

บทที่ 5

ภาวะการกดทับทางเพศกับแนวทางการเสริมสร้าง พลังชีวิตในหญิงสูงวัย

จากการศึกษาผู้สูงอายุหญิงทั้ง 4 กรณีศึกษา ทำให้เรียนรู้ถึงภาวะการกดทับต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุหญิงได้เผชิญมาตลอดชีวิต แม้ว่าภาพการกดทับทางวัยไม่ชัดเจนนักแต่เราก็ทราบได้ว่าอคติทางเพศที่ดำรงอยู่ในสังคมไม่ได้เลือนหายไปไหน ในบทนี้ผู้ศึกษาจะวิเคราะห์การศึกษาโดยชี้ให้เห็นถึง ภาวะการกดทับทางเพศที่หญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณี เผชิญและการสร้างเสริมพลังศักยภาพในชีวิตของหญิงสูงวัย ไม่ว่าจะเป็น การทำประโยชน์เพื่อส่วนรวม วิธีการจัดการ การสร้างภาวะต่อรอง กลไลในการผ่อนคลายแรงกดทับ เหล่านี้ ถึงการสลายแรงการกดทับทางเพศสู่การกลายเป็นหญิงสูงวัยที่มีพลังชีวิต ซึ่งสามารถวิเคราะห์ภาวะการกดทับทางเพศ กับ แนวทางการเสริมสร้างพลังชีวิตในหญิงสูงวัย โดยจำแนกเป็นประเด็นการวิเคราะห์ดังนี้

ประเด็นที่ 1 ภาวะการกดทับทางเพศ

- 1.1 ระบบสังคมชายเป็นใหญ่ กับ การสร้างแรงกดทับทางเพศ
- 1.2 การดำรงอยู่ของแรงกดทับทางเพศในชีวิตของหญิงสูงวัย

ประเด็นที่ 2 ภาวะการผ่อนคลายจากแรงกดทับทางเพศ : พัฒนาการของการเสริมสร้างพลังชีวิตพลังชีวิตของหญิงสูงวัย

- 2.1 แรงหนุนเสริม : จุดเปลี่ยนแปลงชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4
- 2.2 กระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตของหญิงสูงวัย

2.2.1 กระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตระดับตัวตน

2.2.2 กระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตจากตนเองสู่พลังครอบครัวและสังคม

ประเด็นที่ 3 พลังชีวิต : รากฐานชีวิตของหญิงสูงวัย

- 3.1 ภาวะของหญิงวัยสูง : ปัจจัยที่มีผลต่อการดำเนินชีวิตของหญิงสูงวัย
- 3.2 การดำรงไว้ซึ่งพลังชีวิตของหญิงสูงวัย

ประเด็นเหล่านี้เป็นประเด็นที่วิเคราะห์ผ่านประสบการณ์ตรงของหญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณีศึกษาที่บอกเล่าถึงภาพชีวิตของตนเองที่ต้องเผชิญกับสภาวะการกดทับทางเพศ และจุดที่ผู้หญิงต้องเรียนรู้การผ่อนคลาย สู่การสร้างพลังชีวิตให้กับตนเอง เพื่อหลุดพ้นจากแรงกดทับทางเพศนั้น จนกลายเป็นฐานสำคัญที่ทำให้การก้าวสู่หญิงสูงวัยสามารถก้าวผ่านช่วงวัยสูงวัยได้ด้วยดี

1. ภาวะการกดทับทางเพศ

ภาวะการถูกกดทับทางเพศของหญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณีศึกษา เมื่อวิเคราะห์ผ่านประสบการณ์จริง พบว่า แหล่งที่มาของการกดทับทางเพศ มีแรงขับเคลื่อนด้วยโครงสร้างระบบชายเป็นใหญ่ที่สร้างแรงหนุนเสริมให้ระบบดังกล่าวมีระดับของแรงกดทับที่เพิ่มขึ้นในความรู้สึกของหญิงสูงวัยในแต่ละช่วงชีวิตอย่างเข้มข้น ส่งผลให้การดำเนินชีวิตของหญิงสูงวัยในแต่ละช่วงชีวิตเต็มไปด้วยภาพผลของความรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ เช่น การถูกดูแคลนอย่างด้อยค่าด้วยความเป็นหญิง ดังคำกล่าวของหญิงสูงวัย ดังคำบอกเล่าว่า

ความรุนแรงทางจิตใจที่สุดแสนเจ็บซ้ำ

ป้าประนอม เล่าว่า

...สามีเป็นคนเจ้าชู้มาก ถึงขั้นอยู่ที่ไหนก็ต้องมีผู้หญิงที่นั่น หนักสุดคือ ไปยุ่งกับเมียของคนอื่น ป้าต้องเป็นช่วยเคลียร์ มันเจ็บอยู่ข้างใน เราก็พูดอะไรไม่ได้ เพราะเป็นคนไม่ด่า ไม่เถียง คำแม่บอกไว้ ป้าก็จำมาตลอด จนตัวเองเครียดไม่รู้ตัว ถึงขั้นเบลอไปเลย...จนทุกวันนี้หากมีอาการก็ยังกินยาหมอมอยู่

ยายเนียร เล่าว่า

...เคยมีอยู่ครั้งหนึ่งที่แม่ไปงานแต่งงานน้องชายของพี่สะใภ้ ชวนพ่อ พ่อไม่ไปด้วย ตอนนั้นลูกอายุประมาณ 10 ขวบ แม่ก็ไปคนเดียว แล้ววันนั้นเพื่อน ๆ ชวนไปทานข้าวต่อ แม่ก็ไป กลับมาประมาณ 4 ทุ่ม พ่อปิดประตูขังไม่ให้แม่เข้าบ้าน แม่ก็เรียกลูกชายให้เปิดประตูให้ พ่อสั่งห้ามไม่ให้ลูกเปิด หาวว่าแม่มีชู้ ด่าว่าแม่ด้วยคำหยาบคายสารพัด ถ้าเป็นคนอื่นคงไม่ทน แม่ต้องอดทนไม่เถียงเพราะคิดว่าพ่อเมา แม่ก็อดทนอย่างเดียว พ่อเป็นถึงขนาดเอาปืนมายิง เกือบโดนเท้าลูกชาย..."

คำดูแคลนคุณค่าความเป็นหญิงที่ถูกมองว่า "ด้อยค่า"

ป้าศรีจันทร์ เล่าว่า

"...เราก็ไม่รู้สาเหตุ คิดว่าเราหนีจากอาแท้ ๆ ที่หึงเรากับอาเขย พอมาอยู่กับพี่ก็นึกว่าจะได้สบายกลับมาถูกมองว่า เป็นผู้หญิงไม่ดี เป็นเมียน้อย เข้าอิหรอบเดิมอีก แล้วก็คิดว่าเราเป็นตัวอะไร เห็นเราเป็นผู้หญิงไม่ดีหรือ ว่ายังไง..."

ป้าม่วย เล่าว่า

...การที่ตัดสินใจแต่งงาน ลุงโอง (สามี) มาช่วยงานทุกวัน ปากชาวบ้านเขาจินตนาการว่า ป้าหลงเด็ก เพราะลุงโองอายุเด็กกว่า 15 ปี ต้องดูแลเพราะเขาช่วยงานเรา...จนแม่

เลี้ยงบอกว่า ไม่เจียมตัวมีผิวหุ่ม เดี่ยวอยู่กันแค่ 7 วัน มันจะถีบหัวส่ง ตรงนี้แหละ
 ป้าเลยอยากจะทำอะไร ป้าเลยให้พ่อแม่ลุงโง่งไปขอ เดี่ยวก็เสียใจเหมือนกัน. . .
 จากคำกล่าวข้างต้น สามารถวิเคราะห์ได้ดังนี้

ระบบสังคมชายเป็นใหญ่ กับ การสร้างแรงกดดันทางเพศ

ระบบสังคมชายเป็นใหญ่ เป็นแหล่งที่มาของภาวะการกดทับทางเพศที่ผ่านแต่ละช่วง
 ชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 หลีกหนีไม่พ้น ที่กำหนดกรอบปฏิบัติของการดำเนินชีวิตระหว่างหญิงชาย
 ที่สร้างความสัมพันธ์อำนาจ “หญิงด้อยกว่าชาย” ไว้อย่างแนบเนียนในวิถีการดำเนินชีวิต

เมื่อกล่าวถึง “โครงสร้างสังคมชายเป็นใหญ่” ปฏิเสธไม่ได้ว่า วิถีชีวิตของหญิงสูงวัย
 ทั้ง 4 กรณี ก็ถูกหล่อหลอมคุณลักษณะของความเป็นหญิงในระบบสังคมชายเป็นใหญ่ที่ไม่ต่างกัน
 กล่าวคือ “สร้างความไม่เท่าเทียมทางเพศ” และ “ให้คุณค่าหญิงด้อยกว่าชาย” ซึ่งเรื่องราวชีวิตของ
 หญิงสูงวัยทั้ง 4 ได้ฉายภาพ “ชีวิตผู้หญิงภายใต้ระบบสังคมชายเป็นใหญ่ได้เป็นอย่างดี” ที่สร้าง
 ภาวะกดทับทางเพศกับชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ซึ่งพบประเด็นที่สอดคล้องว่า “ระบบสังคมชายเป็น
 ใหญ่” ดำรงอยู่ในวิถีชีวิตของหญิงสูงวัย ได้แก่

(1) ระบบสังคมชายเป็นใหญ่สร้างพื้นที่การใช้ชีวิตที่เหลื่อมล้ำระหว่างหญิงชาย :
 หญิงมีชีวิตเฉพาะพื้นที่ครอบครัว ชายมีชีวิตในทุกพื้นที่ทางสังคม

(2) ระบบสังคมชายเป็นใหญ่ สร้างภาวะของความด้อยคุณค่าของผู้หญิง โดยเฉพาะ
 เมื่อมองผ่านความเป็นหญิง สถานภาพของความเป็นแม่ และภรรยา

(3) ระบบสังคมชายเป็นใหญ่ ทำให้ศักยภาพผู้หญิงบดบัง ถูกทำให้เชื่อว่าต้องพึ่งพิง
 ผู้ชาย

ซึ่งสามารถวิเคราะห์ได้ดังนี้

มิติแรก ระบบสังคมชายเป็นใหญ่สร้างพื้นที่การใช้ชีวิตที่เหลื่อมล้ำระหว่างหญิงชาย
 ซึ่งถูกสร้างและบรรจุลงไว้ในชีวิตหญิง ตั้งแต่ช่วงวัยเด็ก จนกระทั่ง วัยสูงอายุ ซึ่งชีวิตหญิงสูงวัยทั้ง
 4 ว่ายวนในพื้นที่การใช้ชีวิตที่ถูกสังคมคาดหวังและควรดำรงอยู่ในพื้นที่นั้น ๆ คือ “พื้นที่ครอบครัว /
 บ้าน” เท่านั้น โดยมีผู้ชาย พ่อเป็นผู้ดำเนินบทบาทผู้นำครอบครัว แม้ว่าชีวิตของหญิงสูงวัยต้องม
 การทำงานหากินช่วยเหลือครอบครัว เสมือนพื้นที่การใช้ชีวิตถูกเปิดมากขึ้น แต่กลายเป็นภาวะที่
 หญิงสูงวัยทั้ง 4 ต้องวิ่งวนระหว่างพื้นที่ครอบครัวที่ต้องรับภาระในบทบาทของลูกสาวและภรรยา
 อย่างไม่บกพร่อง กับ พื้นที่ของการทำมาหากิน (ไม่ใช่พื้นที่ทั้งหมด) ที่ผู้หญิงก็ต้องต่อสู้กับอคติ
 ทางเพศที่สังคมมอง ดังคำบอกเล่าของหญิงสูงวัยว่า

ถ้อยคำบอกสอนในพื้นที่ของบ้าน/ครอบครัว

ป้าม่วย เล่าว่า

“...เป็นลูกผู้หญิงต้องอยู่บ้าน ห้ามออกนอกบ้านไปไหน ให้ทำงานบ้านทุกอย่างไม่ให้คบใคร...” “เป็นลูกผู้หญิงต้องเรียบร้อย...ห้ามพูดมากเป็นต้อยหยอ” “...เราเกิดเป็นผู้หญิงไม่ควรแต่งตัวหวือหวา ต้องแต่งตัวให้ดี ๆ ไม่ควรเล่นกับผู้ชาย อย่าออกนอกบ้านตอนกลางคืน...” “...เวลาออกเรือนไปต้องดูแลสามี ดูแลบ้าน”

ป้าศรีจันทร์ เล่าว่า พ่อแม่มักสอนว่า “...เป็นแม่หญิง เวลากลางคืนห้ามออกนอกบ้านนะ แล้วห้ามเที่ยวกับผู้ชาย ถ้าจะไปไหนก็ต้องมีเพื่อนหรือพี่น้องไปด้วย”

คำบอกเล่าที่วังวนอยู่ 2 พื้นที่ ว่า

ป้าม่วย เล่าว่า “ตอนเป็นสาว ตื่นตี 3 ต้องไปตลาดขายของ 11 โมง กลับบ้าน ซักผ้าแล้วเข้านอน...โดยมีหน้าที่ของความเป็นพี่คนโต ต้องดูแลน้อง ๆ...ตอนนั้นอายุประมาณ 19 ปี”

ป้าศรีจันทร์ (นามสมมติ)

เมื่อพ่อเสียชีวิตลง...ต้องลาออกจากโรงเรียน...ออกมาช่วยแม่ทำทุกอย่าง เพราะแม่ปลูกข้าวโพด ปลูกแตง ปลูกมะเขือ รับจ้างทำนา รับจ้างปลูกหอม กระเทียมบ้าง รับจ้างทุก...คำที่แม่มักบอกเราคือ พ่อไม่มีแล้ว...ต้องเลี้ยงน้อง พ่อเสียเลยต้องรับภาระเลี้ยงน้อง...ตอนแรกนี้มันหนักอึ้งเลย ว่าเราจะไปทำยังไงดี เพราะพ่อก็ไม่มีแล้วมีแต่แม่ ๆ ภาระอยู่คนเดียว คือ ตัวเราเอง รู้โดยสัญชาตญาณว่า จะต้องช่วยแม่ให้ได้ ช่วยน้องให้ได้

ยายเนียร เล่าว่า “...เป็นลูกสาวคนโต ต้องคอยดูแลและเป็นพี่ของพ่อ แม่ พี่น้อง ต้องช่วยทำงานตั้งแต่เด็ก ต้องช่วยเปลี่ยนน้ำปลา ทุกวันก่อนไปโรงเรียนต้องดูแลหุงหาอาหารให้น้อง ๆ...”

อคติทางเพศพื้นที่สังคม เฉพาะพื้นที่การทำมาหากิน ว่า

ป้าม่วย เล่าว่า...ป้าทำอาหารให้เด็กไปขาย ลุงโง่งก็มาช่วยทุกวัน ปากชาวบ้านเขานินทาว่า ป้าหลงเด็ก เพราะลุงโง่งอายุเด็กกว่า 15 ปี ต้องดูแลเพราะเขาช่วยงานเรา...จนแม่เลี้ยงบอกว่า ไม่เจียมตัวมีผิวห่มม เดี่ยวอยู่กันแค่ 7 วัน มันจะถีบหัวส่ง..

ป้าศรีจันทร์ เล่าว่า...ชีวิตเหมือนหนีเสือปะจระเข้ เพียงเพราะถูกมองว่า สวย...มาอยู่บ้านได้ไม่กี่เดือนลูกของเมียน้อยอาจจะมีท้องอยากได้คนไปทำงานบ้าน เข้าก็ไปเก็บเงินที่ตลาด สั้นทราย เราก็ไปช่วย แล้วชาวบ้านแม่ค้าเห็น ก็บอกว่า เราเป็นเมียน้อยคนใหม่ เราสังเกตแกจะเอาเด็กนักเรียนมาเลี้ยงอยู่ในบ้านเป็น 5-6 คน มันจะต้องสังเกตดูว่าเด็กนักเรียนอยู่ในฐานะอะไร”

มิติที่สอง ภาวะของความด้อยคุณค่าของผู้หญิงที่มองผ่านความเป็นหญิงในการดำเนินชีวิต การหยิบยกมิตินี้ขึ้นมาเพื่อฉายให้เห็นช่วงชีวิตที่ระบบสังคมชายเป็นใหญ่ได้เพิ่มแรงกดดันความเป็นหญิงได้อย่างเข้มข้น สะท้อนภาวะ “การถูกทำให้ด้อยค่า” ได้อย่างชัดเจน กล่าวคือ เรื่องราวชีวิตที่เล่าผ่านประสบการณ์ตรงของหญิงสูงวัยทั้ง 4 สะท้อนช่วงชีวิตที่ทำให้ตนเองรู้สึกถึง “ความด้อยค่า” ในความเป็นหญิงของตน นั่นคือ ช่วงชีวิตวัยรุ่น สู่วัยครอบครัว (ช่วงชีวิตคู่) เป็นช่วงชีวิตที่ผ่านพบกับแรงกดดันในชีวิตอย่างหนักหน่วง

ช่วงวัยรุ่น “ระบบชายเป็นใหญ่ สร้างภาวะด้อยค่าที่ถูกตีตราเพียงเพราะเป็นผู้หญิง” ถูกคาดหวังภายใต้บทบาทของลูกสาว ที่ชีวิตต้องเป็นฝั่งเป็นฝา ออกเรือน ใช้ชีวิตกับสามีที่ดี และสามารถดูแลลูกสาวตนเองได้ทั้งชีวิต แต่กลับตรงกันข้าม เมื่อฟังเรื่องจริงของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่สังคมและผู้ใหญ่จับจ้อง มีถ้อยคำบอกเล่าหลายถ้อยคำที่สะท้อนได้อย่างชัดเจนว่า “สังคมให้คุณค่ากับผู้หญิงอย่างไร ?” ดังเช่น

ถ้อยคำบอกสอนที่ให้คุณค่าหญิงด้อยกว่าชาย

ป้าม่วย

พ่อแม่สอนลูกผู้หญิงและลูกผู้ชายต่างกัน . . . ลูกชายไม่ต้องระวังมาก แต่ลูกผู้หญิงต้องระวังให้มาก คนจีนเขาถือว่า มีลูกผู้หญิงเหมือนมีส่วนหน้าบ้าน . . . เตียบอกว่า คนจีนโบราณเปรียบเทียบลูกผู้หญิงเป็นส่วน . . . เพราะผู้หญิงทำความเสียหายให้วงศ์ตระกูล เวลาคนโบราณผู้หญิงที่เกี่ยวกับผู้ชายถือว่าไม่ดี

ป้าศรีจันทร์ เล่าถึง สัญญาณของแรงกดดันทางเพศเกิดขึ้นเมื่อมีคนบอกว่า เด็กผู้หญิงคนนี้น่าตาดี . . . จากนั้น ก็ไปทำงานอยู่กับอา (อาผู้หญิง) ความเป็นสาวของป้าศรีจันทร์ ทำให้อาผู้หญิงเกิดความรู้สึกหึงหวง . . . ต่อมาเหมือนหนีเสือปะจระเข้ . . . มาอยู่บ้านได้ไม่กี่เดือนลูกของเมียน้อยออกงมีท้องอยากได้คนไปทำงานบ้าน เข้าก็ไปเก็บเงินที่ตลาดสันทราย เราก็ไปช่วย แล้วชาวบ้านแม่ค้าเห็น ก็บอกว่า เราเป็นเมียน้อยคนใหม่ เราสังเกตแกจะเอาเด็กนักเรียนมาเลี้ยงอยู่ในบ้านเป็น 5-6 คน มันจะต้องสังเกตดูว่าเด็กนักเรียนอยู่ในฐานะอะไร . . . จึงคิดว่า เห็นเราเป็นผู้หญิงไม่ดีหรือยังงัย”

อคติทางเพศของสังคมที่มองความเป็นผู้หญิง ว่า “หญิงใดอยู่กับผู้ชาย ก็จะได้ตราลงไ้ไปว่า เป็นผู้หญิงไม่ดี”

ป้าประนอม เล่าถึง

สิ่งที่พ่อแม่บอกสอนเรื่องคุณค่าที่ลูกผู้หญิง... “ลูกผู้หญิงต้องรักษานวลสงวนตัว เป็นแก้วมณีอันมีค่า ถ้าแตกร้าวรานด้อยถอยราคา” “ผู้ชายถูกมือไม่ได้ เข้าใกล้ไม่ได้” จะสอนปลูกจิตสำนึกมาตลอดเลย...

พ่อแม่ของป้าประนอมบอกสอน... ให้ “ยอมผู้ชาย” ที่พ่อแม่บอกสอนคือ ยอมในความเป็นผู้หญิง เหมือนที่เราจะด้อยกว่าผู้ชาย เมื่อเปรียบเทียบกัน แม่จะให้สิทธิกับผู้ชายมากกว่า ป้าประนอมเคยคิดน้อยใจอยู่ลึก ๆ ว่าแม่รักลูกผู้ชาย ไม่ค่อยรักลูกผู้หญิง ทั้งที่แม่ก็รัก แต่สมัยก่อนเหมือนว่า ผู้ชายจะมีภาษีเหนือกว่าผู้หญิง ซึ่งตอนเด็ก ๆ ก็ไม่ได้คิดอะไร

พ่อแม่บอกว่า “ผู้ชายมีภาษีมากกว่าผู้หญิงคือ ผู้ชายทำอะไรก็ได้ ผู้หญิงจะทำอะไรไม่ได้ ต้องอยู่ในกฎในกรอบทุก ๆ อย่าง พอเริ่มเป็นวัยรุ่น ก็ต้องรักษานวลสงวนตัว เทียวไหนก็ไม่ได้ ไป ไหวไหนก็ต้องมีผู้ปกครอง มีผู้ใหญ่ไปด้วย แต่ผู้ชายไปไหนก็ได้ นี่อยากทำอะไรก็ทำ...”

ถ้อยคำที่บ่งบอกถึงเป้าหมายชีวิตของความเป็นหญิงที่สังคมคาดหวัง

ป้าม่วยยอมที่จะให้น้อง ๆ เรียนหนังสือ ทั้งที่ตนอยากเรียน เพราะเป็นพี่คนโต และเคยบอกว่า “ลูกผู้หญิงไม่จำเป็นต้องเรียนมาก”... อีกหน่อยก็แต่งงานมีลูกมีผัว...

ป้าประนอม เล่าถึง เป้าหมายของชีวิตที่พ่อแม่คาดหวังกับลูกผู้หญิงว่า ต้องแต่งงานกับผู้ชายที่ดี โดยที่ป้าประนอมไม่มีสิทธิเลือก... จึงแต่งงาน เพราะพ่อแม่บอกว่า “เขาเป็นคนดี” สุดท้ายป้าประนอมแต่งงานแบบที่อาจเรียกได้ว่า “เป็นงานแต่งงานแบบคลุมถุงชน”

ภาวะด้อยคุณค่าของผู้หญิงในช่วงวัยนี้ มีอคติทางเพศที่คอยบอกสอนและผูกติดผู้หญิงให้อยู่ในกรอบปฏิบัติในพื้นที่ครอบครัว ภาวะที่กดทับคุณค่าของความเป็นผู้หญิงไว้คือ การผูกติดคุณค่าของผู้หญิงไว้กับสรีระตามธรรมชาติ ซึ่งถูกอธิบายจากสังคมที่ผู้ชายเป็นใหญ่ว่า เพศหญิง มีสรีระที่บอบบางกว่าชาย จึงเป็นผู้ที่อ่อนแอ เชื่องช้า ควรที่จะถูกควบคุมหรือแม้กระทั่งควรจะเป็นในสิ่งที่ผู้ชายให้เป็น ซึ่งถ้อยคำบอกสอนหญิงที่ยังไม่ได้แต่งงาน เช่น “การต้องรักษานวลสงวนตัว” “ลูกผู้หญิงเหมือนไขในหิน เสียแล้วก็หมดคุณค่า” “อย่าให้ผู้ชายถูกเนื้อต้องตัว เป็นการผิดผีเสียราคา” หรือ ดังคำ ป้าประนอม เล่าว่า แม่สอน “. . . ลูกผู้หญิงต้องรักษานวลสงวนตัว เป็นแก้วมณีอันมีค่า ถ้าแตกร้าวรานด้อยถอยราคา ผู้ชายถูกมือไม่ได้ เข้าใกล้ไม่ได้ จะสอนปลูกจิตสำนึกมาตลอดเลย...” เหล่านี้เป็นอคติทางเพศที่ให้คุณค่ากับหญิงสาวเพียง “พรหมจรรย์” ซึ่งพรหมจรรย์เสมือนเป็นสัญลักษณ์การได้เป็นเจ้าของ กล่าวคือ “ชายใดได้พรหมจรรย์หญิงสาว ชายผู้นั้นคือเจ้าของหญิงผู้นั้น” สอดคล้องกับ “ภรรยาเป็นสมบัติของสามี” จึงกล่าวได้ว่า วิถีชีวิตของหญิงสูงวัยในช่วงวัยนี้ สะท้อนภาวะความด้อยค่าของผู้หญิงในระบบสังคมชายเป็นใหญ่ที่ต้องเตรียมพร้อมให้ชายเลือกโดยการรักษาเนื้อตัวเพื่อชีวิตช่วยวัยครอบครัว จนต่อมากลายเป็นเงื่อนไข

หนึ่งที่ทำให้หญิงสูงวัยทั้ง 4 ตกอยู่ในภาวะยอมจำนน หรือ กลายเป็นปัจจัยที่หนุนเสริมภาวะการกดทับทางเพศ

ช่วงวัยครอบครัว “ระบบชายเป็นใหญ่ สร้างภาวะการกดทับทางเพศ (สร้างภาวะด้อยค่า) ภายใต้เงื่อนไขบทบาทของความเป็นภรรยา แม่” เป็นช่วงวัยที่สังคมคาดหวังอย่างสูง ทำให้เรื่องราวของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ที่ดำรงอยู่ในสถานภาพช่วงนี้ ผูกติดอยู่ในพื้นที่ครอบครัวอย่างยอมจำนนเป็นระยะเวลายาวนาน ซึ่งกว่าที่หญิงสูงวัยทั้ง 4 จะสามารถก้าวผ่านภาวะการถูกกดทับทางเพศไปได้ นั่น ต้องเผชิญกับวิกฤตชีวิตคู่อันเนื่องมาจากระบบครอบครัวที่ยอมรับ “ชายเป็นใหญ่” อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้

จุดเริ่มชีวิตคู่ของหญิงสูงวัยทั้ง 4 แม้มีความแตกต่างกัน แต่สิ่งที่ไม่ต่างคือ แต่งงานอย่างมีภาวะเสี่ยง โดยไม่สามารถหยั่งรู้ เข้าถึง แทรกแซง หรือมีอำนาจในการต่อรองการมีชีวิตของตนเองกับคู่ชีวิตได้เลย ซึ่งพบว่า หญิงสูงวัยเริ่มต้นชีวิตคู่ด้วยสภาพของ (1) แต่งงานเพราะถูกคลุมถุงชน (ป้าประนอม) (2) แต่งงานเพราะทำทนายอดติทางเพศ ยุติคำครหา (ป้าม่วย) (3) แต่งงานเพราะผู้ชายดี (ยายเนียร) และ (4) แต่งงานเพราะไม่อยากเป็นภาระให้กับครอบครัว (ป้าศรีจันทร์) ซึ่งการตัดสินใจใช้ชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 มีเหตุที่ถูกผลักดันและยอมรับสถานภาพของความเป็นภรรยาโดยุษฎี ที่มีบริบทภายใต้ระบบสังคมชายเป็นใหญ่เป็นเงื่อนไขปัจจัย จากคำบอกเล่า

เงื่อนไขปัจจัยแรก “ผู้หญิงต้องมีผู้ชายดูแล” ดังคำสอนว่า “ผู้หญิงต้องออกเรือน” “ผู้หญิงต้องเป็นฝั่งเป็นฝา” คำบอกเล่าของหญิงสูงวัย เล่าว่า

ป้าประนอม . . .ตัดสินใจแต่งงาน เพราะพ่อแม่บอกว่า ผู้ชายคนนี้เป็นคนดี สามารถเลี้ยงดูเราได้ โดยที่ตัวเราไม่ได้มีโอกาสศึกษาเขาเลย. . .พ่อแม่บอกว่า อยู่กันไปก็รักกันไปเอง. . .ทั้งๆ ที่เรารู้ว่า เขาเป็นนักดื่ม นักเที่ยว และผู้หญิงมาก แต่ก็ไม่สามารถปฏิเสธได้. . .เพราะพ่อแม่บอก

เงื่อนไขปัจจัยที่ 2 “ผู้หญิงที่ถูกตัดสินเรื่องผู้ชาย เป็นหญิงไม่ดี” ทางเลือกของการแก้ไข คำนินทา คือ เลี่ยงแต่งงาน คำบอกเล่าของหญิงสูงวัย เล่าว่า

ป้าม่วย เล่าว่า

. . .ตอนนั้น อายุประมาณ 32 ปี. . .ที่จริงไม่ได้ตั้งใจแต่งงาน อยากอยู่เป็นโสด. . . เพราะเราเห็นหลายคู่ ผู้หญิงต้องเป็นข้าผู้ชาย. . .ป้าเลยไม่ชอบ บางครอบครัวเอาข้าวเอาน้ำมาให้สามีกิน สามียังบอกว่า เมียไม่ดี รีดผ้าให้ก็ยังไม่ดี ผู้ชายยังมีคนอื่นอีก ก็เลยคิดว่า จะอยู่เป็นโสดดีกว่า กลัว. . .จนกระทั่ง ลุงโอง (สามีป้าม่วย) ไปทำงานกับแม่เลี้ยงที่ป่าทำงานออกหมู่บ้านละ 30 ตัว ตื่นเข้ามาตี 3 ต้องไปตลาด ลุงโองเป็นคนซำแหละ ป้าเป็นคนหั่นเชียง ไม่ได้เป็นลูกจ้าง อยู่ด้วยกันไปขายหมู จนมาในช่วงเทศกาลสงกรานต์ น้ำมัน ไล่ ปอด ไม่ได้ขายป้าเลยเอามาทำอาหารให้เด็กไป

ชาย ลุงโง่งก็มาช่วยทุกวัน ปากชาวบ้านเขานินทาว่า ป้าหลงเด็ก เพราะลุงโง่งอายุเด็กกว่า 15 ปี ต้องดูแลเพราะเขาช่วยงานเรา . . . จนแม่เลี้ยงบอกว่า ไม่เจียมตัวมีผ้าห่ม เดี่ยวอยู่กันแค่ 7 วัน มันจะถีบหัวส่ง ตรงนี้แหละ ป้าเลยอยากจะทำอะไรนะ ป้าเลยให้พ่อแม่ลุงโง่งไปขอ เตี้ยก็เสียใจเหมือนกัน. . .

ซึ่งเงื่อนไขที่ทำให้ป้าม่วย ตัดสินใจแต่งงาน เพราะ “สังคมส่วนใหญ่ของผู้หญิงอย่างด้อยค่า และดูถูก. . . จะต้องเอาชนะให้ได้” ทำให้ป้าม่วยตัดสินใจแต่งงาน เพื่อลบคำสบประมาท

ป้าศรีจันทร์ เล่าว่า

ตัดสินใจแต่งงานกับสามีโดยที่ยังไม่ได้ศึกษาลักษณะนิสัย หรือรู้สึกรักกันจริง ๆ เลย เพราะไม่อยากให้แม่ต้องฟังคำนิทาจากชาวบ้าน และไม่อยากให้แม่เดือดร้อน “. . . บ่าฝิ่งน้ำปิงก็ข้ามน้ำมาจับ ฝิ่งทางน้ำก็มา ผลสุดท้ายคือ แต่งงาน เพราะไม่ได้ศึกษากันดี แต่งให้มันหมดปัญหา แต่งไม่ได้รักกัน แต่งเพราะความรำคาญ คือ แต่งออกมาให้พ้น ๆ บ้าน ไม่อยากให้แม่เดือดร้อน ไม่อยากให้น้องเดือดร้อน. . .”

เงื่อนไขที่ 3 “ผู้หญิงเมื่อตกเป็นของชายใดแล้ว ต้องอยู่กับผู้ชายนั้น” คำบอกเล่าของหญิงสูงวัย เล่าว่า

ยายเนียร เล่าว่า . . . ตัดสินใจมีครอบครัว สามีพาหนีไปใช้ชีวิตอยู่ด้วยกัน เพราะครอบครัวขัดขวาง แล้วพามาขอขมากับพ่อแม่ จากนั้นจึงแยกบ้านอยู่เองในที่ดินของพ่อสามี ส่วนสามีไม่ค่อยได้อยู่ด้วย เนื่องจากเข้าไปทำไม้ในป่า. . .

จากเงื่อนไขของระบบคิดสังคมชายเป็นใหญ่ ที่ได้สร้างมายาภาพดึงดูดให้หญิงสูงวัยทั้ง 4 เข้าสู่การใช้ชีวิตคู่ และเมื่อชีวิตคู่เริ่มต้นขึ้น สิ่งที่มาคือ ภาวะความเข้มข้นของแรงกดดันทางเพศที่มีความหนักหน่วงและเพิ่มภาระของความหนักอึ้งในการดำเนินชีวิตในบทบาทของความเป็นภรรยาและแม่ ที่มีคำบอกสอนของพ่อแม่ คอยกระซิบบอกอยู่ในใจตลอดเวลาทำให้หญิงสูงวัยทั้ง 4 ต้องยอมจำนนอยู่อย่างไม่ได้แหย่ หรือหากทำได้ก็เพียงคิดเท่านั้น ดังคำเล่าที่ว่า

ป้าประนอม เล่าคำบอกสอนของพ่อแม่ ว่า “ผู้หญิงแต่งงานแล้วต้องปรนนิบัติสามี. . . ดูแลตั้งแต่อาหารการกิน การนอน. . . หรือแม้แต่ไหว้สามีก่อนนอน”. . . “แม้ทุกจิตใจเพียงใดสิ่งที่ภรรยาควรทำคือ ไฟในอย่านำออกไฟนอกอย่างนำเข้า กลายเป็นสิ่งที่ป้าจำได้ขึ้นใจ ไม่เคยนำความทุกข์หรือสิ่งที่สามีทำไปพูดกับใครเลย”

ป้าม่วย เล่าว่า “. . . เราเองเป็นผู้หญิงที่ไม่ค่อยยอมสามี แต่ก็ต้องปรนนิบัติ ดูแลเขาทุกอย่าง ตั้งแต่หาข้าวหาปลา ซักเสื้อผ้า ทั้งที่เราต้องทำงานนอกบ้านด้วย. . . ทำแบบขัดแค้นอยู่ในใจ” และ แรงกดดันทางเพศเพิ่มสูงขึ้นเมื่อมีลูก จากคำบอกเล่าของแม่. . . อยู่เพื่อลูก

ป้าศรีจันทร์ เล่าว่า ยังอยู่กับสามี เพราะลูกยังเรียกเขาว่า “พ่อ”

ยายเนียร เล่าว่า. . .ทนเพื่อลูก เพราะลูกยังเรียนหนังสือ หากหนีจากเขาไป ไม่รู้พาลูกไปอยู่ที่ไหน กลัวลูกลำบาก. . .

ป้าประนอม เล่าว่า ต้องอยู่ให้ได้เพื่อลูก ไม่อยากให้ลูกมีปมด้วย

การดำเนินชีวิตคู่ที่มีความเหลื่อมล้ำทางเพศ เป็นปรากฏการณ์ที่พบจากเรื่องเล่าของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ถึงพฤติกรรมของสามี ไม่ว่าจะเป็น พฤติกรรมการดื่ม เล่นการพนัน มีภรรยาบ่อย เทียบเตร่ ขาดความรับผิดชอบต่อครอบครัว ใช้ความรุนแรง เหล่านี้ เป็นสภาพชีวิตคู่ที่หญิงสูงวัยเผชิญ ซึ่งภาพการดำรงอยู่ คือ การหลีกเลี่ยงการทะเลาะวิวาท หลบหนี พยายามพึ่งตนเองแต่ไม่สามารถทอดทิ้งสามีได้ เลือกที่จะเงียบ ไม่ด่าว่า นิ่ง

จากเรื่องราวของหญิงสูงวัย สะท้อนให้เห็นถึง “ภาวะด้อยคุณค่าของผู้หญิง” ที่ผูกติดกับความคาดหวังต่อความเป็นผู้หญิงในพื้นที่ครอบครัวที่สามารถจำกัดวิถีชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ให้เฉพาะพื้นที่ได้เกือบทั้งชีวิต และเติบโตไปพร้อมกับแรงกดทับทางเพศอย่างมีอานุภาพ โดยเฉพาะต้องก้าวเข้าสู่บทบาทของความภรรยา และแม่ แรงกดทับก็เพิ่มสูงขึ้น พร้อมไปกับแรงกดทับทางเพศก็หนักหน่วงตามไปด้วย อันเนื่องมาจากความคาดหวังของบทบาทที่เพิ่มสูงขึ้น ด้วยกรอบปฏิบัติที่มากขึ้น ตอกย้ำด้วยระบบคิด ความเชื่อว่า “ผู้หญิงเป็นสมบัติของสามี” “เรื่องครอบครัวเป็นเรื่องส่วนตัว” “ไฟในอย่านำออก ไฟนอกอย่านำเข้า” เหล่านี้ส่งผลให้หญิงสูงวัยทั้ง 4 ยอมเผชิญอย่างจำนนต่อภาวะดังกล่าว

มิติที่สาม ระบบสังคมชายเป็นใหญ่ทำให้ศักยภาพผู้หญิงถูกบดบัง ถูกทำให้เชื่อว่าต้องพึ่งพิงผู้ชาย จากเรื่องราวของหญิงสูงวัยทั้ง 4 พบว่า ทุกคนมีศักยภาพที่สามารถพึ่งตนเองได้ทั้งในเชิงเศรษฐกิจ การใช้ชีวิต แต่เมื่อเข้าสู่วิถีชีวิตคู่กลับสร้างภาวะด้อยศักยภาพให้เกิดขึ้นในความรู้สึกของผู้หญิง เนื่องมาจาก

ประการแรก งานของผู้ชายเป็นงานที่ให้คุณค่ามากกว่า สร้างรายได้มากกว่า และถูกมองเป็น รายได้หลักของครอบครัว งานที่ผู้หญิงทำจึงถูกทำให้เป็นรายได้เสริมรองลงมา ดังคำบอกเล่าของป้าประนอม เล่าว่า “พ่อแม่บอกว่า สามีมีหน้าที่การงานดี สามารถเลี้ยงเราได้ เราเป็นผู้หญิงจะทำอะไรมาก หาเงินได้ก็ไม่เท่าเขา”

ประการที่สอง ผู้หญิงทำงานนอกบ้าน ถูกมองอย่างมีอคติทางเพศ เช่น ทำหน้าที่ภรรยาบกพร่อง ถูกตำหนินินทาว่า “มีชู้” ฯลฯ ดังคำบอกเล่า

ป้าประนอม เล่าว่า “. . .ออกไปทำงานนอกบ้าน ก็มีคนเอาไปคุยกับสามีว่า ไม่กลัวเมียไปมีชู้หรือ. . .”

ป้าศรีจันทร์ เล่าว่า . . . ป้าทำงานอยู่ที่ร้านอาหาร มีคนเอาเราไปพูดว่า สงสัยมีผู้ชาย มาจีบ ทั้ง ๆ ที่เราก็มีลูกมีผัวแล้ว คนก็ยังมองแบบนั้น ทั้งที่จริงสามีเราพึ่งไม่ได้. . .

พื้นที่การใช้ชีวิตภายใต้ระบบคิดสังคมชายเป็นใหญ่ที่มีความเหลื่อมล้ำทางเพศ โดยให้คุณค่าผู้หญิงน้อยกว่าผู้ชาย ได้สร้างภาวะการกดทับทางเพศให้กับหญิงสูงวัยทั้ง 4 เรื่อยมา และเพิ่มแรงกดทับมากขึ้นเรื่อย ๆ เมื่ออายุก้าวผ่านขึ้นไปในแต่ละช่วงวัย ซึ่งช่วงวัยครอบคลุมปฏิบัติในเรื่องของการให้คุณค่าความเป็นหญิง และถูกคาดหวังจากสังคมมากขึ้น เป็นช่วงที่แรงกดทับทางเพศมากที่สุด ตลอดจนถึงเป็นตัวแปรสำคัญของการก้าวเข้าสู่ภาวะสูงวัย (วัยสูงอายุ) ที่จะมีผลกระทบต่อความสามารถในการก้าวผ่านภาวะสูงวัย ความสามารถในการสร้างพลังชีวิต คือ ช่วงวัยรุ่น และช่วงวัยทำงาน หรือ วัยครอบครัว

การดำรงอยู่ของแรงกดทับทางเพศในชีวิตของหญิงสูงวัย

การดำรงอยู่ของแรงกดทับทางเพศในชีวิตของหญิงสูงวัยที่ผ่านมาในแต่ละช่วงชีวิต ก่อนที่ชีวิตจะหลุดพ้นจากแรงกดทับนั้นได้ พบว่า เงื่อนไขสำคัญมาจากสถานะ ดังต่อไปนี้

สถานะแรก การจำยอมต่อวิถีคิด “ผู้หญิงเป็นสมบัติของสามี” พบว่า หญิงสูงวัยทั้ง 4 มีวิถีคิด ความเชื่อเกี่ยวกับ “การออกเรือน” และต้องดำรง “บทบาทของความเป็นภรรยา” ที่ว่า เมื่อแต่งงานแล้ว ต้องอยู่กับสามีไปตลอดชีวิต ดังเรื่องราว

ยายเนียรเองแสนเจ็บปวดจากการกระทำของสามีที่ทำร้ายทั้งจิตใจและร่างกาย เลยไปจนถึงเกือบทำร้ายลูกแต่เมื่อตัดสินใจอยู่กินกันไปแล้วและตนเองในฐานะเมีย ต้องดูแล ปรคับประคองกันให้ตลอดรอดฝั่ง เมื่อยามสามีป่วยด้วยโรคมะเร็ง ยายเนียรก็เป็นคนที่ดูแลสามี อย่างดีตลอดเวลาจนกระทั่งสามีเสียชีวิต ทั้งที่คำบอกเล่าก็บอกกับผู้ศึกษา ว่า “พ่อเป็นผู้ชายที่หา ความดีแทบไม่เจอ” ทั้งที่ยายเนียรสามารถพึ่งพาตนเองได้ในเรื่องเศรษฐกิจ ทำงานค้าขายมี รายได้ที่มั่นคง แต่ก็ไม่ได้คิดที่จะเลิกกับสามี เมื่อจะออกจากบ้านการจะไปไหนมาไหนต้องบอก กกล่าวสามีหรือขอสามีก่อน หากผิดเวลาหรือกลับบ้านดึกซึ่งมีแค่ครั้งเดียวก็เกิดเรื่องราวใหญ่โต ถูกกล่าวหาว่ามีชู้และโดนตำว่าด้วยถ้อยคำหยาบคายสารพัด ในขณะที่สามีจะไปไหนมาไหน ไม่ เคยบอกกล่าวยายเนียรก็ไม่เคยว่า แม้จะมีภรรยาน้อยอีก 4 คน ยายเนียรก็ไม่เคยนำมาเป็นเรื่อง ในการวิวาทกัน ซึ่งการมีสามีนั้นเปรียบเสมือนการเปลี่ยนผู้ปกครองจากพ่อ แม่ มาเป็นสามี

ป้าศรีจันทร์ ที่อยู่กับสามีด้วยความสัมพันธ์ที่ราบเรียบหรือแทบจะไม่มี การปฏิสัมพันธ์กันเลยในทุกเรื่องนอกจากการเป็น สามี – ภรรยา ที่ตบแต่งกันมา แต่ป้าศรีจันทร์ก็ไม่

คิดที่จะเลิกกับสามี ด้วยเพราะคิดว่าตบแต่งกันไปแล้วเลือกและตัดสินใจด้วยตนเองแล้ว เกิดอะไรขึ้นก็ต้องทน

ป้าประนอม ชีวิตถูกคลุมถุงชน เริ่มต้นไม่ได้รัก แต่สุดท้ายพ่อแม่บอกว่า “แต่งงานแล้วไม่ว่าเขาจะเป็นอย่างไรก็ต้องอดทน คอยปรนนิบัติดูแลสามี แม่ทะเลาะกันก็ไม่ควรบ่นว่า ห้ามไม่ให้มีปากมีเสียง เพราะเขาคือสามีที่เราต้องอยู่ด้วยจนตาย” ซึ่งกว่าที่ป้าประนอมจะหลุดพ้นจากภาวะดังกล่าวได้ ก็เมื่อสามีตายจากไป

สภาวะที่สอง *ชีวิตที่ยอมจำนนเพื่อลูก* จากเรื่องราวของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ถือเป็นตัวแทนของความเป็นหญิงในบทบาทของความเป็นแม่ ที่ว่า ผู้หญิงกับความเป็นแม่นั้นถูกผูกติดด้วยกันเสมอ ทศนคติต่อผู้หญิงกับความเป็นแม่เป็นสิ่งที่สังคมคาดหวังและกำหนดค่าให้ผู้หญิงทุกคนมีธรรมชาติของความเป็นแม่ หากใครไม่ทำเพื่อลูกหรือทอดทิ้งลูก ผู้หญิงคนนั้นมักถูกประณาม ภาระหน้าที่อันยิ่งใหญ่ในการอบรมเลี้ยงดู ให้การศึกษา ให้ความรักความอบอุ่นจึงแยกออกไม่ได้ด้วยความเป็นแม่ โดยคำบอกเล่าของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ที่เป็นเสียงเดียวกันและไม่ต่างจากเสียงของผู้หญิง คือ คำว่า “ทนเพื่อลูก” ซึ่งสะท้อนให้เห็นสภาวะจำยอมเพื่อลูก เช่น ยายเนียรเล่าว่า “ชีวิตนี้ . . .ทนเพื่อลูก” ป้าศรีจันทร์ เล่าว่า “ที่อยู่กับเขาเพราะลูกเรายังเรียกเขาว่า พ่อ อยู่” ป้าประนอม เล่าว่า “ชีวิต ไม่อยากให้ลูกขาดพ่อ” เป็นคำกล่าวอ้าง ที่ทำให้ผู้หญิงไม่สามารถปลดพันธนาการที่บีบรัดตัวเองไว้ได้ และเพิ่มแรงกดดันทางเพศให้มีความหนักหน่วงมากขึ้น หากจะเลิกกันก็กลัวลูกจะกลายเป็นเด็กมีปัญหา ครอบครัวไม่อบอุ่น จึงทำให้หญิงสูงวัยทั้ง 4 ในช่วงชีวิตนี้ตกอยู่ในภาวะการถูกกดดันทางเพศ

สภาวะที่สาม *ภาวะของการรู้สึกพึ่งพาสามี* มักผูกติดมากับความเชื่อที่ว่า “ผู้ชายคือผู้นำครอบครัว ผู้หญิงเป็นผู้ตาม” ฉะนั้น แม้ผู้หญิงจะสามารถช่วยเหลือตนเองได้ แต่ก็จะถูกกดดันว่าเป็นรายได้ที่ปราศจากคุณค่า หรือ คำติฉินนินทาว่า “เกินตัว” รายได้ของสามีเป็นรายได้ที่มีคุณค่าและมากกว่า จึงทำให้ผู้หญิงหลายคนไม่สามารถหลุดพ้นจากความรู้สึกที่ต้องพึ่งพาสามี ดังคำบอกเล่าของหญิงสูงวัย ที่ว่า

ยายเนียร เล่าถึงสาเหตุที่ยอมทนอยู่กับสามีว่า “แม่คิดอยู่อย่างเดียวว่า พ่อมีที่อยู่ให้แม่กับลูกเป็นหลักแหล่ง ไม่ต้องหอบลูกระหกระเหิน แม่ก็จะคิดอยู่แค่นี้ว่า ถ้าไม่มีพ่อแม่ก็ต้องหอบลูกระหกระเหินไม่มีที่ซุกหัวนอน” นี่เป็นสิ่งเดียวที่ยายเนียรพยายามหาเหตุผลมาสนับสนุนการตัดสินใจอยู่ร่วมกันหลังต้องเจอเรื่องราวที่เจ็บปวดมากมาย ซึ่งวิธีคิดนี้ได้ครอบงำและบดบังความผิดทั้งหมดที่สามีกระทำไป ยายเนียรไม่ต้องพึ่งอาชีพการงาน เงิน อาหารการกินของสามีก็สามารถมีชีวิตอยู่ได้อย่างมีความสุข สิ่งเดียวที่เธอพึ่งอยู่ คือ “บ้าน” ทั้งที่เมื่อมองกลับกัน การปฏิบัติหรือหน้าที่ต่าง ๆ ที่เธอทำต่อสามีนั้นมากมายกว่าหลายเท่า

ป้าประนอม ยอมทนเพียงเพราะเชื่อว่า “สามีหาเงินเลี้ยงลูกได้มากกว่าตนเอง” ทั้งที่สุดท้ายแล้วตนเองเป็นผู้ที่ดิ้นรนเพื่อให้ลูกอยู่รอดได้

ซึ่งผลพวงจากภาวะการถูกกดทับทางเพศที่หญิงสูงวัยต้องเผชิญในทุกช่วงชีวิตของการตกอยู่ภายใต้ระบบสังคมชายเป็นใหญ่ คือ ความทุกข์ระทมที่ส่งผลกระทบต่อทั้งร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ นั่นคือ ส่งผลกระทบต่อสภาวะในทุกมิติของการดำเนินชีวิต กล่าวคือ

ผลกระทบต่อทางด้านอารมณ์-จิตใจ ส่งผลต่อภาวะทางด้านร่างกายด้วย เป็นผลพวงของแรงกดทับทางเพศซึ่งส่งผลกระทบต่อเนื้อเยื่อและยาวนาน สภาวะที่ประสบ คือ เครียด วิตกกังวล เก็บกด ซึมเศร้า ซึ่งการเผชิญภาวะดังกล่าวเป็นระยะเวลาอันยาวนานจนกลายเป็นโรคประจำตัว ดังเช่น

ป้าประนอม เล่าว่า

. . . ป้าเป็นโรคเครียดง่าย วิตกกังวล เพราะแต่ก่อนสามีเจ้าชู้มาก มีคนมาเล่าให้ป้าฟังบ่อย เราเองถูกบอกลอนไม่ให้มีปากเสียงกับสามี จึงเป็นคนที่ไม่ค่อยบ่นว่าสามี เคยพูดเหมือนกัน พอเขาพูดสวนเถียงไม่เป็น จึงเจ็บบ่อยอย่างเดียว เจ็บบจนเราเก็บกด เพราะหาทางออกไม่ได้ และผลตามมาก็คือ ป้าเป็นโรคเครียด ทุกวันนี้ป้ายังรักษาตัวอยู่ แม้จะไม่ต้องใช้อยาเหมือนก่อนก็ตาม . . .

ป้าศรีจันทร์ เล่าว่า “. . . เครียดมาก เพราะสามีทั้งติดพนัน กินเหล้า บางครั้งเราไปทำงานเขาไม่ทำงาน เอาเพื่อนมาเล่นไพ่ที่บ้าน. . . ระบายโดยดื่มเหล้าคลายเครียดบ้าง”

ป้าม่วย เล่าว่า “. . . ป้าเหนื่อย เพราะต้องทำงานทั้งนอกบ้าน และยังต้องคอยปรนนิบัติสามีอีก ต้องเตรียมอาหาร ซักผ้ารีดผ้าให้. . .”

ยายเนียร เล่าว่า “. . . เวลาทะเลาะกัน เคยครั้งหนึ่งที่รุนแรง ถึงไม่รุนแรงแต่ด่ากันด้วยคำหยาบคาย เราก็เจ็บปวด”

ผลกระทบต่อด้านจิตวิญญาณ คือ สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง กล่าวคือ ด้วยสังคมคาดหวังกับบทบาทของความ เป็นแม่ เป็นภรรยา และผู้หญิงต้องเลือกที่จะปฏิบัติตามความคาดหวังของสังคมมากกว่าที่จะเป็นตัวของตัวเอง

ผลกระทบต่อด้านสังคม ด้วยการถูกจำกัดพื้นที่เพียงครอบครัว บ้าน ทำให้ผู้หญิงสูญเสียพื้นที่สังคม เช่น การคบเพื่อน การใช้ชีวิตนอกบ้าน ถูกมองอย่างมีอคติ เป็นต้น ดังคำบอกเล่าของหญิงสูงวัย ว่า

ยายเนียร เล่าว่า เพียงแค่ไปงานแต่งงาน กลับถูกมองว่า “จะไปมีคู่”

ป้าประนอม เล่าว่า ออกไปทำงานนอกบ้าน มีคนไปบอกสามีว่า “ปล่อยเมียออกไปนอกบ้าน ระวังเมียไปมีคู่”

เหล่านี้ ผลพวงจากการถูกกดทับทางเพศ ซึ่งผลกระทบดังกล่าวมิได้เกิดขึ้นเพียงครั้งเดียว แต่เป็นไปในลักษณะของการสะสมหรือเรื้อรัง

กล่าวโดยสรุป ภาวะการถูกกดทับทางเพศมาจากโครงสร้างทางสังคมที่หญิงสูงวัยดำรงอยู่เป็นระบบสังคมแบบชายเป็นใหญ่ ที่สร้างให้ “หญิงด้อยกว่าชาย” แทรกซึมอยู่ในทุกอณูของโครงสร้างทางวัฒนธรรม การเมืองการปกครอง เศรษฐกิจ โดยบอกสอนผ่านกระบวนการขัดเกลาทางสังคม พื้นที่ที่บอกสอนอย่างซึมลึก คือ เริ่มต้นตั้งแต่พื้นที่ครอบครัวที่ทำให้คุณลักษณะเริ่มต้นของความเป็นลูกผู้หญิงและความเป็นลูกผู้ชายที่แตกต่างกัน เมื่อก้าวย่างเข้าสู่วัยรุ่น กรอบปฏิบัติของความเป็นหญิง ถูกคาดหวังมากกว่าความเป็นชาย และสร้างมายาคติ (อคติทางเพศ) ครอบงำหญิง ด้วยการให้คุณค่าวัยสาวผูกติดกับพรหมจรรย์ ซึ่งได้เพิ่มแรงกดทับทางเพศตามไปด้วย และเพิ่มสูงขึ้นอีก เมื่อเข้าสู่วัยครอบครัว หรือ การใช้ชีวิตคู่ ที่ถูกกรอบบทบาทของความเป็นภรรยาและแม่ สร้างพันธนาการชีวิตให้ผู้หญิงยอมจำนน ดังคำว่า “ภรรยาและลูกเป็นสมบัติของสามี” โดยยากที่จะหลุดพ้นจากภาวะการถูกกดทับนั้น ๆ ได้ จนส่งผลกระทบต่อวิถีการดำเนินชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 แต่ท้ายสุดแรงกดทับทางเพศที่หนักหน่วง ได้ทำให้เกิดแรงต้านอยู่ภายในตัวตนของหญิงสูงวัยที่ต้องการปลดพันธนาการ ภาวะดังกล่าวนำไปสู่กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจให้เกิดขึ้นในตัวเอง

2. ภาวะการฉีกถอนปลดจากแรงกดทับทางเพศ : พัฒนาการของการเสริมสร้างพลังชีวิตของหญิงสูงวัย

ภาวะการถูกกดทับทางเพศของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ในช่วงวัยต่าง ๆ พบว่า ในขณะที่แรงกดทับทางเพศที่หญิงสูงวัยเผชิญมีความหนักหน่วงเพิ่มขึ้น ภาวะของการต่อสู้กับความไม่เท่าเทียมทางเพศก็เพิ่มขึ้น ควบคู่ไปกับความพยายามที่จะจัดการกับปัญหาที่ตนเองเผชิญอย่างต่อเนื่อง จากภาพปรากฏจึงกล่าวได้ว่า หญิงสูงวัยทั้ง 4 มีการเสริมสร้างพลังอำนาจในตนเอง (Empowerment) โดยมีเหตุมาจากความเหลื่อมล้ำทางสังคม ความด้อยกว่า หมายรวมถึง ความไม่เท่าเทียมทางเพศภายใต้ระบบสังคมชายเป็นใหญ่ (สุภารดี มั่นยืน, 2541, น. 24) ที่ได้สร้างภาวะการกดทับทางเพศ นัยยะดังกล่าวนำไปสู่การปลดปล่อยตนเองของผู้หญิงจากแรงกดทับที่มีกระบวนการของ “การสร้างพลังอำนาจ” และ “สร้างตัวตนใหม่ในการใช้ชีวิตของหญิงสูงวัย” เพื่อลดทอน ผ่อนปลด และสลายแรงกดทับทางเพศ จากนั้นนियามของการใช้ชีวิตของหญิงสูงวัยก็เปลี่ยนไป ดังนั้น หญิงสูงวัยทั้ง 4 จึงมีกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจให้กับตนเอง เพื่อให้หลุดพ้นจากภาวะการถูกกดทับทางเพศ ซึ่งสามารถวิเคราะห์ได้ดังนี้

แรงหนุนเสริม : จุดเปลี่ยนแปลงชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4

เรื่องราวชีวิตของหญิงสูงวัยกับความสามารถในการสร้างและเพิ่มพลังอำนาจให้กับชีวิตตนเองได้นั้น พบว่า มีแรงหนุนเสริมการสร้างพลังชีวิตในตน ซึ่งเป็นจุดเปลี่ยนที่หญิงสูงวัยค้นพบในแต่ละช่วงชีวิต จะหนุนเสริมพลังชีวิตที่มีความเข้มข้นต่างกัน โดยคุณสมบัติของแรงหนุนเสริม ถือเป็นเป้าหมายและจุดเปลี่ยนของการเสริมสร้างพลังอำนาจของหญิงสูงวัยที่นำไปสู่การหลุดพ้นจากภาวะการถูกกดทับทางเพศ แรงหนุนเสริมพลังอำนาจที่พบ ได้แก่

1. “ลูก” คือ เป้าหมายสำคัญที่ทำให้หญิงสูงวัยสามารถสร้างกระบวนการเสริมพลังชีวิตให้กับตนเอง อย่างน้อยภาวะการที่ต้องอดทน มิใช่ภาวะการจำนนล้วน ๆ แต่มีการผันเปลี่ยนน้ำหนักในการช่วยเหลือตนเองหรือพึ่งตนเองโดยไม่รือร้อสามี ดังเห็นได้จาก

กรณีป้าศรีจันทร์ รับรู้และวิเคราะห์ได้ว่า สามีมีอาจเป็นที่พึ่งของตนเองและลูกได้ ดังนั้น ทางเลือกที่ดีที่สุดที่ทำให้ลูกได้รับผลกระทบน้อยที่สุด คือ การที่ตนเองต้องลุกขึ้นมาปกป้องลูกด้วยการพึ่งตนเองได้ทางเศรษฐกิจ หาเลี้ยงลูกด้วยตนเอง

หรือกรณีป้าประนอม สุดท้ายไม่ว่าตนเองตกอยู่ภาวะทางอารมณ์จิตใจที่ไม่พร้อม แต่พลังสำคัญคือ ลูก ที่ป้าประนอมต้องเลี้ยงให้ดีที่สุด เป็นเหตุสำคัญที่ทำให้ป้าประนอมกลับมาช่วยเหลือตนเองได้

จึงกล่าวได้ว่า แรงหนุนเสริมพลังชีวิตของหญิงสูงวัย “ลูก” เป็นแรงหนุนสำคัญ

2. “ปัญหาของหญิงสูงวัย” ผลกระทบทจากแรงกดทับทางเพศที่เป็นแรงหนุนเสริมให้เกิดการสร้างพลังอำนาจในตนเอง จากการศึกษาพบว่า แต่ละช่วงวัยหญิงสูงวัยต้องเผชิญปัญหาจากสภาพการดำเนินชีวิตจากความไม่เท่าเทียมทางเพศและสังคมลงในความรู้สึก สภาพปัญหาที่พบและกลายเป็นแรงผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลง เช่น ปัญหาสามีมีภรรยาบ่อย สภาพการณ์ของผู้หญิงที่ต้องยอมรับให้ได้ และปล่อยให้สามีมีภรรยาบ่อย ปัญหาสามีมักดื่ม การถูกตีฉนิทนาว่า “การไปทำงานนอกบ้าน หรือไปมีซู้” ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว สภาพที่ต้องทะเลาะวิวาททุกครั้งที่มีดื่มเหล้า เป็นต้น สถานการณ์ปัญหาที่หญิงสูงวัยพบดำรงอยู่ในชีวิตเรื่อยมา ซึ่งได้สร้างความบอบช้ำให้กับชีวิต แต่ในขณะเดียวกัน ปัญหาเหล่านี้เป็นแรงผลักดันให้หญิงสูงวัยเรียนรู้การจัดการปัญหา และใช้เป็นพลังในการเปลี่ยนแปลงชีวิต อย่างเช่น

ป้าประนอม เล่าว่า . . .สามีเป็นคนที่เจ้าชู้ มีผู้หญิงเรื่อยมาตั้งแต่อยู่ด้วยกัน จนถึงขั้นเราต้องไปเคลียร์กับสามีผู้หญิง เพราะสามีไปยุ่งกับเมียคนอื่น . . .เหตุการณ์เช่นนี้ไม่ได้เกิดกับป้าประนอมแค่ครั้งเดียว ป้าประนอมต้องเผชิญมาทั้งชีวิต จนป้าประนอมมีโรคเครียดเป็นโรคประจำตัว ซึ่งสุดท้ายป้าประนอมก็เรียนรู้ด้วยตนเองว่า “. . .ทำให้ชีวิตต้องเครียดและเป็นแบบนี้

ไม่ได้ ต้องปล่อยวาง และกลับมาใช้ชีวิตต่อไป... เพราะป่าไม่อยากเป็นภาระของคนอื่น... ป่าจึงใช้วิธีการจัดการโดยเข้าวัด หาเพื่อนคุย และปรึกษาหมอ..." ซึ่งป่าประνομเล่าต่อว่า "...ปัญหาที่ป่าประสบมา เหมือนเป็นบทเรียนชีวิต บางอย่างเราไม่สามารถเปลี่ยนแปลงเขาได้ เราก็ต้องเปลี่ยนที่ตัวเอง และอยู่ได้ด้วยตัวเอง..."

ดังนั้น ส่วนหนึ่งของแรงหนุนสร้างให้เกิดพลังชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 คือ ปัญหาที่ประสบ ควบคู่กับ "มุมมองต่อปัญหาที่ตนเองเผชิญ" ที่ว่า "ชีวิตต้องเปลี่ยนแปลง"

3. "วิถีคิดที่ไม่ยอมจำนน" เป็นแรงหนุนเสริมที่พบในตัวตนเองของหญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณี กล่าวคือ แม้ชีวิตตกอยู่ในภาวะของการถูกกดทับทางเพศ ทั้งเรื่องของอคติทางเพศ การต้องแสดงบทบาทของความเป็นภรรยา แม่ ลูกสาว พบว่า มีการตั้งคำถามถึงความแตกต่างระหว่างหญิงชายอยู่ทุกช่วงชีวิตของการถูกกดทับ เช่น "ทำไมต้องเปรียบเทียบลูกสาวเป็นส้วม" "ทำไมผู้หญิงถึงถูกมองว่า เป็นผู้หญิงไม่ดี" "ทำไมผู้หญิงจะช่วยเหลือตนเองไม่ได้" เป็นต้น เหล่านี้คือคำถามที่เกิดขึ้นในใจของหญิงสูงวัยตลอดช่วงชีวิต ซึ่งแต่ละคำถามนั้น มิได้ถามขึ้นมาลอย ๆ แต่มีการเปลี่ยนแปลงเชิงวิถีคิดและพฤติกรรมด้วย

4. "แสวงหาช่องทาง / ทางออกในการหลุดพ้น" กล่าวคือ หญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณีมิได้อยู่ในแบบยอมรับชะตากรรม แต่มีการพยายามหาช่องทางในการหลุดพ้นโดยวิธีการต่าง ๆ เช่น ปรึกษาเพื่อนสนิท ใช้ศาสนาเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวจิตใจ ฟังตนเองทางเศรษฐกิจ เป็นต้น เหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยหนุนสร้างพลังชีวิตได้ทั้งสิ้น

5. "การได้เรียนรู้ชีวิตของผู้หญิงคนอื่น" เป็นแรงหนุนเสริมที่ทำให้ผู้หญิงได้ถูกคิดถึงภาวะที่ตัวเองประสบ เปรียบเทียบเรียนรู้ประสบการณ์ของผู้อื่น แล้วนำมาเรียนรู้เทียบเคียงเพื่อประยุกต์ใช้ในการจัดการปัญหาของตนเอง และเป็นแรงผลักดันให้หญิงสูงวัยมีพลังชีวิตสูงขึ้น ดังเช่น

ป่าประνομ เล่าว่า

...ป่าดีขึ้น เพราะป่ามีเพื่อนดี ค่อยให้คำแนะนำ เป็นกำลังใจให้เรา และมีการนั่งคุยกันบางครั้งเขาให้คำปรึกษาเรา เราให้คำปรึกษาเขา ตรงนี้เป็นสิ่งสำคัญเหมือนกันนะ เพราะมันทำให้เรารู้สึกว่า เรามีเพื่อน ยังมีคนที่มียุทธศาสตร์คล้ายเรา... วันนี้ป่ายังทำอยู่ และคิดว่าน่าจะเป็นวิธีการที่ทำให้คนเปลี่ยนได้

ป่าศรีจันทร์ เล่าว่า "...สามไม่รับผิดชอบ เราเครียดมาก ก็ได้เพื่อนที่ทำงาน คอยคุยกัน พูดกัน มีเพื่อนที่เข้าใจ รับฟัง และเป็นกำลังใจ คิดว่า ตรงนี้ก็เป็นที่ช่วยเราให้ดีขึ้น..."

เหล่านี้เป็นแรงขับที่หนุนเสริมให้หญิงสูงวัย มีพลวัตในการสร้างและพัฒนาพลังอำนาจในตนเองขึ้นมาตามลำดับ โดยส่งผลให้เกิดการผ่อนคลายภาวะการถูกกดทับทางเพศ

กระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตของหญิงสูงวัย

กระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจในตนเองของหญิงสูงวัย พบว่า มีประเด็น ที่สอดคล้องกับกระบวนการของนักวิชาการแนวความคิดการเสริมสร้างพลังอำนาจในตนเอง (อ้างในเล่มเดียวกัน, 21) ได้แก่

ประเด็นที่ 1 “เข้าใจและตระหนักรู้ถึงสถานการณ์ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง” (Ress, 1988, p. 8, อ้างถึงใน ศรีปริญาญา ฐปกระจำง, 2544, น. 25-26) ซึ่งเป็นประเด็นที่พบได้ว่าหญิงสูงวัยทั้ง 4 ตระหนักรู้ถึง สถานการณ์ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง เพียงแต่บริบทในการดำเนินชีวิตยังกดทับให้ต้องยอมจำนนต่อสถานการณ์ปัญหาดังกล่าวไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ทันที ด้วยเหตุผล เช่น เหตุผลเชิงทัศนคติ “เชื่อในคำบอกสอนของพ่อแม่ว่า เป็นเมียที่ดีห้ามเถียงสามี ต้องดูแลสามี” เหตุผลในบทบาทของความเป็นแม่ และภรรยา “ยอมจำนนเพื่อลูก” “ต้องฟังพาสามีในการเลี้ยงดูครอบครัว” ฯลฯ แต่หญิงสูงวัยทั้ง 4 ตระหนักเห็นปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง และพยายามที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง ไม่ให้ต้องตกอยู่ในภาวะการถูกกดทับทางเพศดังกล่าว

ประเด็นที่ 2 “มองตนเองอย่างมีคุณค่า” ถือเป็นกระบวนการสำคัญที่สุด ซึ่งถือเป็นหัวใจของการเสริมสร้างพลังอำนาจในตนเอง ทั้งนี้การเสริมสร้างความรู้สึกให้ผู้หญิงที่ประสบปัญหาความรุนแรงรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ทำให้แนวโน้มการหลุดพ้นจากภาวะการถูกกดทับทางเพศเป็นไปได้สูง (Lorraine M. Gutierrez, Ruth. J Parsons and Enid Opal Cox, 1998, p. 35, อ้างถึงใน กิติวิภา สุวรรณรัตน์, 2545, น. 57) ซึ่งเป็นการประเมินค่าตนเองและความรู้ที่มี เชื่อมมั่นว่า พลังอำนาจในการประเมินค่าตนเอง (Ress, 1988, p. 8, อ้างถึงใน ศรีปริญาญา ฐปกระจำง, 2544, น. 25-26) มีความเกี่ยวข้องกับการทบทวน ค้นหาศักยภาพของตนเอง ลดการตำหนิตนเอง (Reducing self-Blame) หรือกล่าวโทษตนเอง วิธีการนี้จะช่วยให้บุคคลที่มีปัญหาความรู้สึกเป็นอิสระจากสถานการณ์ทางลบที่ตนเองประสบอยู่ (กิติวิภา สุวรรณรัตน์, 2545, น. 54) และความสามารถในการจัดการปัญหา จากเรื่องราวหญิงสูงวัยทั้ง 4 พบว่า การมองเห็นคุณค่าในตนเอง มีเครื่องมือหรือกลไกในการสะท้อนให้เห็นคุณค่าภายในตนเอง และมีการพัฒนามุมมองต่อตนเองเชิงบวกขึ้นตามลำดับ เช่น คำบอกเล่าของ ป้าศรีจันทร์ “ในเมื่อสามีฟังไม่ได้ ฉันก็ฟังตนเอง ไม่ต้องฟังสามี” ป้าม่วย เล่าว่า “ถึงตัวเองไม่แต่งงาน สามารถที่ดูแลตนเองได้” ป้าประนอม เล่าว่า “ป้าทำอะไรได้หลายอย่าง ถ้ารอสามีอย่างเดียวยคงแย่ . . . ก็ต้องฟังตนเอง” เป็นต้น

ประเด็นที่ 3 “แก้ไขและแสวงหาแนวทางในการแก้ไข / ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม บนฐานของการดึงคุณค่าหรือศักยภาพตนเองออกมาใช้เพื่อการแก้ไขปัญหา” ซึ่ง กิติวิภา สุวรรณรัตน์ (2545, น. 54) กล่าวว่า การสามารถดึงพลังและศักยภาพที่มีอยู่ในตนเองออกมาใช้ได้เพื่อแก้ไข

สถานการณ์ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง เป็นกระบวนการที่จะนำไปสู่การสร้างและเพิ่มพลังอำนาจในตนเองได้ดีที่สุด ทั้งนี้ควรจะสร้างบุคคล กลุ่ม หรือชุมชนให้ได้มีส่วนร่วมในการวิเคราะห์ปัญหา วางแผนแก้ไขปัญหา และร่วมกันแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง ตลอดจนมีการพัฒนาวิธีการที่จะแก้ไขอุปสรรคปัญหาให้เป็นไปตามเป้าหมายที่ตนต้องการได้อย่างเหมาะสม

ซึ่งจากเรื่องราวของหญิงสูงอายุทั้ง 4 พบว่า มีกระบวนการแก้ไขและแสวงหาทางออก เพื่อให้แรงกดดันทางเพศอ่อนแรงลง ผ่อนปลดแรงกดดัน แม้ไม่สามารถจัดการกับภาวะดังกล่าวได้ทันที แต่เป็นการจัดการอย่างค่อยเป็นค่อยไป ซึ่งถือเป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหา ลดแรงกดดันทางเพศด้วยตนเอง โดยทุกช่วงชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 พบวิธีการจัดการปัญหาด้วยตนเองอย่างต่อเนื่อง

ประเด็นที่ 4 “การตัดสินใจเพื่อเปลี่ยนแปลง” โดยจะต้องพัฒนาให้ผู้หญิงมีความเชื่อมั่นในการที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง ซึ่งการพัฒนาความสามารถตัดสินใจ รวมทั้งการส่งเสริมพลังอำนาจและความคุ้นเคยในการตัดสินใจ เป็นสิ่งจำเป็นต่อการเสริมสร้างอำนาจและความเข้มแข็งของคน กลุ่มชุมชนและสังคม (Ress, 1988, p. 8, อ้างถึงใน ศรีปริญญา ฐประจ่าง, 2544, น. 25-26)

ซึ่งหากกล่าวถึง ความสามารถในการตัดสินใจของหญิงสูงวัยทั้ง 4 เพื่อให้ชีวิตหลุดพ้นจากภาวะการกดทับทางเพศนั้น พบว่า มีพัฒนาของการตัดสินใจที่มีความเด็ดขาด โดยมีเงื่อนไขประกอบการตัดสินใจ เช่น ความรู้สึกของลูก อนาคตของลูก ความอยู่รอดของครอบครัว ค่าใช้จ่ายภายในครอบครัว หรือแม้แต่เรื่องของหน้าตาของพ่อแม่ เป็นต้น

ประเด็นที่ 5 “พิทักษ์สิทธิ เพื่อไม่ให้ถูกรีดรอนซ้ำ” เป็นการต่อต้านการกลับไปสู่ภาวะที่ไร้อำนาจ ซึ่งต้องมีกระบวนการสร้างความเชื่อมั่นในศักยภาพ คุณค่าของตนเอง มีการปลุกเร้าให้เกิดศรัทธาในการเสริมสร้างพลังในตนเอง (Ress, 1988, p. 8, อ้างถึงใน ศรีปริญญา ฐประจ่าง, 2544, น. 25-26)

จากการศึกษาเรื่องราวชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 พบว่า มีการเรียนรู้การพิทักษ์สิทธิของตนเอง (Lorraine M. Gutierrez, Ruth. J Parsons and Enid Opal Cox, 1998, p. 35, อ้างถึงใน กิติวิภา สุวรรณรัตน์, 2545, น. 57) เพื่อมิให้ถูกรีดรอนซ้ำหรือต้องเผชิญกับภาวะความกดทับทางเพศ

เหล่านี้เป็นประเด็นของการสร้างเสริมพลังชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ที่สอดคล้องกับแนวคิดการเสริมพลังอำนาจในตนเอง นอกจากนี้ยังพบประเด็นที่น่าสนใจจากประสบการณ์ตรงที่เป็น การเสริมสร้างพลังอำนาจในตนเองและทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงวิถีคิด พฤติกรรมอย่างถาวร ได้แก่

ประเด็นที่ 1 มี “การปรับวิถีคิด” ซึ่งเป็นกระบวนการที่กระทำควบคู่ไปกับกระบวนการมองตนเองอย่างมีคุณค่า คือ “การกล่าวโทษตนเองว่า ตนเองไม่ดี” มีมุมมองต่อ

ตนเองในเชิงบวก เช่น สิ่งที่คนอื่นเห็นเรานั้นเป็นเพียงภายนอก แต่ยังไม่ได้มองลึกผ่านเข้าไปในจิตใจ เป็นเรื่องที่ตัวเองต้องพิสูจน์ เป็นต้น

ประเด็นที่ 2 มี “การเปิดโลกทัศน์” ไม่เก็บตัวเงียบ มีการเปิดใจ เปิดตาเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบข้าง โดยพยายามใช้ประสบการณ์ตรงของตนเองเป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยนกับผู้อื่น และเรียนรู้อย่างเท่าทัน ซึ่งเป็นการพัฒนาศักยภาพของตนเองได้เป็นอย่างดี เห็นได้ว่า หญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณี มีการออกมาทำประโยชน์เพื่อสังคม

ประเด็นที่ 3 มี “การแสดงศักยภาพของตนเอง” ในประเด็นพบว่า หญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณี มีความกล้าคิด กล้าทำ กล้าแสดงออก และเชื่อในการเปลี่ยนแปลง โดยตัวเองเข้ามาทำงานเพื่อสังคม

ประเด็นที่ 4 มี “การผลิตซ้ำทางความคิด และถ่ายทอดวิธีคิดที่ดีให้กับลูกหลาน” หญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณี มีการถ่ายทอดบอกสอนลูกหลานในมิติหญิงชายที่แตกต่างไปจากที่พ่อแม่เคยบอกสอนตัวเอง เช่น “สอนลูกผู้ชายให้เกียรติผู้หญิง ไม่ใช่ความรุนแรง พุดจาด้วยเหตุผล เพราะหญิงชายเท่ากัน เป็นคนเหมือนกัน” (ป้าประนอม)

จากกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจให้กับตัวเอง พบว่า มีผลทำให้การใช้ชีวิตในวัยผู้สูงอายุมีอุดมการณ์ในการใช้ชีวิต มีความสุขในการใช้ชีวิต และที่สำคัญคือ “ให้คุณค่ากับตนเอง” ซึ่งถือเป็นหัวใจสำคัญที่ทำให้ผู้หญิงที่อยู่ในภาวะการถูกกดทับทางเพศสามารถหลุดพ้นและสร้างชีวิตใหม่ให้กับตนเองได้

และหากประมวลกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจของหญิงสูงวัยทั้ง 4 สามารถแบ่งการเสริมสร้างพลังอำนาจในตนเองได้ 2 ระดับ ได้แก่ (1) การเสริมสร้างพลังชีวิตในระดับตนเอง (2) การเสริมสร้างพลังชีวิตในระดับครอบครัว/สังคม โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. กระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตระดับตนเอง

กระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตระดับตนเอง เป็นกระบวนการจัดการกับการเผชิญภาวะการถูกกดทับทางเพศของหญิงสูงวัยภายใต้วิถีชีวิตที่ถูกครอบงำด้วยระบบคิดสังคมชายเป็นใหญ่ เป็นการพยายามสร้างและพัฒนาพลังอำนาจในตนเองให้เติบโตสู่การหลุดพ้นจากภาวะการกดทับทางเพศ โดยมีกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจให้เกิดขึ้นในตนเอง ดังนี้

ประเด็นที่ 1 “กระบวนการเข้าใจและตระหนักรู้ถึงสถานการณ์ปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง” จากการศึกษาพบว่า หญิงสูงวัยตระหนักรู้ได้ถึงสภาพการณ์ที่เป็นแรงกดทับทางเพศที่เกิดขึ้นกับตนเองในแต่ละช่วงวัยและเพิ่มระดับของความเข้าใจในสถานการณ์ปัญหานั้น จากความคาดหวังของสังคมต่อบทบาทและสถานภาพที่ถูกเปลี่ยนแปลงไปในแต่ละช่วง ดังจะเห็นได้จาก การตั้งคำถามถึงสถานการณ์ปัญหาที่เผชิญ ดังเช่น

ป้าม่วยตั้งคำถามกับคำบอกสอนและกรอบปฏิบัติของผู้หญิง ที่พ่อแม่บอกสอนให้ เป็น ได้แก่ คำถามแรก “ทำไมถึงเปรียบลูกสาวเป็นส้วม” เป็นคำถามเมื่อยังเด็ก ที่ดำเนินบทบาท ของลูก และ คำถามที่สอง “ทำไมผู้หญิงต้องรับภาระตั้งแต่งงานในบ้าน และงานนอกบ้าน” เป็น คำถามเมื่อต้องดำเนินบทบาทของความเป็นภรรยา ซึ่งต่อมากลายเป็นทัศนคติที่ชักนำและดึงดูดีให้ ป้าม่วยมีแรงบันดาลใจที่อยากเปลี่ยนแปลงและพิสูจน์บทบาทของผู้หญิงที่มีศักยภาพมากกว่านั้น

ป้าศรีจันทร์ เรื่องราวชีวิตเมื่อเข้าสู่วัยสาว เป็นช่วงที่ป้าศรีจันทร์เริ่มรับรู้ถึง อคติ ทางเพศของสังคมที่มองความเป็นผู้หญิงว่า “หญิงได้อยู่กับผู้ชาย ก็จะได้ตราลงไประหว่าง เป็นผู้หญิงไม่ดี” โดยที่ยังไม่รับรู้ถึงสิ่งที่ตนเองเป็นจริง ๆ ชีวิตในช่วงนี้ของป้าศรีจันทร์จึงถูกภาวะกดทับทางเพศ ที่ ทำให้ป้าศรีจันทร์ครุ่นคิดว่า “เหตุใดความเป็นผู้หญิงของตนเองจึงด้อยค่าในสายตาผู้คน เพียง เพราะเป็นหญิงสาวหน้าตาดี จนถูกมองเสมือนสิ่งของ หรือวัตถุทางเพศในสายตาของผู้ชาย” และ “จะหาทางออกอย่างไรเพื่อยุติความคิดของคนเหล่านั้น ?” ซึ่ง ณ ตอนนั้นป้าศรีจันทร์ได้เพียงคิด ยังไม่เห็นทางออกที่จะเปลี่ยนแปลง แต่ถือเป็นคำถามที่ติดอยู่ในใจเรื่อยมา

เหล่านี้ เป็นคำถามในใจ ที่สะท้อนให้เห็นว่า หญิงสูงวัยมีภาวะของการตระหนักรู้ ได้ถึงสถานการณ์ปัญหาที่ตนเองเผชิญจากภาวะของการถูกกดทับทางเพศ ซึ่งแม้ว่ามีได้ถูกจัดการ ปัญหา หรือเปลี่ยนแปลง หรือสามารถหลุดพ้นจากภาวะการถูกกดทับทางเพศได้โดยทันที แต่ ภาวะของการตระหนักรู้ได้ ทำให้เกิดกระบวนการป้องกันตนเองหรือมีกระบวนการลดแรงกด ทับทางเพศได้ในระดับหนึ่ง ดังเช่นในช่วงของการใช้ชีวิตคู่ พบว่า

ป้าศรีจันทร์ พบเจอกับสถานการณ์ที่สามีติดการพนัน จนไม่สนใจดูแลครอบครัว วิธีการจัดการปัญหา คือ “ไม่รอที่จะพึ่งสามี และสามารถช่วยเหลือตนเองได้”

ป้าม่วย ที่แต่งงานเพราะลบคำสบประมาท ว่า “มีสามีเด็ก อีกหนอยก็ถูกทิ้ง” ประกอบกับ การเห็นประสบการณ์ชีวิตของคนรอบข้าง ก่อนใช้ชีวิตคู่ ป้าม่วยจึงมีการพูดคุยถึง เงื่อนไขในการชีวิตคู่กับสามีก่อน เป็นต้น

ประเด็นที่ 2 “กระบวนการมองตนเองอย่างมีคุณค่า” จากเรื่องราวของผู้หญิงสูง วัยทั้ง 4 พบว่า สิ่งสำคัญของกระบวนการสร้างเสริมพลังอำนาจในตนเอง หรือ การสร้างเสริมพลังชีวิต นั้นสัมฤทธิ์ คือ การมองตนเองอย่างมีคุณค่า หรือ การมีทัศนคติเชิงบวกต่อตนเองและชีวิตของ ตนเอง ดังเช่น

ป้าศรีจันทร์ “การมีทัศนคติเชิงบวกกับตัวเอง (การให้คุณค่ากับตนเอง) และมุ่ง จัดการปัญหา (ไม่ยอมจำนน)” หากกล่าวย้อนไปยังช่วงชีวิตต่าง ๆ ของป้าศรี จันทร์ พบว่า ป้าศรีจันทร์มีทัศนคติที่ดีต่อตนเอง ดังที่เห็นได้จาก การตั้งคำถามกับ ตนเองว่า “. . .ทำไมเขาถึงคิดกับเราเช่นนั้น เราไม่ใช่ผู้หญิงไม่ดี. . .” “ในเมื่อสามี

ฟังไม่ได้ ฉันก็ฟังตนเอง ไม่ต้องฟังสามี” เป็นต้น ทำให้มีแนวทางในการจัดการปัญหาที่ไม่ทำให้ตนเองบอบช้ำ หรือยอมจำนนกับสถานการณ์ที่เป็นอยู่ แต่เห็นว่า ป้าศรีจันทร์มีความสามารถในการเผชิญปัญหาและจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเอง เช่น เมื่ออาผู้หญิงเริ่มมีท่าทีหึงหวงอาผู้ชาย ก็หลีกเลี่ยงกลับบ้าน หรือเมื่อสามีไม่สามารถฟังได้ ก็ไม่โอตครวญ กลับพยายามดิ้นรนช่วยเหลือตนเอง จนส่งเสียลูกเรียนจนลูกสามารถฟังตนเองได้ เป็นต้น เหล่านี้มีใช้เพียงภาพปรากฏการณ์ที่พบในชีวิตของป้าศรีจันทร์ แต่ถือเป็นวิธีคิดสำคัญที่ทำให้ป้าศรีจันทร์หลุดพ้นภาวะการถูกกดทับทางเพศในแต่ละช่วงได้

ป้าประนอม (นามสมมติ) มองตนเองอย่างมีคุณค่า สิ่งหนึ่งที่ป้าประนอมไม่กระทำ คือ “การกล่าวโทษตนเองว่า ตนเองไม่ดี จึงทำให้เกิดสถานการณ์ขึ้น” เพียงแต่ภาวะความกดทับทางเพศที่เกิดขึ้น เพราะความเชื่อในกรอบปฏิบัติของความเป็นผู้หญิง สุดท้ายป้าประนอมก็ก้าวผ่านมาได้ โดยเพิ่มคุณค่า และมองตนเองอย่างมีคุณค่ามากขึ้น ควบคู่ไปกับการลดภาวะความกดทับทางเพศ ด้วยการใช้ศาสนาเป็นเครื่องเยียวยา “บางครั้งเครียดมาก ๆ ก็จะเดินไปสนทนาธรรมกับพระอาจารย์ และที่สำคัญเราต้องทำให้เจอว่าชีวิตเรามีคุณค่าตรงไหน อย่างป้าดูแลลูกมาตลอด และคิดเสมอฉันต้องอยู่เพื่อลูก ต้องเป็นแบบอย่างที่ดีให้กับลูกได้เห็น เพราะพ่อเขาก็มาเป็นแบบอย่างที่ไม่ดีแล้ว เป็นต้น

ดังนั้น กระบวนการมองตนเองอย่างมีคุณค่าของหญิงสูงวัย พัฒนาควบคู่ไปพร้อมกับการปรับวิธีคิดในการมองตนเอง ที่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการใช้ชีวิต ซึ่งจะหยิบยกเอา “กระบวนการรื้อ ปรับ สร้างทัศนคติการมีส่วนร่วมของผู้ชายในการลดความรุนแรงต่อผู้หญิง” (นงพงา มหามิตร, 2550, น. 181-194) มาประยุกต์ใช้ในการวิเคราะห์ “พลวัตของกระบวนการมองคุณค่าในตนเองของหญิงสูงวัย” ทั้งนี้เนื่องจากกระบวนการดังกล่าวสะท้อนถึงการมองตนเองอย่างมีคุณค่า ควบคู่ไปกับการพัฒนาวิธีคิดเชิงคุณค่าต่อตนเองและผู้อื่น สู่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการใช้ชีวิต กล่าวคือ

การรื้อ คือ กระบวนการรื้อค้น ได้แก่ รื้อค้นคุณค่าที่มีอยู่ในตนเอง และ รื้อค้นความเชื่อที่ทำให้ผู้หญิงมีข้อจำกัดในการดำเนินชีวิต ซึ่งพบว่า หญิงสูงวัยทั้ง 4 แม้ว่าจะตกอยู่ในภาวะของการถูกครอบด้วยอคติทางเพศ แต่สิ่งสำคัญที่พบว่า หญิงสูงวัยไม่กระทำ คือ “การไม่ตำหนิตนเอง” หรือ “ลดการตำหนิตนเองลง” และค้นหาศักยภาพที่จะนำมาใช้เพื่อการแก้ไขปัญหาได้

การปรับ คือ กระบวนการปรับวิธีคิดต่อตนเอง โดยกล้าที่จะทะลุกรอบความเชื่อเชิงอคติทางเพศและสร้างทัศนะเชิงบวกต่อตนเอง เพื่อสร้างความเชื่อมั่นว่า “ตนเองมีคุณค่า และ

ควรให้คุณค่ากับตนเอง” ตลอดจนคิดทะลุกรอบอคติทางเพศ เช่น ความเชื่อที่ว่า “ไฟในอย่านำ ออก ไฟนอกอย่านำเข้า” หากยังเชื่อเช่นนั้น หญิงสูงวัยก็อยู่ในภาวะตึงเครียด เก็บกด ซึ่งพบว่า หญิงสูงวัยเลือกระบายและพูดคุยกับบุคคลที่ไว้ใจได้ เป็นต้น

และการสร้าง คือ กระบวนการสร้างคุณค่าใหม่ให้กับตนเอง ด้วยการพัฒนา ศักยภาพ หรือเพิ่มขีดความสามารถในการใช้ชีวิตที่มาจากตนเองมากกว่าผู้อื่น ซึ่งพบว่า หญิงสูงวัยทั้ง 4 มีกระบวนการพัฒนาและสร้างคุณค่าให้กับตนเอง โดยการพยายามค้นหาทางออกและไม่ อยู่ภายใต้ข้อจำกัดที่เกิดขึ้นในการใช้ชีวิต เช่น การไม่รอที่จะพึ่งสามี ความพยายามที่จะจัดการ ปัญหา เช่น เลือกว่าจะระบายความเครียดกับผู้ที่ไว้ใจมากกว่าการเก็บไว้ผู้เดียว การหาทางออกโดยการเข้าวัด เป็นต้น

ซึ่งกระบวนการมองและให้คุณค่ากับตนเอง นำไปสู่การสร้างวิถีคิดใหม่ หรือการ นิยามชีวิตของตนเองใหม่ ตลอดจนทะลุกรอบมายาคติเพศ (อคติทางเพศ) เช่น “ไฟในอย่านำออก ไฟนอกอย่านำเข้า” “ภรรยาเป็นสมบัติของสามี” เป็นต้น เหล่านี้ทำให้หญิงสูงวัยได้พบคุณค่าของ ตนเองมากขึ้น

ประเด็นที่ 3 กระบวนการแก้ไข เพื่อหาทางออกสำหรับชีวิต บนฐานของการตั้ง คุณค่าหรือศักยภาพตนเองออกมาใช้เพื่อการแก้ไขปัญหา จากการศึกษาผ่านเรื่องราวชีวิตจริงของ หญิงสูงวัย พบว่า กระบวนการแก้ไขและการแสวงหาแนวทางในการแก้ไขปัญหา เป็นกระบวนการ จัดการปัญหาแต่ละช่วงชีวิตที่หญิงสูงวัยเผชิญ ทั้งนี้กระบวนการดังกล่าวมิได้เกิดขึ้นมาลอย ๆ แต่ ผ่านกระบวนการคิดตรึกตรอง มองถึงสิ่งที่ตนเองมีและความเป็นไปได้ในการจัดการกับปัญหานั้น ๆ ด้วยตนเอง ซึ่งภาวะของความสามารถในการจัดการปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้ในแต่ละครั้ง จะ เกิดกระบวนการเรียนรู้ใหม่ทั้งเรื่องของ

“มุมมองต่อปัญหา” เมื่อสามารถแก้ไขหรือหาทางออกได้พบว่า หญิงสูงวัยมีการ ปรับมุมมองในการเผชิญปัญหาใหม่ ซึ่งแรงกดดันของปัญหา มีภาวะอ่อนแรงในความรู้สึกของ หญิงสูงวัย หากเจอปัญหาที่มีลักษณะคล้ายกัน

“มุมมองต่อตนเอง” เมื่อสามารถแก้ไขปัญหาได้ พบว่า มีทัศนคติต่อตนเองที่เป็นเชิง บวกมากขึ้น เป็นภาวะของการเพิ่มพลังอำนาจในตนเองให้มากขึ้น และจากการศึกษาเรื่องราวชีวิต ของหญิงสูงวัย ยังพบว่า การเผชิญปัญหาแต่ละครั้งของหญิงสูงวัย เกิดกระบวนการจัดการปัญหา ที่ดีขึ้น และมีมุมมองต่อตนเองที่ดีขึ้น ดังเช่น

ป้าประนอม เล่าว่า

. . . ปัญหาเจอเรื่อยมา แต่อยู่ที่เราว่า เราจะคิดว่าเป็นปัญหาใหม่ และปัญหานั้น เราแก้ไขได้เอง หรือต้องมีคนช่วยแก้ บางปัญหาแก้ไม่ได้ก็ต้องปล่อยไป บาง

ปัญหาแก้ไขได้ก็ต้องแก้... สิ่งสำคัญคือ อย่าให้ปัญหามาทำร้ายเราซ้ำอีก เพราะมันจะทำให้ตัวเองไม่มีความสุข ทุกข์...

และที่สำคัญ “เกิดการพัฒนาศักยภาพในการจัดการปัญหา” ความสามารถในการจัดการปัญหาแต่ละครั้งได้ ก่อให้เกิดมุมมองต่อปัญหาที่เปลี่ยนไป เช่น เกิดทัศนคติว่า “ปัญหา มีไว้แก้ไข” (ป๋าม่วย) “ปัญหา คือ ที่ตัวเราต้องเรียนรู้ไปด้วย” (ป๋าศรีจันทร์) “ปัญหาแก้ไขได้ก็แก้ แก้ไม่ได้ก็ปล่อยไป” (ป๋าประนอม) เป็นต้น สร้างทัศนคติในการมองตนเองอย่างมีคุณค่ามากขึ้น คือ เห็นความสามารถของตนเองในการจัดการปัญหาได้ โดยไม่ต้องพึ่งสามี ตรงจุดนี้ช่วยสร้างความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเองให้มากขึ้น ดังเช่น

ป๋าศรีจันทร์ (นามสมมติ) เล่าว่า “สามีดูแลครอบครัวไม่ได้ รอเขาลูกก็อด พึ่งไม่ได้ ก็ไม่ต้องพึ่ง เราช่วยตัวเองได้”

ป๋าประนอม (นามสมมติ) เล่าว่า

ตัวฉันเป็นโรคเครียดที่เป็นอยู่ก็เพราะเขาทำให้เราเป็น ทั้งที่ปัญหาเกิดจากตัวเขา เราได้รับผลกระทบ ไม่ได้เราต้องไม่ทำร้ายตัวเอง ก็ต้องพยายามหาทางแก้ไข ปัญหา ฉันเลือกที่จะหาหมอ วัดเป็นที่พึ่งทางจิตใจ พึ่งคำหลวงพ่อกับ และมีเพื่อนที่ช่วยเราระบายความเครียดได้...

ตรงจุดนี้เห็นได้ว่ากระบวนการจัดการปัญหาของหญิงสูงวัย มีกระบวนการพัฒนาพลังอำนาจในตนเองได้ แต่ทั้งนี้ต้องขึ้นอยู่กับทัศนคติ มุมมองต่อปัญหา ความสามารถในการวิเคราะห์ปัญหา และความกล้าในการเผชิญปัญหา

ประเด็นที่ 4 กระบวนการตัดสินใจเพื่อเปลี่ยนแปลง พบว่า ระดับของความกล้า การตัดสินใจมีเงื่อนไขที่ประกอบพิจารณาที่สำคัญ โดยต้องมองถึง “ภาวะความรู้สึกของการดำรงอยู่ของหญิงสูงวัยภายใต้แรงกดดันทางเพศ” ขึ้นอยู่กับทัศนคติต่อตนเอง การให้คุณค่ากับตนเอง การเรียนรู้ปัญหา ประสบการณ์ในการจัดการปัญหา เหล่านี้เป็นแรงหนุนกระบวนการตัดสินใจ ซึ่งเงื่อนไขการตัดสินใจสามารถแบ่งเป็น 2 ระดับ ได้แก่

4.1 เงื่อนไขการตัดสินใจระดับพึ่งพิง มักผูกติดอยู่กับบทบาทของความเป็นลูกสาว แม่ ภรรยา เช่น ความเป็นอยู่ของลูก ภาวะการพึ่งพิงสามี ความสามารถในการเลี้ยงดูตนเอง น้อย หวั่นเกรงคำติฉินนินทา มุมมองของคนรอบข้าง เป็นต้น ซึ่งหากยังคงอยู่ภาวะการพึ่งพิงสูง ระดับของความกล้าตัดสินใจจะต่ำ ความรู้สึกต่อตนเองมีแนวโน้มที่ไร้พลังอำนาจ หรือยังซ่อนพลังอำนาจไว้ภายใน และยังไม่เลือกที่จะแสดงออกมา โดยส่วนใหญ่จากการศึกษาผ่านเรื่องราวชีวิตของหญิงสูงวัย มักอยู่ในช่วงชีวิตในวัยเด็ก วัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ หรือวัยครอบครัว ในช่วงชีวิตคู่ตอนต้นถึงช่วงชีวิตคู่ตอนกลาง (ลูกยังอยู่ในวัยที่ต้องพึ่งพิง)

4.2 **เงื่อนไขการตัดสินใจระดับพัฒนาพลังอำนาจ** เป็นช่วงที่หญิงสูงวัย เริ่มก้าวเข้าสู่วัยครอบครัวตอนปลาย หรือ การใช้ชีวิตคู่ช่วงปลาย หรือก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ หรือลูกเริ่มโต (สามารถช่วยเหลือตนเองได้) หรือเป็นช่วงชีวิตที่หญิงสูงวัยมีระดับพึงพิงตนเองได้สูงขึ้น ลดภาวะพึ่งพิงสามีมืด เหล่านี้เป็นเงื่อนไขประกอบการตัดสินใจเพื่อการเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเองได้ค่อนข้างดี ลดแรงกดดันทางเพศลง และมีความเป็นตัวของตัวเอง สร้างพื้นที่การใช้ชีวิตสำหรับตัวเองมากขึ้น

เงื่อนไขของการตัดสินใจ มิได้มีมิติที่ตายตัวเลยทีเดียว เนื่องจากอาจมีตัวแปรอีกที่เป็นตัวเร่งรัดให้เกิดภาวะของการต้องตัดสินใจที่จะเปลี่ยนแปลง หรือผลักดันให้หลุดพ้นจากภาวะการถูกกดทับทางเพศ เช่น การถูกทำร้ายร่างกาย หนี้สินรุมเร้า ฯลฯ เหล่านี้เป็นแรงผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงชีวิต หรือหนุนเสริมให้เกิดการสร้างพลังอำนาจเพื่อการหลุดพ้นจากวิกฤติชีวิตได้ทั้งสิ้น

ประเด็นที่ 5 กระบวนการพิทักษ์สิทธิ เพื่อไม่ให้ถูกรีดรอนซ้ำ พบว่า เมื่อผ่านกระบวนการวิเคราะห์ปัญหา มองเห็นคุณค่าในตนเอง นำคุณค่าภายในตนมาพัฒนาและสามารถที่จะจัดการกับปัญหา และมีความกล้าตัดสินใจเปลี่ยนแปลงชีวิต ที่สำคัญเมื่อสามารถหลุดพ้นจากปัญหาได้ สิ่งก็ตามมาจากเรื่องราวชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 พบว่า ไม่ต้องการให้ชีวิตถูกกระทำซ้ำ คือ การสร้างเกราะป้องกันตนเองมากขึ้น หรือ สร้างกลไกในการปกป้องตนเอง หรือ ที่เรียกว่า “การพิทักษ์สิทธิ” (Advocacy) ซึ่งพบได้เมื่อหญิงสูงวัยผ่านพ้นจากปัญหามาได้ โดยมีการสร้างกลไกการปกป้องตนเอง เช่น

- พึ่งตนเอง ไม่พึ่งพิงสามี คือ มีความสามารถในการประกอบอาชีพ หรือหา รายได้ด้วยตนเอง เช่น ป้าศรีจันทร์ เล่าว่า ส่งเสียลูกเรียนเองและไม่ยุ่งกับรายได้ของสามีเลย ป้า ประนอม เล่าว่า . . . บำบัดภาวะความเครียดด้วยตนเอง หันกลับมาเปิดร้านขายของชำ ขายของ หวาน ส่งเสีย ดูแลลูกด้วยตนเอง เพราะรู้ว่าสามีพึ่งไม่ได้ ไม่สามารถรอรายได้จากสามี เป็นต้น

- หลีกเลี้ยงการทะเลาะวิวาท เลือกระบายมากกว่าเก็บกด เป็นกระบวนการลด ภาวะการเผชิญหน้า ลดความรุนแรงที่เกิดขึ้น เป็นต้น

ประเด็นที่ 6 กระบวนการแสดงศักยภาพของตนเอง ซึ่งกระบวนการดังกล่าว หญิงสูงวัย กล่าวว่า การแสดงศักยภาพเป็นเรื่องที่สำคัญ ทั้งนี้เพื่อเป็นการพิสูจน์ให้สังคมได้เห็นว่า “ผู้หญิงสามารถทำได้ ทำได้ดี และสังคมควรยอมรับ” กระบวนการดังกล่าว เป็นภาวะที่หญิงสูงวัย มีความเชื่อมั่นในศักยภาพ และ ระดับพลังชีวิต หรือ ระดับพลังอำนาจในตนเองมีสูงขึ้น ทั้งนี้ภาพ ผลที่ปรากฏ คือ สามารถเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเองได้ สุขภาวะทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์-

จิตใจ จิตวิญญาณ และสังคม มีความเป็นตัวเอามากขึ้น ฟังตนเองได้มากขึ้น หรือ สามารถออกมาทำงานเพื่อสังคมได้ ดังเช่น

ป้าประนอม แสดงศักยภาพของตนเอง โดยเริ่มมองเห็นปัญหาของคนอื่น และเข้ามาสู่การเป็นแกนนำพัฒนาชุมชน ทำให้ป้าประนอมได้มีโอกาสสร้างและพัฒนาศักยภาพตนเอง นอกเหนือจากความเป็นภรรยา แม่ และลูกสาว ซึ่งป้าประนอมกล่าวว่า “การที่ตนเองสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ และเห็นผู้อื่นมีความสุข เหมือนเป็นกำลังใจให้ตนเองสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นสุข. . . ทั้งยังทำให้ตัวเราเรียนรู้ชีวิตของคนอื่นคู่ไปด้วย. . . อะไรที่ไม่เคยรู้ก็ได้รู้”

ป้าม่วย เริ่มเปลี่ยนแปลงสามี โดยปฏิรูบบทบาทในการทำงานบ้าน สร้างเงื่อนไขให้สามีมีส่วนร่วมในการทำงานบ้านร่วมกับตนเองมากขึ้น โดยให้เหตุผลว่า “เราทั้งสองคนออกไปทำงานนอกบ้านเหมือนกัน และป้าม่วยไม่สามารถรับภาระคนเดียวได้ทั้งหมด”

ซึ่งการแสดงศักยภาพของหญิงสูงวัย มีการแสดงทั้งในพื้นที่ครอบครัว และพื้นที่ทางสังคม ทั้งนี้เพื่อให้เกิดการยอมรับ และสังคมรอบข้างเปลี่ยนทัศนคติในการมองตนเองอย่างมีคุณค่า ซึ่งหากกล่าวในเชิงการนำไปใช้เพื่อการปฏิบัติงานด้านการพัฒนาสังคม เป็นวาทกรรมคำว่า “การทำงานเชิงความคิด” นั่นเอง

ประเด็นที่ 7 กระบวนการผลิตซ้ำทางความคิด เป็นกระบวนการที่ตอกย้ำว่า “ผู้หญิงมีพลังอำนาจในตนเอง” และ “พลังอำนาจในตนเองนั้นสามารถนำมาใช้เพื่อเปลี่ยนแปลงตนเอง และจัดการกับแรงกดดันทางเพศได้” ซึ่งกระบวนการผลิตซ้ำทางความคิด สิ่งสำคัญที่พบคือ หญิงสูงวัยทั้ง 4 มีกระบวนการรื้อ ปรับ สร้างระบบคิดความเชื่อใหม่ ที่เกิดขึ้นจากกระบวนการเรียนรู้ทั้งจากประสบการณ์ตรงของตนเอง และประสบการณ์เอื้อเฟื้อจากผู้อื่น ซึ่งนำไปสู่แบบแผนการดำเนินชีวิตใหม่ โดยสามารถเปรียบเทียบระบบความคิดเดิมกับระบบความคิดใหม่ได้ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 5.1

แสดงการเปรียบเทียบระหว่างระบบคิดเดิม / ชีวิตเดิม (ช่วงไร้พลัง)

กับ ระบบคิดใหม่ / ชีวิตใหม่ (ช่วงชีวิตที่มีพลัง)

ระบบคิดเดิม / ชีวิตเดิมของหญิงสูงวัย	ระบบคิดใหม่ / ชีวิตใหม่ของหญิงสูงวัย
<p>พื้นที่ชีวิตของผู้หญิง : พื้นที่ครอบครัว</p> <p>“ลูก ภรรยา เป็นสมบัติของสามี”</p> <p>“ผู้หญิงดี คือ ผู้หญิงพรหมจรรย์”</p> <p>“ไฟในอย่านำออก ไฟนอกอย่านำเข้า”</p> <p>“เรื่องครอบครัวเป็นเรื่องส่วนตัว”</p> <p>“มีลูกสาวเหมือนมีส้วมอยู่หน้าบ้าน”</p>	<p>พื้นที่ชีวิตของผู้หญิง : พื้นที่ทางสังคม</p> <p>“ทุกคนเท่าเทียมกัน”</p> <p>“เรื่องครอบครัวเป็นเรื่องส่วนรวม”</p>
<p>การดำเนินบทบาท : ลูกสาว ภรรยา แม่</p> <ul style="list-style-type: none"> - ลูกสาวต้องดูแลบ้าน ดูแลสมาชิกในครอบครัว มากกว่าลูกชาย - ประณินบิตสามีอย่างไม่บกพร่อง - ห้ามเถียงพ่อ แม่ สามี - ทำงานทั้งในและนอกบ้าน ฯลฯ 	<p>การดำเนินบทบาท : ลูกสาว ภรรยา แม่</p> <p>“ลูกสาว และ ลูกชายต้องช่วยกัน”</p> <p>“สามี ภรรยา ต้องช่วยกันทำงานในบ้านและงานนอกบ้าน”</p>
<p>แรงกดดันทางเพศ</p> <ul style="list-style-type: none"> - ผู้หญิงสวย มักถูกมองว่า “ไม่ดี” - ยอมจำนนต่อปัญหา - ชีวิตนี้ทนเพื่อลูก - ดำรงตนอยู่ในภาวะพึ่งพิงสามี - อคติทางเพศต่อผู้หญิงทำงานนอกบ้าน มักถูกมองว่า “กำลังจะมีคู่” “ทำตัวเก่งกว่าผู้ชาย” 	<p>การผ่อนคลายแรงกดดันทางเพศ</p> <ul style="list-style-type: none"> - เชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง / ให้คุณค่ากับตนเอง - ไม่ยอมจำนนต่อปัญหา - พึ่งพาตนเอง - ค้นหากลไกในการผ่อนคลาย : แลกเปลี่ยนเรียนรู้ พูดคุยกับเพื่อน ฯลฯ
<p>ผลกระทบ</p> <ul style="list-style-type: none"> - อารมณ์-จิตใจ : ตกอยู่ในภาวะเครียด วิตกกังวล เก็บกด 	<p>ผลกระทบ</p> <ul style="list-style-type: none"> - อารมณ์-จิตใจ : มีกระบวนการจัดการกับสภาวะทางอารมณ์-จิตใจ สุขภาพจิตดี

ตารางที่ 5.1 (ต่อ)

ระบบคิดเดิม / ชีวิตเดิมของหญิงสูงวัย	ระบบคิดใหม่ / ชีวิตใหม่ของหญิงสูงวัย
<p>- สังคม : ถูกจำกัดพื้นที่ สูญเสียพื้นที่การใช้ชีวิต เมื่อก้าวข้ามออกจากพื้นที่ครอบครัว ถูกจับตามองด้วยอคติทางเพศ “เป็นผู้หญิงไม่ดี” “กำลังจะมีคู่”</p> <p>จิตวิญญาณ : สูญเสียความเป็นตัวของตัวเอง และบั่นทอนศักยภาพภายในตนเอง</p>	<p>- สังคม : สร้างพื้นที่ชีวิตให้กับตนเองอย่างสร้างสรรค์ และมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลรอบข้าง โดยแสดงศักยภาพเชิงบวกสู่สังคม เช่น การออกไปทำกิจกรรมเพื่อสังคม ช่วยเหลือผู้อื่น ฯลฯ</p> <p>จิตวิญญาณ : หล่อหลอมระบบคิดใหม่ในการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่า คือ เชื่อมั่นในพลังอำนาจของตนเอง</p>

ภาพผลจากตารางที่ 5.1 ที่เปรียบเทียบให้เห็นถึง ภาวะการถูกกดทับทางเพศ กับภาวะหลุดพ้นจากแรงกดทับได้ ปัจจัยสำคัญที่ทำให้กระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตหรือเสริมสร้างพลังอำนาจในตนเองของหญิงสูงวัยดำรงอยู่ในตัวตนได้ค่อนข้างถาวร คือ การทำให้เกิดภาวะความเชื่อมั่นในอำนาจ แต่ไม่ใช้การหลงอำนาจในตนเอง

ซึ่งจากร่องรอยชีวิตของหญิงสูงวัย พบ กระบวนการผลิตซ้ำทางความคิด ที่นำไปสู่การสร้างภาวะความเชื่อมั่นในพลังอำนาจ คือ (1) เกิดความเชื่อใหม่ และ ความเชื่อนั้นนำมาซึ่งผลดีต่อชีวิต (2) เมื่อเชื่อว่า “ดี” เกิดผลดี เกิดปัญหา นำมาใช้ต่อ ยังเกิดผลดี (3) กลายเป็นระบบคิด ความเชื่อโดยถาวร สร้างแบบแผนพฤติกรรมใหม่ และ (4) ถ้ายทอระบบคิดและแบบแผนพฤติกรรมที่ดีนั้น โดยมีสาระดังนี้

1. เกิดความเชื่อใหม่ และ ความเชื่อนั้นนำมาซึ่งผลดีต่อชีวิต ความเชื่อใหม่คือ “ผู้หญิงมีคุณค่าไม่ด้อยกว่าชาย” “ผู้หญิงมีศักยภาพ” จากนั้นนำศักยภาพนั้นมาใช้ในการจัดการปัญหาต่าง ๆ

2. เมื่อเชื่อว่า “ดี” เกิดผลดี เกิดปัญหา นำมาใช้ต่อ ยังเกิดผลดี จากสถานการณ์ชีวิตของหญิงสูงวัย พบการรุมเร้าของปัญหาที่เข้ามาทุกช่วงชีวิต แต่จุดหนึ่งเมื่อหญิงสูงวัย เชื่อว่าผู้หญิงมีศักยภาพ เมื่อเกิดปัญหาขึ้นสามารถจัดการปัญหาได้ โดยแรงกดทับทางเพศมีต่อการจัดการปัญหาน้อยลง ซึ่งร่องรอยชีวิตและคำบอกเล่าของหญิงสูงวัย พบว่า หญิงสูงวัยพัฒนาความสามารถในการจัดการปัญหา ความกล้าตัดสินใจ และมีชีวิตที่ดีขึ้นตามลำดับ ลดภาวะการ

ฟิ่งฟิงสามี เหล่านี้ เป็นตอกย้ำคุณค่าในตนเอง ตอกย้ำว่า “วิธีคิดกับวิถีปฏิบัติที่ทำจะไปสู่การลดภาวะแรงกดดันทางเพศได้จริง ในขณะที่เดียวกันความเชื่อมั่นในตนเองก็เพิ่มสูงขึ้น”

3. กลายเป็นระบบคิด ความเชื่อโดยถาวร สร้างแบบแผนพฤติกรรมใหม่ กล่าวคือ ความเชื่อที่ผ่านการกระทำและประสบผล ถูกแปลงให้ระบบคิดในตนเองอย่างถาวร ซึ่งนำไปสู่แบบแผนพฤติกรรมและวิถีปฏิบัติที่เปลี่ยนไป จากเรื่องราวบอกเล่าของหญิงสูงวัย ปრაภาฏการหนึ่ง ที่พบคือ การไม่ยอมจำนนต่อปัญหาอีกต่อไป และการแสวงหาทางออก ทางหลุดพ้นจากสภาพปัญหาที่ได้รับจากแรงกดดันทางเพศอย่างต่อเนื่อง ดังเช่น

ป้าประนอม จากเคยป่วยเป็นโรคเครียด และต้องตรอมใจเพราะสามีจอมเจ้าชู้ ไม่ยอมให้ตนเองต้องเจ็บป่วยอีกต่อไป พยายามหาทางรักษาตัวเอง และปล่อยวางกับพฤติกรรมของสามี โดยมองว่าในเมื่อไม่สามารถเปลี่ยนผู้อื่นได้ ก็เปลี่ยนแปลงตนเอง. . .เชื่อในคำสอนของพระพุทธเจ้าที่ว่า “ตนเป็นที่พึ่งเห็นตน”

ป้าม่วย เปิดรับความคิดใหม่ ว่า “หญิงชายต้องเท่ากัน” จึงปฏิรูบบทบาทของความเป็นภรรยา สามี ให้ช่วยกันทำงานบ้าน

ป้าศรีจันทร์ หญิงที่ไม่เคยยอมแพ้ต่ออคติทางเพศ กล่าวว่า ในเมื่อฟิ่งสามีไม่ได้ ชีวิตก็ต้องพึ่งตนเอง ไม่ใช่เรื่องยากเลย. . .สุดท้ายส่งลูกเรียนจนจบ และมีเงินเก็บเป็นของตนเอง เป็นต้น

4. ถ่ายทอดระบบคิด และแบบแผนพฤติกรรมที่ดีนั้น เมื่อระบบคิดเปลี่ยน แบบแผนการดำเนินชีวิตเปลี่ยน หญิงสูงวัยเริ่มถ่ายทอดระบบคิดความเชื่อเกี่ยวกับ “หญิงชาย” บอกสอนลูกหลาน เช่น หญิงชายต้องช่วยกัน ใช้ชีวิตร่วมกันอย่างให้เกียรติซึ่งกันและกัน เป็นต้น

เหล่านี้เป็นกระบวนการผลิตซ้ำทางความคิดที่ผ่านการถูกกระทำจริงจากแรงกดดันทางเพศ และจัดการปัญหาเกี่ยวกับภาวะการกดดันทางเพศได้สัมฤทธิ์ผลจริง จุดนี้นำไปสู่ความเชื่อมั่นในศักยภาพ ที่ได้สร้างเสริมพลังชีวิตให้กับหญิงสูงวัย และกลายเป็นรากฐานสำคัญของการพัฒนาพลังชีวิตของหญิงสูงวัยในช่วงบั้นปลายชีวิตให้ดำเนินไปได้ด้วยดี

จากการศึกษา ยังพบว่า กระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตหรือพลังอำนาจในตนเองของหญิงสูงวัยมิได้จบเพียงแค่ตนเองเท่านั้น แต่หญิงสูงวัยทั้ง 4 มีกระบวนการถ่ายทอดพลังชีวิตสู่การสร้างพลังครอบครัวและพลังสังคม เพื่อสร้างครอบครัว และสังคมที่ลดภาวะการกดดันทางเพศลง ในขณะที่เดียวกันยังเป็นการพัฒนาพลังชีวิตของหญิงให้ก้าวขึ้นไปอีก

2. กระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตจากตนเองสู่พลังครอบครัว/สังคม

กระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตจากตนเองสู่พลังครอบครัวและสังคม เป็นกระบวนการพัฒนาพลังชีวิตของหญิงสูงวัยจากตนเองสู่การทำประโยชน์เพื่อครอบครัวและสังคม ซึ่งถือเป็นกระบวนการดำรงไว้ซึ่งพลังอำนาจในตนเองที่ค่อนข้างถาวร เป็นกระบวนการที่ค้นพบจากประสบการณ์ชีวิต ที่บอกเล่าผ่านหญิงสูงวัยทั้ง 4 โดย

ประเด็นแรก ถ่ายทอดวิธีคิด ถือเป็นกระบวนการผลิตซ้ำทางความคิด ที่พัฒนาพลังชีวิตให้กับหญิงสูงวัย โดยผ่านกระบวนการบอกสอนและการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เชิงประสบการณ์ตรง ถือเป็นกระบวนการผลิตซ้ำทางความคิดจากระดับบุคคลสู่สังคม ซึ่งแบ่งกระบวนการถ่ายทอดเป็น 2 ระดับ ได้แก่

ระดับแรก การถ่ายทอดระดับครอบครัว เป็นการบอกสอนลูกหลานในมิติหญิงชายที่แตกต่างไปจากที่พ่อแม่เคยบอกสอนตัวเอง เช่น “สอนลูกผู้ชายให้เกียรติผู้หญิง ไม่ใช่ความรุนแรง พุดจาด้วยเหตุผล เพราะหญิงชายเท่ากัน เป็นคนเหมือนกัน” (ป้าประนอม) เน้นการให้คุณค่าระหว่างเพศบทบาท

ระดับสอง การถ่ายทอดระดับชุมชน/สังคม ในฐานะหญิงผู้มีประสบการณ์ตรง ถ่ายทอดวิธีคิดและพลังเพื่อหลุดพ้นจากภาวะการถูกกดทับทางเพศ ให้กับผู้ที่กำลังเผชิญปัญหา ซึ่งจากเรื่องราวชีวิตของหญิงสูงวัย พบว่า ส่วนหนึ่งดำรงบทบาทเป็นแกนนำชุมชน ที่มีบทบาทในงานพัฒนาชุมชน ซึ่งเป็นพื้นที่ที่เป็นเวทีแลกเปลี่ยนได้ดี ดังเช่น

ป้าม่วย เล่าว่า . . . ได้เข้ามาทำงานเพื่อให้ความช่วยเหลือผู้หญิงและเด็กที่ถูกกระทำ ความรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ ภายใต้การเป็นแกนนำของเครือข่ายเล็กเหล่า : ยุติความรุนแรงต่อผู้หญิงและเด็ก มูลนิธิเพื่อนหญิง ถือเป็นการผลิตซ้ำทางความคิดว่า ศักยภาพของหญิงชายมิได้มีความแตกต่าง ทั้งหญิงและชายสามารถเปลี่ยนแปลงบทบาทเพื่อให้เกิดการปฏิบัติต่อกันเกื้อกูลกันได้ อีกทั้งการทำงานเพื่อให้ผู้หญิงและเด็กหลุดพ้นจากสถานการณ์ความรุนแรง ทำให้ผู้ชายสามารถลด ละ เลิกเหล้า และทำให้ครอบครัวกลับมามีความสุข กลายเป็นแรงบันดาลใจและหนุนสร้างวิถีคิด/ทัศนคติการทำงานเพื่อสังคม ตรงจุดนี้ ได้เพิ่มคุณค่าในการใช้ชีวิตให้กับป้าม่วย ดังคำกล่าวที่ว่า “เราช่วยคนอื่น เรามีความสบายใจ มีความสุข เราก็ไม่อยากจะคิดอะไรมาก ถ้าเราทุกคนทำได้อย่างนี้ ทุกคนก็จะมีมีความสุข เวลาเห็นคนอื่นมีความสุขเราก็มีความสุข เราอยากให้ผลบุญที่ทำมาสู่ครอบครัวเรา ลูกหลานเราจะได้ไม่ต้องเป็นหนี้เหล่าเมายา”

ป่าประνομ เล่าว่า “ชีวิต อย่าทำตัวแก่แล้วแก่เลย. . .เป็นคนแก่ที่ไม่เปิดใจกว้าง กลายเป็นคนยึดติด บั่นทอนตนเอง และทำให้จิตใจหมกหมุ่น. . .เปิดพื้นที่ชีวิต ให้กับตนเอง สร้างสังคม. . . มองออกไปให้มากกว่าตนเองคิดดี คิดบวก , เห็น ปัญหาคน , ช่วยแก้ปัญหาคนอื่น คนอื่นช่วยแก้ปัญหาเราบ้าง จะได้คิด และ เป็น คนแก่ที่มีคุณภาพ”

โดยมีวิธีการถ่ายทอด เช่น สร้างเวทีแลกเปลี่ยนเล็ก ๆ ชุมชน อย่างไม่เป็นทางการ มีการสังเกตดูเพื่อนบ้านใครประสบปัญหาลงพูดคุยในฐานะเพื่อน หรือดึงออกมาร่วมกิจกรรม ฯลฯ กระบวนการดังกล่าวเป็นทั้งการผลิตซ้ำทางความคิดและกระจายวิธีคิด ถึง “ชีวิตหญิงชายมีคุณค่า เท่าเทียม” และ “ผู้หญิงสามารถจัดการกับภาวะการถูกกดทับทางเพศ” ได้

ประเด็นที่สอง “สร้างพื้นที่การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทางสังคม” เป็นกระบวนการ จากบทเรียนของหญิงสูงวัยที่ต้องสร้างให้เกิดในชีวิตผู้หญิง กล่าวคือ กระบวนการเสริมสร้างพลัง อำนาจในตนเองหรือกระบวนการพัฒนาพลังชีวิต จะเติบโตและคงอยู่ในตัวเองอย่างถาวร คือ การ ต้องเปิดโลกทัศน์ เปิดใจ เปิดตาเรียนรู้สิ่งต่าง ๆ รอบข้างอย่างเข้าใจ โดยพยายามใช้ประสบการณ์ ตรงของตนเองเป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยนกับผู้อื่น และเรียนรู้อย่างเท่าทัน ทำให้เกิดการเรียนรู้ ชีวิตที่มีคุณค่าของผู้อื่น เพื่อประสบการณ์จริงเป็นอุทาหรณ์ ซึ่งเป็นการพัฒนาศักยภาพของ ตนเองได้เป็นอย่างดี ดังเช่น

ป่าประνομ กล่าวถึง ช่วงชีวิตที่เลวร้ายที่สุดของป่าประνομมิได้ทำให้ป่า ประνομตาบอดทั้งหมด แต่ยังมองเห็นโลกข้างนอก เห็นปัญหาที่เกิดขึ้นกับชุมชนของตนเอง จนกระทั่งมีโอกาสเข้ามาทำงานเพื่อสังคม ป่าประνομลงมือทำทันที และเรียนรู้แนวคิด สิ่งใหม่ ๆ กลายเป็นสิ่งที่หนุนสร้างวิธีคิดที่ดีให้กับป่าประνομในการทำควมดี และมีจิตอาสามากขึ้น. . . และที่สำคัญ ประสบการณ์ชีวิตของตนเองที่ผ่าน ถือเป็นประสบการณ์ที่จะเป็นบทเรียนแก่ผู้อื่นได้ จึงอยากบอกเล่า

ป่าม่วย กล่าวถึง โอกาสชีวิต ที่ได้เข้ามาเป็นแกนนำชุมชนทำให้ตนเองได้เรียนรู้ว่า มีวิธีการที่ทำให้หญิงชายอยู่ร่วมกันอย่างไม่เอารัดเอาเปรียบได้ เป็นต้น

ป่าศรีจันทร์ กล่าวถึง ประสบการณ์ที่ตนเองมี ไม่ได้อยากให้ตายไปพร้อมกับ ตนเอง แต่อยากจะทำทอด บอกสอน อย่างน้อยเพื่อไม่ให้ลูกหลานต้องตกอยู่ในสถานการณ์ ปัญหาที่เหมือนตนเอง เป็นต้น

ดังนั้น การสร้างพื้นที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้ทางสังคมของหญิงสูงวัย เช่น การร่วมเป็น แกนนำชุมชน การพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้าน ฯลฯ พื้นที่เหล่านี้ล้วนสามารถปรับให้เป็นพื้นที่เพื่อ บรรเทาทุกข์ และเสริมสุขให้เกิดขึ้นได้ ดังคำของป่าประνομ กล่าววว่า “เวลามีการเกาะกลุ่มพูดคุย

ไม่ใช่เกาะกลุ่มนินทาว่าร้ายผู้อื่น แต่เปลี่ยนให้เป็นวงสนทนาสาระทุกข์สุขดิบของคนในละแวกบ้านเดียวกันได้” ซึ่งพบว่า บทเรียนของหญิงสูงวัย ได้ให้เนื้อหาของการสร้างพื้นที่การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ที่สร้างสรรค์ควรทำให้เป็นวงสนทนาอย่างไม่เป็นทางการและง่ายต่อการเข้าถึง ซึ่งพื้นที่ดังกล่าวเป็นพื้นที่ที่ ทำให้หญิงสูงวัยได้พัฒนาพลังชีวิตของตนเองและถ่ายทอดพลังชีวิตของตนเองสู่ผู้อื่นผ่านประสบการณ์ของตนเอง

ประเด็นที่สาม “การเป็นผู้ที่ยังทำประโยชน์ให้กับผู้อื่นได้ นั่นคือ ความสุข” พบว่า หญิงสูงวัย มีกระบวนการพัฒนาเองเพื่อทำประโยชน์ให้กับสังคม เช่น การเข้ามาเป็นแกนนำชุมชน การก้าวเข้ามามีส่วนร่วมกับกิจกรรมพัฒนาชุมชน เป็นต้น ทำให้หญิงสูงวัยได้มีโอกาสสร้างและพัฒนาศักยภาพตนเอง นอกเหนือจากความเป็นภรรยา แม่ และลูกสาว ดังคำบอกเล่า

ป้าประนอม เล่าว่า “การที่ตนเองสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้ และเห็นผู้อื่นมีความสุข เหมือนเป็นกำลังใจให้ตนเองสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างเป็นสุข. . . ทั้งยังทำให้ตัวเองเรียนรู้ชีวิตของคนอื่นคู่ไปด้วย. . . อะไรที่ไม่เคยรู้ก็ได้รู้

ป้าศรีจันทร์ เล่าว่า เป็นสิ่งที่ทำให้ป้าศรีจันทร์กลายเป็นหญิงสูงวัยที่มีความสุขและดำเนินชีวิตผ่านการเข้ามาสู่ช่วงวัยสูงอายุ โดยไม่รู้สึกลงถึงภาวะวัยทอง ดังคำบอกเล่าว่า . . . การที่อายุมากขึ้น ถ้าเรานอนอยู่เฉย ๆ ไม่มีประโยชน์ แต่หากที่ที่เราทำเรื่องที่เคยประสบมาบอกเล่าให้คนข้างหลังได้ฟัง คนข้างหลังได้ประสบการณ์ข้างหน้าเพราะว่าตัวเองเป็นผู้อาวุโส เวลาพูดก็มีคนฟัง นั่งเล่าให้เขาฟังเป็นอย่างดี. . . ไม่เหนื่อยที่ท่า สำคัญเป็นความภาคภูมิใจ ดีใจในตัวเองที่เกิดมาไม่เสียประโยชน์ที่เกิดมานี้ เป็นต้น

เหล่านี้เป็นกระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ที่ให้การก้าวเข้าสู่ภาวะสูงวัยหรือบั้นปลายชีวิต ที่เต็มเปี่ยมไปด้วยมุมมองต่อตนเองที่มีคุณค่า และชีวิตใหม่ที่เกิดขึ้นในช่วงบั้นปลายชีวิตของหญิงสูงวัย จึงเสมือนเป็นชีวิตที่ทำให้ผู้คนรุ่นหลังได้เรียนรู้ และสามารถนำไปเป็นบทเรียนในการเรียนรู้บทบาทหญิงชายที่ไม่ก่อให้เกิดความเหลื่อมล้ำทางเพศ ดังคำสอนของหญิงสูงวัยที่ให้กับลูก ๆ ว่า “. . . ถ้าลูกโตมาลูกอย่าทำแบบพ่อ คือ ถ้ามีลูกมีเมีย ให้รักลูกรักเมีย” “การมีชีวิตครอบครัวคือการให้เกียรติซึ่งกันและกัน มิใช่การใช้อำนาจต่อกัน” เหล่านี้สะท้อนถึง “พลังชีวิตที่ทำให้หญิงสูงวัยทั้ง 4 หลุดพ้นจากภาวะการถูกกดทับทางเพศได้อย่างแท้จริง”

3. พลังชีวิต : รากฐานชีวิตของหญิงสูงวัย

การก้าวเข้าสู่ภาวะสูงวัย หรือ วัยสูงอายุ มักมีเงื่อนไขของสภาวะที่เปลี่ยนแปลงไป ทั้งสภาพร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคมที่ส่งผลต่อการใช้ชีวิตในบั้นปลายระหว่าง “การมีมุมมองต่อการใช้ชีวิตในเชิงบวก หรือ เชิงลบ” ดั่ง ขั้นตอนพัฒนาการของอิริคสันตามทฤษฎีจิตสังคมของอิริคสัน (Psychosocial) มีมุมมองต่อช่วงวัยสูงอายุว่า หากช่วงวัยก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุมีมุมมองหรือวิถีชีวิตที่มีแนวโน้มทำประโยชน์ให้สังคม การก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุจะมีทิศทางใช้ชีวิตที่เป็นบวก คือ มีความพอใจในตนเอง แต่หากวัยก่อนที่จะเข้าสู่วัยสูงอายุมีมุมมองหรือวิถีชีวิตที่คิดถึงแค่ตนเอง เมื่อก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุจะมีทิศทางการใช้ชีวิตที่เป็นลบ หรือมีภาวะของความสิ้นหวังในการชีวิต ดังนั้น จึงกล่าวได้ว่า หญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณี ก่อนการก้าวเข้าสู่ช่วงวัยสูงอายุ พบว่า มีการจัดการแรงกดดันกับเพศด้วยการเสริมสร้างพลังอำนาจให้กับตนเอง และเสริมสร้างพลังชีวิตด้วยการทำประโยชน์เพื่อสังคม อันเป็นการหนุนสร้างคุณค่าในตน ซึ่งถือว่า มีทิศทางของการใช้ชีวิตที่เป็นบวก เมื่อก้าวสู่วัยสูงอายุจึงมีภาวะของการดำรงอยู่เป็นไปทิศทางที่พึงพอใจในตนเอง นั่นหมายถึง แรงกดดันทางเพศหรือแม้แต่ภาวะสูงวัยมีผลน้อยต่อการใช้ชีวิต

คำบอกเล่าของหญิงสูงวัย ถึง ความภาคภูมิใจในชีวิต

ป้าม่วย เป็นผู้สูงอายุที่มีความสุข มีศักยภาพ และเป็นผู้สูงอายุที่มีพลังในการดำเนินชีวิต โดยมีวิถีปฏิบัติต่อตนเองคือ ไม่เครียด ปล่อยวาง มองโลกว่าเปลี่ยนแปลงได้ ทำความดีเพราะจะทำให้ตนเอง ครอบครัวยุติ หลากหลาย สังคมมีความสุข ตนมีความสุข ซึ่งวิถีปฏิบัติเหล่านี้ป้าม่วยมองว่ามาจาก “ตนเองที่จะคิดและทำ” ดังคำกล่าวที่ว่า “. . .เราทำงานช่วยเหลือคนอื่น เรามีความสุข สบายใจ เราทำหลายอย่าง สำคัญคือ คิดดี ผลดีก็สะท้อนมาหาเราในทางที่ดี. . .”

ป้าศรีจันทร์ . . .เป็นแกนนำเครือข่ายเล็กเหล่า : ยุติความรุนแรงต่อผู้หญิงและเด็ก เล่าว่า “. . .ได้ช่วยเหลือคนอื่น มันไม่เหนื่อย รู้สึกเป็นความภาคภูมิใจของตัวเองที่เกิดมาไม่เสียประโยชน์. . .ภูมิใจที่ได้ถ่ายทอดสิ่งดี ๆ ให้ลูกหลาน และอยากทำต่อไป”

ป้าประนอม เล่าว่า “ประสบการณ์ที่ผ่าน อย่าให้มาทำลายตนเอง ตอนนี้พลังของป้าประนอมมาจากการที่ได้ช่วยเหลือคนอื่น ใจอยากช่วยอย่างเดียว เราเองมีพลัง เราไม่อยากจะให้คนอื่นมีความทุกข์ จึงอยากถ่ายทอด เราอาจไม่สามารถ

เปลี่ยนแปลงเหตุการณ์ได้ แต่เปลี่ยนแปลงตนเองได้...พลังของป่า คือ เปิดพื้นที่ชีวิตให้กับตนเอง สร้างสังคม... มองออกไปให้มากกว่าตนเอง คิดดี คิดบวก , เห็นปัญหาคน , ช่วยแก้ปัญหาคนอื่น คนอื่นช่วยแก้ปัญหาเราบ้าง จะได้คิด ถึงเป็นคนแก่ที่มีคุณภาพ..”

ยายเนียร เล่าว่า สิ่งเติมเต็มพลังชีวิต คือ “ลูกหลาน” “แบบอย่างของพ่อแม่ตนเอง” ดังคำกล่าวที่ว่า “สิ่งสำคัญ เพราะความรักอย่างเดียว ความรักที่มีให้ลูกหลาน แม่คงได้ตัวอย่างมาจากตาที่ตาเป็นฝ่ายคอยดูแลลูกหลาน ยายเป็นคนทำมาหากิน แม่คงซึมซับมาจากทั้งสองฝ่ายทำให้แม่ทำได้ขนาดนี้ เพราะตั้งแต่ลูกพุดรู้เรื่อง แม่ก็ออกทำมาหากินเลี้ยงลูก เลี้ยงหลานไป พ่อก็มีบ้านให้อยู่ มีที่ซุกหัวนอน ทำให้แม่อดทนมาได้ขนาดนี้ แต่ตั้งแต่เกิดเรื่องครั้งนั้น พ่อก็ไม่เคยทำอีก พ่อก็ดีขึ้นเรื่อย ๆ คงรู้แล้วว่าแม่เอาจริง”

จากคำบอกเล่าของหญิงสูงวัยทั้ง 4 สะท้อนให้เห็นได้ว่า บั้นปลายชีวิตที่มีพลัง ซึ่งการมีพลังชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 โดยสามารถวิเคราะห์ผ่าน (1) ภาวะที่หญิงสูงวัยพบเมื่อก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุ (2) ปัจจัยที่มีผลต่อการมีพลังชีวิตของหญิง และ (3) การดำรงไว้ซึ่งพลังชีวิตของหญิงสูงวัย

ภาวะที่หญิงสูงวัยพบเมื่อก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุ

จากการศึกษาพบว่า เมื่อผู้หญิงก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุ ภาวะที่หญิงสูงวัยต้องพบเจอแบ่งเป็น 2 มิติ ได้แก่

มิติแรก ภาวะแรงกดดันทางวัย หมายถึง ภาวะการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ ตลอดจนอคติที่มีต่อผู้สูงอายุ เช่น ความด้อยสมรรถภาพด้านความสามารถ ภาวะวัยกลับ วัยหมดไฟ เป็นต้น เหล่านี้เมื่อศึกษาผ่านหญิงสูงวัยทั้ง 4 พบว่า แรงกดดันทางวัยในเชิงอคติที่มีต่อผู้สูงอายุ ไม่ปรากฏให้เห็นชัดเจน เนื่องจากหญิงสูงวัยทั้ง 4 ดังที่กล่าวมาแล้วว่า การเข้าสู่วัยสูงอายุ มีศักยภาพและความสามารถในการเสริมสร้างพลังชีวิตในตนเอง โดยฐานสำคัญที่ทำให้แรงกดดันทางวัยไม่มีผลต่อหญิงสูงทั้ง 4 เนื่องมาจากทัศนคติเชิงบวกที่มีต่อตนเอง มองเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสามารถในการจัดการปัญหา มีกระบวนการพัฒนาศักยภาพ เปิดโลกทัศน์เรียนรู้โลกภายนอก เป็นต้น ดังที่กล่าวมาแล้ว เหล่านี้มีผลให้ภาวะดังกล่าวไม่ส่งผลกระทบ แต่ภาวะที่หญิงสูงวัยไม่อาจหลีกเลี่ยงได้คือ สุขภาพทางด้านร่างกาย ที่พบว่า มีการเจ็บป่วย การเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนที่เป็นไปตามวัยเท่านั้น ในส่วนของสุขภาพอารมณ์ จิตใจ

และสังคม พบว่า หญิงสูงวัยทั้ง 4 มีความสามารถในการจัดการและพัฒนาศักยภาพสุขภาวะของตนเองได้เป็นอย่างดี ดังคำกล่าวของป้าม่วย ว่า “ชีวิตไม่ต้องคิดอะไรมาก ไม่เก็บอะไรมาใส่ใจ ทำให้สุขภาพไม่ทรุดโทรม ตัวเราก็มีความสุข. . .เราจงพอใจในสิ่งที่มีอยู่ เราก็จะมีความสุข ไม่ต้องอยากได้อะไร เราก็จะมีความสุข. . .” นั่นคือ “คนแก่ แก่แต่ร่างกาย แต่ใจไม่ได้แก่ตามไปด้วย” ป้าประนอมกล่าว

มิตีสอง ภาวะแรงกดทับทางเพศ สำหรับหญิงสูงวัยทั้ง 4 พบว่า ภาวะแรงกดทับทางเพศได้ถูกทำให้อ่อนแรงและไม่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 เนื่องจากได้ผ่านกระบวนการจัดการก่อนเข้าสู่ช่วงวัยสูงอายุ โดยผ่านกระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิต / พลังอำนาจให้เกิดขึ้นในตนเอง ซึ่งทำให้การก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ค่อนข้างมีความพร้อมและมีปัจจัยหนุนเสริมการดำรงอยู่ได้อย่างเป็นสุขในช่วงสูงวัย

จึงกล่าวได้ว่า แรงกดทับทั้ง 2 มิติ ส่งผลต่อหญิงสูงวัยทั้ง 4 น้อยมาก เนื่องจากความสามารถในเสริมสร้างพลังชีวิตให้กับตนเองก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุ

ปัจจัยที่มีผลต่อการมีพลังชีวิตของหญิง

พลังชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ที่เกิดขึ้น ล้วนเป็นภาวะที่มีกระบวนการเสริมสร้างพลังอำนาจในตนเองหรือพลังชีวิตก่อนที่จะก้าวสู่วัยสูงอายุและมีกระบวนการคลี่คลายและผ่อนคลายภาวะแรงกดทับทางเพศให้ผ่านพ้น ทำให้การก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุของหญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณี มีความพร้อมต่อการเข้าสู่ช่วงวัยดังกล่าวและแรงกดทับทางเพศก็มีความเบาบางลงในความรู้สึกของหญิงสูงวัยทั้ง 4 และเมื่อวิเคราะห์ผ่านการมีพลังชีวิตของหญิงสูงวัยที่ก้าวเข้าสู่วัยสูงอายุ โดยหยิบยกประเด็นสำคัญจากงานวิจัยเรื่อง “หญิงชรา ความจน คนชายขอบ :ชีวิตริมฟุตบาทของหญิงชราขอทาน” (จุฑามณี สมบูรณ์สุทธิ, 2547) พบประเด็นที่มีความสอดคล้องกันถึง ปัจจัยที่มีผลต่อพลังชีวิตของหญิงสูงวัยที่เคยประสบปัญหาจากการถูกกดทับทางเพศเช่นกัน ดังนี้

ประเด็นที่ 1 ปัจจัยเพศสภาพกับการสิ้นใจของตัวตนและพื้นที่ เป็นประเด็นที่กล่าวถึง ภาวะการถูกจำกัดพื้นที่การใช้ชีวิตของ หญิงสูงวัยทั้ง 4 และ หญิงชราขอทาน ซึ่งเป็นพื้นที่ที่ถูกจำกัดอิสรภาพในการใช้ชีวิต โดยถูกทำให้เป็นชนชั้นด้อยอำนาจ (ไร้อำนาจ) กล่าวคือ เดิมหญิงสูงวัยถูกจำกัดพื้นที่การใช้ชีวิตเพียงพื้นที่ครอบครัว / บ้าน เมื่อผ่านกระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตในช่วงก่อนการเข้าสู่ภาวะสูงวัยของหญิงสูงวัยทั้ง 4 กรณี ส่งผลให้เกิดการขยายพื้นที่การใช้ชีวิต ทำให้บั่นปลายชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 เป็นพื้นที่ทางสังคม โดยเกิดการขยายสถานภาพ/

บทบาทจากบทบาทของความเป็นลูกสาว ภรรยา แม่ ผนวกเพิ่มบทบาทของผู้ทำประโยชน์เพื่อสังคมเข้าไปด้วย เป็นปัจจัยที่เพิ่มพลังชีวิตและคุณค่าให้กับหญิงสูงวัย ดังตารางที่ 5.2

ตารางที่ 5.2

เปรียบเทียบการใช้ชีวิตภายใต้แรงกดดันทางเพศถูกจำกัดพื้นที่
กับชีวิตที่หลุดพ้นจากแรงกดดันทางเพศ
เปิดพื้นที่การใช้ชีวิต

ชีวิตภายใต้แรงกดดันทางเพศ (ช่วงวัยรุ่น/วัยครอบครัวเฉพาะตอนต้น)	ชีวิตที่หลุดพ้นจากแรงกดดันทางเพศ (ช่วงวัยครอบครัวเฉพาะตอนปลาย/วัยสูงอายุ)
ระบบคิด / ความเชื่อ : ภาวะไร้อำนาจ	ระบบคิด / ความเชื่อ : หญิงผู้มีพลังชีวิต
พื้นที่การใช้ชีวิต : เฉพาะครอบครัว / บ้าน	พื้นที่การใช้ชีวิต : พื้นที่ทางสังคม
เป้าหมายการใช้ชีวิต : ลูก สามี ครอบครัว	เป้าหมายการใช้ชีวิต : สังคม
การดำรงสถานภาพ/บทบาท : ลูกสาว + ภรรยา + แม่	การดำรงสถานภาพ/บทบาท : ภรรยา + แม่ + สังคม

ประเด็นที่ 2 เพศสภาพกับการสร้างตัวตนใหม่ของหญิงสูงวัย เป็นการกล่าวถึงการสร้างความหมายใหม่ เป้าหมาย และสร้างพื้นที่ใหม่ในการดำเนินชีวิตของหญิงสูงวัยทั้ง 4 ในช่วงวัยสูงอายุ กล่าวคือ

ประการแรก “การสร้างความหมายใหม่การใช้ชีวิต” กล่าวคือ หญิงสูงวัยทั้ง 4 มีวิถีคิดใหม่ และวิถีปฏิบัติใหม่ จากชีวิตที่เคยผ่านประสบการณ์การถูกกดทับด้วยความเป็นผู้หญิง เรียนรู้ทางเลือกใหม่เชิงวิถีคิดและวิถีปฏิบัติระหว่างหญิงชาย ให้กลายเป็นพลังในตนเอง โดยเชื่อว่า “หญิงชายมีความเท่าเทียมกัน” “ต้องสร้างให้สังคมเกิดความเท่าเทียมทางเพศ”

ประการที่สอง “การวางเป้าหมายในการใช้ชีวิต” คือ การทำประโยชน์เพื่อสังคม อยู่เพื่อบอกเล่าประสบการณ์สู่ลูกหลาน และผู้อื่น โดยเฉพาะการบอกสอนเรื่องของความเป็นหญิงชายที่ต้องให้เกียรติ เกื้อกูล และเท่าเทียม

ประการที่สาม “การสร้างพื้นที่ใหม่ในการใช้ชีวิต” หมายถึง หญิงสูงวัยมีการสร้างและขยายพื้นที่การใช้ชีวิตเชิงบวก โดยเน้นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม กล่าวคือ มีจิตตระหนักรู้เพื่อสังคม หรือ มีจิตอาสาในการใช้ชีวิต

เหล่านี้เป็นปัจจัยที่เสริมพลังชีวิตให้หญิงสูงวัยสามารถดำรงอยู่ในชีวิตได้อย่างถาวร

การดำรงไว้ซึ่งพลังชีวิตของหญิงสูงวัย

จากการศึกษาเรื่องราวของหญิงสูงวัยทั้ง 4 พบว่า การดำรงไว้ซึ่งพลังชีวิตของหญิงสูงวัยนั้น มีความเกี่ยวข้องกับผู้อื่นมากกว่าตนเอง กล่าวคือ

ประการแรก หญิงสูงวัยความภาคภูมิใจตนเอง พบว่า หญิงสูงวัยทั้ง 4 มีทัศนคติต่อตนเองที่ค่อนข้างดี มองเห็นศักยภาพและใช้ศักยภาพเพื่อการพัฒนาตนเองและผู้อื่น ตลอดจนมีความสามารถในการจัดการปัญหาที่ผ่านมาในแต่ละช่วงชีวิต ความสามารถในการพึ่งพาตนเองได้ ตลอดจนการพัฒนาศักยภาพตนเอง เพื่อการทำประโยชน์เพื่อสังคม

คำสะท้อนความภาคภูมิใจ : อุดมการณ์ชีวิตกับการดำรงอยู่ของหญิงสูงวัย

ความภาคภูมิใจของป้าม่วย กล่าวว่า . . .เราทำงานช่วยเหลือคนอื่น เรามีความสุข สบายใจ เราทำหลายอย่าง สำคัญคือ คิดดี ผลดีก็สะท้อนมาหาเรา ในทางที่ดี . . .

ความภาคภูมิใจของป้าศรีจันทร์ กล่าวว่า . . .การที่อายุมากขึ้น ถ้าเรานอนอยู่เฉย ๆ ไม่มีประโยชน์ แต่หากที่ว่าเรานำเรื่องที่เคยประสบมาบอกเล่าให้คนข้างหลังได้ฟัง คนข้างหลังได้ประสบการณ์ข้างหน้าเพราะว่าตัวเองเป็นผู้อาวุโส เวลาพูดก็มีคนฟัง นั่งเล่าให้เขาฟังเป็นอย่างเป็นอย่าง . . .ไม่เหนื่อยที่ทำ ที่สำคัญเป็นความภาคภูมิใจ ดีใจในตัวเองที่เกิดมาไม่เสียประโยชน์ที่เกิดมานี้

ความภาคภูมิใจของป้าประนอม กล่าวว่า . . .การที่เราได้ช่วยเหลือคนอื่น เห็นเขามีความสุข เราก็มีความสุข อะไรช่วยเขาได้เราก็ช่วยกันไป เพราะชีวิตป้ามีลูกดี บั้นปลายไม่เดือดร้อน ลูกหาเลี้ยง ไม่ทุกขร้อนอะไร . . .

ความภาคภูมิใจของยายเนียร กล่าวว่า . . .เห็นลูกหลานประสบความสำเร็จ ชีวิตก็สุขใจ . . .

ซึ่งพบว่า ความภาคภูมิใจของหญิงสูงวัย มาจากลูก หลาน การได้มีโอกาสและสามารถทำประโยชน์เพื่อสังคม เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้ชีวิตของหญิงสูงอายุดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างเป็นสุข

ประการที่สอง การทำประโยชน์เพื่อสังคม หญิงสูงวัยทั้ง 4 มีความสนใจประเด็นทางสังคม โดยเฉพาะประเด็นการพัฒนาสังคม เช่น ร่วมเป็นคณะกรรมการชุมชน ร่วมเป็นแกนนำของเครือข่ายเล็กเหล่า : ยุติความรุนแรงต่อผู้หญิงและเด็ก ซึ่งบทบาทของการเป็นแกนนำคือ การต้องลงเยี่ยม ให้คำปรึกษา และกิจกรรมกลุ่มต่าง ๆ ซึ่งต้องมีกระบวนการพัฒนาศักยภาพอย่างต่อเนื่อง (จะเด็จ ชาวนวนิไล, ผู้จัดการมูลนิธิเพื่อนหญิง) หรือหญิงสูงวัยให้ความสนใจในประเด็น

ทางการเมือง เป็นต้น เหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่า ภาวะที่ผู้สูงอายุได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมทางสังคมต่าง ๆ เป็นแรงหนุนสร้างพลังชีวิตให้ดำรงอยู่ในตนเองอย่างต่อเนื่อง

คำบอกอย่างมีเหตุผลของหญิงสูงวัยกับการทำประโยชน์เพื่อสังคม

ป้าม่วย กล่าวว่า “เราช่วยคนอื่น เรามีความสบายใจ มีความสุข เราก็ไม่อยากจะอะไรมาก ถ้าเราทุกคนทำได้อย่างนี้ ทุกคนก็จะดีมีความสุข เวลาเห็นคนอื่นมีความสุขเราก็มีความสุข เราอยากให้มีผลบุญที่ทำมาสู่ครอบครัวเรา ลูกหลานเราจะได้ไม่ต้องเป็นขี้เหล้าเมายา”

ป้าศรีจันทร์ กล่าวว่า “. . . เร็ยรู้ว่า ชีวิตไม่ใช่การทำเพื่อตัวเองเท่านั้น แต่สามารถทำเพื่อสังคม แล้วก็ทำให้คนอื่นได้รู้ด้วยว่าที่ออกไปไม่ใช่ออกไปทำไม่ดีออกไปได้ความรู้ด้วย แล้วได้กลับมาช่วยเหลือคน. . . จะได้ไม่เสียชาติเกิด”

ป้าประนอม กล่าวว่า “ตอนนี้พลังของป้าประนอมมาจากการที่ได้ช่วยเหลือคนอื่น ตอนนี้ใจอยากช่วยอย่างเดียว เรามีพลัง เราไม่อยากจะให้คนอื่นมีความสุข จึงอยากถ่ายทอด เราอาจไม่สามารถเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์ได้ แต่เปลี่ยนแปลงตนเองได้”

ประการที่สาม การได้ถ่ายทอดประสบการณ์ชีวิต พบว่า หญิงสูงวัยทั้ง 4 มีความสุขกับการได้บอกเล่าเรื่องราวชีวิตให้เป็นอุทธาหรณ์สอนใจผู้อื่น มองว่า ประสบการณ์ของตนเองสามารถเป็นแรงบันดาลใจ หรือเป็นจุดเปลี่ยนให้กับชีวิตผู้อื่น และขณะเดียวกัน การได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้อื่น ทำให้ได้เรียนรู้สิ่งดี ๆ ที่จะนำมาปรับใช้ในการดำเนินชีวิต ดังคำบอกกล่าว

ป้าประนอม กล่าวว่า “. . . เรื่องราวของป้าเปิดเผยได้เลย ใช้ชื่อจริง นามสกุลจริงได้ เพราะเป็นเรื่องที่ดีที่ควรเป็นอุทธาหรณ์สำหรับลูกหลาน. . .” และ กล่าวต่ออีกว่า “ชีวิต อย่าทำตัวแก่แล้วแก่เลย. . . มองออกไปให้มากกว่าตนเอง คิดดี คิดบวก, เห็นปัญหาคน, ช่วยแก้ปัญหาคนอื่น คนอื่นช่วยแก้ปัญหาเราบ้าง จะได้คิด และเป็นคนแก่ที่มีคุณภาพ

ป้าศรีจันทร์ กล่าวว่า “. . . การที่อายุมากขึ้น ถ้าเรานอนอยู่เฉย ๆ ไม่มีประโยชน์ แต่หากที่ว่าเรานำเรื่องที่เคยประสบมาบอกเล่าให้คนข้างหลังได้ฟัง คนข้างหลังได้ประสบการณ์ข้างหน้าเพราะว่าตัวเองเป็นผู้อาวุโส เวลาพูดก็มีคนฟัง นั่งเล่าให้เขาฟังเป็นอย่างเป็นอย่าง. . . ไม่เหนื่อยที่ทำ ที่สำคัญเป็นความภาคภูมิใจ ดีใจในตัวเองที่เกิดมาไม่เสียประโยชน์ที่เกิดมานี้

การถ่ายทอดประสบการณ์ชีวิต เป็นกระบวนการผลิตซ้ำทางความคิดและเปิดโลกเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ซึ่งการคิด ทบทวน และพัฒนาตนเองในเชิงวิถีคิดและวิถีปฏิบัติร่วมกันทั้งต่อตนเองและผู้อื่น ทำให้เกิดการพัฒนาพลังชีวิตที่ส่งผลให้เกิดการพัฒนาศักยภาพของตนเอง

ประการที่สี่ การสร้างพื้นที่ชีวิตสำหรับตนเองและผู้อื่น หมายถึง การสร้างพื้นที่ปฏิสัมพันธ์เชิงสร้างสรรค์ในการทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น มีการรวมกลุ่ม รวมตัว เพื่อกิจกรรมดี มีการพูดคุย ให้กำลังใจ เป็นต้น ซึ่งมีฐานคิดมาจากการเปิดโลกทัศน์ เพื่อเรียนรู้ เป็นพื้นที่ผ่อนคลายแรงกดดันจากการดำเนินชีวิต และพัฒนาตนเอง จึงจะทำให้ชีวิตเกิดการเปลี่ยนแปลง และทำให้พลังชีวิตมีแรงหนุนที่สร้างสรรค์ ดังคำปาประนอม กล่าววว่า . . .เป็นคนแก่ที่ไม่เปิดใจกว้าง กลายเป็นคนยึดติด บั่นทอนตนเอง และทำให้จิตใจหมกหมุ่น. . .เปิดพื้นที่ชีวิตให้กับตนเอง สร้างสังคม. . . เป็นต้น

ทั้งนี้ปรากฏการณ์ที่พบจากการบอกเล่าผ่านประสบการณ์ของหญิงสูงวัยทั้ง 4 เป็นคุณลักษณะของหญิงสูงวัยที่มีความสามารถในการสร้างและพัฒนาพลังชีวิตของตนเองได้อย่างสัมฤทธิ์ ดังนั้น บทเรียนของกระบวนการเสริมสร้างพลังชีวิตให้กับผู้สูงอายุจากงานวิจัยฉบับนี้ จุดที่ควรนำไปปรับประยุกต์ คือ *“การเตรียมความพร้อมก่อนวัยผู้สูงอายุ ที่เน้นการเสริมสร้างพลังชีวิต”*