

## บทที่ 4

### ระเบียบวิธีการวิจัยในการทดสอบข้อเสนอทฤษฎี

“ความเหงามีประสบการณ์ที่ทุกข์ทรมานอย่างมากกระทั่งยากที่จะระลึกได้อย่างชัดเจน”<sup>1</sup>

แฮร์รี สแตคค์ ซัลลิแวน

ดังที่ได้กล่าวในบทนำแล้วว่า วิธีการศึกษาในวิทยานิพนธ์นี้มี 2 ส่วน (หรือ 2 ขั้นตอน) กล่าวคือ ส่วนที่เป็นการสร้างข้อเสนอทฤษฎีความเหงามที่อิงตัวตน และในส่วนของ การทดสอบข้อเสนอทฤษฎีดังกล่าว คำว่า ระเบียบวิธีวิจัยในบทที่ 4 นี้จำกัดความเฉพาะส่วนที่ 2 หรือส่วนที่เป็นการทดสอบข้อเสนอทฤษฎี

และดังที่ได้กล่าวมาแล้วว่า การศึกษาความเหงามที่ผ่านมายังมีปัญหาพื้นฐานอยู่ที่นิยามความเหงามได้ไม่ครอบคลุม ด้วยเหตุนี้ ผู้ศึกษาจึงเห็นว่า การออกแบบวิจัยที่เหมาะสมคือการใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพเพื่อเอื้อต่อการได้ข้อมูลจำนวนมาก ซึ่งมีลักษณะแตกต่างที่น่าสนใจอย่างกว้างขวางที่สุดเพื่อทดสอบข้อเสนอทฤษฎีของผู้ศึกษา

### ใครคือผู้เหงาม

อาจมีความไม่ชัดเจนเมื่อกล่าวคำว่า ผู้เหงาม ก่อนอื่นจึงต้องตกลงตรงนี้ก่อน เนื่องจากอาจเข้าใจได้ใน 2 ความหมาย ความหมายหนึ่งคือ คนที่มีความเหงามมาก กับอีกความหมายคือ คนที่มีประสบการณ์เหงาม โดยไม่จำเป็นว่าต้องมากก็ได้

เนื่องจากข้อเสนอทฤษฎีความเหงามที่อิงตัวตน อธิบายธรรมชาติของตัวตนว่ามุ่งแสวงหาความเพิลิตเพลินยินดีจากสิ่งอื่นนอกตัวตน แต่การคิดเห็นความหมายของความโดดเดี่ยวซึ่งหมายถึงการไม่มีสิ่งอื่น ทำให้การแสวงหาความเพิลิตเพลินยินดีเป็นไปได้และขัดกับธรรมชาติการดำรงอยู่ของตัวตน หรือนัยหนึ่ง ตัวตนต้องประสบสภาพตรงกันข้ามกับการได้รับความเพิลิตเพลินยินดีหรือเกิดสภาพใจที่เหี่ยวเฉาซบเซา ซึ่งเรียกความรู้สึกนี้ว่าความเหงาม โดยนัยนี้ความเหงามจึงอยู่ในภาวะความเป็นมนุษย์ (Loneliness is a condition of human life.) หรือเป็นสิ่งที่

---

<sup>1</sup> “Loneliness was an experience which has been so terrible that it practically baffles clear recall.” (Sullivan, 1953, p. 261)

ที่สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน<sup>1</sup> ความหมายของตัวตนผู้เหงาหรือผู้เหงาตามทฤษฎีนี้ จึงไม่จำกัดว่าต้องเป็นผู้ที่มีความเหงามากเท่านั้น แต่ครอบคลุมถึงผู้ที่ประสบเหงาทุกระดับ หรือทุกประเภท แต่อย่างไรก็ตาม สำหรับผู้เหงาที่เป็นผู้ป่วยโรคจิต มีลักษณะเฉพาะซึ่งในการเข้าถึงต้องอาศัยผู้ผ่านการศึกษาบรมในสาขาจิตเวช ในการศึกษาผู้เหงาในวิทยาลัยนี้จึงจำกัดเฉพาะผู้เหงาที่เป็นคนปกติเท่านั้น

### ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

เมื่อข้อเสนอทฤษฎีความเหงาที่อิงตัวตนมีนัยว่า ความเหงาอยู่ในภาวะมนุษย์ ดังนั้นในการทดสอบทฤษฎีที่เสนอความเหงาหลากหลายประเภท จึงควรศึกษาจากคนจำนวนมากที่หลากหลายให้มากที่สุดเท่าที่จะกระทำได้

ตามเกณฑ์พื้นฐานในการพิจารณามนุษย์อันหนึ่งคือเรื่องวัย แม้ในการทดสอบทฤษฎีนี้มิได้เกี่ยวข้องกับประเด็นว่า วัยแต่ละวัยมีความเหงาอย่างไร แต่วัยก็พอเป็นตัวสื่อในการฉายภาพกว้างหรือภูมิหลังได้ ในการศึกษาที่พิจารณาทดสอบจากผู้มีส่วนร่วมในการศึกษา จากช่วงอายุระหว่าง 18-65 ปี หรือจำแนกเป็นวัยรุ่นตอนปลาย (อายุ 18-25 ปี) และวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (อายุ 26-40 ปี) ตลอดจนวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง (อายุ 40-65 ปี) เหตุผลที่ศึกษากลุ่มวัยรุ่นตอนปลาย ด้วยเหตุผลว่า มีการศึกษายืนยันว่า วัยดังกล่าวมีความเหงาสูงเมื่อเทียบกับวัยผู้ใหญ่ (Brennan, 1982; Parlee, 1979) แต่การที่การศึกษานี้ละเลยกลุ่มวัยเด็ก กลุ่มวัยรุ่นตอนต้น และวัยสูงอายุ ก็ด้วยเหตุผลข้อจำกัดด้านความสามารถ และความสะดวกในเก็บข้อมูล สำหรับกลุ่มวัยสูงอายุนั้นมีการศึกษาจำนวนมากอยู่แล้ว ซึ่งผลการค้นพบกลับตรงข้ามกับสามัญสำนึก โดยยืนยันชัดเจนว่า วัยชราเป็นกลุ่มที่ไม่ได้มีความเหงาสูง นอกจากนี้ได้ชี้ไปในทางเดียวกันว่าส่วนใหญ่ของผู้สูงวัยที่มีความเหงาจะเป็นความเหงาเกี่ยวกับ “ความเหงาเชิงความสัมพันธ์” ตามความหมายที่ให้การศึกษานี้ (ดู Clark & Anderson, 1980, pp. 259-283; Gibson, 2000, pp. 21-38)

<sup>1</sup> สอดคล้องกับความเชื่อซึ่งเป็นที่ยอมรับกันมากกว่า ความเหงาเป็นประสบการณ์สากลของมนุษย์ (Berblinger, 1968; Mijuskovic, 1979, p. 68) ซึ่งกระทบปัจเจกบุคคลได้ได้ตราบที่มีชีวิตอยู่ (Gerstein, 1984) หรือบางกรณีอธิบายว่า เนื่องจากมนุษย์ต่างมีตัวตนที่แยกจากผู้อื่น มนุษย์จึงมีความโดดเดี่ยว หรือที่เรียกว่า ความโดดเดี่ยวในทางอภิปรัชญา (metaphysical aloneness) (Mijuskovic, 1980, pp. 83-84)

ในเชิงที่อยู่อาศัย ในการทดสอบนี้จึงมุ่งกระทำต่อคนในเขตเมือง เนื่องจากเขตเมืองเป็นแหล่งที่ผู้คนหนาแน่น และมีความสัมพันธ์แบบทฤษฎีเป็นด้านหลัก ซึ่งต่างจากเขตชนบท จึงเป็นที่ยอมรับกันว่า เขตเมืองน่าจะมีความหนาแน่นมากกว่าเขตชนบท นอกจากนี้ การเข้าถึงแหล่งข้อมูลมีความสะดวกมากกว่า

เนื่องจากเราไม่ทราบลักษณะองค์ประกอบความเป็นไปได้ทั้งหมดของประชากรที่แท้จริงของผู้เฝ้าประเภทต่างๆ เราจึงไม่สามารถสุ่มตัวอย่างตามหลักความน่าจะเป็นได้ ด้วยเหตุนี้ การสุ่มตัวอย่างในการศึกษาจึงเป็นแบบไม่ทราบโอกาส หรือความน่าจะเป็นที่แต่ละหน่วยถูกเลือกขึ้นมาเป็นตัวอย่างไม่ใช่การสุ่มแบบเจาะจง (nonprobability sampling) ด้วยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง (purposive or judgmental sampling) ผสมกับวิธีสุ่มตัวอย่างแบบ snowball

โดยหลัก ในการวิจัยเชิงคุณภาพไม่อาจกำหนดขนาดตัวอย่างได้ล่วงหน้า เพราะขึ้นอยู่กับภาระหาข้อมูลจนครบทุกประเด็น จนกระทั่งพบแบบแผนที่น่าสนใจหรือข้อมูลที่มีความเปลี่ยนแปลงในสาระสำคัญแล้ว อย่างไรก็ตาม การเลือกตัวอย่างจะสามารถกำหนดทิศทางได้ว่า คือการพยายามหาตัวอย่างที่หลากหลาย กระจายตามแนวคิดที่ได้จากการสำรวจและประมวลองค์ความรู้ที่ผ่านมา และโดยเฉพาะอย่างยิ่งจากข้อเสนอแนะ การแบ่งประเภทตลอดจนข้อเสนอทางทฤษฎีของผู้ศึกษา

ผู้ศึกษาได้เก็บข้อมูลใช้การสุ่มแบบ snowball คือ ให้ผู้ที่ยอมรับว่าตนเหงาและยินดีให้สัมภาษณ์แนะนำผู้อื่นต่อไป ควบคู่ไปกับวิธีการสุ่มแบบเจาะจง จนกระทั่งข้อมูลมีความนิ่ง โดยใช้ระยะเวลาเก็บและควบคู่ไปกับการวิเคราะห์ข้อมูลตามหลักการวิจัยเชิงคุณภาพ เริ่มตั้งแต่ราวกลางปี 2550 สิ้นสุด ณ เดือนตุลาคม 2551 รวมเวลาทั้งสิ้น 17 เดือน ในท้ายที่สุดของการเก็บและวิเคราะห์ข้อมูล ผู้ศึกษาได้สิ้นสุดจำนวนตัวอย่างที่ 362 ราย เพราะพบว่า ข้อมูลมีความนิ่งพอแล้ว หรือมีแบบกระสวนไม่แปรเปลี่ยน โดยหลังจากได้ลองพิจารณาตัวอย่างอีก 64 ราย ก็ไม่ส่งผลต่อแบบแผนที่พบ หรือหักล้างข้อเสนอทฤษฎีแต่อย่างใด จึงเห็นว่า จำนวน 362 รายเป็นจุดที่พอดี มีประสิทธิภาพประสิทธิผลในการนำเสนอ

โดยสรุป จำนวนผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาโดยการสุ่มด้วยวิธี snowball มีทั้งสิ้น 74 คน (ทั้งหมดเป็นบุคคลที่ไม่ใช่นักศึกษา) และจำนวนผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาที่ได้จากวิธีการสุ่มแบบเจาะจง ทั้งสิ้น 288 คน (แยกเป็นเป็นนักศึกษา 233 คน ที่ไม่ใช่นักศึกษา 55 คน)

ในจำนวนที่ใช้วิธีการสุ่มแบบเจาะจง ประกอบด้วยบุคคลที่เป็น “นักศึกษาคณะพิเศษ” (ตามวิทยานิพนธ์นี้ ถือตามหลักในการแจกแจงอาชีพ ไม่นับเป็นนักศึกษา) ระดับปริญญาตรี 2 ปี หลัง สาขาบริหารธุรกิจ ซึ่งมาเรียนในวันอาทิตย์ ที่มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี จำนวน 33 คน และ

กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาภาคปกติ จากมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ กระจายตั้งแต่ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 199 คน และนักศึกษาปริญญาโท จำนวน 22 คน (ซึ่งในการแจกแจงนับแง่อาชีพ ไม่นับเป็นนักศึกษา เนื่องจากทั้งหมดมีงานทำ และมาเรียนในภาคพิเศษ) และนักศึกษาภาคปกติ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปางชั้นปีที่ 3 จำนวน 34 คน

เหตุผลที่เลือกกลุ่มนักศึกษาภาคพิเศษของมหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรีดังกล่าว เพราะมีลักษณะทั่วไปของนักศึกษาผู้ใหญ่ที่มาเรียนในวันอาทิตย์ที่มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี ซึ่งมีพื้นฐานระดับการศึกษา ปวส. และอาศัยอยู่กระจายอยู่ในพื้นที่เขตต่างๆ ของกรุงเทพฯ โดยส่วนใหญ่ทำงานในระดับปฏิบัติการในภาคเอกชน และการที่เลือกนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่และลำปาง เพราะส่วนใหญ่นักศึกษาจะมาจากพื้นที่ต่างจังหวัด หรือต่างอำเภอในจังหวัดเชียงใหม่ หรือลำปาง การต้องจากบ้านที่ห่างไกลมาเรียนในเมือง เป็นเงื่อนไขที่ทำให้เกิดความเหงาได้<sup>1</sup> เหตุผลสำคัญยิ่งในการเลือกเจาะจงกลุ่มนักศึกษาซึ่งเป็นวัยรุ่นตอนปลายดังที่กล่าวแล้ว ในการทดลองเก็บข้อมูลในช่วงต้น ได้พบว่า กลุ่มนักศึกษาเป็นกลุ่มที่มีลักษณะเปิดเผยความเหงาสูง หรือนัยหนึ่งช่วงวัยและสถานะทางสังคมดังกล่าว ทำให้ไม่จำเป็นต้องใช้กลไกป้องกันตนเองเท่าใดนัก ความยินดีให้ความร่วมมือในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จึงมีสูงมาก นอกจากนั้นแล้ว นักศึกษาภาคปกติในปัจจุบันจำนวนไม่น้อยมีการใช้ชีวิตคู่ในลักษณะไม่ต่างจากวัยผู้ใหญ่มากนัก ยกเว้นเพียงเงื่อนไขที่ยังไม่ได้ประกอบอาชีพเต็มตัวหรือโดยตรง

จากที่กล่าวมาจึงมิได้หมายความว่า การสุ่มตัวอย่างนี้สะท้อนสัดส่วนการเป็นตัวแทนของประชากร (representativeness) “ผู้เหงา” แต่หมายถึงการเก็บรวบรวมข้อมูลจนมีแบบกระสวนคงที่พอที่จะยืนยันหรือปรับปรุงข้อเสนอทฤษฎี “ความเหงา” ที่อิงตัวตนเท่านั้น ทั้งนี้ในทางตรรกะและความเป็นจริง ล้วนเป็นไปได้ที่จะยืนยันทฤษฎีได้อย่างสมบูรณ์ด้วยวิธีอุปนัย

ในบรรดากลุ่มตัวอย่างในการทดสอบข้อเสนอทฤษฎีครั้งนี้ ประกอบด้วย 362 รายนั้น อาจสรุปภาพรวมโดยสังเขปได้ดังนี้ (รายละเอียด แสดงในรูปตาราง โปรดดูใน ภาคผนวก ก)

จำแนกในแง่เพศ ประกอบด้วยเพศชาย 171 คน (47.24%) เพศหญิง 190 คน (52.48%) เพศที่สามที่เป็นสาวประเภทสอง 1 คน (0.28%)

ในแง่อายุ ส่วนใหญ่อยู่ในวัยรุ่นตอนปลายมีจำนวน 243 คน (67.13%) รองลงมาคือวัยผู้ใหญ่ตอนต้น 74 คน (20.44%) และวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง 45 คน (12.43%)

<sup>1</sup> ผู้ศึกษาเคยสอนหนังสืออยู่ที่มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่อยู่ราว 3 ปี จึงพอคุ้นเคยกับสภาพชีวิตนักศึกษาแห่งนี้ ซึ่งส่วนใหญ่จะไม่ใช้คนในตัวอำเภอเมืองเชียงใหม่

ในแง่ภูมิภาค ส่วนใหญ่อยู่ต่างจังหวัด 270 คน (74.59%) แยกเป็นเขตชนบท 142 คน (39.23%) และเขตเมือง 128 คน (35.36%) ส่วนน้อยอยู่ในกรุงเทพฯ 92 คน (25.41%)

ในแง่ที่อยู่อาศัยขณะให้ข้อมูล อยู่ในเขตอำเภอเมืองเชียงใหม่ จำนวน 221 คน (61.04%) และเขตอำเภอเมืองลำปาง จำนวน 34 คน (9.40%) และกรุงเทพมหานครหรือจังหวัดใกล้เคียง จำนวน 107 คน (29.56%)

ในแง่สถานภาพการสมรสและความสัมพันธ์แบบคู่รัก ส่วนใหญ่เป็นโสด จำนวน 223 คน (61.60%) รองลงมาคือหย่าหรือเลิกกัน 82 คน (22.65%) อยู่ด้วยกันโดยไม่ได้แต่งงาน 28 คน (7.74%) แต่งงาน 23 คน (6.35%) แต่งงานครั้งที่ 2 จำนวน 6 คน (1.66%)

ในแง่ระดับการศึกษา ส่วนใหญ่จบมัธยมศึกษาตอนปลายมีจำนวน 225 คน (62.15%) รองลงมาคือ จบปริญญาตรี 65 คน (17.95%) จบปริญญาโท 35 คน (9.67%) จบประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง 33 คน (9.12%) จบมัธยมศึกษาตอนต้น 2 คน (0.55%) จบประถม 4 จำนวน 1 คน (0.28%) และจบปริญญาเอก 1 คน (0.28%)

ในแง่อาชีพ ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษา ไม่ได้ประกอบอาชีพหรือไม่ได้ประกอบอาชีพโดยตรง จำนวน 233 คน (64.36%) รองลงมาคือ พนักงานในภาคเอกชน 67 คน (18.51%) ข้าราชการ, พนักงานรัฐวิสาหกิจ หรือเจ้าหน้าที่ของรัฐ 31 คน (8.56%) ประกอบธุรกิจส่วนตัว 23 คน (6.35%) แม่บ้าน 4 คน (1.11%) ทำงานในองค์กรเอกชนที่ไม่แสวงหากำไร 1 คน (0.28%) และนักบวช 3 รูป (0.83%)

ในแง่ฐานะทางเศรษฐกิจ ส่วนใหญ่ประเมินตนเป็นชนชั้นกลางระดับกลาง 223 คน (61.60%) รองลงมาคือ ชนชั้นกลางระดับล่าง 67 คน (18.51%) ชนชั้นกลางระดับสูง 52 คน (14.37%) และชนชั้นล่าง 12 คน (3.31%) ตลอดจนชนชั้นสูง 8 คน (2.21%)

ในแง่ศาสนา ส่วนใหญ่นับถือพุทธศาสนา 321 คน (88.67%) คริสต์ 27 คน (7.46%) อิสลาม 8 คน (2.21%) และอื่นๆ 6 คน (1.66%)

### ปัญหาทั่วไปในการระบุความเหงา/ผู้เหงา

ก่อนจะกล่าวถึงวิธีการรวบรวมข้อมูล ในลำดับแรก เห็นควรพิจารณาถึงปัญหาทั่วไปในการเก็บรวบรวมข้อมูลความเหงา นั่นคือ ปัญหาการระบุความเหงาและผู้เหงา

ดังที่ได้ชี้ในบทที่ 2 ว่า การศึกษากระแสหลักที่สร้างนิยามเชิงปฏิบัติการในการศึกษาความเหงา แม้จะได้ "ความชัดเจน" ในการวัด แต่ก็เข้าใจประสบการณ์ความเหงาได้อย่างจำกัด

ปัญหาในการศึกษาความเหงาจึงอยู่ที่ว่าจะเข้าใจความรู้สึกนี้ให้ครอบคลุมได้อย่างไร ในขณะที่ยังคงมีลักษณะของการศึกษาอย่างเป็นปรวิสัยด้วย แม้ข้อเสนอนิยามความเหงาของวิทยานิพนธ์นี้มีลักษณะเป็นนิยามเชิงมโนทัศน์ (conceptual definition) อาจไม่อยู่ในเกณฑ์เป็นนิยามเชิงปฏิบัติการ (operational definition) แต่คำถามคือ จำเป็นหรือที่การศึกษาความเหงาโดยขาดนิยามเชิงปฏิบัติการจะทำให้การศึกษาไม่มีลักษณะเชิงประจักษ์และเป็นปรวิสัย การวิจัยเชิงคุณภาพบางเรื่องมีข้อจำกัดที่ไม่สามารถกำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการ แต่ก็มีคุณค่าในการศึกษาได้เช่นกัน (Berg, 2004, p. 31)

โดยเหตุที่ความเหงาเป็นเรื่องของความรู้สึก ซึ่งไม่อาจสังเกตได้ชัดเจนจากภายนอก (ดู Feemon & Goswick, 1981) วิธีการศึกษาจึงต้องผ่านทางอ้อมด้วยการใช้วิธีการรายงานตนเอง (self-reports)<sup>1</sup> แต่ปัญหาสำคัญในการรายงานตนเองเกี่ยวกับความเหงา ยังอยู่ที่บุคคลยากที่จะรำลึกถึงมัน เนื่องจากเป็นประสบการณ์ที่เจ็บปวด (Sullivan, 1953, p. 261) และนำตระหนักซึ่งบุคคลพยายามที่จะหลีกเลี่ยงมันเสีย (Fromm-Reichmann, 1980, p. 339) ในการทดลองศึกษา (pretest) ผู้ศึกษาเองก็พบปัญหานี้เช่นกัน ดังเห็นได้จากกรณีผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาคนหนึ่ง ได้กล่าวสอดคล้องกับสิ่งที่ Sullivan และ Fromm-Reichmann ว่าไว้ เธอกล่าวว่า “ดิฉันว่าไม่มีใครอยากนึกถึงความเหงา เราไม่อยากเข้าใจ มันเกิดขึ้น คนจะพยายามหนีความรู้สึกนี้ทันที ไม่มีใครอยากอยู่กับมันหรอก มันเป็นความรู้สึกเย็นยะเยือก”<sup>2</sup>

นอกจากปัญหาความยากในการรำลึกถึงความเหงาแล้ว ยังมีปัญหาด้านการเปิดเผยตนเองของผู้เหงาอีกด้วย อาจสรุปความเป็นไปได้เกี่ยวกับการเปิดเผยตนเองของผู้มีส่วนร่วมในการศึกษา ออกเป็น 4 กรณีด้วยกัน<sup>3</sup> ได้แก่

กรณีที่ 1 พบผู้เหงาแต่ผู้นั้นไม่รู้ตัวเองว่าเหงา จากการศึกษาของ Evans & Dingus (1989, p. 254) ก็พบในกรณี Ms.C. (ชื่อสมมุติ) ไม่ตระหนักว่าตนเหงาอยู่ Perlman & Joshi

<sup>1</sup> ดูสรุปข้อดี ข้อเสียของวิธีการรายงานตนเองได้ใน Kassin (1995, p. 17)

<sup>2</sup> สำหรับประเด็นการเปรียบเทียบความรู้สึกเหงากับความเย็นยะเยือก มีข้อน่าสนใจ ว่ามีปรากฏอยู่ในวรรณกรรมสากลของไทยหลายเรื่อง ตลอดจนปรากฏอยู่ในการพรรณนาประสบการณ์ความเหงาของผู้ให้ข้อมูลในงานของ Moustakas (1961) เป็นต้น

ในบทที่ 5 ของวิทยานิพนธ์นี้จะได้กล่าวเพิ่มเติมในประเด็นนี้ต่อด้วย

<sup>3</sup> ผู้ศึกษาประมวลสรุปและพัฒนาต่อจากบทความการวิเคราะห์เชิงมโนทัศน์ของ Perlman & Joshi (1989) เรื่อง *The Revelation of Loneliness*

(1989, p. 65) กล่าวว่า เป็นไปได้ที่ผู้ที่วินิจฉัยอาการตนเองได้น้อย จะไม่ได้รับรู้ว่าตนเหงา ดังนั้น จึงไม่มีเหตุผลที่เขาจะกล่าวถึงมัน

กรณีที่ 2 ผู้นั้นเหงา แต่ไม่เปิดเผยตนเองว่าเหงา ในกรณีนี้แยกความเป็นไปได้ อีก อย่างน้อย 3 กรณี

กรณีย่อย 2.1 ผู้นั้นไม่เปิดเผยเพราะเห็นเป็นภาพติดลบ หรือเป็นรอยมลทิน (stigma) (ดูการศึกษาเรื่องรอยมลทินของผู้มีเอกลักษณ์ที่มีปัญหาใน Goffman, 1963 และดูกรณีการศึกษากับคนเหงา ใน Jones et al., 1984) ในบางสังคม เช่น สังคมอเมริกันที่เชิดชูบุคลิกภาพที่เป็นมิตร และความสามารถในการเข้าสังคม ว่าเป็นเครื่องหมายของความสำเร็จ ความเหงาเท่ากับต่อต้านคุณค่าดังกล่าวหรือเป็นการแสดงถึงความล้มเหลวทางสังคมนั่นเอง คนเหงาจึงกลัวการตอบสนองในทางลบจากสังคม นักวิชาการบางท่านชี้ว่าความเหงาเป็นหัวข้อที่เป็นข้อห้าม (taboo) ของสังคมสมัยใหม่ ดังกับที่เรื่องเพศครั้งหนึ่งถูกถือเป็นข้อห้ามในสังคมสมัยก่อน (Middlebrook, 1980) ความเหงาเป็นเรื่องน่าอับอายที่จะต้องปกปิดเช่นเดียวกับการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง (Creagh, 1995)

กรณีย่อย 2.2 บรรทัดฐานของสังคม เช่น สังคมอเมริกันเน้นให้พึ่งตนเอง ไม่รบกวนผู้อื่น (Perlman & Joshi, 1989) อย่างไรก็ดี นำพิจารณาว่า สังคมไทยมีค่านิยมเช่นนั้นหรือไม่ หรือเรายังคงมีลักษณะเกื้อกูลกันแบบกลุ่มเป็นจุดเด่นมากกว่าปัจเจกชนนิยม

กรณีย่อย 2.3 รู้สึกว่าเปิดเผยไปก็ไม่ทำอะไรดีขึ้น ไม่มีใครช่วยได้ มีการศึกษาพบว่า คนเหงาที่เคยเปิดเผย แล้วไม่มีใครช่วยเหลือตน ทำให้เซ็ดเซียด กลายเป็นไม่เปิดเผยความรู้สึกของตนออกไป (Perlman & Joshi, 1989)

กรณีที่ 3 ผู้เหงาตระหนักรู้ตัวในความเหงาของตนและยอมรับว่าเหงา อาจแยกกรณีความเป็นไปได้ในกรณีย่อยๆ เช่น แยกตามระดับการเปิดเผยมากไปถึงน้อย เปิดเผยระดับอาการ แต่ไม่เปิดเผยสาเหตุที่ชัดเจน บางกรณีการเปิดเผยอาจเป็นแบบเกินจริงเกินไป ด้วยเหตุผลเช่น อาจเพื่อเอาใจผู้ศึกษา เป็นต้น (Middlebrook, 1980) และบางคนเปิดเผยต่ำกว่าที่เป็นจริง

กรณีที่ 4 ผู้นั้นไม่ได้เหงา แต่รายงานว่าเหงา อาจแยกกรณีย่อยที่เป็นไปได้ ดังนี้

กรณีย่อย 4.1 การเข้าใจการปรุงแต่งของตนเองผิด จึงรายงานด้วยการใช้คำว่า เหงา เป็นไปได้ว่าผู้นั้นมีอารมณ์ทุกข์หลายอย่างในช่วงเวลายาวช่วงเวลาหนึ่ง เช่น กระวนกระวาย (กลัว) ซึมเศร้า เบื่อ รวมทั้งมีอารมณ์เหงาด้วย แต่กรณี ณ ขณะที่กำลังมุ่งข้อยู่ สิ่งที่ถูกระบุจริงๆ ไม่ใช่ความเหงา แต่ผู้นั้นยังคงใช้คำว่าเหงาอยู่

กรณีย่อย 4.2 อาจเป็นไปได้ในกรณีที่ผู้เรียนไม่มีอารมณ์เหงาอยู่จริง แต่ใช้คำผิด โดยไม่จริงจกกับความหมายจริงของภาษา ตัวอย่างเช่นผู้ชายที่เกี่ยวข้องพาสีกับหญิงที่มีใช้ภรรยาตนเอง อาจพูดกับหญิงนั้นว่าเหงา ทั้งที่จริงเป็นอารมณ์อื่น หรือเด็กวัยรุ่นพูดคำว่าเหงาทั้งที่คือ อารมณ์เบื่อ

กรณีย่อย 4.3 เป็นกรณีอารมณ์เชิงบวกหรืออารมณ์สุข เช่น ผู้เรียนใช้คำว่าเหงาเป็นคำเดียวกันกับความหมายของคำว่า ความสันโดษ ดังตัวอย่างเช่น งานของ Moustakas ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

ในช่วงแรก ผู้ศึกษาได้ใช้ความพยายามส่วนหนึ่งในการศึกษาจากผู้ศึกษาคาดว่า น่าจะมีความเหงา แม้ผู้เรียนจะไม่เปิดเผยก็ตามด้วย (กรณีที่ 2) แต่ต่อมาผู้ศึกษาพบว่า บุคคลท่านนั้นๆมักไม่ยินดีในการมีส่วนร่วมในการศึกษาและมีข้อระแวงต่อผู้ศึกษา ดังนั้น ผู้ศึกษาจึงต้องยกเลิกการศึกษาในส่วนนี้ ดังจะขอกกล่าวเพิ่มเติมในหัวข้อถัดไป

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

การกล่าวถึงหัวข้อการเก็บข้อมูลในที่นี้ เป็นเพียงเพื่อความสะดวกเท่านั้น เพราะแท้ที่จริงแล้ว ขั้นตอนการเก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเชิงคุณภาพยากที่จะแยกออกจากกัน โดยผู้ศึกษาย่อมวิเคราะห์ข้อมูลไปได้ด้วยพร้อมกันในขณะเก็บรวบรวมข้อมูลนั่นเอง (Miles & Huberman, 1994, p. 2) นอกจากนี้แล้ว ผู้ศึกษาได้พบว่า หลังจากการวางแผนเก็บข้อมูลในขั้นตอนการนำเสนอเค้าโครงการวิจัยแล้วนั้น เมื่อได้เก็บข้อมูลและวิเคราะห์ข้อมูลไประยะเวลาหลายเดือน ก็พบว่า จำเป็นต้องปรับเปลี่ยนทิศทางการเก็บข้อมูลไปจากเดิมเพื่อให้มีประสิทธิภาพ ประสิทธิภาพ

เดิมผู้ศึกษาซึ่งได้ชี้ปัญหาในการเก็บข้อมูลของ Weiss ในบทที่ 2 ของวิทยานิพนธ์ หัวข้อ ประมวลองค์ความรู้ด้านวิธีการวิจัยความเหงา ว่า การศึกษาโดยวิธีการเชื้อเชิญ (induce) ให้ผู้ถูกศึกษาแสดงความรู้สึกเกี่ยวกับสถานการณ์สมมุติที่ Weiss ยกขึ้นนั้น ไม่ทำให้การศึกษามีความน่าเชื่อถือหรือเที่ยงตรง แต่อย่างไรก็ตาม ผู้ศึกษาเองก็เห็นว่า Weiss ได้แสดงให้เห็นถึงความพยายามหาทางศึกษาอย่างเป็นกลาง ความพยายามหลีกเลี่ยงการชี้นำหรือครอบงำผู้ให้ข้อมูล ในเวลานั้น ผู้ศึกษาจึงเห็นว่า สามารถเก็บบทเรียนจาก Weiss โดยพัฒนาหลักวิธีการการเก็บรวบรวมข้อมูลให้ลดจุดอ่อนลงได้ โดยผู้ศึกษาในขณะนั้นเชื่อว่า หลักการสำคัญในการเก็บรวบรวมข้อมูลความเหงา อาจจะทำโดยไม่แจ้งให้ผู้มีส่วนร่วมการศึกษาทราบถึงหัวข้อวิจัยโดยตรง เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดแรงต้านหรือเกิดการบิดเบือนในการให้ข้อมูล นอกจากนี้ ในการตั้งคำถาม จะ

ไม่เป็นการถามตรงๆ เกี่ยวกับความรู้สึกเหงา แต่อาศัยการพูดคุยสอบถามจากสถานการณ์วิกฤตชีวิตหรือที่เป็นปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นจริงของตัวผู้ให้ข้อมูลเอง ว่าเขามีพฤติกรรมอย่างไร เขาคิดเห็นอย่างไรบ้าง มีความรู้สึกอย่างไรบ้าง ในแง่นี้ คำถามบางส่วนต่อผู้ให้ข้อมูลย่อมมีความแตกต่างกันไปแต่ละสถานการณ์ของผู้ให้ข้อมูล

อย่างไรก็ตาม จากการยึดวิธีการดังกล่าวเป็นการทั่วไปไประยะหนึ่งเป็นเวลาหลายเดือน ผู้เขียนพบว่า วิธีดังกล่าวขาดประสิทธิภาพ (เพราะกว้างคลุมไปมากกว่าประเด็นเหงา หรือไม่มีจุดเน้น) และขาดประสิทธิภาพ (ใช้เวลามากไป) อย่างมาก ตามจริงแล้ว การเปิดเผยอย่างชัดเจนว่า ทำวิจัยเรื่องความเหงา กลับทำให้แยกชั้นระหว่างผู้ยินดีมีส่วนร่วมในการศึกษา กับ ผู้ไม่สะดวกใจในการให้ข้อมูล และทำให้เรื่องเข้าเป้า ตรงประเด็น อย่างไรก็ตาม อาจมีข้อโต้แย้งว่าการขาดข้อมูลจากผู้ไม่ยินดีเปิดเผย อาจทำให้ไม่เข้าใจมิติความเหงาอย่างครบถ้วนได้ แต่ทว่าข้อเท็จจริงคือ เราสามารถเข้าใจมิติการไม่เปิดเผยได้จากผู้ที่เคยมีความคิดไม่อยากเปิดเผยมาก่อน แล้วภายหลังเปิดใจ

แต่แม้ผู้ยินดีมีส่วนร่วมในการศึกษาเอง ก็หาใช่ปราศจากกลไกป้องกันตนเองในเรื่องนี้แล้วไม่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งบางท่านซึ่งอยู่ในวัยผู้ใหญ่ มีสถานภาพทางสังคม และมีบุคลิกที่ให้ความสำคัญกับ “การดูดี” ในสายตาผู้อื่นเป็นพิเศษ หรือ “รู้สึกปลอดภัย” ถ้าผู้อื่นไม่รู้จุดอ่อนนี้ของตน เป็นต้น ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาที่ยินดีให้ข้อมูลเองดังกล่าว เมื่อให้สัมภาษณ์ ในระยะแรก ก็มักหลีกเลี่ยงการให้ข้อมูลที่ตรงประเด็น หรือให้ข้อมูลกลับไปกลับมาระหว่างการยอมรับเหงากับไม่ยอมรับว่าเหงา หรือยอมรับว่าเคยเหงา แต่ปัจจุบันไม่เหงาแล้ว ฯลฯ แต่กระนั้นก็ตาม เมื่อสนทนากันนานๆ เข้า ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาจึงบอกเล่าความรู้สึกเหงาของตนได้

การเปิดเผยความเหงายังเกี่ยวข้องกับเรื่องของลักษณะและระดับของการเปิดเผย ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาอาจเลือกที่จะเปิดเผยความเหงาบางลักษณะของตน แต่ไม่เปิดเผยความเหงาอีกบางลักษณะ อย่างไรก็ตาม ข้อมูลความเหงาบางลักษณะที่ไม่ได้เปิดเผยนั้น ถูกทดแทนโดยผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาคนอื่นที่พร้อมจะเปิดเผยได้ การเปิดเผยข้อมูลความเหงาบางลักษณะของผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาในฐานะปัจเจก ไม่มีปัญหาต่อการตอบคำถามในการวิจัย เพราะงานวิจัยไม่ได้มุ่งศึกษาประเภทความเหงาของแต่ละคนให้ครบถ้วน แต่มุ่งดูประเภทความเหงาที่มีอยู่ทั้งหมดของคนต่างๆ ให้ครบถ้วน

ต่อให้ยินดีเปิดเผยแล้วก็ตาม สำหรับบางคน การระลึกถึงรายละเอียดของความเหงา ถ้าหากไม่ได้กำลังประสบอยู่ในเวลานั้น หรือเป็นประสบการณ์ที่ผ่านมานานแล้ว ก็เป็นเรื่องไม่ง่ายเลยในการสนทนา ทางแก้ทำได้เช่น การให้ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษามีเวลาคิดตระเตรียมมา

ล่วงหน้า การให้ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาใช้เวลาเขียนแทนการพูด การให้ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาสามารถแจ้งให้ผู้ศึกษาทราบทันที หากระลึกประสบการณ์นั้นได้

ในการรวบรวมข้อมูลเพื่อทดสอบข้อเสนอทฤษฎีความเหงาม ผู้ศึกษาได้เลือกใช้ 2 วิธี ได้แก่ การสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (semi-structure) และการขอให้ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาเขียนบันทึกประสบการณ์ความเหงามของตน (หรืออาจขอบันทึกที่เคยทำไว้แล้วและยินดีเปิดเผย) ไม่ว่าวิธีใด จะมีความชี้แจงความสำคัญในการศึกษาคั้งนี้ก่อน

ผู้ศึกษาได้สัมภาษณ์บุคคลผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาทั้งสิ้น 74 คน (ซึ่งอาศัยอยู่ในพื้นที่กรุงเทพฯหรือจังหวัดใกล้เคียง) การสัมภาษณ์คนละ 2-3 ครั้ง (ส่วนใหญ่ 2 ครั้ง มีส่วนน้อยที่ 4-5 ครั้ง) ใช้เวลาครั้งละไม่เกิน 1.30 ชั่วโมง เกือบทั้งหมดจะยินดีเขียนข้อมูลประสบการณ์ความเหงามให้ด้วย มี 1 ท่านให้สัมภาษณ์ส่วนตัวขนาดหลายร้อยหน้าเพื่อการวิจัยครั้งนี้ นอกจากนี้ มีบุคคลผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาที่ผู้ศึกษาไม่ได้สัมภาษณ์ แต่ได้เขียนเล่าประสบการณ์ความเหงามจำนวน 288 คน (จำนวน 233 คน อาศัยอยู่ในจังหวัดเชียงใหม่และลำปาง อีก 33 คนอยู่ในกรุงเทพฯหรือจังหวัดใกล้เคียง)

ในช่วงแรกของการวิจัย ผู้ศึกษาใช้วิธีสัมภาษณ์เป็นวิธีหลัก แต่ต่อมา ผู้ศึกษาพบว่า ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาจำนวนมากยินดีที่จะเขียนเล่าประสบการณ์ด้วย และหลายคนยังบอกกับผู้ศึกษาว่า เขา/เธอยินดีเขียนให้โดยเร็ว เพื่อให้ผู้ศึกษาได้อ่านก่อน และหากผู้ศึกษาต้องการสัมภาษณ์เพิ่มเติมอย่างไรอีกในภายหลังก็ยินดี ในท้ายที่สุด ผู้ศึกษาพบว่า ข้อมูลส่วนใหญ่กลับเป็นข้อมูลที่ได้จากข้อเขียนของผู้มีส่วนร่วมในการศึกษา มากกว่าข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์เสียด้วยซ้ำ และการเขียนเรื่องความเหงาม (เมื่อบุคคลนั้นยินดีเขียน) กลับแก้ปัญหาเรื่องการระลึกยากด้วย และเกิดประสิทธิภาพในการใช้เวลาทั้งผู้ศึกษาและผู้มีส่วนร่วมในการศึกษา ซึ่งว่าที่จริงแล้ว ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาจะต้องสละเวลามากกว่า

กล่าวโดยทั้งหมด ข้อมูลที่ได้จากข้อเขียนนั้น ก) ส่วนหนึ่งได้โดยผู้ศึกษาขอโดยตรงกับผู้นั้นอาจเป็นผู้ได้รับการสัมภาษณ์หรือไม่ก็ได้ กับ ข) อีกส่วนซึ่งเป็นส่วนใหญ่ เกิดจากผู้ให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลให้แก่ผู้ศึกษา<sup>1</sup> เป็นผู้ติดต่อผู้มีส่วนร่วมในการศึกษา โดยมีเงื่อนไขว่า ข้อเขียนของผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาในส่วนนี้ ผู้ให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลก็จะได้เปิดอ่าน และผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาไม่จำเป็นต้องเปิดเผยชื่อก็ได้ ซึ่งส่วนใหญ่จะไม่ได้ใส่ชื่อ

<sup>1</sup> ได้แก่ รองศาสตราจารย์อรุณรัตน์ วิเชียรเขียว และ ดร.จุไรรัตน์ จุลจักรวัฒน์ แห่งมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่ อาจารย์อุบลพรรณ วรรณสัย แห่งมหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง และอาจารย์สุชาติดา จันทร์อารีย์ อาจารย์พิเศษ มหาวิทยาลัยราชภัฏธนบุรี

ข้อมูลที่เป็นข้อเขียนในส่วน ข) นี้ ส่วนใหญ่เกิดจากการใช้เวลา นั่งเขียนในชั้นเรียน อีกส่วนหนึ่ง ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาเขียนเมื่ออยู่บ้าน ผู้ศึกษาพบว่า ข้อเขียนทั้งหมดมีการเล่ารูปธรรมที่น่าเชื่อถือ และไม่มี ความแตกต่างระหว่าง การนั่งเขียนในชั้น กับที่บ้านแต่อย่างใด และไม่มี ความแตกต่างในการพรรณนาความเหงามระหว่างข้อเขียนของผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาที่อยู่ในกรุงเทพฯ อยู่ใน เชียงใหม่ หรืออยู่ในลำปาง และไม่มี ความแตกต่างใน ความลึกของข้อมูลระหว่าง การเปิดเผยข้อ หรือไม่เปิดเผยข้อ

ประเด็นแนวการสัมภาษณ์ และแนวการเขียนประสบการณ์ความเหงาม จะตรงกันซึ่ง ประกอบด้วย คำถามเชิงลักษณะประชากรและคำถามเพื่อตอบคำถามในการวิจัยโดยตรง ได้แก่

1. เชิงลักษณะประชากร (เพศ อายุ ภูมิภาค ที่อยู่อาศัย สถานภาพการสมรสและความสัมพันธ์แบบคู่รัก ระดับการศึกษา อาชีพ การประเมินฐานะทางเศรษฐกิจ และ ศาสนา)

2. ความเหงามคืออะไร (โปรดให้นิยามความเหงามตามความเข้าใจของท่าน)

3. ความเหงามมีลักษณะอย่างไร (โปรดพรรณนาอย่างสังเขปเกี่ยวกับความรู้สึกเหงามของท่าน)

4. กรุณาเล่า/เขียนประสบการณ์ความเหงามของท่าน (โปรดระบุเหตุการณ์ที่ทำให้เหงาม และเหตุผลที่ทำให้เหงามด้วย กรณีที่เขียนไม่จำกัดจำนวนหน้า)

5. ท่านมีวิธีการจัดการความเหงามอย่างไร ที่ผ่านมามีผลเป็นอย่างไร

จากคำถามข้างต้น สอดคล้องกับคำถามในการวิจัยดังนี้

คำถามที่ 2,3 เกี่ยวข้องกับการตอบคำถามวิจัยข้อที่ 1 (ความเหงามคืออะไร)

คำถามที่ 1,4 เกี่ยวข้องกับการตอบคำถามวิจัยข้อที่ 2,3, (ประเภท,สาเหตุของความเหงาม)

คำถามที่ 5 เกี่ยวข้องกับการตอบคำถามวิจัยข้อที่ 4 (การจัดการความเหงาม)

### การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบข้อเสนอทฤษฎี

ดังที่กล่าวมาแล้วว่า การศึกษานี้เป็นไปโดยมีนิยามความเหงามล่วงหน้าไว้แล้ว แต่การศึกษานี้ปฏิบัติต่อนิยาม รวมทั้งข้อเสนอการจัดประเภท และข้อเสนอคำอธิบายสาเหตุของความเหงามในสองฐานะคือทั้งในฐานะที่เป็นเครื่องมือพื้นฐานในการศึกษา และในฐานะที่เป็นสิ่งที่ จะถูกทดสอบความคงอยู่ในตัวของมันเอง

ควรกล่าวอย่างสังเขปเป็นตัวอย่างแนววิเคราะห์และทดสอบ ในกรณีของข้อเสนอ นิยาม แม้นิยามที่ว่า “ความเหงาคือความเศร้าที่มากกับการคิดเห็นความโดดเดี่ยว” จะมีลักษณะ เป็นนิยามเชิงมโนทัศน์ก็ตาม แต่ไม่ได้หมายความว่าไม่สามารถนำไปศึกษากับข้อมูลเชิง ประจักษ์ ปัจจัยสำคัญอยู่ที่การมีความชัดเจนในนิยาม ซึ่งสามารถเข้าใจได้ผ่านการใช้เหตุผลทาง ตรรกะและการทาบกับประสบการณ์ข้อเท็จจริง แม้ภาวะดังกล่าวไม่อาจสังเกตได้ง่ายด้วยสายตา แต่ข้อมูลเชิงประจักษ์ที่รายงาน (ซึ่งสามารถถูกตรวจสอบได้โดยนักวิชาการอื่น) จะสามารถนำมาสู่ การพิจารณาว่ามีภาวะในใจเป็นเช่นดังกล่าวหรือไม่ อย่างไรก็ตามมิได้หมายความว่า การรวบรวม และวิเคราะห์ข้อมูลเลือกเฉพาะแต่สิ่งที่มาสนับสนุนนิยาม แต่ที่จริงย่อมมุ่งที่จะหาข้อโต้แย้งต่อ นิยามต่างหาก หากนิยามยังคงทนก็ถือว่ายังคงได้รับการยืนยัน แต่ด้วยข้อจำกัดของวิธีอุปนัยจึง ไม่ได้หมายความว่า นิยามนี้จะต้องเป็นนิยามที่คงทนถาวรในอนาคต และเช่นเดียวกับแนว วิเคราะห์และทดสอบข้อเสนอ นิยาม ข้อเสนอการสรุปประเภท และข้อเสนอรายละเอียดเกี่ยวกับ ทฤษฎีความเหงาที่อิงตัวตนก็จะถูกดำเนินการในทิศทางนี้

ดังที่ได้กล่าวแล้วว่า หลักในการวิเคราะห์ข้อมูลว่า ผู้นั้นเหงาหรือไม่ ย่อมพิจารณาว่า ผู้นั้นมีการคิดเห็นความหมายของความโดดเดี่ยวหรือไม่ ในการวิเคราะห์เช่นว่านี้ มโนทัศน์ “ณ ขณะหนึ่ง” ในความหมายที่ว่า “เป็นช่วงขณะที่มีการรับรู้ของใจต่อวัตถุ โดยสามารถเข้าใจช่วง ขณะดังกล่าวได้ด้วยเหตุผลที่สามารถสื่อด้วยภาษาหรือตรรกะ” เป็นมโนทัศน์ที่มีความสำคัญ อย่างยิ่งในการจำแนกอารมณ์ (emotion) หรือความรู้สึกที่มีลักษณะเฉพาะต่าง

หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งก็คือ มโนทัศน์ ณ ขณะหนึ่ง เป็นเครื่องมือการวิเคราะห์ที่ช่วย แก้ปัญหาความสับสนระหว่างประเด็นที่ว่า ความเหงาคืออะไร กับความเหงาสัมพันธ์กับ ความรู้สึกอื่นๆ อะไรบ้าง ซึ่งเป็นปัญหาที่ปรากฏอยู่ในงานวิชาการหลายชิ้น (เช่น Moustakas, 1961; Weiss, 1973, 1989; Sherrod, 1980) ได้ นอกจากนั้น ยังช่วยระบุประเภทความเหงาตาม ภาวะที่คิดเห็นความโดดเดี่ยวด้วย เพราะภาวะที่คิดเห็นความโดดเดี่ยวนั้น กล่าวในแง่เวลาอย่าง เจาะจงที่สุดย่อมหมายถึง ณ ขณะหนึ่ง นั่นเอง

ปัญหาในการวิเคราะห์ข้อมูลอีกลักษณะหนึ่งคือ จะยืนยันได้อย่างไรว่า บุคคลนั้นเหงา หรือเคยมีความเหงาจึงเป็นผลให้มีพฤติกรรมหนึ่งๆ ถ้าหากบุคคลนั้นไม่ได้ยอมรับว่าตนเองเหงา หรือเคยเหงามาก่อน ผู้ศึกษาเห็นว่า หลักการในการวิเคราะห์ที่สำคัญคือพิจารณาว่าบุคคลนั้นใช้ กลไกป้องกันตนเองหรือไม่ หลักในการวิเคราะห์หลักไกป้องกันตนเองมิใช่เป็นหลักที่ไม่สามารถ พิสูจน์ว่าผิดได้ (infallibility) ตัวอย่างเช่น นาย ก กล่าวถึงกิจกรรมทั้งวันของตนที่มีอย่างหนาแน่น มาก ซึ่งจากการซักถามเพิ่มเติม ทราบว่ามาจากการกำหนดของนาย ก เอง ; นาย ข ไม่เคยอยู่ติด

บ้าน ทุกวันหยุดต้องออกจากบ้านเสมอ หรือเมื่อกลับถึงบ้านเวลาใด ต้องรีบเปิดโทรทัศน์ทันที ทั้งที่ในเวลานั้นไม่ได้ดู การวิเคราะห์ว่า มีความเหงาหรือไม่ หรือมีความเหงาเป็นตัวผลักดันให้มีพฤติกรรมดังกล่าวหรือไม่ ย่อมสามารถตีความได้โดยอ้อมหรือโดยมุมนกลับ กล่าวคือ ความเหงาเป็นเพราะขาดการประสพกับวัตถุแห่งความเพลิดเพลินยินดี หากผู้นั้นสามารถทดแทนด้วยวัตถุแห่งความเพลิดเพลินยินดีบางประการ อาจทำให้เหงาลดลง หรือไม่เหงา

การจับประเด็นวิเคราะห์ว่า ข้อมูลการให้สัมภาษณ์นั้นแสดงถึงความเหงาหรือไม่ ไม่ใช่อยู่ที่ผู้นั้นต้องระบุตรงๆ ด้วยการใช้คำว่าเหงาเสมอไป เพราะคำดังกล่าวอาจมีความหมายลบกระทั้งผู้นั้นไม่ยอมเอ่ยถึง การวิเคราะห์ว่าเป็นความรู้สึกเหงาหรือไม่ย่อมพิจารณาจากเนื้อหาว่า มีการคิดเห็นความหมายของความโดดเดี่ยวหรือไม่

สำหรับการวิเคราะห์ลักษณะการจัดการความเหงา อาศัยการจำแนกโดยดูจากเกณฑ์ทิศทางของการกระทำเป็น 2 แบบคือแบบเป็นฝ่ายถูกกระทำ (passive) และแบบเป็นฝ่ายกระทำ (active)

### การตรวจสอบข้อมูลและข้อวิเคราะห์

มองเทียบกับการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้ศึกษาได้ตรวจสอบข้อมูลก่อนนำไปวิเคราะห์ ข้อมูลตามที่ได้ชี้ข้างต้น และภายหลังจากวิเคราะห์ข้อมูลในครั้งแรกแล้ว ยังได้มีการตรวจสอบข้อวิเคราะห์อีกครั้งด้วย กล่าวคือ

ในขั้นตอนก่อนวิเคราะห์ข้อมูล ผู้ศึกษาได้ใช้วิธีการเก็บข้อมูลที่หลากหลาย โดยใช้วิธีเก็บข้อมูลทั้งรูปแบบการสัมภาษณ์ และการให้ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาเขียนเล่าประสบการณ์ การเก็บข้อมูลในหลายพื้นที่ ซึ่งปรากฏมีการรายงานที่สอดคล้องกันไม่ว่าเชียงใหม่ ลำปาง หรือกรุงเทพฯ ตามที่ได้กล่าวมาก่อนหน้านี้แล้ว

ในขั้นตอนภายหลังการวิเคราะห์ในขั้นต้นของผู้ศึกษา ผู้ศึกษายังได้นำผลการวิเคราะห์ส่งให้ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาบางส่วนพิจารณาให้ความเห็นด้วย และได้นำมาสู่การปรับปรุงข้อบกพร่องในการวิเคราะห์ในเวลาต่อมา