

กระบวนการจัดการชีวิตภายหลังการหย่าร้างของผู้หญิง

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในชีวิตภายหลังการหย่าร้าง เป็นสิ่งที่ผู้หญิงหลีกเลี่ยงไม่ได้ สิ่งที่เราคาดหมายว่าจะเกิดขึ้นก่อนการหย่าร้างกับสิ่งที่เกิดขึ้นจริงภายหลังการหย่าร้างอาจมีความแตกต่างกัน แต่อย่างไรก็ตามเมื่อตัดสินใจหย่าร้างแล้วผู้ที่หย่าร้างก็ต้องการความหมายที่ถูกต้องแม่นยำ แต่ในความเป็นจริงผู้ที่หย่าร้างมักจะพบกับความยุ่งยากซับซ้อนที่มากกว่าความหมาย ในขณะที่ตัดสินใจหย่าร้างผู้ที่หย่าร้างต้องการที่จะขจัดสิ่งที่ไม่มีความสุขออกไปจากชีวิต แต่ก็พบว่าทำความเข้าใจกับบางสิ่งบางอย่างที่ไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อนเป็นสิ่งที่ยากลำบาก (Wallerstein and Blakeslee 1989 อ้างใน Davis 1992) ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความสามารถในการเตรียมความพร้อมของผู้ที่หย่าร้างแต่ละคน แต่ถึงแม้ว่าจะมีการเตรียมความพร้อมมาเป็นอย่างดี แต่การดำเนินชีวิตที่ต้องพบกับการเปลี่ยนแปลงไม่ว่าจะเป็นด้านบวกหรือด้านลบ ทุกคนย่อมต้องมีระยะเวลาของการจัดการชีวิตภายหลังการหย่าร้างเพื่อเปลี่ยนผ่านจากการดำเนินชีวิตในรูปแบบเดิมไปสู่การดำเนินชีวิตในรูปแบบใหม่ในสภาพปกติ

ขั้นการเปลี่ยนผ่าน

ถึงแม้ว่าผู้หญิงจะมีระยะเวลาของการแยกกันอยู่กับสามีก่อนที่จะหย่าร้าง ไม่ว่าจะเป็นการแยกบ้านกันอยู่หรือการแยกห้องกันนอน แต่ภายหลังการหย่าร้างผู้หญิงก็จำเป็นต้องมีการจัดการชีวิตเพื่อให้สามารถใช้ชีวิตอยู่ได้โดยไม่มีสามีอีกต่อไป ซึ่งจากการศึกษาของ Clapp (2000) เกี่ยวกับการหย่าร้างและการเริ่มต้นชีวิตใหม่ของผู้ที่หย่าร้างพบว่า การปรับตัวภายหลังการหย่าร้างไม่ได้เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วทันทีทันใดและไม่ใช่ว่าเรื่องง่าย ผู้ที่หย่าร้างต้องการเวลาในการแยกอารมณ์และความรู้สึกออกจากอดีตคู่สมรส เพื่อสร้างวิถีชีวิตที่มีความมั่นคงและพึงพอใจ การหย่าร้างเป็นการจัดการในเรื่องของอารมณ์ที่เป็นความเชื่อมโยงเป็นลูกโซ่ของเหตุการณ์ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงสิ่งที่เป็นประจำในชีวิตประจำวัน การเงิน ชีวิตทางสังคม ชีวิตครอบครัว เอกลักษณ์ ความคาดหวัง และเป้าหมายในชีวิต ภายหลังการหย่าร้างผู้หญิงจึงต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบากอยู่ช่วงระยะเวลาหนึ่ง ซึ่งส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน ประสิทธิภาพในการทำงาน และสุขภาพร่างกาย

ผู้หญิงจึงจำเป็นต้องมีการจัดการชีวิต เพื่อให้หลุดพ้นจากความรู้สึกผูกพันต่อสิ่งดีๆที่เคยมีร่วมกันกับสามีตลอดระยะเวลาที่ใช้ชีวิตอยู่ด้วยกัน การขาดเพื่อนคู่คิดที่คอยให้คำปรึกษาในยามที่พวกเขาต้องเผชิญกับปัญหาในการดำเนินชีวิต ซึ่งเป็นการจัดการในเรื่องอารมณ์และความรู้สึก แต่สิ่งที่สำคัญไปกว่านั้น คือ การต่อสู้กับความรู้สึกเสียใจ ความรู้สึกล้มเหลวที่ไม่สามารถรักษาครอบครัวเอาไว้ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีของผู้หญิงที่แม่เคยมีประสบการณ์การหย่าร้างกับพ่อมาก่อน หรือในกรณีของผู้หญิงที่มีลูกจะรู้สึกเสียใจที่มีส่วนทำให้ลูกต้องมีครอบครัวที่แตกแยก และนอกจากนี้ผู้หญิงยังมองว่าการหย่าร้างกับสามีจะทำให้พวกเขาถูกบุคคลอื่นๆในสังคมมองในแง่ที่ไม่ดี มีความบกพร่องบางอย่างที่ทำให้ต้องหย่าร้างกับสามี ซึ่งเป็นภาพความคิดเกี่ยวกับตนเอง (self concept) ของผู้หญิงที่มองตนเองในแง่ลบ เป็นการประเมินภาพความคิดเกี่ยวกับตนเองของผู้หญิง (evaluative self concept)

กิ๊ก “อยู่ด้วยกันเป็นปีมันก็มีช่วงเวลาที่ดีๆมากพอให้จดจำ อยู่บ้านด้วยกัน ทำอะไรด้วยกัน เป็นความรู้สึกที่ดีๆ พอต้องแยกจากกันมันก็ยากที่ยอมรับให้ได้ว่าไม่มีเขาแล้วนะ แปลกนะตอนที่ปัญหาอยากจะเลิกกันมาก แต่พอเวลาที่ต้องเลิกกันจริงๆ ความรู้สึกดีๆ มันกลับเข้ามามากมาย จนใจหาย..เป็นชะอย่างนั้น”

นี่ “อยากมีครอบครัวที่อบอุ่น ตั้งใจไว้ว่าถ้ามีครอบครัวจะต้องทำให้ดี เพราะครอบครัวเคยแตกแยกมาก่อน แต่ก็ทำไม่ได้ เป็นแบบเดิมอีกแล้วเหอ พ่อแม่เลิกกัน แล้วยังต้องมาเลิกกับสามีอีก มันซ้ำๆนะ รู้สึกไม่ดีกับตัวเอง คนอื่นก็คงมองเราไม่ดี ดูเหมือนจะยอมรับมากขึ้น แต่เอาเข้าจริงๆ ก็มองเราไม่ดีอยู่ดี”

พี่น้ำ “ผู้หญิงที่หย่ากับสามี ไม่ว่าจะยุคสมัยไหน มันก็ไม่ดี ไม่มีใครมองเราดีหรอก ก็อาจจะดีขึ้นบ้าง แต่ถ้าไม่หย่าก็จะดีกว่า ยิ่งเป็นคนต่างจังหวัด ไม่ค่อยยอมรับเรื่องแบบนี้หรอก ส่วนใหญ่จะมองว่าโดนทิ้ง เรื่องแบบนี้มันเกิดขึ้นตั้งแต่สมัยแม่แล้วไง พ่อทิ้งแม่ไปมีคนอื่น แล้วพี่ก็มาเป็นแบบนี้อีก คนเขาก็คงคิดว่าเป็นทั้งแม่ทั้งลูก”

พี่จุ่ม “มันขาดคนที่คอยปรึกษา เมื่อก่อนปรึกษาเสียทุกอย่าง ปรับทุกข์เวลามีปัญหา พี่ทำธุรกิจปัญหาค่อนข้างเยอะ พอเลิกกันพี่ก็ไม่อยากโทร ทางโน้นก็คงไม่ชอบเหมือนกัน..แต่สิ่งที่มันแย่จริงๆสำหรับพี่คือ...ลูก...มันรู้สึกผิด บางครั้งก็ไม่แน่ใจว่าตัดสินใจถูกหรือเปล่า ถ้าทนนได้ก็คงไม่เป็นแบบนี้ ลูกๆคงจะมีความสุขกว่านี้”

เช่นเดียวกับผู้หญิงที่มีลูกอย่างเจี๊ยะ บ๊อบ และพีเอที่รู้สึกผิดและเสียใจที่ไม่สามารถรักษาครอบครัวเอาไว้ให้ลูกได้ โดยเฉพาะเจี๊ยะที่โทษตัวเองว่ามีส่วนผิดที่ทำให้ลูกสองคนต้องแยกกันอยู่ ผู้หญิงส่วนใหญ่จึงจำเป็นต้องจัดการกับความรู้สึกที่มองตัวเองในแง่ลบ เพื่อให้สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างปกติ

เจี๊ยะ “รู้สึกผิดกับลูกตลอด ทำให้ลูกสองคนต้องแยกกัน ไม่ได้อยู่ด้วยกัน ทำให้ลูกคนหนึ่งไม่มีพ่อ ลูกอีกคนหนึ่งก็ไม่มีแม่ ส่วนหนึ่งมันก็ต้องโทษตัวเอง”

พีเอ “ถ้าฟัดทนกว่านี้ ยอมแม่เขากว่านี้ ลูกก็คงได้อยู่กันพร้อมหน้า คิดเหมือนกันว่าตัดสินใจถูกรีเปล่า เอาแต่ใจตัวเองรีเปล่า มันจะติดอยู่ในใจนะ บางทีก็คิดว่าทำถูก แต่ลึกๆเรารู้สึกว่าผิดอยู่ดี”

การมองตัวเองด้วยภาพที่มีต่อตนเองนั้น เป็นความหมายที่เกิดขึ้นมาจากการปฏิสังสรรค์กับบุคคลอื่นในชีวิตประจำวัน เป็นประสบการณ์ทางสังคมที่คลุกคลีกับบุคคลอื่น และมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมหรือการกระทำของผู้หญิงในชีวิตประจำวัน โดยอิทธิพลของคนอื่นที่มีต่อ “ภาพความคิดเกี่ยวกับตนเอง” (self concept) ของผู้หญิงผ่านการรับรู้ (perception) ของพวกเธอ ไม่ได้ขึ้นอยู่กับคนอื่นโดยตรง “ภาพความคิดเกี่ยวกับตนเอง” จะเป็นตัวชี้นำพฤติกรรมของพวกเธอ นำไปสู่การรับรู้ว่าเป็นใคร และควรจะทำอย่างไร โดยแนวพฤติกรรมจะต้องสอดคล้องกับ “ภาพความคิดเกี่ยวกับตนเอง” ทำให้เกิดแนวการกระทำตามสถานการณ์บางอย่าง ในขณะที่เดียวกันพวกเธอไม่ใช่เป็นเพียงผู้รองรับอิทธิพลจากบุคคลอื่น แต่พวกเธอก็มีอิทธิพลต่อบุคคลอื่น การกระทำที่แสดงออกของพวกเธอส่งอิทธิพลต่อการตอบสนองของคนอื่นที่มีต่อพวกเธอในเวลาต่อมา

ในการดำเนินชีวิตประจำวันผู้หญิงต้องมีการปฏิสังสรรค์กับบุคคลในสังคมมากมาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งพ่อ แม่ และลูกซึ่งเป็นบุคคลนัยสำคัญที่ผู้หญิงคำนึงถึง ให้ความสำคัญ และมีอิทธิพลต่อการจัดการชีวิตภายหลังการหย่าร้างของผู้หญิง โดยพ่อ แม่ และลูกของพวกเธอไม่ได้ดำเนินการตัดสินใจของพวกเธอ แต่คอยห่วงใย อยู่เคียงข้าง และให้กำลังใจอย่างสม่ำเสมอ เป็นอิทธิพลของบุคคลนัยสำคัญที่มีต่อภาพความคิดเกี่ยวกับตนเองของผู้หญิง ซึ่งถ้าเกิดขึ้นบ่อยๆ และสอดคล้องกัน ก็อาจจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงภาพความคิดเกี่ยวกับตนเองของผู้หญิงจากเดิมที่มองตัวเองในแง่ลบให้ดีขึ้นได้

พีน้า “แม่จะโทรมาหาพี่ทุกวัน ประมาณทุ่มหนึ่ง.. ประโยคที่ถามทุกครั้ง คือ เหนื่อยมั๊ย เรารู้ว่าเขาเป็นห่วง ถ้าไม่ติดอะไรพี่จะกลับบ้านทุกวันศุกร์ พี่ชายบอกว่า..ตอนเย็นวันศุกร์แม่จะออกมาชะเง้อคอมองแล้ว ถ้าพี่เอาความทุกข์กลับบ้านไปด้วย แม่ก็ยิ่งทุกข์ แม่ทุกข์มาเยอะแล้ว พี่อยากให้แกมีความสุขในบ้านปลาย แม่พี่ยังอยู่มาได้ แล้วทำไมพี่จะอยู่ไม่ได้”

นี่ “ตอนนั้นนี่จะเก็บตัวอยู่คนเดียวในห้องตลอด จนแม่เครียด แม่ร้องไห้ ตอนนั้นรู้สึกตัวเองเห็นแก่ตัว สนใจแต่ความทุกข์ตัวเอง ลืมนึกถึงแม่ แม่เสียใจเรื่องพ่อมาแล้ว นี่ยังมาเป็นแบบนี้ อีก นี่ต้องพยายามกลับมาเหมือนเดิมให้ได้ เป็นความรู้สึกที่อยากทำ แม่มีความสุขนี่ก็มีความสุข แม่ทำให้รู้สึกว่ามีค่า อย่างน้อยก็ในสายตาของแม่”

พีนุช “เชื่อมั้ยพ่อกับแม่จะไม่พูดถึงเรื่องนี้เลย ท่านรู้ว่าพี่เวลาที่มีปัญหา ถ้ายิ่งพูดพี่จะยิ่งแย่ เหมือนยิ่งตอกย้ำ เราก็จะอยู่กับแบบปกติ รับรู้ว่าเขาเป็นห่วง ก็พอแล้ว ที่โชคดีมาก คือ ลูกพี่ไม่เคยถามว่าทำไมพ่อกับแม่อยู่ด้วยกัน พี่ไม่รู้ว่าตากับยายบอกกรีปเล่า แต่ลูกไม่เคยทำให้พี่รู้สึกว่า การเลิกกันของพ่อกับแม่เป็นปัญหา พี่โชคดีมาก มันก็จะค่อยๆดีขึ้นไปเอง ถ้าลูกมีปัญหาพี่คงรู้สึกผิดตลอด”

เช่นเดียวกับแหม่มและพีนุ่น ถึงแม้ว่าครอบครัวของพวกเธอจะไม่ค่อยชอบสามี และไม่ค่อยเห็นด้วยที่พวกเธอตัดสินใจแต่งงานกับสามี แต่เมื่อพวกเธอตัดสินใจหย่าร้างครอบครัวก็ไม่ได้ตำหนิหรือซ้ำเติมแต่อย่างใด ซึ่งแหม่มเล่าว่า “ที่บ้านไม่ค่อยชอบวิทย์ แต่ก็ไม่เคยห้ามไม่ให้แต่ง ยิ่งพ่อพูดออกเลยว่าไม่ค่อยชอบ พอรู้เรื่องทั้งหมด พ่อเป็นห่วงไม่อยากให้อยู่คนเดียวคนเดียว พ่อบอกให้กลับมาอยู่บ้าน ไม่ต้องคิดมาก ใครจะมองยังไงไม่ต้องสนใจ แหม่มดีใจที่ได้ยินพ่อพูดแบบนี้ ปกติพ่อกับแม่ไม่ค่อยแสดงออก จะเฉยๆ” ในขณะที่เดียวกันพีนุ่นก็ยังได้รับกำลังใจจากลูกชายที่เข้าใจและเห็นใจในตัวเธอ และอยู่เคียงข้างเธอ ด้วยคำพูดและการแสดงออกของลูกเพียงไม่กี่คำ “น้องเขาเข้ามากอด แล้วบอกว่าแม่ไม่เป็นไรนะ”

นอกจากอิทธิพลของบุคคลนัยสำคัญแล้ว ในชีวิตประจำวันผู้หญิงยังมีการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในสังคมอีกมากมาย เช่น เพื่อนที่ทำงาน เจ้านาย ลูกน้อง หรือลูกค้า บุคคลเหล่านี้ต่างก็เข้ามามีอิทธิพลต่อการกระทำและการแสดงออกของผู้หญิงเช่นกัน โดยมีปฏิริยาในเชิงบวกกับการตัดสินใจหย่าร้างของพวกเธอ ยอมรับ เข้าใจ และเห็นใจในสถานการณ์ที่พวกเธอกำลังเผชิญ และจากการที่พวกเธอมีการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นในชีวิตประจำวัน ทำให้พวกเธอได้รับรู้เรื่องราวปัญหาของบุคคลอื่น ซึ่งมีอิทธิพลต่อภาพความคิดเกี่ยวกับตนเอง (self concept) ของผู้หญิง เช่น การรับรู้ว่ายังมีคนอีกจำนวนมากที่ประสบปัญหาเหมือนพวกเธอ และในบางครั้งพวกเขาเหล่านั้นก็

ประสบกับปัญหาที่รุนแรงและหนักมากกว่าพวกเธอ แต่พวกเธอก็สามารถมีชีวิตที่เป็นปกติได้ จึงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงภาพความคิดเกี่ยวกับตนเองในลักษณะที่ดีขึ้น เป็นการรับรู้ประสบการณ์ของบุคคลอื่นผ่านการรับรู้ของผู้หญิง และส่งผลต่อพฤติกรรมและการกระทำของผู้หญิง

พีน้า “เจอคนเยอะ ทั้งเพื่อนที่ทำงาน ลูกค้า บางคนเจอปัญหาหนักกว่าพี่อีก คนเป็นม่ายเยอะทั้งผู้หญิง ผู้ชาย บางคนแต่งงานเล็กๆอยู่หลายรอบ บางคนมีสามีแล้วก็ยังมีคนอื่นก็มี...พอเจอเรื่องคนอื่นนะ เรื่องของพี่...ธรรมดาไปเลย ชิวๆ ไม่มีใครมานั่งสนใจเหมือนที่เคยคิด ทุกคนยังยอมรับการทำงานของพี่เหมือนเดิม ก็มันใจขึ้น”

กิ๊ก “เพื่อนกิ๊กทุกคนโอเคมากเพื่อนอยู่ข้างเรา ขนาดเพื่อนคนที่เคยเป็นเพื่อนกับสามียังอยู่ข้างเรา เห็นใจเรา ทุกคนพยายามทำทุกอย่างให้กิ๊กดีขึ้น ดึกดื่นแค่ไหนถ้าโทรไปเพื่อนก็ไม่เคยบ่น บางครั้งก็ขับรถมาหาที่บ้าน ไม่อยากให้กิ๊กอยู่คนเดียว”

เหม่ม “ยังมีเพื่อนที่อยู่กับเหม่ม ทำให้เหม่มรู้สึกว่าได้อยู่ตัวคนเดียว มันเป็นความจริงที่มีให้กัน ในช่วงที่เราแย่เขาจะพยายามดึงเราออกมา และมันก็ได้มีแต่เราคนเดียวที่แย่ เพื่อนบางคนก็หย่าเหมือนกัน ส่วนคนอื่นๆก็มีอกหักมาบ้าง เขายังอยู่ได้อย่างมีความสุข แล้วทำไมเราจะทำไม่ได้ล่ะ”

ในขณะที่ปฏิกิริยาของบุคคลอื่นในสังคมของพี่ตุ๊ก พี่นุ่น พี่เอ พี่นุช และเจี๊ยบ แสดงออกด้วยการไม่พูดถึงเรื่องการหย่าร้างของพวกเธอ ไม่ถามถึงสามี แม้ว่าคนส่วนใหญ่จะรับรู้เรื่องราวการหย่าร้างของพวกเธอแล้วก็ตาม ซึ่งเป็นปฏิกิริยาในเชิงบวกสำหรับพวกเธอ เพราะพวกเธอไม่ต้องการที่จะพูดถึงหรือรู้ถึงเรื่องราวประสบการณ์ที่ผ่านมา ซึ่งเป็นเสมือนการตอกย้ำความเจ็บปวด และทำให้พวกเธอมีชีวิตที่เข้าสู่สภาพปกติที่ยากลำบากมากขึ้น

อย่างไรก็ตามปฏิกิริยาของบุคคลอื่นไม่ได้มีอิทธิพลต่อภาพความคิดเกี่ยวกับตนเอง และการกระทำของผู้หญิงโดยตรง แต่ขึ้นอยู่กับการรับรู้ของผู้หญิงเป็นสำคัญ เพราะผู้หญิงเป็นผู้กระทำ (actor) ที่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ การกระทำหรือพฤติกรรมต่างๆของผู้หญิง เกิดจากกระบวนการคิดและการชั่งตวงถึงผลดีผลเสียด้วยตัวเองด้วยเช่นกัน ไม่ได้รับอิทธิพลจากบุคคลอื่นโดยตรง โดยในช่วงแรกหลังจากที่ผู้หญิงหย่าร้างกับสามี ซึ่งเป็นช่วงที่พวกเธอกำลังจมอยู่กับความทุกข์ ความผิดหวัง และความเสียใจที่ได้รับจากการหย่าร้าง พวกเธอยังไม่ค่อยรับรู้ถึงปฏิกิริยาของคนรอบข้างมากนัก ไม่ว่าจะเป็นปฏิกิริยาของบุคคลนัยสำคัญอย่างพ่อ แม่ และลูก หรือปฏิกิริยาจากบุคคลทั่วไปในสังคม นอกจากนี้การรับรู้ของผู้หญิงยังเป็นการเลือกที่จะรับรู้ โดยธรรมชาติของ

คนเรามักจะเลือกรับรู้สิ่งต่างๆที่เป็นผลดีกับตัวเองหรือเป็นความสัมพันธ์ในเชิงบวกมากกว่าเชิงลบ ซึ่งแสดงให้เห็นได้อย่างชัดเจนว่า บุคคลอื่นไม่ได้กำหนดพฤติกรรมและการกระทำของผู้หญิงโดยตรง แต่อยู่ที่การเลือกรับรู้ของผู้หญิงเอง

นี่ “นี่เก็บตัวอยู่คนเดียวมานานนะ นี่รู้ว่าแม่เครียด รู้มาตลอด อย่างที่บอก เหมือนเราเห็นแก่ตัว สนใจแต่ตัวเอง คิดว่าตัวเองทุกข์เหลือเกิน แต่พอเริ่มมองคนรอบข้าง ไม่ต้องมองไกลแค่แม่คนเดียวก็รู้แล้วว่าแม่ทุกข์กว่านี้หลายเท่า เรื่องของนี่เทียบกับแม่ไม่ได้เลย”

กิ๊ก “ช่วงแรกเพื่อนแต่ละคนจะเข้ามาปลอบ มาเอาใจสารพัด ตอนนั้นก็คิดว่า เออ.. พวกแกไม่เป็นอย่างฉันนี่ แกก็พูดได้..พอเวลาผ่านไป เริ่มมีสติมากขึ้น ก็เริ่มได้คิด เออ มันก็มีเพื่อนบางคนนะที่เล็กกับแฟนเหมือนกัน บางคนก็อกหักมาแล้วตั้งหลายรอบ มันก็ยังอยู่กันได้ เราก็ต้องอยู่ได้”

เหม่ม “ก็มีทั้งคนมองดีและก็ไม่ดี ตอนไปเที่ยวกลางคืน ถ้าคุยกันแล้วรู้ว่าเราเป็นม่าย เลิกกันสามี ก็มีทั้งคนเข้ามาแบบดีแล้วก็ไม่ดีนะ บางคนไม่ได้อย่างที่หวังก็ว่าเราลับหลัง ประมาณว่าเป็นม่ายแล้วยังเล่นตัว แต่เหม่มไม่ได้ใส่ใจ เพราะคนพวกนี้ไม่ได้มีความสำคัญกับเหม่ม ถ้าเราเอาแต่เรื่องไม่ดีมาใส่ใจก็ทุกข์”

พีน้า “ที่ทำงานก็ไม่ได้หมายความว่าทุกคนจะชอบเราทั้งหมด ลักษณะงานพีมันต้องแข่งขันกัน คนที่ไม่ชอบเราพอรู้ว่าเราหย่า ก็มองว่าเรา self เกินไป จนสามีทนไม่ได้ เพราะเวลาอยู่ที่ทำงานพีจะเป็นคนมั่นใจในตัวเองมาก มีหลายคน รู้ด้วยว่าใคร มีน้องที่สนิทมาบอก พีไม่สนหรอก คนมันไม่หวังดี ถึงทำอะไรดีมันก็มองไม่ดีอยู่แล้ว ปล่อยมันไป”

พีนุ่น “เพื่อนที่ทำงานทุกคนก็ดีกับพี แต่คนที่ทำให้พีดีขึ้นจริงๆคงเป็นน้อง (ลูกชาย) เขาโตพอที่จะรับรู้อะไรแล้ว เขาเป็นเด็กดีมาก ไม่เคยสร้างปัญหาให้พีเลย แต่ตัวพีมีวแต่รู้สึกแย่ที่ต้องเล็กกับพ่อเขา ไม่ได้สนใจน้องเท่าที่ควร เขาเริ่มซึม ซึ่งพีรับรู้ได้ ถ้าเป็นแบบนี้คงแย่ พีต้องพยายามทำให้ตัวเองดีขึ้น เพื่อลูก”

ไม่แตกต่างจากผู้หญิงที่มีลูกอย่างพีนุช พิจุ่ม ปุ๊บ และพีเอ หลังจากเผชิญกับความเสียใจจากการหย่าร้างมาช่วงระยะเวลาหนึ่งและการได้รับปฏิกริยาในเชิงบวกจากคนรอบข้าง พวกเธอก็เริ่มคิดชั่งตวงถึงผลดีผลเสียที่จะเกิดขึ้นตามมาหากพวกเธอตกอยู่ในสภาพเช่นนี้ตลอดไป

เป็นกระบวนการคิดที่เกิดจากความรักและความรับผิดชอบของแม่ที่มีต่อลูก ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้พวกเธอต้องมีชีวิตที่เป็นปกติให้ได้ ไม่เช่นนั้นพวกเธออาจจะไม่สามารถดูแลลูกให้มีความสุขได้

พี่จุ่ม “เว็บหนึ่งทีคิดอยากตาย จะนึกถึงหน้าลูกแล้วทำไม่ได้ อย่างอื่นทิ้งได้ ธุรกิจ ร้านทิ้งได้ แต่ลูกทิ้งเขาไปไม่ได้ ต้องดูแลเขาจนกว่าเขาจะดูแลตัวเองได้ ลองคิดดู..ถ้าพ่อกับแม่เลิกกันแล้วแม้อย่างเดียวตายอีก มันรุนแรงมากสำหรับเด็กสามคน พี่ต้องมีชีวิตอยู่เพื่อลูก และต้องเป็นชีวิตที่ดีด้วยนะ จะอยู่แบบซังกะตายไปวันๆไม่ได้”

ป๊อบ “สิ่งที่จะทำต่อไป แน่ๆก็ต้องก็เพื่อลูก ตอนป๊อบไปเรียนต่อคิดถึงลูกมาก เคยเจอกันอาทิตย์ละครั้ง พอไปปีแรกเจอปีละสองครั้ง แทบตาย แต่ก็ต้องทน ด้วยอาชีพก็ต้องไป ป๊อบก็มีเป้าหมายของตัวเอง วันหนึ่งก็ต้องอยู่อย่างมีเกียรติ ต้องทำให้ลูกรู้สึกได้ถึงไม่มีพ่อ แต่ก็มีแม่ที่เขารักภูมิใจได้”

พี่เอ “ต้องทำตัวเองให้แข็งแรง ให้พร้อม เพราะพี่ตั้งใจเอาไว้แล้วว่า จะเอาลูกมาเลี้ยงเองให้ได้ ถ้าตัวเราอ่อนแอ มันก็ยิ่งยาก ทางโน้นยังไม่อยากให้พี่เอาลูกมาอยู่แล้ว ถ้าถึงขั้นต้องถึงโรงถึงศาล ถ้าพี่พร้อม พี่ก็มีสิทธิชนะ ที่ยังไม่อยากทำตอนนั้นเพราะแฟนขอไว้ แม่เขาไม่ค่อยสบาย เป็นโรคหัวใจ ก็เลยต้องรอ อยากคุยกันดีๆก่อน ไม่อยากให้รุนแรง เพราะผลกระทบก็จะตกกับลูกอยู่ดี”

อิทธิพลของบุคคลอื่นที่มีต่อภาพความคิดเกี่ยวกับการมองตนเอง (self concept) ของผู้หญิงจะมีมากขึ้นขึ้นขึ้นอยู่กับว่าคนๆนั้นเป็นใคร และมีความสำคัญกับผู้หญิงมากน้อยแค่ไหน ผู้หญิงจะเลือกรับรู้เฉพาะคนที่มีความสำคัญกับพวกเธอ คนที่พวกเธอให้คุณค่ามากกว่าคนอื่น ซึ่งในบริบทของการศึกษาเรื่องการหย่าร้างครั้งนี้ “ลูก” น่าจะเป็นบุคคลที่มีอิทธิพลต่อภาพความคิดเกี่ยวกับการมองตนเองของผู้หญิงมากที่สุด และในการศึกษาค้นครั้งนี้มีผู้หญิงถึง 6 คน ที่มีลูก แต่เนื่องจากลูกของพวกเธอส่วนใหญ่ยังเด็กมีอายุอยู่ในช่วง 2-4 ขวบ ยังไม่ค่อยรับรู้ถึงปัญหาความขัดแย้งของพ่อกับแม่ที่นำไปสู่การหย่าร้างมากนัก ซึ่งจากการศึกษาของ ชฎาภา ประเสริฐทรง (2542) พบว่า ผลกระทบจากการหย่าร้างของพ่อแม่ที่มีต่อเด็กจะขึ้นอยู่กับอายุ เพศ ระดับพัฒนาการของเด็ก และความสัมพันธ์ของพ่อและแม่ก่อนการหย่าร้าง โดยเด็กที่อยู่ในวัยก่อนเรียน (ก่อน 6 ขวบ) เด็กอาจจะคิดว่าการหย่าร้างเป็นการแยกกันอยู่ชั่วคราว หรือคิดว่าตนเองมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมทำให้พ่อหรือแม่จากไป ถ้าทำตัวดีๆพ่อหรือแม่จะกลับมา เด็กอาจมีพฤติกรรมซ้ำซ้อน เรียกร้องความสนใจ หรือก้าวร้าวหวาดกลัว ส่วนเด็กที่อยู่ในวัย 6-8 ปี จะไม่เข้าใจเรื่องการหย่าร้าง บางคนจะรู้สึกเศร้า อ้างว้าง เรียกร้องหรือโยนหาพ่อหรือแม่ที่จากไป คาดหวังหรือจินตนาการให้พ่อหรือแม่

กลับมาคืนดีกัน และรู้สึกสับสนไม่รู้จะเข้าข้างใครดี ส่วนในกรณีของพี่นุ่นที่มีลูกชายอายุ 6 ขวบ ซึ่งมีพฤติกรรมในเชิงบวกต่อพี่นุ่น โดยการแสดงความรัก เข้าใจ และเห็นใจในตัวพี่นุ่น ซึ่งแตกต่างจากผลการศึกษาดังกล่าว ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะพี่นุ่นเป็นคนเลี้ยงดูลูกเป็นส่วนใหญ่ ในขณะที่สามีของพี่นุ่นไปทำงานที่ต่างจังหวัด ทำให้ลูกชายรู้สึกรักและผูกพันกับพี่นุ่นมาก จึงมีผลต่อพฤติกรรมของลูกที่มีต่อพี่นุ่นภายหลังการหย่าร้าง

ในขั้นตอนของการเปลี่ยนผ่าน เป็นขั้นตอนที่ผู้หญิงมองตัวเองในแง่ลบ ปฏิกริยาของบุคคลอื่นๆในสังคมมีอิทธิพลสำคัญต่อภาพความคิดเกี่ยวกับตนเอง (self concept) ของผู้หญิง แต่ไม่ได้หมายความว่าบุคคลอื่นจะมีอิทธิพลต่อความคิดเกี่ยวกับตนเองของผู้หญิงโดยตรง แต่ขึ้นอยู่กับ การรับรู้ของตัวผู้หญิงเอง เพราะผู้หญิงเป็นผู้กระทำ (actor) ที่มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ มีความสามารถในการต่อรองสิ่งต่างได้ด้วยตัวเอง และมีอิสระในการเลือกที่จะรับรู้จากบุคคลที่มีความสำคัญ ภาพความคิดเกี่ยวกับตนเองจะทำให้ผู้หญิงรับรู้ว่าเป็นใคร และจะประพฤติตัวอย่างไร อย่างในกรณีของพี่นุ่นที่เคยมองตัวเองในแง่ลบหลังจากหย่าร้างกับสามี แต่ปฏิกริยาของลูกก็มีอิทธิพลต่อภาพความคิดเกี่ยวกับตัวเองของเธอ พี่นุ่นรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่าในความรู้สึกของลูก พี่นุ่นอาจจะสิ้นสุดความเป็นภรรยาของสามี แต่พี่นุ่นยังต้องเป็นแม่ที่ดีของลูก ต้องดูแลและเลี้ยงดูลูกให้ดีที่สุด ในขณะที่เดียวกันความรักและการเอาใจใส่ของพี่นุ่นที่มีต่อลูก ก็จะทำให้ลูกรับรู้ได้ และมีอิทธิพลต่อการกระทำของลูกต่อมา

ขั้นการเข้าสู่สภาพปกติ

เป็นขั้นตอนที่ผู้หญิงสามารถปลดปล่อยชีวิตของพวกเขาออกจากการใช้ชีวิตอยู่เป็นคู่มาสู่การใช้ชีวิตเพียงลำพังโดยไม่มีสามีอีกต่อไป สามารถลุกขึ้นมาจากความเจ็บปวดที่ได้รับจากการหย่าร้าง และยอมรับความเป็นจริงที่เกิดขึ้นจากชีวิตการแต่งงานที่ไม่ประสบความสำเร็จ รวมถึงบทบาทหน้าที่ที่พวกเขาต้องดำเนินชีวิตต่อไปภายหลังการหย่าร้าง โดยมีการกำหนดเป้าหมายในชีวิตที่ชัดเจน และมีความพึงพอใจกับวิถีชีวิตใหม่ที่ได้รับ โดยการค้นพบตัวเองและสร้างเอกลักษณ์ให้กับตัวเองขึ้นมาใหม่ Clapp (2000)

การค้นพบตัวเองและสร้างเอกลักษณ์ให้กับตัวเองขึ้นมาใหม่

การปฏิสังสรรค์กับบุคคลอื่นในสังคมโดยผ่านทาง การรับรู้ของผู้หญิง ทำให้ผู้หญิงเปลี่ยนภาพความคิดเกี่ยวกับตนเอง (self concept) จากที่เคยมองตัวเองในเชิงลบมามองตัวเองในเชิงบวกมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการยอมรับจากเพื่อนร่วมงานในเรื่องของความสามารถในการทำงาน

และการทุ่มเทเวลาให้กับการทำงานเต็มที่ ทำให้ผู้หญิงค้นพบตัวเองและสร้างเอกลักษณ์ให้กับตัวเองขึ้นมาใหม่จากการทำงาน กลายเป็นผู้หญิงทำงานที่ประสบความสำเร็จ (working woman) และมีความสุขกับการทำงาน ในขณะที่เดียวกันการยอมรับของบุคคลอื่นที่มีต่อตัวเธอก็เป็นผลมาจากความทุ่มเทและความตั้งใจในการทำงานของเธอเช่นกัน

พีน้า “ทุกคนยังยอมรับพี่เหมือนเดิม ก็มั่นใจขึ้น มีเวลาให้กับงานมากขึ้น งานทำให้รู้สึกตัวเองมีคุณค่า พี่ก็ทุ่มให้กับการเต็มที่ เมื่อก่อนก็เต็มที่ในระดับหนึ่งเพราะเรามีครอบครัว แต่ตอนนี้ไม่มีแล้ว เดินหน้าเต็มที่ มุ่งไปที่ความ success เรื่องงานเป็นหลัก เลยกลายเป็น working woman เต็มตัว”

นอกจากนี้พีน้ายังมีโอกาสที่ดีเกี่ยวกับการทำงานเข้ามา “คนทำงานในวงการโรงแรมส่วนใหญ่จะรู้จักกันหมด มีพี่คนหนึ่งารู้จัก เขาค่อนข้างแอบปี้กับสไตล์การทำงานของพี่ เขามาชวนพี่ไปทำอีกที่หนึ่ง ตำแหน่งสูงขึ้น เงินเดือนเยอะขึ้นมาก พี่ก็เลยตัดสินใจไป เป็นการเริ่มต้นชีวิตใหม่อีกสแต๊ปหนึ่ง”

พีนุ่น “ตอนแต่งงานตั้งใจไว้ว่าจะเอาครอบครัวมาก่อน กะว่าจะทำงานซักรักก็เลยลาออกหลังจากที่หย่าไม่นาน มีการปรับตำแหน่งในที่ทำงาน พี่ที่เป็นหัวหน้าเลื่อนขึ้นไปอีกตำแหน่ง อาจารย์หมอให้พี่มาแทน พี่ลังเลอยู่เหมือนกัน ไม่แน่ใจว่าจะทำได้ แต่อาจารย์หมอบอกว่าพี่ทำได้ พี่ก็คิดว่ามีคนเห็นว่ามีความสามารถ พี่ตกลง เพราะเป้าหมายเรื่องครอบครัวมันเปลี่ยนไปแล้ว น่าจะเป็นโอกาสที่ดีถ้าพี่จะหันกลับมาเอาดีในเรื่องงาน”

เช่นเดียวกับพี่จุ่ม พี่ตุ๊ก และเจี๊ยะ ที่ทุ่มเทเวลาส่วนใหญ่ให้กับการทำงาน และประสบความสำเร็จในการทำงาน โดยในกรณีของเจี๊ยะหลังจากทุ่มเทเวลาให้กับการทำงานอย่างหนัก เจี๊ยะก็ได้รับการโปรโมตให้ไปทำงานที่ต่างประเทศตามที่ตั้งใจไว้ นอกจากนี้ทั้งพี่จุ่มและเจี๊ยะยังสร้างเอกลักษณ์ให้กับตัวเองจากการเป็นแม่ที่เลี้ยงลูกเพียงลำพังเช่นเดียวกับป๊อบและพีนุช

ป๊อบ “ทุกวันนี้ป๊อบแอบปี้ที่จะเลี้ยงลูกคนเดียว เดี่ยวนี้ผู้หญิงเลี้ยงลูกเองคนเดียวเยอะ เขาก็ยังอยู่ได้ ป๊อบก็ต้องทำได้...ป๊อบมีความสุขกว่าตอนที่ยังไม่ได้หย่า ป๊อบพูดจริงๆ ไม่สตอเบอร์ (ไม่ได้โกหก) ไม่ได้ทำเป็นมีความสุขแต่ในใจอกกัลดหนอง”

พินุช “ตอนแรกกลัวว่าจะเลี้ยงลูกได้มั้ย ลูกทำให้พี่รู้สึกมั่นใจว่าพี่ทำได้ ลูกพี่เป็นเด็กน่ารัก เรียนเก่ง ไม่ได้ทำตัวมีปัญหาเหมือนพี่ที่กังวล ทำให้รู้สึกว่าพี่คนเดียวก็เลี้ยงลูกได้ดีเหมือนกัน มันเป็นความภูมิใจค่ะ”

ในขณะที่พี่เอกก็ค้นพบความสัมพันธ์ของครอบครัวในอีกรูปแบบหนึ่งที่ไม่จำเป็นต้องใช้ชีวิตอยู่ด้วยกัน แต่ก็มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันได้ โดยไม่มีความจำเป็นต้องอดทนอยู่ด้วยกัน ความรู้สึกพี่เอที่มีต่อสามีดีกว่าตอนที่ใช้ชีวิตอยู่ในบ้านเดียวกัน โดยเธอและสามีมีพื้นฐานของความสัมพันธ์แบบเพื่อนที่ดีต่อกันมาก่อน และขณะนี้เธอก็พอใจกับความสัมพันธ์แบบเพื่อนมากกว่าความสัมพันธ์แบบสามีภรรยา

พินุช “พอเจอประสบการณ์ตรง ถึงรู้ว่าการหย่าหรือเลิกกัน มันไม่ได้เป็นประสบการณ์ที่เลวร้ายเสมอไป เรายังคง keep ความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันได้ ดีกว่าอยู่ด้วยกันและทะเลาะกัน เรายังเป็นพ่อเป็นแม่ให้ลูกเหมือนเดิมเพียงแต่ไม่ได้เป็นสามีภรรยากัน ไม่ได้เกลียดกัน เป็นครอบครัวอีกแบบหนึ่ง พี่ว่าสมัยนี้มีเยอะ เป็นความสัมพันธ์ที่ดีกว่าการที่ต้องทนอยู่ด้วยกัน โดยเอาลูกมาอ้างว่าทำเพื่อลูก”

พี่เอ “ครอบครัวเราไม่ได้ล้มหายตายจากกัน ยังเป็นพ่อแม่ลูกกันอยู่ เพียงแต่ไม่ได้อยู่ด้วยกัน พี่รู้สึกดีกับเขามากกว่าตอนที่อยู่ด้วยกัน คงเพราะเราเป็นเพื่อนกันมาก่อน พอเลิกกันก็ยังเป็นเพื่อนกัน ไม่ได้โกรธเกลียดกัน พี่พอใจกับความสัมพันธ์แบบนี้ เพราะตอนที่อยู่ด้วยกัน เราไปตั้งความหวังว่าเขาจะต้องเข้าใจเรา เห็นใจเรา แต่ตอนนี้เราไม่ได้หวังอะไรจากเขา ก็ไม่ทุกข์ ต่างคนก็ต่างใช้ชีวิตของตัวเอง โดยมีลูกเป็นสิ่งที่ยึดเหนี่ยว อนาคตจะเป็นยังไงไม่รู้ แต่ตอนนี้พี่พอใจแบบนี้”

ส่วนในกรณีของเหม่ม กิ๊ก และพี่ตุ๊ก มีความคล้ายกันคือ พวกเขาสามารถแยกตัวเองออกมาจากความรู้สึกที่ผูกพันอยู่กับสามี และยอมรับได้กับสภาพของความเป็นแม่ฝ่ายที่สามารถใช้ชีวิตอยู่ลำพังเพียงคนเดียวได้โดยไม่ต้องดิ้นรนออกไปแสวงหาความรักและความอบอุ่นจากคนอื่นไม่ว่าจะเป็นเพื่อนหรือผู้ชายที่พยายามเข้ามาในชีวิตของเธอ นอกจากนี้พี่ตุ๊กมองว่าการเป็นแม่ฝ่ายของเธอก็เหมือนกับตอนเป็นโสด ใช้ชีวิตเหมือนกัน เพียงแต่ผ่านประสบการณ์ชีวิตมากกว่าคนโสด ในขณะที่คนโสดบางคนอาจจะผ่านประสบการณ์ชีวิตครอบครัวมากกว่าเธอเพียงแต่ไม่ได้แต่งงานเท่านั้น

เหม่ม “เมื่อก่อนติดแฟน ติดมาก คิดว่าอยู่คนเดียวไม่ได้ พอเลิกกัน อารมณ์นั้นอยากรหาใครก็ได้มาทดแทน ใครเข้ามาก็คบ จนรู้ว่าไม่ค่อยมีใครจริงใจ..บางคนเห็นเราเป็นแม่ฝ่ายก็เข้ามา

แบบหวังจะอะไรจากเรา ถ้าเอาความเหงามาเป็นที่ตั้ง โอกาสเจอคนไม่ดีเยอะ ต้องอยู่ให้ได้ด้วยตัวเอง” แหม่มเล่าถึงประสบการณ์ในการคบคนหลังจากที่หย่ากับสามีว่า “เป็นแม่มา ย บางครั้งคนที่เข้ามาไม่ค่อยจริงใจ มาแบบมีเป้าหมายบางอย่าง ต้องระวังตัว ให้ความสนิทสนมในระดับหนึ่ง ไม่แสวงหา แหม่มอยู่คนเดียวได้แล้ว ถ้าไม่ใช่ก็ไม่เอา...ผู้ชายที่เข้ามาคุยด้วย พอรู้ว่าเธอเราไม่ใช่แม่มา ประเภทอารมณ์เปลี่ยว ใครมาก็เอาหมด มันไม่ใช่แบบนั้น เขาก็จะไม่เข้ามารบกวนเรามาก ให้เกียรติ เว้นระยะความสัมพันธ์ ส่วนใหญ่ก็จะหยุดแค่เพื่อน ก็มีบางคนไม่ได้อย่างที่คิด ก็หายไปเลย ก็ดี..เป็นการสกรีนว่าใครควรคบต่อไม่ควรคบต่อ”

กิก “เมื่อก่อนติดเพื่อน ก็มีบ้างที่เพื่อนไม่ว่าง เพื่อนสนิทบางคนก็แต่งงานไป แรกๆเราก็กโรร ที่ไม่มีเวลาให้เรา เริ่มรู้สึกที่เราเอาตัวไปติดคนอื่นมากเกินไป เพื่อนก็ต้องมีโลกส่วนตัวของเขา กิกก็ต้องอยู่ให้ได้ด้วยตัวเอง”

พีตัก “ตอนเลิกกันใหม่ๆ พี่ก็หวังว่าเขาอาจจะมาอ้อ แต่เขาไม่มา ก็เสียใจอยู่นาน ทำไมเขาไม่แค่เราเลยอะ ถ้าเป็นแบบนี้ไม่ดีแน่ ยอมให้คนอื่นมาอิทธิพลกับตัวเองมากเกินไป เมื่อก่อนเราก็อยู่มาได้ ตอนนี้ก็อยู่ได้”

ในขณะที่นี้นั้นค้นพบว่าตัวเองมีคุณค่า อย่างน้อยก็ในความรู้สึกของแม่ เธอจึงเลิกที่จะหมกมุ่นอยู่กับความทุกข์ของตัวเองที่มองว่าตัวเองไม่มีค่าที่ถูกพ่อและสามีทิ้งไป เธอจึงกลับมาใช้ชีวิตใหม่ที่มีความสุขอยู่กับแม่และกับปัจจุบันที่เธอเป็น

นี “อยากทำให้แม่มีความสุข ถ้าแม่มีความสุขนี้ก็มีความสุข.. มันคงไม่เหมือนเดิมทุกอย่าง แต่ก็เป็นความสุขในปัจจุบันของนีกับแม่ คุยกันทุกเรื่อง เหมือนเพื่อน ว่างก็อ่านหนังสือ พาแม่ไปเที่ยว ทุกวันนี้นอนห้องเดียวกับแม่”

การค้นพบตัวเองและสร้างเอกลักษณ์ให้กับตัวเองขึ้นมาใหม่ ไม่ว่าจะเป็นการค้นพบตัวเองและสร้างเอกลักษณ์ให้กับตัวเองจากการทำงาน การให้ความสำคัญกับความสำเร็จและความก้าวหน้าในการทำงาน กลายเป็นผู้หญิงทำงานที่ประสบความสำเร็จ (working woman) การค้นพบความสุขจากการเป็นแม่ที่เลี้ยงลูกคนเดียวเพียงลำพังโดยไม่จำเป็นต้องมีสามี (single mom) การค้นพบความสัมพันธ์ของครอบครัวในอีกรูปแบบหนึ่งที่ไม่จำเป็นต้องใช้ชีวิตอยู่ด้วยกันแต่ก็มีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันได้ การยอมรับสภาพความเป็นแม่มาที่สามารถใช้ชีวิตอยู่ลำพังเพียงคนเดียวได้โดยไม่ต้องดิ้นรนออกไปแสวงหาความรักและความอบอุ่นจากที่อื่น เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นจากการปฏิสังสรรค์กับบุคคลอื่นในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะ เป็น พ่อ แม่ ลูก บุคคลในครอบครัว หรือ

บุคคลอื่นในสังคม ทำให้ผู้หญิงมีมองตัวเองในเชิงบวกมากขึ้น ให้คุณค่าแก่ตนเองมากขึ้น และพยายามที่จะแสดงออกเพื่อให้ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น

ระยะเวลาในการจัดการชีวิตจนเข้าสู่สภาพปกติ

การจัดการชีวิตให้เข้าสู่สภาพปกติภายหลังการหย่าร้างไม่ได้เกิดขึ้นอย่างรวดเร็วทันทีทันใด ผู้หญิงต้องใช้ระยะเวลาในการจัดการกับชีวิตใหม่ แต่จะมากน้อยแตกต่างกันอย่างไรขึ้นอยู่กับความสามารถในการจัดการกับชีวิตของผู้หญิงแต่ละคน ระยะเวลาในการจัดการกับชีวิตจนเข้าสู่สภาพปกติภายหลังการหย่าร้างของผู้หญิงส่วนใหญ่อยู่ในช่วงสองถึงสามปี โดยความรู้สึกเศร้าโศกเสียใจจะอยู่ในช่วงปีแรกเป็นส่วนใหญ่ ในช่วงปีที่สองอารมณ์และความรู้สึกจะเริ่มคงที่มากขึ้น และพอเข้าสู่ปีที่สามก็จะเข้าสู่สภาพปกติ โดยในระหว่างการจัดการกับชีวิตใหม่นี้ผู้หญิงบางคนก็มีสถานการณ์อื่นๆเข้ามาเกี่ยวข้อง ซึ่งช่วยให้การจัดการชีวิตภายหลังการหย่าร้างทำได้ง่ายขึ้น เช่น การเปลี่ยนสถานที่ทำงานหรือการปรับเปลี่ยนตำแหน่งใหม่ ส่วนผู้หญิงที่ใช้ระยะเวลาในการจัดการชีวิตน้อยที่สุดคือไม่ถึงหนึ่งปีมีเพียงกรณีเดียว ซึ่งเธอให้เหตุผลว่าตัวเองและสามีไม่ค่อยมีความผูกพันกันมากนัก ทั้งในช่วงก่อนแต่งงานและระหว่างแต่งงานอยู่ด้วยกัน

เหม่ม “ประมาณปีหนึ่งเต็มๆที่เหม่มเที่ยวเป็นบ้าเป็นบอ เพราะครั้งสุดท้ายที่ไปฉลองอย่างหนักก็ตอนครบรอบเลิกกันหนึ่งปี หลังจากนั้นก็เริ่มหยุด เริ่มคิดอะไรได้ ไม่อยากใช้ชีวิตแบบนั้นแล้ว รวมๆแล้วก็น่าจะซักร้อยกว่าสองปี”

กิ๊ก “เป็นปีอะ ไม่แน่ใจว่ากี่ปี กิกกว่าน่าจะมากกว่าหนึ่งปี แต่ไม่น่าจะเกินสองปี เพราะกิ๊กจำได้ว่าช่วงปีแรกหลังจากหย่ากิ๊กเที่ยวสะบัดเลย หลังจากนั้นก็เริ่มเบื่อ เพราะตอนไปเที่ยวก็สนุก แต่พอกลับมาอยู่คนเดียวก็เซ็งอีก เพื่อนที่สนิทบางคนก็แต่งงานกันไป มีลูกกันไปบ้าง ก็ไม่ค่อยมีเวลาได้ไปเที่ยวด้วยกัน..เริ่มอยู่คนเดียวได้ ไม่เอาตัวเองไปผูกติดกับคนอื่น”

เช่นเดียวกับป๊อบที่ใช้เวลาประมาณปีกว่าถึงสองปี ซึ่งเธอให้เหตุผลว่าเป็นช่วงเวลาที่เธอต้องไปเรียนต่อปริญญาเอกที่ต่างประเทศ เธอจึงมีเรื่องเรียนที่ต้องให้ความสนใจมากกว่า

ป๊อบ “หลังจากหย่าไม่ถึงปีป๊อบก็ไปเรียนต่อ พอไปอยู่ที่โน่นก็ดีขึ้น อยู่ในสภาพแวดล้อมใหม่ มีเรื่องอื่นให้คิด ใจมันไปอยู่ที่เรียนไง ถ้าไม่ไปเรียนคงต้องใช้เวลาเนิ่นๆ โชคดีที่มีเรื่องเรียนเข้ามาทำให้ทำใจได้เร็ว..เอาเป็นว่าหลังจากหย่าอยู่เมืองไทยประมาณหนึ่งปี ไปอยู่ที่โน่นอีกปี ป๊อบก็ไม่ได้คิด

อะไรแล้ว ชีวิตมันกำลังจะก้าวไปอีกก้าวหนึ่งแล้ว มีอะไรต้องทำเยอะ เพราะถ้าปู่ยังคิดอยู่ปู่ก็เรียนไม่ได้”

ส่วนพื่อน้ำใช้เวลาในการจัดการกับชีวิตจนเข้าสู่สภาพปกติประมาณสองถึงสามปี ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่พื่อน้ำย้ายไปทำงานที่ใหม่ ซึ่งทำให้พื่อน้ำรู้สึกเหมือนเริ่มต้นชีวิตใหม่จริงๆ เช่นเดียวกับพื่อนุ่นและพินุชที่ใช้เวลาในการจัดการกับชีวิตภายหลังการหย่าร้างประมาณสามปี ซึ่งก็ไม่แตกต่างจากพ่จุ่มที่อยู่ในช่วงสามถึงสี่ปีมากนัก

พื่อน้ำ “หลังจากที่พี่เลิกกับเขา พี่ยังทำงานที่เดิมอีกประมาณสองปี ช่วงนั้นก็เริ่มดีขึ้นเรื่อยๆ แต่พี่ว่าถ้าเอาให้หนึ่งจริงๆ ก็ตอนที่พี่ย้ายไปทำงานที่ใหม่ มันเหมือนได้เริ่มต้นอะไรที่ใหม่ๆจริงๆ เพราะตอนอยู่ที่เดิมก็ยังมึนคิดอยู่บ้าง ก็น่าจะซักร้อยถึงสามปีได้”

พื่อนุ่น “คือมันค่อยๆดีขึ้น ตอบยากว่าตอนไหน...เพราะว่าช่วงปีแรกนี้แย่มาก ยังรู้สึกแค้นๆ อยู่เลย มาเริ่มดีขึ้นบ้างตอนที่ปรับตำแหน่งใหม่ ประมาณซักร้อยสองปีหลังจากหย่า จากนั้นก็ค่อยๆดีขึ้น..เพราะมีงานต้องรับผิดชอบมากขึ้น มีอะไรต้องทำเยอะ ไม่ค่อยมีเวลามานั่งคิดเรื่องตัวเอง ถ้าจะให้ปกติจริงก็สามปีน่าจะได้”

พินุช “ถ้าจะให้กำหนดเป็นช่วงเวลาพี่คงต้องวัดจากความรู้สึกของตัวเองที่เลิกหมกมุ่นกับเรื่องเดิมๆว่าเคยอยู่ด้วยกันทำอะไรด้วยกันบ้าง คือ พี่รู้สึกว่า cycle ของการใช้ชีวิตมันจะอยู่ในรอบหนึ่งปี ถ้าเราผ่านปีแรกไปได้ พอขึ้นปีที่สองความรู้สึกจะดีขึ้นกว่าปีแรก เพราะความรู้สึกเศร้าโศกเสียใจมันหมดไปกับปีแรกซะเป็นส่วนใหญ่ ความรู้สึกมันจะห่างออกไปเรื่อยๆ พอขึ้นปีที่สาม พี่ว่าพี่โอเคนะ”

พ่จุ่ม “นานค่ะ หลายปี สามสี่ปี เพราะเสียยังมาหาลูกเป็นประจำ ยังเจอกันอยู่แต่ถ้าไม่เจอกันเลย น่าจะทำให้ได้เร็วกว่านี้ อีกอย่างพี่แต่งงานอยู่กินกันมาเป็นสิบปี ถึงจะไม่ได้อยู่ด้วยกันทุกวัน แต่มันก็นาน มีอะไรให้จดจำเยอะ”

ในขณะที่พ่จุ่มใช้เวลาในการจัดการกับชีวิตน้อยที่สุดคือ ไม่ถึงปี ซึ่งเป็นระยะเวลาที่น้อยมากเมื่อเทียบกับผู้หญิงคนอื่นๆ โดยพ่จุ่มให้เหตุผลว่าเธอและสามีไม่ค่อยมีความผูกพันซึ่งกันและกันมากนัก

พ่จุ่ม “ไม่ถึงปีหรอกค่ะ พี่เป็นคนไม่ค่อยยึดติดอยู่กับอะไรนานๆ ยิ่งอะไรที่ทำให้พี่ทุกข์ พี่จะไม่อยู่กับมันนาน อาจจะเป็นเพราะก่อนแต่งงานพี่ใช้เวลาคบกันน้อย พอแต่งงานแล้วก็อยู่ด้วยกันไม่

นาน แล้วช่วงที่อยู่ด้วยกันก็ไม่ได้ประทับใจหรือมีความสุขมากนัก โชคดีที่มีงานเข้ามาเยอะด้วย ทั้งงานวิจัย งานบริหาร ทำให้ไม่ค่อยมีเวลาคิดถึงเรื่องพวกนี้มากนัก"

การศึกษากระบวนการจัดการชีวิตใหม่ภายหลังการหย่าร้างของผู้หญิงในครั้งนี้ สามารถสะท้อนภาพสองขั้นตอน ขั้นตอนแรก คือ ขั้นตอนการเปลี่ยนผ่าน ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ผู้หญิงต้องเผชิญกับสถานการณ์ที่ยากลำบากอยู่ช่วงระยะเวลาหนึ่ง เป็นขั้นตอนที่ผู้หญิงต้องมีการจัดการชีวิตในเรื่องของอารมณ์และความรู้สึกที่ยึดติดและผูกพันอยู่กับสามีในช่วงเวลาที่ใช้ชีวิตอยู่ด้วยกัน และที่สำคัญคือ การต่อสู้กับความรู้สึกที่มองตัวเองในแง่ลบที่ไม่สามารถรักษาชีวิตครอบครัวเอาไว้ได้ โดยเฉพาะในกรณีของผู้หญิงที่มีลูก และในการดำเนินชีวิตประจำวันที่ผู้หญิงต้องมีการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นมากมาย ปฏิกริยาของบุคคลอื่นจึงมีอิทธิพลต่อภาพความคิดเกี่ยวกับตัวเอง (self concept) ของผู้หญิง โดยผ่านทางการรับรู้ของผู้หญิง ซึ่งส่วนใหญ่เป็นการรับรู้ในเชิงบวก และจะส่งผลต่อพฤติกรรมและการกระทำของผู้หญิง จึงนำมาสู่ขั้นการเข้าสู่สภาพปกติ หลังจากที่ยุหญิงเปลี่ยนภาพความคิดเกี่ยวกับตัวเองจากที่เคยมองตัวเองในเชิงลบมาเป็นการมองตัวเองในเชิงบวกมากขึ้น มีคุณค่ามากขึ้น ส่งผลต่อพฤติกรรมและการกระทำในเชิงบวกของผู้หญิง ไม่ว่าจะเป็นการประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน หรือการเป็นแม่ที่เลี้ยงลูกคนเดียวเพียงลำพัง (single mom) ถึงแม้ว่าจะไม่ใช่เป็นรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เคยตั้งความหวังไว้ตอนแต่งงาน แต่เป็นอย่างน้อยที่สุดพวกเธอก็สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้อย่างปกติมากขึ้น ไม่จมอยู่กับภาพความรู้สึกที่มองตัวเองในแง่ลบตลอดไป