปได้หรือไม่ว่า นโยบายที่สนับสนุนแนวทางการสูงวัยในที่เดิมที่มุ่งเน้นการอยู่อาศัยร่วมกันหลายรุ่นวัยอาจจะเป็น "คำตอบที่เหมาะสมที่สุด" ที่ภาครัฐควรเลือกเป็นทิศทางหลักในการดำเนินนโยบาย จึงอยากชวนผู้อ่านร่วมขบคิดไปด้วยกันว่า *"แนวทางแบบไหน คือ แนวทางที่ใช่ และเหมาะสมสำหรับสังคมสูงวัยภายใต้เงื่อนไขและข้อจำกัดของประเทศไทย?"*



ขอบเขตนโยบายรัฐด้านที่อยู่อาศัยสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย จำแนกตามรูปแบบที่อยู่อาศัยและระดับรายได้ของผู้สูงอายุ

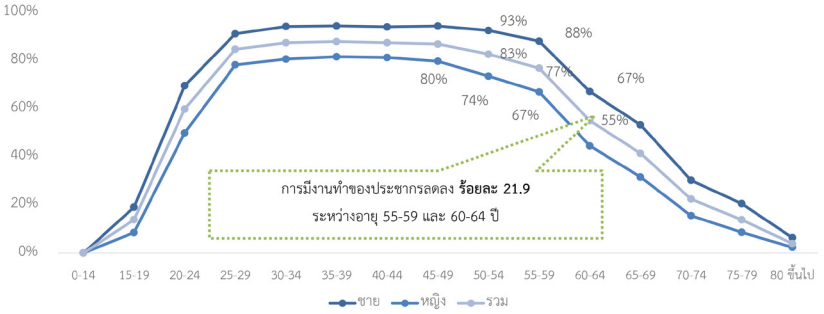
ที่มา: สิรินทร์ยา พูลเกิด, ณปภัช สัจนวกุล, ณัฐนี อมรประดับกุล, ปัณณวัฒน์ เถื่อนกลิ่น และประทีป นัยนา. (2563). *รายงานการวิจัยฉบับสมบูรณ์โครงการวิจัยเรื่อง การทบทวนและวิเคราะห์นโยบายรัฐด้านการจัดการที่อยู่อาศัยให้เหมาะสมกับผู้สูงอายุในประเทศไทย.* นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.

เฉลิมพล แจ่มจันทร์
chalermpol.cha@mahidol.edu

60...ใช่ว่าต้องหยุด (ทำงาน)

สถานการณ์สังคมสูงอายุของประเทศไทยมีสัดส่วนประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มขึ้นต่อเนื่องจนเกือบถึงร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด การพิจารณากำหนดแนวทางและขับเคลื่อนมาตรการรับมือจัดการผลกระทบเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตในด้านต่าง ๆ ของผู้สูงอายุและสังคมโดยรวมของประชากรทุกช่วงวัยเป็นเรื่องที่มีความสำคัญ หนึ่งในนั้นที่ไม่พูดถึงไม่ได้เป็นเรื่องการสนับสนุนส่งเสริมการทำงานและการคงอยู่ในกำลังแรงงานของประชากรไทยให้ยาวนานขึ้น โดยเฉพาะในช่วงอายุ 60 ปีขึ้นไปที่คนไทยจำนวนมากยังยึดติดกับความคิดว่าเป็นเกณฑ์อายุเกษียณที่ควรหยุดทำงานและพักผ่อน ซึ่งก็ไม่ผิดอะไร เนื่องจากอายุเกษียณในภาครัฐของไทยยังคงกำหนดไว้ที่อายุ 60 ปี แต่น่าจะดีกว่าหากเราสามารถช่วยกันสร้างค่านิยมใหม่ได้ว่า “เกษียณอายุ หรือสูงวัยแล้ว ใช่ว่าต้องหยุดทำงาน”

บทความนี้ขอนำเสนอข้อมูลบางประการที่น่าสนใจเกี่ยวกับการทำงานของผู้สูงอายุไทยที่เป็นข้อค้นพบจากโครงการวิจัย *“สถานการณ์และแนวโน้มสภาพการทำงานของผู้สูงอายุไทย: การวิเคราะห์จากข้อมูลการสำรวจระดับประเทศ”* ที่ได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) และมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย (มส.ผส.)



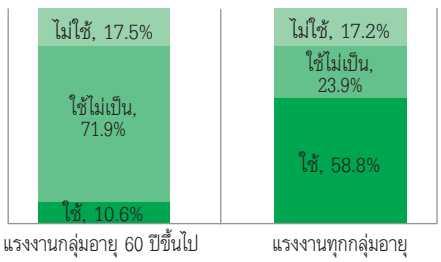
รูป 1 ร้อยละผู้มีงานทำของประชากรอายุ 15 ปีขึ้นไปขึ้นไป

แหล่งข้อมูล: วิเคราะห์จากการสำรวจภาวะการทำงานของประชากร พ.ศ. 2562 (ไตรมาส 3) สำนักงานสถิติแห่งชาติ

จากรูป 1 ซึ่งแสดงร้อยละผู้มีงานทำของประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป (ข้อมูลปี 2562 ไตรมาส 3) จะเห็นได้ว่า ประชากรไทยมีส่วนร่วมในกำลังแรงงานสูงที่สุดในช่วงอายุ 30-49 ปี ทั้งผู้ชาย (ร้อยละ 94) และผู้หญิง (ร้อยละ 80-82) โดยผู้หญิงเริ่มออกจากกำลังแรงงานหรือหยุดการทำงานเร็วกว่าผู้ชาย คือ ตั้งแต่อายุ 50 ปีขึ้นไป ขณะที่ผู้ชายจะเริ่มออกจากกำลังแรงงานชัดเจนที่อายุ 55 ปีขึ้นไป ในภาพรวม เมื่อเข้าสู่อายุ 60 ปี ร้อยละผู้มีงานทำของประชากรทั้งหมดลดลงอย่างมากจากร้อยละ 77 ในช่วงอายุ 55-59 ปี เหลือเพียงร้อยละ 55 ในช่วงอายุ 60-64 ปี และในภาพรวมผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป มีเพียงร้อยละ 34.5 หรือ 1 ใน 3 เท่านั้น ที่ยังคงทำงาน จากการวิเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม การทำงานของแรงงานสูงอายุไทย (ผู้สูงอายุที่ยังคงมีงานทำ) ส่วนใหญ่ร้อยละ 60.3 อยู่ในภาคเกษตร (อีกร้อยละ 32.1 อยู่ในภาคบริการและการค้า) ร้อยละ 62.0 มีสถานภาพการทำงานเป็นการประกอบธุรกิจส่วนตัวโดยไม่มีลูกจ้าง (อีกร้อยละ 20.4 ช่วยธุรกิจครัวเรือนโดยไม่ได้รับค่าจ้าง) และสูงถึงร้อยละ 88.0 เป็นแรงงานนอกระบบ (ตามคำจำกัดความของสำนักงานสถิติแห่งชาติ) แม้ในช่วงที่ผ่านมา ประเทศไทยจะมีมาตรการและนโยบายในการส่งเสริมการทำงานและมีงานทำของผู้สูงอายุมากพอสมควร แต่จากการวิเคราะห์ข้อมูลในช่วงปี 2547-2562 พบว่า ร้อยละของผู้มีงานทำในช่วงอายุ 60 ปีขึ้นไป กลับมีแนวโน้มลดลงเฉลี่ยอยู่ที่ร้อยละ 0.2 ต่อปี โดยในกลุ่มผู้สูงอายุที่ไม่ทำงานหรือหยุดทำงานนั้น พบว่า มีสาเหตุมาจากเหตุผลการเกษียณอายุ จากการทำงานหรือต้องการพักผ่อนเพิ่มมากขึ้นถึง 2 เท่า การส่งเสริมการมีงานทำและการคงอยู่ในตลาดแรงงานของผู้สูงอายุให้ยาวนานขึ้น ควรมุ่งเน้นไปที่ประชากรกลุ่มอายุ 60-64 ปี

จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด-19 ตั้งแต่ในช่วงต้นปีที่ผ่านมา แรงงานทุกกลุ่มวัย รวมถึงแรงงานสูงอายุย่อมได้รับผลกระทบอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ในทุกภาคเศรษฐกิจ ทั้งจากการหยุดหรือปิดกิจการของสถานประกอบการ การถูกเลิกจ้างหรือไม่ต่อสัญญา (ซึ่งการศึกษาจำนวนหนึ่งในต่างประเทศชี้ว่า แรงงานสูงอายุเป็นกลุ่มที่มีแนวโน้มถูกพิจารณาเลิกจ้างเป็นกลุ่มแรก ๆ) การถูกลดชั่วโมง/วันทำงานและสวัสดิการคุ้มครองต่าง ๆ ปัญหาการขาดทุนของผลประกอบการและผลผลิตทั้งในภาคเกษตร ภาคอุตสาหกรรม การค้าและบริการจากการลดลงของกำลังซื้อภายในประเทศและการส่งออกที่หดหาย ล้วนเป็นปัจจัยความเสี่ยงที่ทำให้แรงงานจำนวนมากอาจต้องตกงานหรือเลิกกิจการ ซึ่งกลุ่มที่มีความเปราะบางไม่ใช่เฉพาะเพียงแรงงานสูงอายุ 60 ปีขึ้นไป แต่รวมถึงแรงงานก่อนวัยสูงอายุโดยเฉพาะกลุ่มอายุ 50-59 ปี ที่ยังอยู่ในช่วงวัยที่ควรต้องทำงานเก็บเงินสำหรับวัยสูงอายุ ซึ่งหากถูกเลิกจ้างหรือตกงานก็จะมีโอกาสในการได้งานใหม่หรือกลับเข้าสู่ตลาดแรงงานที่ค่อนข้างน้อย

สำหรับแรงงานสูงอายุที่ยังคงอยู่ในตลาดแรงงาน การปรับตัวเข้ากับวิถีชีวิตการทำงานใหม่ ที่มีแนวโน้มต้องพึ่งพาเทคโนโลยีการสื่อสารทางอินเทอร์เน็ตผ่านอุปกรณ์ต่าง ๆ เพิ่มขึ้นก็เป็นความท้าทายที่สำคัญต่อแรงงานสูงอายุในการเรียนรู้และการพัฒนาทักษะใหม่ที่จำเป็นเหล่านี้



รูป 2 การใช้อินเทอร์เน็ตของแรงงานไทย

แหล่งข้อมูล: วิเคราะห์เฉพาะผู้มีงานทำ จากการสำรวจ ICT พ.ศ. 2561, สำนักงานสถิติแห่งชาติ

ปราโมทย์ ประสาทกุล
pramote.pra@mahidol.ac.th

ในบั้นปลายแห่งชีวิต

จะมีใครคิดเหมือนกับผมบ้างไหมว่า เมื่อเรามีอายุยิ่งมากขึ้นเท่าไร เวลาก็ยิ่งผ่านไปเร็วขึ้นเท่านั้น ถึงวันนี้ (1 กันยายน) วันเวลาของปี 2563 ได้ล่วงมา 8 เดือนแล้ว เหลืออีกเพียง 4 เดือนก็จะหมดปี *(วันเวลาผ่านไปเร็วเหลือเกิน ไม่น่าเชื่อว่า คนไทยได้มีชีวิตอยู่กับสถานการณ์โควิด-19 มานานเกินกว่าครึ่งปีแล้ว)*

ยิ่งมีอายุสูงขึ้น ผมก็มองว่า เด็ก ๆ โตเร็วขึ้น เด็กน้อยตัวเล็ก ๆ เมื่อไม่นาน วันนี้ก็เติบโตขึ้นอย่างผิดตา เด็กน้อยกลายเป็นเด็กใหญ่ เด็กใหญ่กลายเป็นหนุ่มสาว *"... โตเร็วจัง เด็กสมัยนี้ ..."* แล้วตัวเราจะไม่แก่เร็วได้อย่างไร

เมื่อ 10 กว่าปีก่อน ผมเคยตั้งเป้าหมายว่า จะมีชีวิตอยู่ให้ได้ถึง 80 ปี (ซึ่งเท่ากับอายุของพระพุทธเจ้า) ตอนนั้นผมเขียนบันทึกไว้ว่า ถ้าผมตายก่อนอายุ 80 ปี ก็ถือว่าผมขาดทุนชีวิต แต่ถ้ามีอายุเกิน 80 ปีก็เท่ากับว่าผมได้กำไรชีวิต

ถ้าผมยังยึดเป้าหมายเดิมที่ตั้งไว้ว่า จะมีชีวิตอยู่จนถึงอายุ 80 ปี ผมก็มีเวลาเหลืออีกเพียง 7 ปีกว่าเท่านั้น คิดเป็นจำนวนวันได้ประมาณ 2,800 วัน และถ้าผมจะโลภอยากจะมีชีวิตอยู่ต่อไปอีกนาน ๆ จนลาโลกไปเมื่ออายุสัก 90 ปี ผมก็จะมีเวลาเห็นพระอาทิตย์ขึ้น – พระอาทิตย์ตกอีกราว 6,500 ครั้งเท่านั้น

ตัวเลขจำนวนวันที่ผมจะมีชีวิตอยู่ต่อไป ไม่ว่าจะเป็น 2 พันหรือ 6 พันกว่าวัน เป็นเพียงตัวเลขสมมุติ ในความเป็นจริงผมอาจสิ้นใจตายในวันสองวันนี้ หรืออีกปีสองปีข้างหน้า หรืออาจมีอายุยืนจนถึง 100 ปีได้เป็น "ศตวรรษิกชน" คนหนึ่งในอีก 27 ปีข้างหน้าก็ได้

เกิดมาแล้วต้องตาย

ผมเชื่อว่าคนที่มีชีวิตยืนยาวมาจนมีอายุครบ 6 รอบอย่างคนรุ่นผมทุกวันนี้ ต่างรู้ดีว่าสังขารของเราไม่เที่ยง และความตายกำลังใกล้เข้ามาถึงตัวเราทุกคนแล้ว ประธานรุ่นเพื่อนนักเรียนมัธยมฯ รุ่นเดียวกับผมเขียนย้ำทุกปีว่าพวกเรามีเวลาเหลือน้อยลงทุกที จึงควรมางานชุมนุมรุ่นประจำปีก่อนที่จะไม่มีเรี่ยวแรงที่จะมาพบปะสังสรรค์กัน หรือไม่ก็ตายจากกันไป พวกเราทุกคนรู้ดีว่าสังขารของเราย่อมเสื่อมถอยลงตามวัย และอีกไม่นานเราทุกคนก็หนีความตายไม่พ้น เราเชื่อเช่นนั้นเพราะประสบการณ์ที่ได้เห็นสัจธรรม การเกิด แก่ เจ็บ ตายที่มีให้เห็นไม่เว้นแต่ละวัน คำสอนของทุกศาสนาต่างยอมรับการสิ้นสุดของชีวิต

ที่มา: https://www.thaihealthcenter.org

ผมได้ฟังเพื่อน ๆ และคนอื่น ๆ อีกเป็นจำนวนมากพูดถึงเรื่องความตาย ทุกคนยอมรับว่าคนเราเกิดมาแล้วก็ต้องตาย แต่ดูเหมือนทุกคนจะคิดตรงกันว่า ถ้าถึงวันตายก็ขอให้ตายอย่างสงบ ไม่ทุกข์ทรมานก่อนที่จะตาย ทุกคนอยากจะนอนหลับแล้วหมดลมหายใจลาจากโลกนี้ไปเลย

เมื่อไม่นานมานี้ รุ่นพี่ของผมคนหนึ่งตายจากไป พี่อายุ 75 ปี ร่างกายแข็งแรง ออกกำลังกายด้วยการตีกอล์ฟเป็นประจำ วันนั้นพี่นอนบนโซฟา ดูทีวีถ่ายทอดการแข่งขันกอล์ฟกีฬาโปรดของพี่ แล้วพี่ก็ *"ไปไม่กลับ หลับไม่ตื่น"* เมื่อพวกเรารู้ข่าวการจากไปของพี่ ทุกคนพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า *"พี่เป็นคนมีบุญ จึงนอนหลับตายไปอย่างสงบ"* การตายของพี่เป็นการตายในอุดมคติที่ใคร ๆ ก็อยากตายด้วยอาการสุขสงบเช่นนั้น

ความตายไม่น่ากลัว

ผมอยากให้คนเราไม่กลัวความตาย เมื่อคุยกันเรื่องความตาย ผมมักบอกใคร ๆ ว่า ผมชอบคติความเชื่อของชาวทิเบต ผมเคยอ่านหนังสือเล่มหนึ่ง (เรื่องอะไรก็จำไม่ได้) ที่เล่าว่าชาวทิเบตเชื่อว่า ร่างกายของคนที่ยังมีชีวิตอยู่ก็เหมือนเสื้อผ้าที่สวมใส่ห่อหุ้มจิตวิญญาณของคนไว้ เมื่อคนตายก็เหมือนกับจิตวิญญาณของคนนั้นละทิ้งเสื้อผ้าชุดที่สวมใส่อยู่ เพื่อเปลี่ยนไปอยู่ในเสื้อผ้าชุดใหม่ กล่าวอีกอย่างหนึ่งก็คือ ชาวทิเบตเชื่อเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด การตายของคนเราก็เป็นเพียงการเปลี่ยนเสื้อผ้าชุดที่เราใส่อยู่ในชาตินี้ไปใส่เสื้อผ้าชุดใหม่ในชาติหน้า ความตายจึงเป็นสิ่งที่ไม่น่ากลัวแต่อย่างใด

ถ้าพวกเรามีทัศนคติว่าความตายไม่น่ากลัว เราก็จะสบายใจเมื่อถึงวาระสุดท้ายของชีวิต เราก็ไม่จำเป็นต้องพยายามยื้อชีวิตไว้อย่างไม่มีเหตุผล

ผมคิดว่า ความเชื่อเรื่องการเวียนว่ายตายเกิด มีชาตินี้และชาติหน้า มีนรกสวรรค์ เชื่อเรื่องเวรกรรมเหล่านี้น่าจะเป็นสิ่งที่ดีทำให้เมื่อเรายังมีชีวิตอยู่ ความเชื่อเช่นนั้นจะกระตุ้นให้เราประกอบกรรมดีเพื่อจะได้ขึ้นสวรรค์ หรือเพื่อที่จะมีชีวิตที่ดีในชาติต่อไป เมื่อยังมีชีวิตอยู่ เราควรละเว้นกรรมชั่ว เพื่อไม่ตกนรกหรือต้องไปชดใช้กรรมเวรในชาติหน้า

ความกลัวความเจ็บปวดทุกข์ทรมานก่อนตาย

เท่าที่ผมได้คุยกับเพื่อน ๆ รุ่นเดียวกันมีอีกเรื่องหนึ่งที่พวกเรากลัว และไม่อยากให้เกิดขึ้นกับตัวเอง นั่นคือ การเจ็บป่วยจนถึงขั้นพิการ ช่วยตัวเองไม่ได้ในบั้นปลายแห่งชีวิต ไม่มีใครอยากเห็นตัวเองต้องนอน "ติดเตียง" เป็นภาระให้ต้องมีคนคอยดูแล

ช่วยเหลือในการทำกิจวัตรประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นการกินอาหาร ขับถ่าย อาบน้ำ

เดี๋ยวนี้ ประเทศไทยมีกฎหมายให้คนทำพินัยกรรมชีวิต หรือที่ผมอยากจะเรียกว่า *"ชีวเจตนา"* ซึ่งหมายถึงเอกสารแสดงเจตนาให้ไม่ต้องยื้อชีวิตของเราไว้ด้วยเครื่องมือหรืออุปกรณ์ทางการแพทย์ใด ๆ เมื่อเราหมดสภาพที่จะมีชีวิตอยู่ต่อไปได้แล้ว เรื่องนี้คงเกี่ยวข้องกับการใช้ยาหรือสารบรรเทาอาการเจ็บปวด เช่น มอร์ฟีน หรือแม้กระทั่งกัญชามากขึ้น

ผมเคยเขียนหนังสือเรื่อง *"แก่ ... ก็ดีเหมือนกันนะ"* ผมยังยืนยันความคิดเดิมว่า แก่ก็ดีเหมือนกัน แต่อยากจะเพิ่มเงื่อนไขอีกข้อหนึ่งว่า ขอให้เราแก่แล้วยังมีสุขภาพดีพอที่จะช่วยตัวเองได้ โดยไม่เป็นภาระที่ต้องพึ่งพาคนอื่น

คนเราฝืนความเสื่อมของสังขารไม่ได้ เมื่อเรามีอายุสูงขึ้นถึงระดับหนึ่งก็จะยากที่จะมีชีวิตอยู่ได้ตามลำพัง คนรุ่นผมถ้ามีชีวิตยืนยาวต่อไปอีกเรื่อย ๆ สักวันหนึ่งก็คงอยู่คนเดียวไม่ได้ ต้องมีคนอยู่ด้วยและช่วยดูแล ผมเคยไปพบคุณยายอายุ 100 ปี ที่ยังแข็งแรง ยังทำกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตัวเอง แต่ถึงกระนั้นคุณยายก็ยังต้องมีคนดูแลใกล้ชิด ไม่มีลูกหลานคนไหนยอมปล่อยให้คุณยายอยู่ตามลำพังคนเดียว

เวลาเราพูดถึงเรื่องผู้สูงอายุ เรามักจะเหมารวมว่าคนที่อายุ 60 ปีขึ้นไปเป็นผู้สูงอายุเหมือนกันทั้งหมด แต่แท้ที่จริงแล้ว คนที่อายุ 60 ปีขึ้นไปมีสภาพร่างกายสมบูรณ์ไม่เท่าเทียมกัน สังขารของคนที่ยิ่งมีอายุมาก ก็ยิ่งมีโอกาสที่จะเสื่อมโทรมไปมากขึ้น โดยทั่วไป คนอายุ 60 ปีต้น ๆ ย่อมมีร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงมากกว่าคนอายุ 80 – 90 ปีขึ้นไป เราจึงแบ่งผู้สูงอายุออกเป็น 3 กลุ่มใหญ่ ๆ คือ ผู้มีอายุ 60 – 69 ปี เป็น *"ผู้สูงอายุวัยต้น"* ผู้มีอายุ 70 – 79 ปี เป็น *"ผู้สูงอายุวัยกลาง"* และผู้มีอายุ 80 ปีขึ้นไป เป็น *"ผู้สูงอายุวัยปลาย"* หรือถ้าจะแถมอีกกลุ่มหนึ่ง คือ *"ศตวรรษิกชน"* คือ คนที่มีอายุ 100 ปีขึ้นไป

ผู้สูงอายุวัยต้นย่อมมีสมรรถนะของร่างกายดีกว่าผู้สูงอายุวัยปลาย สมัยนี้ผู้สูงอายุวัยต้นส่วนใหญ่จะยังแข็งแรง และมีพลังจนไม่น่าจะเรียกว่าเป็นผู้สูงอายุเสียด้วยซ้ำ

ในช่วงสุดท้ายแห่งชีวิต

อีกไม่ถึง 10 ปี ผมก็จะเป็นผู้สูงอายุวัยปลายแล้ว ทุกวันนี้ผมเห็นผู้สูงอายุวัยปลายที่มีอายุ 80 ปีต้น ๆ จำนวนมาก ที่มีพลังแข็งแรงทั้งร่างกายและจิตใจ และมีชีวิตอยู่ได้ด้วยตนเอง ไม่เป็นภาระที่ต้องพึ่งพาคนอื่น ถ้าผมยังมีชีวิตอยู่จนอายุเกิน 80 ปี ผมก็หวังที่จะเป็นผู้สูงอายุที่มีพลังเช่นนั้นบ้าง และอีกไม่ถึง 20 ปี ถ้าผมมีอายุถึง 90 ปี ผมค่อนข้างแน่ใจว่า หากมีชีวิตอยู่โดยไม่มีคนอยู่ด้วยคอยช่วยดูแลน่าจะลำบาก

อีก 20 ปีข้างหน้า คนที่มีอายุ 90 ปีขึ้นไปในประเทศไทยจะมีจำนวนมากถึงประมาณ 4 ล้านคน ผู้สูงอายุวัยปลายสุดเหล่านี้ ไม่ว่าจะยังช่วยตัวเองได้ หรืออยู่ในสภาพที่ต้องพึ่งพาคนอื่นแล้ว คงต้องมีผู้ดูแลอยู่ด้วยอย่างค่อนข้างจะแน่นอน

สำหรับผม เมื่อมีอายุเกิน 6 รอบแล้วในวันนี้ ได้ตั้งใจว่าเราต้องไม่ประมาท และควรเตรียมตัวตาย ทุกวันผมท่องคาถาที่แต่งขึ้นเอง

"ยึดมั่นในพรหมวิหารสี่ ปราโมทย์ปีติเป็นนิสัย
ไม่คิดมุ่งร้ายทำลายใคร รักษากาย วาจา ใจ ให้งดงาม"

แม้รู้ว่าจะปฏิบัติตามคาถานี้ได้ยาก เพราะตัวเองก็ยังเป็นคนธรรมดาที่ควบคุมอารมณ์ไม่ได้เป็นบางครั้ง และขาดสติไปบ้างเป็นบางครา แต่ก็มุ่งมั่นตั้งใจที่จะทำให้ได้เพื่อจะได้ตายอย่างสุขสงบ

"ตอบดีดี มีรางวัล" (สุดท้าย)

จีรวรรณ หงษ์ทอง
jeerawan.hot@mahidol.ac.th

รายชื่อผู้ที่ตอบคำถาม *"ประชากรและการพัฒนา"* ปีที่ 40 ฉบับที่ 6 ถูกได้รับรางวัล ***นครราชสีมา:*** ไพบูลย์ ถิระเรืองรัตน์; ***ชลบุรี:*** ดิเรก เพ็งพินิจ ***สมุทรสงคราม:*** พฤกษา สุวรรณศรี

***ประชากรและการพัฒนา* ปีที่ 41 (ฉบับที่ 1-6) จะพิมพ์เผยแพร่ด้วยกระดาษและส่งทางไปรษณีย์เป็นปีสุดท้าย**

จากนั้น *"ประชากรและการพัฒนา"* จะเป็นจดหมายข่าวทางอิเล็กทรอนิกส์ที่เผยแพร่ทางอินเทอร์เน็ตคู่ขนานไปกับ *"เดอะประชากร" (The Prachakorn)* อีกช่องทางหนึ่งของการเผยแพร่ข่าวสารประชากรของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม

เสียงสะท้อนจากผู้อ่าน

จีรวรรณ หงษ์ทอง
jeerawan.hot@mahidol.ac.th

"นับเป็นเวลากว่าทศวรรษที่ดิฉันเป็นแฟนพันธุ์แท้ จดหมายข่าว *"ประชากรและการพัฒนา"* ซึ่งสถาบันวิจัยประชากรและสังคม ได้จัดทำขึ้นเพื่อให้ความรู้ เรื่องราวต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับประชากรทุกกลุ่มวัย ด้วยลีลาการนำเสนอของผู้เขียนในแต่ละคอลัมน์ ที่สามารถให้แง่มุม ที่เป็นสาระ และความรู้ทางวิชาการได้อย่างน่าสนใจ ชวนติดตาม ขณะเดียวกันก็แทรกความเบาสบายในบางคอลัมน์ ที่ได้นำผู้อ่านให้ร่วมทริปการท่องเที่ยวไปในที่ต่าง ๆ ด้วย และที่สำคัญ *"นานาสาระประชากร"* ในทุกฉบับ ที่ได้ชวนให้ผู้อ่านได้หวนคิดไปถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เป็นเหตุการณ์ซึ่งเคยเกิดขึ้นในอดีต เป็นทั้งประสบการณ์ ความทรงจำ ร่วมยุค ร่วมสมัย รวมถึงการที่ผู้เขียนได้พาผู้อ่านให้จินตนาการเอาเองตามตัวอักษร หากไม่เคยรู้ หรือมีประสบการณ์มาก่อน กล่าวได้ว่า ความเด่นที่เป็นเสน่ห์ของจดหมายข่าวนี้ คือการทำให้เรื่องเข้ม ๆ เครียด ๆ ทางวิชาการ หรือ ข้อมูล สถิติตัวเลขที่ดูยุ่ง เข้าใจยาก กลับมาเป็นเรื่องที่น่าสนใจ กระตุ้นความอยากรู้ และที่สำคัญความใหม่สดที่เป็นปัจจุบันของตัวเลข ข้อมูลจากงานวิจัย ผู้ที่อยู่ในแวดวงงานที่เกี่ยวข้อง และผู้สนใจทั่วไป สามารถนำไปอ้างอิงและใช้ประโยชน์ได้ แม้ว่า *"ประชากรและการพัฒนา"* จะเดินทางมาถึงเวลาที่ต้องพักผ่อนยาว เช่นเดียวกับสิ่งพิมพ์อื่น ๆ ดิฉันจะยังคงแฟนพันธุ์แท้อย่างเหนียวแน่นต่อไป ของ "The Prachakorn" ทางระบบออนไลน์ต่อไปค่ะ"

ศิริวรรณ อรุณทิพย์ไพฑูรย์
อดีตผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านผู้สูงอายุ
กรมกิจการผู้สูงอายุ

วรชัย ทองไทย
varachai.tho@mahidol.ac.th

พิธีในยุคโควิด-19

โควิด-19 (COVID-19) มีชื่อเต็มว่า Coronavirus disease 2019 เป็นโรคในกลุ่มระบบทางเดินหายใจ ที่สามารถติดต่อกันได้ทางอากาศ วิธีป้องกันคือ เว้นระยะห่าง (social distancing) และสวมหน้ากาก ทำให้พิธีต่าง ๆ ในช่วงนี้ต้องเปลี่ยนโฉมไปจากที่เคยจัดในอาคารและมีผู้ชมเต็มพื้นที่ เป็นจัดนอกอาคาร จัดในอาคารที่มีผู้ชมเพียงร้อยละ 25 หรือจัดแบบไม่มีผู้เข้าชม เป็นต้น เช่น จัดออนไลน์ (online)

ด้วยเหตุนี้ พิธีมอบ***รางวัลอีกโนเบล*** ครั้งที่ 30 เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 17 กันยายน 2563 เวลา 18 นาฬิกา จึงเป็นการจัดออนไลน์ ที่โรงละครแซนเดอรส์ มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด โดยมีกิจกรรมต่าง ๆ เหมือนกับปีที่ผ่านมา ได้แก่ ปาเครื่องบินกระดาษ สุนทรพจน์ต้อนรับ แนะนำผู้แจก***รางวัลอีกโนเบล***ซึ่งเป็นผู้ได้รับรางวัลโนเบล (จริง) ประกาศ***รางวัลอีกโนเบล*** อุปรากรสั้น ปาฐกถา 24/7 และสุนทรพจน์อำลา

เนื่องด้วยใจความหลักของพิธีในปีนี้คือ Bugs ที่อาจหมายถึง แมง แมลง และบัคอื่น ๆ ดังนั้น ถ้วย***รางวัลอีกโนเบล***ที่มอบให้กับผู้ได้รับรางวัล จึงเป็นกล่องกระดาษที่มีรูป แมลงสาบ เหา คอมพิวเตอร์บัค เชื้อไวรัสบัค และรถเต่า (Volkswagen Bug) (ดังรูป) และอุปรากรสั้นเรื่อง ความฝันของแมลงสาบตัวเล็ก (Dream, Little Cockroach)

พิธีมอบรางวัลอีกโนเบลครั้งที่ 30

ที่มา: https://www.improbable.com/ig-about/the-30th-first-annual-ig-nobel-prize-ceremony/ สืบค้นเมื่อ 20 กันยายน 2563

รางวัลอีกโนเบลในปีนี้มี 10 สาขาคือ

สาขาสวนศาสตร์ (อ่านว่า สะ-วะ-นะ-สาด) (acustics) มอบให้กับนักวิจัยชาวออสเตรีย สวีเดน ญี่ปุ่น อเมริกัน และสวิส (Stephan Reber, Takeshi Nishimura, Judith Janisch, Mark Robertson และ Tecumseh Fitch) ที่ร่วมกันวิจัยเกี่ยวกับการส่งเสียงคำรามของจระเข้จีนตัวเมีย ที่อยู่ในห้องบรรจุก๊าซฮีเลียม

สาขาจิตวิทยา มอบให้กับนักวิจัยชาวแคนาดาและอเมริกัน (Miranda Giacomin และ Nicholas Rule) ที่ได้คิดค้นวิธีที่จะชี้ว่าใครเป็น “คนหลงตนเอง” ด้วยการดูคิ้ว

สาขาสันติภาพ มอบให้กับรัฐบาลประเทศอินเดียและปากีสถาน ที่ได้ให้นักการทูตของตนไปกดกริ่งหน้าบ้านของนักการทูตประเทศตรงข้ามกลางดึก แล้ววิ่งหนีไปก่อนที่จะมีคนในบ้านมาเปิดประตู

สาขาฟิสิกส์ มอบให้กับนักวิจัยชาวออสเตรเลีย 2 คน (Ivan Maksymov และ Andriy Pototsky) ที่ได้ทำวิจัยทดลองว่าจะเกิดอะไรขึ้นกับรูปร่างของไส้เดือนดินมีชีวิตที่ถูกสั่นสะเทือนอย่างรุนแรง

สาขาเศรษฐศาสตร์ มอบให้กับนักวิจัย 9 คน จากประเทศสหราชอาณาจักร โปแลนด์ ฝรั่งเศส บราซิล ชิลี โคลอมเบีย ออสเตรเลีย (Christopher Watkins, Juan David Leongomez, Jeanne Bovet, Agnieszka Zelazniewicz, Max Korbmacher, Marco Antonio Correa Varella, Ana Maria Fernandez, Danielle Wagstaff และ Samuela Bolgan) ที่ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความไม่เสมอภาคของรายได้ประชาชาติกับค่าเฉลี่ยของการจูบปาก

สาขาการจัดการ (management) มอบให้กับนักฆ่าอาชีพชาวจีน 5 คน (Xi Guang-An, Mo Tian-Xiang, Yang Kang-Sheng, Yang Guang-Sheng และ Ling Xian Si) ที่ได้บริหารจัดการสัญญาจ้างให้ทำฆาตกรรม ด้วยการส่งต่อการจ้างที่หักค่าหัวคิวแล้ว ออกไปเป็นลูกโซ่ดังนี้ หลังจากที่ Xi Guang-An ได้รับเงินค่าจ้างก็ส่งต่อให้ Mo Tian-Xiang ซึ่งส่งต่อให้ Yang Kang-Sheng ซึ่งส่งต่อให้ Yang Guang-Sheng ซึ่งส่งต่อให้ Ling Xian Si จนมีผลให้แต่ละคนได้รับเงินค่าจ้างน้อยลง และไม่มีใครสักคนที่ทำงาน

สาขากีฏวิทยา มอบให้กับนักวิจัยอเมริกัน (Richard Vetter) ที่ได้รวบรวมหาหลักฐานเพื่อบอกว่า มีนักกีฏวิทยา (entomologist: นักวิทยาศาสตร์ที่มีความเชี่ยวชาญทางแมลง) หลายคนที่กลัวแมงมุม ซึ่งไม่ใช่แมลง (แมลงมี 6 ขา แมงมี 8 ขา)

สาขาแพทยศาสตร์ มอบให้กับนักวิจัยชาวเนเธอร์แลนด์และเบลเยียม 3 คน (Nienke Vulink, Damiaan Denys และ Arnoud van Loon) ในการได้ค้นพบวิธีวินิจฉัยโรคเกลียดเสียง (misophonia) เช่น เสียงคนเคี้ยวอาหาร เสียงหายใจดัง เสียงเคาะโต๊ะ อันเป็นเสียงที่เกิดขึ้นซ้ำ ๆ ซึ่งแตกต่างจากโรคกลัวเสียง (phonophobia) ที่กลัวเสียงดัง

สาขาแพทยศาสตร์ศึกษา มอบให้กับผู้นำของประเทศบราซิล สหราชอาณาจักร อินเดีย เม็กซิโก เบลารุส สหรัฐอเมริกา ตุรกี รัสเซีย และเติร์กเมนิสถาน ที่ได้ใช้สถานการณ์โรคระบาดโควิด-19 สอนให้คนทั้งโลกรู้ว่า นักการเมืองสามารถชี้ความเป็นความตายของผู้คน ได้มากกว่าหมอและนักวิทยาศาสตร์

สาขาวัสดุศาสตร์ (materials science) มอบให้กับนักวิจัยจากสหรัฐอเมริกาและสหราชอาณาจักร 7 คน (Metin Eren, Michelle Bebber, James Norris, Alyssa Perrone, Ashley Rutkoski, Michael Wilson และ Mary Ann Raghanti) ที่ได้สาธิตให้เห็นว่า มีดที่ทำจากอุจจาระคนแช่แข็งจะใช้งานได้ไม่ดี

รางวัลอีกโนเบล: รางวัลที่ขบขันแต่ชวนให้คิด

มนสิการ กาญจนะจิตรา
manasigan.kan@mahidol.edu

สายสัมพันธ์ระหว่างคุณกับลูก มั่นคงแล้วหรือยัง?

"ความสัมพันธ์ที่มั่นคงระหว่างพ่อแม่กับลูก เปรียบเสมือนหางเสือ ที่คอยประคับประคองลูกไม่ให้ออกนอกลู่นอกทางต่อไปในอนาคต"

รูปแบบสายสัมพันธ์ระหว่างเด็กและพ่อแม่ เป็นรากฐานสำคัญสำหรับการเติบโตต่อไปในอนาคต สายสัมพันธ์ที่เข้มแข็งจะส่งผลให้เด็กรู้สึกปลอดภัยและรู้สึกว่าตนเป็นที่รัก ซึ่งจะทำให้เด็กเติบโตต่อไปอย่างมั่นคง และมีวุฒิภาวะที่ดี

รูปแบบสายสัมพันธ์ระหว่างเด็กและพ่อแม่เป็นอย่างไร ขึ้นอยู่กับนิสัยพื้นฐานของเด็กเอง และการเลี้ยงดูของพ่อแม่

แล้วจะรู้ได้อย่างไรว่า ลูกมีสายสัมพันธ์กับเราแบบไหน? ในช่วงทศวรรษ 1970 นักจิตวิทยาเด็ก Mary Ainsworth ได้ออกแบบการทดสอบ เพื่อศึกษารูปแบบความผูกพันระหว่างลูกและผู้เลี้ยง การทดสอบนี้มีชื่อว่า Strange Situation โดยแบบทดสอบนี้จะดูปฏิกิริยาของเด็กอายุ 12-18 เดือน ใน 8 สถานการณ์ที่ได้กำหนดไว้ โดยในแต่ละสถานการณ์จะมีระยะเวลาไม่เกิน 3 นาที ดังนี้

1. เริ่มต้นจากแม่ เด็ก และผู้ทดสอบอยู่ในห้องขนาดเล็กที่มีของเล่นวางทั่วห้อง
2. ผู้ทดสอบออกจากห้อง ปล่อยให้แม่และเด็ก อยู่ในห้องตามลำพัง
3. คนแปลกหน้าเข้ามานั่งในห้องด้วย
4. แม่ออกจากห้อง เด็กและคนแปลกหน้าอยู่ในห้องกันตามลำพัง
5. แม่กลับมาในห้อง คนแปลกหน้าออกจากห้อง
6. แม่ออกจากห้อง เด็กอยู่ในห้องตามลำพัง
7. คนแปลกหน้ากลับมาในห้อง อยู่กับเด็กตามลำพัง
8. แม่กลับมาในห้อง และคนแปลกหน้าออกจากห้อง

ในแต่ละสถานการณ์ ผู้ทดสอบจะสังเกตปฏิกิริยาของเด็ก เช่น การเดินสำรวจห้อง การเล่นของเล่น ปฏิกิริยาเมื่อแม่ออกไป เมื่อแม่กลับมา และเมื่อต้องอยู่กับคนแปลกหน้าตามลำพัง จากการทดสอบนี้ Ainsworth ได้พัฒนาทฤษฎีความผูกพัน โดยแบ่งรูปแบบความผูกพันเป็น 3 ประเภทหลัก ดังนี้

1. ปลอดภัย (secure) เป็นกลุ่มที่มีสายสัมพันธ์ที่มั่นคงที่สุด ในกลุ่มนี้เด็กจะร้องไห้ถ้าหากแม่เดินออกไป แต่พอแม่กลับมาปลอบก็สงบอย่างรวดเร็วและกลับมาเล่นต่อได้ เวลาแม่อยู่ในห้องแล้วจะรู้สึกปลอดภัย เล่นกับคนแปลกหน้าได้หากแม่อยู่ด้วย และเดินไปสำรวจของเล่นอย่างอิสระ โดยยังคงกลับมามีปฏิสัมพันธ์กับแม่อยู่เป็นระยะ ๆ
2. กังวล (anxious) เป็นกลุ่มที่มีความผูกพันที่ไม่มั่นคงกับแม่มากนัก สำหรับเด็กกลุ่มนี้เมื่อแม่เดินออกจากห้องไปจะร้องไห้เหมือนในกลุ่มแรก แต่บางรายจะร้องไห้แบบรุนแรงมาก และเมื่อแม่กลับมาแล้ว จะไม่สามารถสงบลงได้ง่าย ๆ และบางรายจะไม่ยอมเล่นต่อ จะอยู่ติดแจกับแม่เพราะกลัวแม่จะหายไปอีก และกลัวคนแปลกหน้ามาก
3. หลีกเลี่ยง (avoidance) เป็นกลุ่มที่มีความผูกพันที่ห่างเหินกับแม่ เด็กกลุ่มนี้ไม่มีการแสดงอาการใด ๆ ไม่ว่าแม่จะอยู่ในห้องหรือไม่ สามารถเล่นต่อได้แบบไม่มีอะไรเกิดขึ้น และสามารถเล่นกับคนแปลกหน้าได้ไม่ว่าแม่จะอยู่หรือไม่ก็ตาม

จากการศึกษาของ Ainsworth พบว่าเด็กส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่ม secure ราว 70% ที่เหลือเป็นกลุ่ม anxious และ avoidance อย่างละเท่า ๆ กัน

แน่นอนว่า กลุ่ม secure เป็นกลุ่มที่มีรูปแบบความผูกพันกับผู้เลี้ยงดูที่ดีที่สุด และจะเติบโตไปอย่างมั่นคงที่สุด เด็กกลุ่มนี้มีความเชื่อมั่นในผู้เลี้ยง และรู้สึกปลอดภัย นายแพทย์ประเสริฐ ผลิตผลการพิมพ์ ได้กล่าวว่า ความสัมพันธ์นี้สำคัญอย่างยิ่งเมื่อเด็กโตขึ้นไปในอนาคต เพราะสายสัมพันธ์ที่มั่นคงเปรียบเสมือนหางเสือเรือ ที่คอยคัดท้ายและคอยระวังหลัง คอยฉุดรั้งและคอยตักเตือน เป็นสิ่งที่คอยประคับประคองให้ลูกอยู่ในร่องในรอย ไม่ออกนอกลู่นอกทาง และไม่เลี้ยวเข้าหาอบายมุขอย่างง่าย

รูปแบบความสัมพันธ์จะเป็นอย่างไร ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับทั้งลักษณะนิสัยพื้นฐานของเด็ก แต่อีกส่วนที่สำคัญมาจากการเลี้ยงดู ดังนั้นสิ่งที่พ่อแม่ทำได้ คือ การให้ความรักความเอาใจใส่อย่างสม่ำเสมอ การใช้เวลากับลูก เล่นกับลูก และตอบสนองต่อความรู้สึกและความต้องการของลูก (ไม่ใช่ตามใจ แต่รับฟังลูกด้วยความเข้าอกเข้าใจ)

ความสม่ำเสมอนั้นเป็นหัวใจสำคัญ เพราะถ้าหากรักบ้างหมางเมินบ้าง ขึ้น ๆ ลง ๆ เอาแน่เอานอนไม่ได้ จะทำให้เด็กไม่มั่นใจในความสัมพันธ์ และจะมีแนวโน้มมีความสัมพันธ์แบบ anxious มากขึ้น และหากพ่อแม่เย็นชา ทอดทิ้ง หมางเมินเป็นประจำ จะส่งผลให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่และลูกเป็นแบบ avoidance

สุดท้ายนี้ อยากชวนพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดูบุตรหลานทุกท่านเริ่มต้นจากการสำรวจตัวเอง ว่าตัวเรามีแนวโน้มที่จะมีรูปแบบความสัมพันธ์กับคนรอบข้างแบบไหน (หากสนใจสามารถหาแบบทดสอบออนไลน์ได้) เพื่อจะได้เข้าใจตัวเองมากขึ้นและปรับปรุงความสัมพันธ์ระหว่างตัวเองกับลูกต่อไป

ที่มา: https://www.th.lovepik.com

เกาะติดสถานการณ์ประชากร

จงจิตต์ ฤทธิรงค์
jongjit.rit@mahidol.edu

จับตาประชากรอินเดียจะแซงหน้าจีน

ปี 2020 โลกของเรามีประชากรจำนวน 7,795 ล้านคน จีนเป็นประเทศที่มีประชากรมากที่สุดในโลก คือ 1,439 ล้านคน อินเดียมีประชากร 1,380 ล้านคน ซึ่งมีมากเป็นอันดับสองของโลกรองจากจีน จำนวนประชากร 2 ประเทศนี้รวมกันมีมากกว่า 1 ใน 3 หรือ คิดเป็นร้อยละ 36.2 ของประชากรโลกทั้งหมด

ที่มา: ปรับจาก https://www.canva.com

สหประชาชาติคาดประมาณไว้ว่า ปี 2027 หรืออีกไม่ถึง 10 ปีจากนี้ อินเดียจะมีจำนวนประชากรแซงหน้าจีนที่ 1,469 ล้านคน ด้วยอัตราเพิ่มต่อปีร้อยละ 0.92 ในขณะที่จีนมีอัตราเพิ่มต่อปีเพียง 0.26 อัตราเพิ่มประชากรของจีนต่ำกว่าอินเดียอย่างมีนัยสำคัญ และอัตราเพิ่มประชากรของจีนจะลดลงจนติดลบในปี 2030 ซึ่งหมายความว่า ตั้งแต่นั้นเป็นต้นไปในแต่ละปี จีนจะมีจำนวนคนเสียชีวิตต่อปีมากกว่าจำนวนเด็กเกิดใหม่

ในช่วง 5 ปีนี้ (2020-2025) ผู้หญิงอินเดียมีบุตรโดยเฉลี่ยตลอดวัยมีบุตร (อายุ 15-49 ปี) 2.1 คน ในขณะที่ผู้หญิงจีนจะให้กำเนิดบุตรโดยเฉลี่ยเพียง 1.7 คนเท่านั้น ด้วยอัตราดังกล่าวทำให้อินเดียมีจำนวนเด็กเกิดใหม่ในช่วง 5 ปีนี้ มากถึงเกือบ 120 ล้านคน ในขณะที่เด็กจีนเกิดใหม่จำนวน 77 ล้านคน หมายความว่าอินเดียจะมีจำนวนเด็กเกิดใหม่ในช่วงเวลา 5 ปีนี้ มากกว่าจีนถึงเกือบ 50 ล้านคน ในขณะที่อัตราตายระหว่างสองประเทศนี้ไม่ต่างกันนัก คือ 7.4 และ 7.8 ต่อประชากร 1,000 คน ในอินเดียและจีน ตามลำดับ

ในอนาคตเราอาจจะได้เห็นประชากรและวัฒนธรรมอินเดียเดินทางไปเผยแพร่อยู่ทั่วทุกมุมโลก อย่างที่เราเคยคุ้นชินกับการที่เห็นคนจีน พร้อมกับอิทธิพลทางวัฒนธรรมกระจายอยู่ทั่วโลกเช่นกัน อินเดียมีภาษาพูดมากมาย รัฐบาลประกาศให้ภาษาอังกฤษและภาษาฮินดีเป็นภาษาทางการที่ใช้ในการติดต่อราชการ อีกหน่อยผู้คนอาจจะลองมาฝึกพูดภาษาฮินดีก็เป็นได้ ถ้าอย่างนั้น เราลองมาฝึกพูดประโยคทักทายกัน *"นะมัสเต (Namaste)"* และหากคุณเจอสาวสวยนัยน์ตาแขกลองพูดว่า *"ตุมอิทานิ ซุนดาคุนโฮ (Tum itanee sundar kyon ho) – ทำไมคุณสวยจัง?"* หากคำนวณจากสัดส่วนสตรีชาวอินเดียต่อประชากรสตรีทั่วโลกแล้ว มีความเป็นไปได้ถึง 1 ใน 5 ว่าเธอจะเข้าใจและส่งยิ้มหวานกลับมา

ที่มา: https://wallhere.com/th/wallpaper/1849157

แหล่งข้อมูล: United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division. 2019. "World Population Prospects 2019".

ประชากรประชุมกัน

ณปภัช สัจนวกุล
napaphat.sat@mahidol.edu

"ประชากรฟอรัม" กับ "ประชากรและสังคม" ในปีที่โควิดมาเยือน

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล จัดประชุมวิชาการระดับชาติ *"ประชากรและสังคม"* ขึ้นทุกปี เพื่อคืนความรู้สู่สังคม แต่ละปีจะกำหนดประเด็นการประชุมให้สอดคล้องและเท่าทันกับสถานการณ์ของสังคม แต่ด้วยการแพร่ระบาดของโควิด-19 จึงปรับรูปแบบการประชุมในปี 2563 นี้ให้ต่างออกไป โดยเรียกว่า *"ประชากรฟอรัม"* (Prachakorn Forum) ซึ่งจะนำเสนอผลงานวิชาการแบบจบในตอน (Research Episodes) เพื่อเผยแพร่ต่อสาธารณชนผ่านช่องทางออนไลน์ ในหัวข้อ *"โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 : มิติที่หลากหลายของผลกระทบต่อประชากรและสังคม"* จำนวน 7 ตอน จะออกอากาศกันยายน-ธันวาคม 2563 จึงขอเชิญชวนท่านผู้อ่านติดตามรับชมได้บนเว็บไซต์ *"เดอะ ประชากร"* หรือผ่านช่องทางออนไลน์บนเพจ "The Prachakorn" (facebook.com/ThePrachakorn)

เสวนาใต้ชายคาประชากร

จัดเป็นประจำทุกวันพุธ เวลา 12.30-13.30 น. ณ สถาบันวิจัยประชากรและสังคม สนใจกำหนดการเสวนาแต่ละเดือน สามารถดูรายละเอียดได้ที่ www.ipsr.mahidol.ac.th และรับชมย้อนหลังได้ที่ Facebook: IPSRMAHIDOLUNIVERSITY

ครั้งที่ 1095 "การเมืองว่าด้วยพื้นที่สีเขียวในเมือง" *อาจารย์ทสิตา สุพัฒนรังสรรค์ อาจารย์ประจำสาขาวิชารัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช,* 5 ส.ค. 63

ครั้งที่ 1096 "แชร์ประสบการณ์การทำ R2R" *ภาสกร บุญคุ้ม,* 19 ส.ค. 63

ครั้งที่ 1097 "Impact of Family Structure on Child Mental Health" *Udomluk Ratchasombat,* 26 ส.ค. 63

ครั้งที่ 1098 "โลกที่ 3 และพื้นที่เรียนรู้ของเด็กยุค COVID-19" *ผศ.ดร.ภูเบศร์ สมุทรจักร,* 2 ก.ย. 63

ครั้งที่ 1099 "ผลกระทบของผู้สูงอายุต่างชาติต่อระบบสุขภาพของประเทศไทย" *ขวัญชนก ใจซื่อกุล,* 9 ก.ย. 63

ครั้งที่ 1100 "Informal Observations from January-June 2020: Differences in COVID PR Management- From Taiwan to Thailand" *รศ.ดร.สุดารัตน์ มุสิกะวงศ์,* 16 ก.ย. 63

ครั้งที่ 1101 "Physical Activity Promotion and Collaboration: ประสบการณ์จากการเดินทางเข้าร่วมการประชุมและการเยี่ยมเครือข่าย" *รศ.ดร.โยธิน แสวงดี, ดณุสรณ์ โพธารินทร์, Dyah Anantalia Widyastari, และ ผศ.ดร.ปิยวัฒน์ เกตุวงศา,* 23 ก.ย. 63

ครั้งที่ 1102 "อนาคตของสังคมสูงวัยไทย" *ศ.เกียรติคุณ ดร.ปราโมทย์ ประสาทกุล,* 30 ก.ย. 63

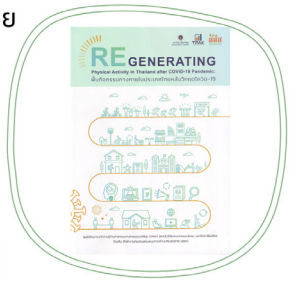
ชวนอ่าน

จีรวรรณ หงษ์ทอง
jeerawan.hot@mahidol.ac.th

ฟื้นกิจกรรมทางกายในประเทศไทย หลังโควิด-19

ปิยวัฒน์ เกตุวงศา และ กรกนก พงษ์ประดิษฐ์

พฤติกรรมเนือยนิ่งมากเกินไป
จะส่งผลเสียโดยตรงต่อสุขภาพ
จนนำไปสู่สาเหตุการเกิดโรคต่างๆ



ชวนอ่าน >>

คู่มือ กิจกรรมทางกายประจำบ้าน

ปิยวัฒน์ เกตุวงศา และ คนอื่นๆ

กิจกรรมทางกายทำกันเป็นประจำ
เป็นภูมิคุ้มกันอย่างดี
ไม่ต้องมียาประจำตัว

<< ชวนอ่าน

ดาวน์โหลดได้ที่ : **www.ipsr.mahidol.ac.th**

มุมศิลปวรรณกรรม

ศุทธิดา ชวนวัน
sutthida.chu@mahidol.edu

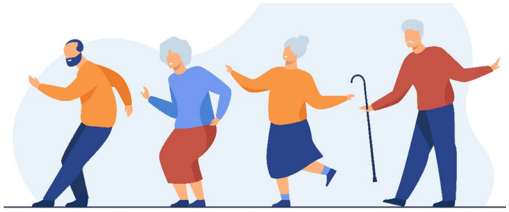
เคล็ดลับการมีอายุยืนยาวของคนร้อยปี แบบฉบับคนนิวซีแลนด์

นักวิจัยของมหาวิทยาลัยโอตาโก (Otago University) ประเทศนิวซีแลนด์ ได้ค้นพบเคล็ดลับบางอย่างที่ช่วยทำให้ผู้สูงอายุมีอายุยืนยาวขึ้น การศึกษานี้ได้รวบรวมข้อมูลจากคนร้อยปีจำนวน 292 คน ที่ปราศจากโรคเรื้อรัง เช่น โรคเบาหวาน ความดันโลหิต รวมทั้งโรคสมองเสื่อม โรคอัลไซเมอร์ และอาศัยอยู่ในบ้านของตนเอง

การวิจัยนี้ได้ข้อค้นพบว่า คนเราสามารถควบคุมกระบวนการของความชราของตนเองได้ และการออกกำลังกายเป็นประจำจะช่วยทำให้มีสุขภาพดีขึ้น

ปัจจัยที่ช่วยทำให้มีอายุยืนยาว คือ การไม่สูบบุหรี่ และการเป็นคนชอบเข้าสังคม ซึ่งหมายถึง การออกไปนอกบ้าน และมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ไม่ว่าจะเป็นการไปเยี่ยมเพื่อน เป็นอาสาสมัคร หรือเข้าร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อสังคม ในตลอดช่วงชีวิตของการเป็นผู้สูงอายุ ลักษณะดังกล่าวนี้ เป็นลักษณะทั่วไปที่เราพบเห็นได้ในคนร้อยปีของประเทศนิวซีแลนด์

ที่มา: https://www.otago.ac.nz/news/news/otago738610.html



สถิติน่ารู้

กาญจนา เทียนลาย
kanchana.tha@mahidol.ac.th

ประชากรโลกวันนี้ และในอีก 20 ปีข้างหน้า

คุณรู้หรือไม่ว่า ในปีนี้ ปี 2020 โลกของเรามีประชากร 7,795 ล้านคน

หากลองดู ประเทศที่มีประชากรมากที่สุด 5 อันดับแรก ก็จะเห็นได้ว่ามี 4 ประเทศอยู่ในทวีปเอเชีย ยกเว้นสหรัฐอเมริกา และมีเพียง 2 ประเทศในโลกเท่านั้นที่มีจำนวนประชากร *"เกินหนึ่งพันล้านคน"* คือ จีน และอินเดีย

"จีน" ครองแชมป์อันดับหนึ่งของประเทศที่มีประชากรมากที่สุดในโลก คือ 1,439 ล้านคน รองลงมาคือ "อินเดีย" 1,380 ล้านคน

ในอีก 20 ปีข้างหน้า หรือปี 2040 โลกของเราจะมีประชากรเพิ่มเป็น 9,199 ล้านคน อินเดียจะมีประชากร 1,593 ล้านคน ซึ่งเป็นจำนวนที่มากที่สุดในโลก (อินเดียจะมีประชากรเพิ่มขึ้น 213 ล้านคน ภายใน 20 ปี) ในขณะที่จีนจะมีประชากรมากเป็นอันดับสอง คือ มี 1,449 ล้านคน (เพิ่มขึ้นเพียง 10 ล้านคน ภายใน 20 ปี) ส่วนจำนวนประชากรของไนจีเรียจะแซงขึ้นแท่นติดหนึ่งในห้าอันดับแรกของโลก และแซงอินโดนีเซียขึ้นเป็นอันดับที่สี่

	ปี 2020	จำนวนประชากร (ล้านคน)		ปี 2040	จำนวนประชากร (ล้านคน)
	โลก	**7,795**		**โลก**	**9,199**
1	จีน	1,439	1	อินเดีย	1,593
2	อินเดีย	1,380	2	จีน	1,449
3	สหรัฐอเมริกา	331	3	สหรัฐอเมริกา	367
4	อินโดนีเซีย	274	4	ไนจีเรีย	329
5	ปากีสถาน	221	5	อินโดนีเซีย	319

แหล่งข้อมูล: United Nations, Department of Economic and Social Affairs, Population Division (2019). World Population Prospects 2019, Online Edition. Rev. 1.

ข่าวสถาบันฯ

วิสัยทัศน์: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม เป็นสถาบันชั้นนำในระดับโลก ที่สรรสร้างวิทยาการด้านประชากรและสังคม เพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน

✻ 14 ก.ค. 63 *รศ.ดร.อารี จำปากลาย* ผู้อำนวยการสถาบันฯ ร่วมกับเครือข่าย เปิดงานประชุมวิชาการนานาชาติ "ประชากรศาสตร์และวิทยาศาสตร์สาธารณสุข ครั้งที่ 11" ✻ 17 ก.ค. 63 *ผศ.ดร.ปิยวัฒน์ เกตุวงศา* และคณะ นำเสนอโครงการขยายผลต้นแบบการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในโรงเรียน "โรงเรียนฉลาดเล่น" ต่อทีมผู้บริหาร ม.มหิดล ✻ 23 ก.ค. 63 *รศ.ดร.อารี จำปากลาย* นำเสนอผลงานเรื่อง "What happens to families left behind during the COVID-19 pandemic? The case of Thailand" ในงานสัมมนาออนไลน์ Asian Families Amid the COVID-19 Pandemic จัดโดย Asian Population Association ร่วมกับ Centre for Family and Population Research, National University of Singapore ✻ 24 ก.ค. 63 สถาบันฯ ร่วมพิธีถวายราชสดุดี พร้อมถวายสัตย์ปฏิญาณ เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ณ สำนักงานอธิการบดี ม.มหิดล ✻ 29 ก.ค. 63 *รศ.ดร.อารี จำปากลาย* เปิดงานสัมมนาพัฒนาการจัดการงานวิจัยและการเรียนการสอน ครั้งที่ 30 ***รูป 1*** ✻ 4 ส.ค. 63 สถาบันฯ ต้อนรับ *รศ.ดร.กิติกร จามรดุสิต* รักษาการแทนรองอธิการบดีฝ่ายสิ่งแวดล้อมและการพัฒนาอย่างยั่งยืน และคณะ เข้าเยี่ยมติดตามผลการดำเนินงานตามเป้าหมายการพัฒนาอย่างยั่งยืนของส่วนงาน ประจำปี 2563 ✻ 6 ส.ค. 63 *ผศ.ดร. มาลี สันภูวรรณ์* และคณะ ต้อนรับฝ่ายกิจกรรมเพื่อสังคม (CSR) บ.ไทยวาโก้ จำกัด (มหาชน) เข้ารับบราเก่าเสื่อมสภาพจากสถาบันฯ เพื่อนำไปกำจัดขยะอย่างถูกวิธี ✻ 6 ส.ค. 63 *น.ส.พอตา บุนยตีรณะ และ น.ส.อรวรรณ คำดี* บรรยายให้ความรู้แก่บุคลากรเรื่อง "เพิ่มประสิทธิภาพงานสอนและงานอบรมด้วย WebEx ครั้งที่ 1" ✻ 7 ส.ค. 63 สถาบันฯ จัดกิจกรรม "การตรวจสุขภาพ ประจำปี 2563" ✻ 21 ส.ค. 63 สถาบันฯ จัดงานแสดงความยินดีบัณฑิตหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาประชากรและสุขภาพทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ (หลักสูตรนานาชาติ) ประจำปีการศึกษา 2562 ***รูป 2*** ✻ 24 ส.ค. 63 สถาบันฯ จัดงานปฐมนิเทศนักศึกษาใหม่ ประจำปีการศึกษา 2563 ✻ 28 ส.ค. 63 *ผศ.ดร.ภูเบศร์ สมุทรจักร* ร่วมกับเครือข่าย จัดประชุม "คิดใหม่ไทยก้าวต่อ" เพื่อการแก้ไขสถานการณ์โควิด 19 ณ โรงแรมเซ็นทารา หาดใหญ่ ✻ 31 ส.ค. 63 *ศ.เกียรติคุณ ดร.ชื่นฤทัย กาญจนะจิตรา* และคณะ ร่วมประชุมเตรียมการจัดงานประชุมวิชาการนานาชาติประจำปีรางวัลสมเด็จเจ้าฟ้ามหิดล ประจำปี 2564 ในรูปแบบ Virtual Meeting หัวข้อ COVID-19 Advancing Towards an Equitable and Healthy World ✻ 8-9 ก.ย. 63 *รศ.ดร.อารี จำปากลาย* ร่วมพิธีเปิดงานประชุมวิชาการระดับชาติ เวทีวิจัยมนุษยศาสตร์ไทย ครั้งที่ 14 จัดโดยคณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ ม.มหิดล ***รูป 3*** ✻ 14 ก.ย. 63 *รศ.ดร.อารี จำปากลาย* และคณะ แสดงความยินดีแด่ *รศ.ดร.โยธินแสวงดี* ที่ได้รับรางวัล "นักวิจัยดีเด่น" จากสมาคมนักวิจัยแห่งประเทศไทย ***รูป 4***

รูป 1

รูป 2

รูป 3

รูป 4

ชำระค่าฝากส่งเป็นรายเดือน
ใบอนุญาตเลขที่ 17/2536
ปณจ.พุทธมณฑล

บริเวณอาคารประชาสังคมอุดมพัฒน์
สถาบันวิจัยประชากรและสังคม

QR code สำหรับเข้าเว็บไซต์
จดหมายข่าวประชากรและการพัฒนา

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม 73170 โทรศัพท์ 0-2441-0201 0-2441-9666 โทรสาร 0-2441-9333 E-mail: directpr@mahidol.ac.th Website: www.ipsr.mahidol.ac.th ที่ปรึกษา **รศ.ดร.อารี จำปากลาย** ผู้อำนวยการสถาบันฯ บรรณาธิการ **จงจิตต์ ฤทธิรงค์ ปราโมทย์ ประสาทกุล ศุทธิดา ชวนวัน** กองบรรณาธิการ กฤติญา สำอางกิจ กัญญา อภิพรชัยสกุล กาญจนา เทียนลาย กาญจนา ตั้งชลทิพย์ เกียรตินิยม ขันตี จรัมพร โห้ลำยอง เฉลิมพล แจ่มจันทร์ ณปภัช สัจนวกุล นุชราภรณ์ เลี่ยงรื่นรมย์ ปัทมา ว่าพัฒนวงศ์ พอตา บุนยตีรณะ ภัทราภรณ์ จิ้งเลิศศิริ มนสิการ กาญจนะจิตรา โยธิน แสวงดี รีนา ตีะตี วรชัย ทองไทย ศิรินันท์ กิตติสุขสถิต สักกรินทร์ นิยมศิลป์ สิรินทร์ยา พูลเกิด สุชาดา ทวีสิทธิ์ สุภาณี ปลื้มเจริญ สุรีย์พร พันพึ่ง อภิชาติ จำรัสฤทธิรงค์ อมรา สุนทรธาดา อารี จำปากลาย ฝ่ายศิลป์ จุฑารัตน์ ทรัพย์ยอดแก้ว สมชาย ทรัพย์ยอดแก้ว ฝ่ายสมาชิก จีรวรรณ หงษ์ทอง ติดต่อสอบถาม โครงการเผยแพร่ข่าวสารและการศึกษาด้านประชากร โทรศัพท์ 0-2441-0201 ต่อ 100 หรือ 0-2441-9666