

# สำรวจจักรวาล แห่งความ**ใสด**



Creative Place  
สวีเดน

Creative Business  
Jay the Rabbit

The Creative  
หมอเอ็ด ชีฬา

# Contents : สารบัญ



Creative Update\_ กำไม่น้อง (ไม) แต่งมาน / รวมร้านอาหารคนโสด กินคนเดียวก็ฟินได้ / มอญปุ่น...เมื่อที่เหงามาแล้วมันร้อยปี

6

Creative Resource\_ Featured Film / E-Magazine / Book / Database

8

MDIC\_ ให้เสียงที่ได้ยิน มีความหมายมากกว่าที่เคย

10

Creative District\_ พื้นที่สาธารณะเล็ก ๆ สานความสัมพันธ์กัน

11

Cover Story\_ สำรวจจักรวาลแห่งความโสด

12

Fact and Figure\_ เศรษฐกิจคนโสด : เมื่อความโสดทรงพลังไม่ไกลกว่าแค่นกเป็ด 11.11

18

Creative Business\_ ชวนเจ๊ต่าย Jay the Rabbit คุยธุรกิจอินบับสาวโสด

20

How To\_ 4 ข้อดีที่คนโสดไม่ควรมองข้าม

23

Creative Place\_ Solo Living สุขด้วยตัวเองได้สไตล์สวีเดน

24

The Creative\_ คุยเรื่องวิทยาศาสตร์ของความโสด กับ "หมอลอว์" นพ. ชัยพล เกียรติขจรธาดา

28

Creative Solution\_ เมื่อความโสดคือทางออก

34

บรรณาธิการที่ปรึกษา | อภิสิทธิ์ ไล่ศัตรูไกล บรรณาธิการอำนวยการ | มนทีณิ ยงวิกุล ที่ปรึกษา | เลขาชาติ อรรถมธิเรศเกียรติ บรรณาธิการบริหาร | พิชรินทร์ พัฒนากุลไพบูลย์ กองบรรณาธิการ | มาชพร คุณาณิกข, อินทนนท์ สุกกรี, จุฑามาศ แก้วแสง และ อธิภัทร ศรีวิชัย เลขาของบรรณาธิการ | ญัฐษา ตะวันนาโชติ ศิลปกรรม | ชิตชน นินนาทมนตรี ประสานงานกองบรรณาธิการ | วรณัฐ ฐุภเกษตร เว็บไซด์ | นพกร คนไฉ

จัดทำโดย | สำนักงานส่งเสริมเศรษฐกิจสร้างสรรค์ (องค์การมหาชน) (CEA)

1160 อาคารโปรชนัยย์กลาง ถนนเจริญกรุง แขวงบางรัก เขตบางรัก กรุงเทพฯ 10500

โทร. 02 105 7400 แฟกซ์. 02 105 7450

ติดต่อลงโฆษณา : Commu.Dept@tcdc.or.th

จัดทำภายใต้โครงการ "Creative Thailand สร้างเศรษฐกิจไทยด้วยความคิดสร้างสรรค์" โดยสำนักงานส่งเสริมเศรษฐกิจสร้างสรรค์ (องค์การมหาชน) (CEA) ซึ่งมีเป้าหมายในการเผยแพร่ความรู้เกี่ยวกับเศรษฐกิจสร้างสรรค์ (Creative Economy) และผลักดันการใช้ความคิดสร้างสรรค์ในภาคขับเคลื่อนเศรษฐกิจไทย

ภาพปก : อธิชา ศนรินทร์ (เอเอ) นักวาดภาพประกอบและศิลปินอิสระเจ้าของแบรนด์งานฝีมือ Chubbybrushh ที่มีเป้าหมายในการสร้างงานศิลปะจากความรัก และความหลงใหล เพื่อสร้างแรงบันดาลใจให้กับคนอื่น ๆ ติดตามเธอได้ที่ IG: Chubbybrushh

ภาพหน้า 3 : Yoniam ศิลปินที่ผันตัวมาเป็นนักวาดภาพประกอบ จึงขอชวนคนอื่นมาขีดเขียนด้วยกันเสมอ เพราะเชื่อว่าใคร ๆ ก็วาดรูปได้ ติดตามเธอได้ที่ IG: hi\_yoniam

อ่านนิตยสารฉบับออนไลน์และดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ [www.creativethailand.org](http://www.creativethailand.org)  
Email: [creativethailand@cea.or.th](mailto:creativethailand@cea.or.th)  
Twitter: @Creative\_TH  
Facebook: Creative Thailand  
Youtube: Creative Thailand Channel

## Creative Resource : วัตถุประสงค์ทางความคิด

เรื่อง : มาฆพร คุณาณิกกิจ, อินทนนท์ สุกกรี, จุฑามาศ แก้วแสง และ ชีรภัทร ศรีวิชัย



### FEATURED FILM

The Darjeeling Limited (2007) กำกับโดย Wes Anderson

Little Forest (2014-2015) กำกับโดย Junichi Mori

The Darjeeling Limited หรือ ทริปประสาธใจ ภาพยนตร์จากผู้กำกับคนดัง เวส แอนเดอร์สัน (Wes Anderson) บอกเล่าเรื่องราวความสัมพันธ์ของพี่น้องสามคนที่แม้จะเป็นคนใกล้ชิด แต่ทั้งสามต่างก็เหมือนคนที่ไม่รู้จักกันมาก่อน เมื่อพวกเขาได้ข่าวว่าแม่ที่หายตัวไปเมื่อนานมาแล้ว ปรากฏตัวอยู่ที่ประเทศอินเดีย จึงเป็นเหตุให้การเดินทางของสามพี่น้องที่เคยระหองระแหงกันเกิดขึ้น และนำไปสู่มุมมองการปรับทัศนคติในเรื่องปฏิสัมพันธ์ของตนเองกับคนรอบข้าง ว่ายังมีรูปแบบความสัมพันธ์อื่น ๆ หรือสิ่งสำคัญในชีวิตอะไรที่เราละเลยไปหรือไม่

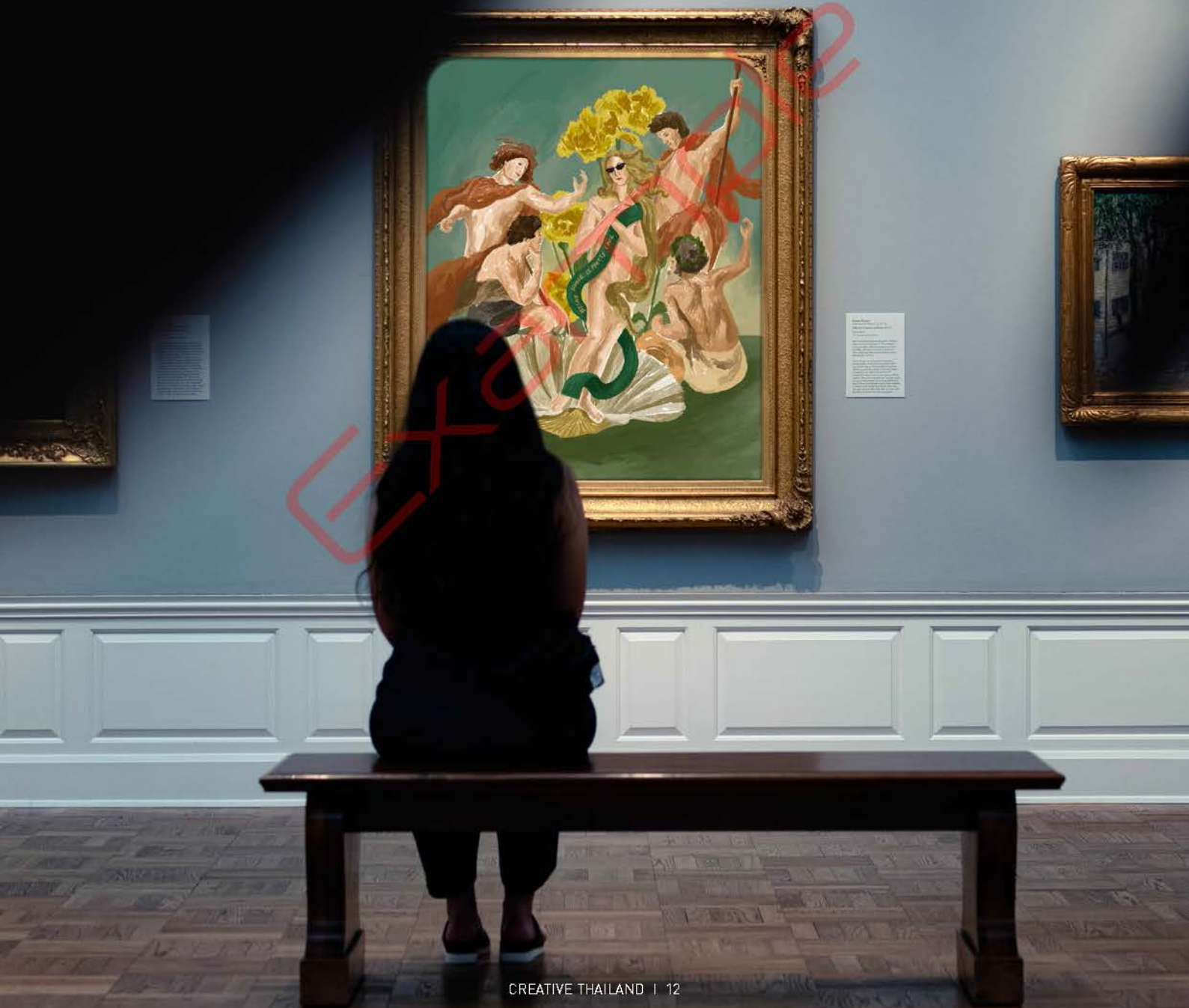
เมื่อข้ามมาฝั่งเอเชีย ภาพยนตร์เรื่อง Little Forest ฉบับญี่ปุ่นที่ดัดแปลงมาจากการ์ตูนมังงะชื่อเดียวกันได้บอกเล่าเรื่องราวของอชิโกะ หญิงสาวที่เลือกเดินทางกลับมาใช้ชีวิตยังบ้านเกิดในชนบท ตลอดระยะเวลา 4 ฤดูกาลที่สวยงามของประเทศญี่ปุ่น เธอต้องใช้ทักษะในการบริหารจัดการทั้งแหล่งอาหารและความเป็นอยู่ต่าง ๆ ด้วยตัวเอง การหลอมรวมวิถีชีวิตเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับธรรมชาติได้นำไปสู่ความสุขที่ยิ่งใหญ่ รวมไปถึงคำตอบของปริศนาที่ค้างคาในใจมานานแสนนาน

ภาพยนตร์ทั้งสองเรื่องล้วนกล่าวถึงเรื่องราวที่เกิดขึ้นในต่างพื้นที่ ต่างวาระ ต่างสถานการณ์ เพื่อเป็นตัวถ่ายทอดเรื่องราวความสัมพันธ์และการค้นหาความหมายชีวิต การอยู่คนเดียวจึงไม่ได้หมายถึงการยอมรับสภาพชีวิตที่ไม่มีใคร ความรู้สึกท้อแท้และท้อแท้ แต่เป็นช่วงเวลาที่เราจะได้มองย้อนกลับไปสำรวจตัวเองทั้งร่างกายและจิตใจ รวมไปถึงพิจารณาเป้าหมายของการใช้ชีวิต ที่การตัดขาดปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น แล้วจัดการทุกอย่างเพียงลำพังอาจไม่ใช่หนทางที่ถูกต้องเสมอไป แต่การเลือกที่จะบริหารระหว่างอัตตาและสภาวะรอบด้านให้มีความสุขลึกลง อาจนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ไม่คาดคิดซึ่งไม่มีใครจะหาคำตอบได้ดีไปกว่าตัวเราเอง

Cover Story : เรื่องจากปก

# สำรวจจักรวาล แห่งความ**โสด**

เรื่อง : ญัฐษา ตะวันนาโชติ



## วันคนโสด (Singles Day)

วันที่ 11 เดือน 11 ได้กลายเป็นเทศกาลช้อปปิ้งออนไลน์ครั้งใหญ่ที่คนโสดและชาวช้อปหลายคนเฝ้ารอ ซึ่ง 11.11 เป็นแคมเปญที่อาลีบาบา กรุ๊ป บริษัทอี-คอมเมิร์ซยักษ์ใหญ่ของจีนจัดขึ้นเพื่อฉลองประจิมและเฉลิมฉลองให้กับคนโสด (ตรงกับวันวาเลนไทน์ที่เป็นวันของคู่รัก) โดยอีเวนต์ช้อปปิ้งนี้เริ่มเกิดขึ้นครั้งแรกในปี 2009 และมียอดขายเติบโตขึ้นทุกปี ในปี 2020 ที่ผ่านมาแม้จะเจอกับสถานการณ์โควิด-19 อาลีบาบาก็ยังคงทูลสถิติทำลายยอดขายพุ่งไปถึงเจ็ดหมื่นห้าพันล้านเหรียญสหรัฐฯ



## คนเหงา คนเศร้า คนโสด มนุษย์ 3 คนนี้ อาจไม่ใช่คนเดียวกันเสมอไป

“ทำไมคนเราถึงได้เหงาขนาดนี้ คนบนโลกนี้มีล้านคนต่างโหยหาใครสักคนเพื่อมาฉลองประจิมความเหงาเป็นไปได้หรือไม่ว่า โลกถูกส่งให้มาลอยกลางอวกาศเวิ้งว้าง เพียงเพื่อให้เป็นที่พำนักของคนเหงา”

- ฮาซูกิ มุราคา มิ -

จากหนังสือ Sputnik Sweetheart

คำถามหนึ่งที่คนโสดหลายคนอาจเคยโดนถามคือ “อยู่คนเดียว ไม่เหงาเหรอ” เนื่องจากสังคมยังคงเข้าใจว่า ความโสด (Single) เท่ากับอยู่คนเดียว (Alone) และการอยู่คนเดียวก็ทำให้เหงา (Lonely) ดังนั้นความโสดจึงเท่ากับความเหงาไปโดยปริยาย ซึ่งถ้าหากเราลอง นำสมการความเหงาข้างต้นมาพิจารณาให้ลึกซึ้งขึ้นอีกสักหน่อย เราจะพบว่าความโสดนั้นไม่ได้ผูกติดกับความเหงาเสมอไป เพราะเขาเข้าใจจริงๆ ความเหงา (นอกจากจะเป็นเป็นชั่วคราวแบบที่วงคาราบาวเคยบอกไว้) ก็ยังเป็นความรู้สึกที่ไม่ว่าใครก็สามารถรู้สึกได้

<sup>1</sup> เป็นคำเปรียบเทียบกับลาโสดที่เลยวัยแต่งงานของชาวญี่ปุ่น

### คนเหงา

ความเหงาเป็นอารมณ์พื้นฐานของมนุษย์ เป็นปฏิกิริยาที่ร่างกายของเราวิวัฒนาการขึ้นมาเพื่อป้องกันตัวเองจากการอยู่เพียงลำพังเป็นเวลานาน ๆ เนื่องจากในอดีตมนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่พึ่งพิงสายสัมพันธ์ทางสังคมเพื่อความอยู่รอด เป็นกลไกที่เราพัฒนามาเพื่อป้องกันตัวเองจากอันตราย เหมือนกับเวลาที่เราทอดไข่ดาวแล้วน้ำมันร้อน ๆ กระเด็นโดนมือ โดยสัญชาตญาณแรกก็จะรีบชักนิ้วออกมาจากเตาทันที หรือความรู้สึกที่บอกเรารว่าร่างกายกำลังขาดพลังงาน ในทำนองเดียวกัน ความเหงาจึงเป็นเหมือนกลไกที่คอยเตือนว่าตอนนี้เราอาจกำลังต้องการสายสัมพันธ์กับมนุษย์คนอื่น ๆ

อย่างไรก็ตาม ปัจจัยที่ทำให้แต่ละคนเกิดความเหงานั้นหลากหลายและแตกต่างกัน บางคนอาจรู้สึกเหงาจากบรรยากาศรอบตัว บางคนเหงาเพราะอยู่คนเดียว ในขณะที่บางคนถูกห้อมล้อมด้วยผู้คนมากมายแต่กลับรู้สึกเหงาจากภายใน แม้โดยเปรียบเทียบคู่แต่งงานอาจมีช่วงเวลาโดยเฉลี่ยที่เหงาน้อยกว่าคนโสด แต่กระนั้น การแต่งงานก็ไม่ใช่เครื่องรับประกันว่าความเหงาจะไม่เกิดขึ้น ดังนั้นความเหงาจึงเป็นผลมาจาก

การที่สายสัมพันธ์ทางสังคมของเราไม่ถูกเติมเต็ม และไม่ว่าปลายอีกฝั่งของสายสัมพันธ์นี้จะไปบรรจบลงกับคนรัก เพื่อน ครอบครัว หรือคนรู้จัก หากช่องโหว่แห่งความโดดเดี่ยวยังมีคงอยู่ ไม่ว่าจะใครก็สามารถรู้สึกเหงาได้ไม่ต่างกัน

### คนโสด (แต่ไม่เศร้า)

มาคิดว่าชีวิตโสดคือเรื่องเศร้าเป็นชีวิตเฉา ๆ เหมือนกับเด็กคริสตมาส<sup>1</sup> ที่เหลือทิ้งจากวันที่ 25 ธันวาคม กำลังกลายเป็นเรื่องของอดีต เพราะในปัจจุบันการใช้ชีวิตโสดนั้นกลายเป็นทางเลือกชีวิตที่ไม่ได้เกิดจากการไม่มีทางเลือกอื่น แต่เป็นทางเลือกที่สร้างความสุขได้ไม่แพ้วิถีชีวิตแบบมีคู่เบลลา เดอปาโล (Bella DePaulo) นักจิตวิทยาสังคม เป็นอีกคนหนึ่งที่ใช้ชีวิตบนทางสายนี้มานานกว่า 60 ปี ซึ่งผลการศึกษาของเธอก็เป็นข้อพิสูจน์ได้เป็นอย่างดี และทำให้เราพบว่ามีอีกหลายเรื่องที่ยังคงเข้าใจผิดเกี่ยวกับชีวิตโสด

● คนแต่งงานมีคู่ แต่คนโสดไม่มีใครหลายคนอาจคิดว่าการใช้ชีวิตคู่ อย่างน้อยก็ทำให้เรามีคู่ชีวิต ไม่เหมือนคนโสดที่ต้องใช้ชีวิตอย่างโดดเดี่ยว แต่จริง ๆ แล้วการสำรวจทางจิตวิทยา

# ชวนเจ้ต่าย Jay the Rabbit มานั่งคุยธุรกิจฉบับสาวโสด

เรื่อง : วนบุษปี ยุพเกษตร

8 ปีก่อน ใครยังจำคาแรกเตอร์กระต่ายขาว หน้ากวน ตัวอ้วน คารมดี แดมยัง “โสดสนิท” ที่มาพร้อมกับประโยคเด็ด น่ารัก น่าหยิก เรียกเสียงหัวเราะและรอยยิ้มให้กับลูกเพจและใครที่ผ่านไปมาเห็นเข้าขานตกหลุมรักได้ไม่ยาก

“ถ้าพระเจ้าตั้งใจจะให้ฉันโสด ทำไมให้ฉันสวยขนาดนี้” นับเป็นประโยคแรก ๆ ที่ทำให้กระต่ายตัวนี้เริ่มเป็นที่รู้จัก และตัวเปลี่ยนแปลงก็เมื่อตอนสร้างโพสต์ล้อไปกับกระแส คุณชายพุฒิภัทร ตัวละครเอกของละครดังเรื่องหนึ่งจากช่อง 3

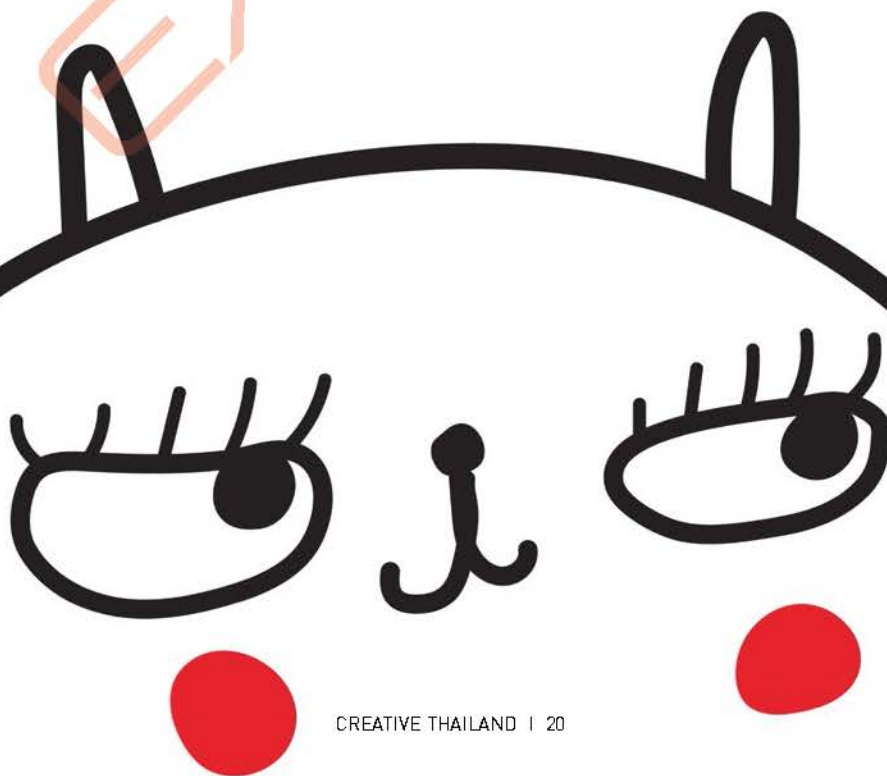
ในเดือนแห่งความรักนี้ นิตยสารคิดจึ้งชวน “เจ้ต่าย (Jay the Rabbit)” มาพบกับออยมูมมองธุรกิจที่จับเอาความโสดมา “ล้อเล่น” และสร้างเป็น “ลูกเล่น” ที่ส่งต่อเป็นพลังบวกให้กับเพื่อน ๆ ในทุกวัน

## กำเนิดเจ้ต่าย คาแรกเตอร์ที่มีชีวิต

นำแปลกที่เพจ Jay the Rabbit กลับไม่มีใครคุ้นปากที่จะเรียกชื่อเพจ แต่กลายเป็นเรียก “เจ้ต่าย” เหมือนญาติสนิทมิตรสหายที่อยู่ด้วยกันมานาน

ก็นานอย่างว่า เพราะปีนี้เจ้ต่ายมีอายุเกือบครบ 8 ปีเต็มในเดือนเมษายนนี้แล้ว “ตอนนั้นเราวาดเป็นกระต่าย เรื่องความอ้วน คนไม่รัก มันก็เลยกลายเป็นเรื่องความโสด ซึ่งไม่ใช่มุมมองที่ตลาดประจักษ์ แล้วก็ไม่ได้เศร้าอะไรนะ” เจ้ต่ายเริ่มเล่าตอนที่เพิ่งคลอดออกมาใหม่ ๆ “คนก็จะโยนประเด็นนั้นนี้เข้าตัวเอง คือไม่ว่าเราจะเขียนอะไร เขาก็โยนเข้าตัวเอง เพราะว่ามันอยู่ในช่วงแรกของโซเชียลมีเดีย”

เธอเริ่มสามารถขายยุคสมัยของโซเชียลมีเดียว่า ช่วงที่เริ่มธุรกิจเป็นช่วงที่ผู้คนบนโลกออนไลน์ใช้ “มีม” เพื่ออธิบายตัวเองกัน เพราะยังมีความเคอะเขินไม่กล้าแสดงความรู้สึกตัวเองออกมาตรง ๆ “พื่ออยู่ในยุคที่คนกำลังตื่นตื่นหรือคนกำลังสนใจเกี่ยวกับตัวเอง เช่น การแสดงออกเกี่ยวกับตัวเองด้วยมีมแล้วมีส่วนใหญ่ ก็จะเป็นโคตตั้น ๆ ที่มันตรงใจ” จบจนยุคปัจจุบันที่เป็นยุคของการสร้างคอมมูนิตี้ เพจ Jay the Rabbit จึงเปรียบเสมือนชุมชนของคนรักเจ้ต่ายและชอบอะไรอย่างที่ว่าเจ้ต่ายชอบ



## เมื่อการอยู่คนเดียวคือ The Best Option

"การออกมาอยู่ตัวคนเดียวเป็นการพิสูจน์ว่าคุณสามารถดูแลตัวเองได้และมีความสามารถมากพอที่จะพาตัวเองไปอยู่ในจุดที่ต้องการ แม้จะปราศจากคำแนะนำของครอบครัวหรือพี่น้องก็ตาม" ไอดา สตาแบร์ก (Ida Staberg) ให้สัมภาษณ์กับสำนักข่าวบีบีซีถึงเหตุผลที่ย้ายออกมาอยู่คนเดียวตั้งแต่อายุ 19 ปี เธอเป็นเหมือนวัยรุ่นชาวสวีเดนส่วนมากที่นิยมย้ายออกมาอยู่เองคนเดียวตั้งแต่ยังไม่เป็นผู้ใหญ่เต็มตัว รายงานจากรัฐบาลของสวีเดนประมาณการไว้ว่า มีหนุ่มสาวอายุเฉลี่ยระหว่าง 18-25 ปีจำนวนถึง 1 ใน 5 เลือกที่จะออกมาใช้ชีวิตเองคนเดียว ซึ่งในความเป็นจริงแล้วตัวเลขน่าจะสูงกว่านี้อีก เนื่องจากวัยรุ่นบางคนยังไม่ได้ย้ายทะเบียนบ้านออกจากที่อยู่ของพ่อแม่พวกเขา "การสร้างคนที่พึ่งพาตัวเองได้นับเป็นเป้าหมายในสวีเดน หากคนที่เริ่มเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ยังคงอาศัยอยู่กับพ่อแม่ จึงเหมือนกับว่ามีบางอย่างผิดปกติเกิดขึ้น" กันนาร์ แอนเดอร์สัน (Gunnar Andersson) ศาสตราจารย์ด้านประชากรศาสตร์จากมหาวิทยาลัยสตอกโฮล์ม อธิบายถึงเหตุผลที่หนุ่มสาวชาวสวีเดนเลือกออกมาใช้ชีวิตอยู่เองลำพัง โดยได้อธิบายเสริมด้วยว่าเพราะสวีเดนเป็นสิ่งค้มของปัจเจกชนนิยม (Culture of Individualism) มาานหลายศตวรรษ บวกด้วยระบบรัฐสวัสดิการที่แข็งแกร่ง ทำให้หนุ่มสาวที่แม้จะอายุน้อยก็สามารถเข้าถึงการศึกษา ระบบสาธารณสุข ไปจนถึงหาเลี้ยงตัวและเช่าบ้านอยู่ด้วยตัวเองได้โดยไม่ต้องพึ่งใครในแง่หนึ่ง เรื่องนี้สะท้อนกลับไปยังสังคมแห่งความไว้วางใจ (Trust) ที่นอกจากจะไว้วาง



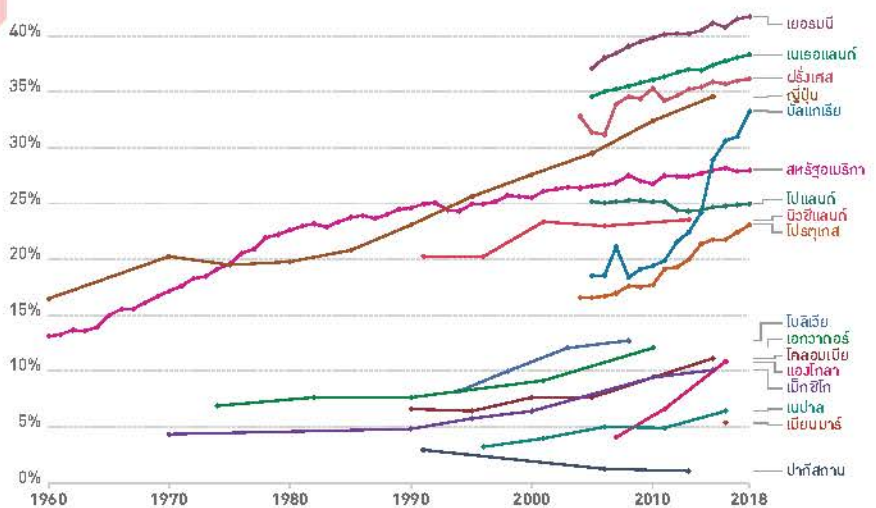
ใจเพื่อนมนุษย์ด้วยตนเองแล้ว ยังรวมไปถึงการเชื่อมั่นในศักยภาพของตัวเองด้วยเช่นกันว่า "พวกเรามีตัวเองเป็นที่พึ่งพาที่ดีที่สุด"

หากมองในทางปฏิบัติ การมองหาพาร์ทเนอร์ที่เก่าแก่หงส์ขาวขนาดกะทัดรัดและตกแต่งด้วยเฟอร์นิเจอร์จากอิตาลี ก็ไม่ใช่เรื่องยากของคนที่จะเลือกจะใช้ชีวิตอยู่คนเดียว เมื่อบวกด้วยความเชื่อในคุณค่าของความเป็นมนุษย์ที่เท่าเทียมกัน คนที่อาศัยอยู่ในบ้านคนเดียว คนโสด คนที่เคยหย่าร้าง ไปจนถึงคนที่มีลูกแต่ไม่ได้แต่งงานกัน จึงไม่เคยถูกมองว่าผิดปกติแต่อย่างใด และหากมองในเรื่องความสัมพันธ์แบบโรแมนติค สิ่งค้มที่น่าจะทำให้น้ำหนักไปในทางเหตุผลมากกว่าความรู้สึกเพราะ ลาร์ส แทรกอร์ด (Lars Trägårdh) นักประวัติศาสตร์ชาวสวีเดนให้ความเห็นในเรื่องนี้เอาไว้ว่า "ทฤษฎีความรักของคนสวีเดนเชื่อกันว่า ความสัมพันธ์ที่จริงแท้กันจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อพวกเขาต่างมีอิสระและเท่าเทียมกันเท่านั้น"

### จนกระทั่ง รวยกระจ่าง

ไม่ใช่แค่สวีเดนที่เดี่ยวเท่านั้นที่ผู้คนนิยมอาศัยอยู่คนเดียว แต่ทางเลือกการใช้ชีวิตแบบนี้มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในช่วง 10 ปีที่ผ่านมา หากดูในภาพรวมของทุกภูมิภาคของโลก ประชากรในประเทศแถบ "ยุโรปเหนือ" จะนิยมอาศัยอยู่คนเดียวมากที่สุดถึง 40% ต่างจากภูมิภาคเอเชียโดยเฉพาะประเทศที่ประชากรยังมีรายได้ต่ำ อัตราการอยู่คนเดียวจะอยู่ที่เพียง 1% เท่านั้น จากแผนภูมิด้านล่างทำให้เห็นว่ารายได้ประชากรมีความสัมพันธ์อย่างมากกับแนวโน้มของผู้คนที่อยู่อาศัยคนเดียว เพราะจะเห็นว่าผู้ที่มีรายได้ต่อหัวมากหรืออยู่ในประเทศที่ร่ำรวยมีแนวโน้มที่จะอยู่คนเดียว หากไม่นับเรื่องวัฒนธรรมการอยู่อาศัยเป็นครอบครัวใหญ่ จะเห็นว่าในประเทศที่ร่ำรวยและมีสวัสดิการที่เอื้อให้การอยู่คนเดียวเป็นไปได้ ผู้คนก็นิยมที่จะอาศัยอยู่คนเดียว เพราะพวกเขามีความเสี่ยงน้อยกว่า หากเทียบกับผู้คนที่อยู่ในประเทศยากจนที่ยังไม่มีสวัสดิการหรือโครงสร้างพื้นฐานรองรับสำหรับการใช้ชีวิตคนเดียว ทำให้ผู้คนในประเทศไม่ร่ำรวยต้องแบกความเสี่ยงที่มากกว่านั่นเอง

### จำนวนครัวเรือนที่มีผู้อาศัยคนเดียว โดยประเมินจากแหล่งข้อมูลของประเทศต่างๆ ตั้งแต่ปี 1960 - 2018 (ร้อยละ)



ที่มา : ourworldindata.org

<sup>1</sup> จากบทความ "Over half of Sweden's households made up of one person" ที่ได้สำรวจไว้ในปี 2016

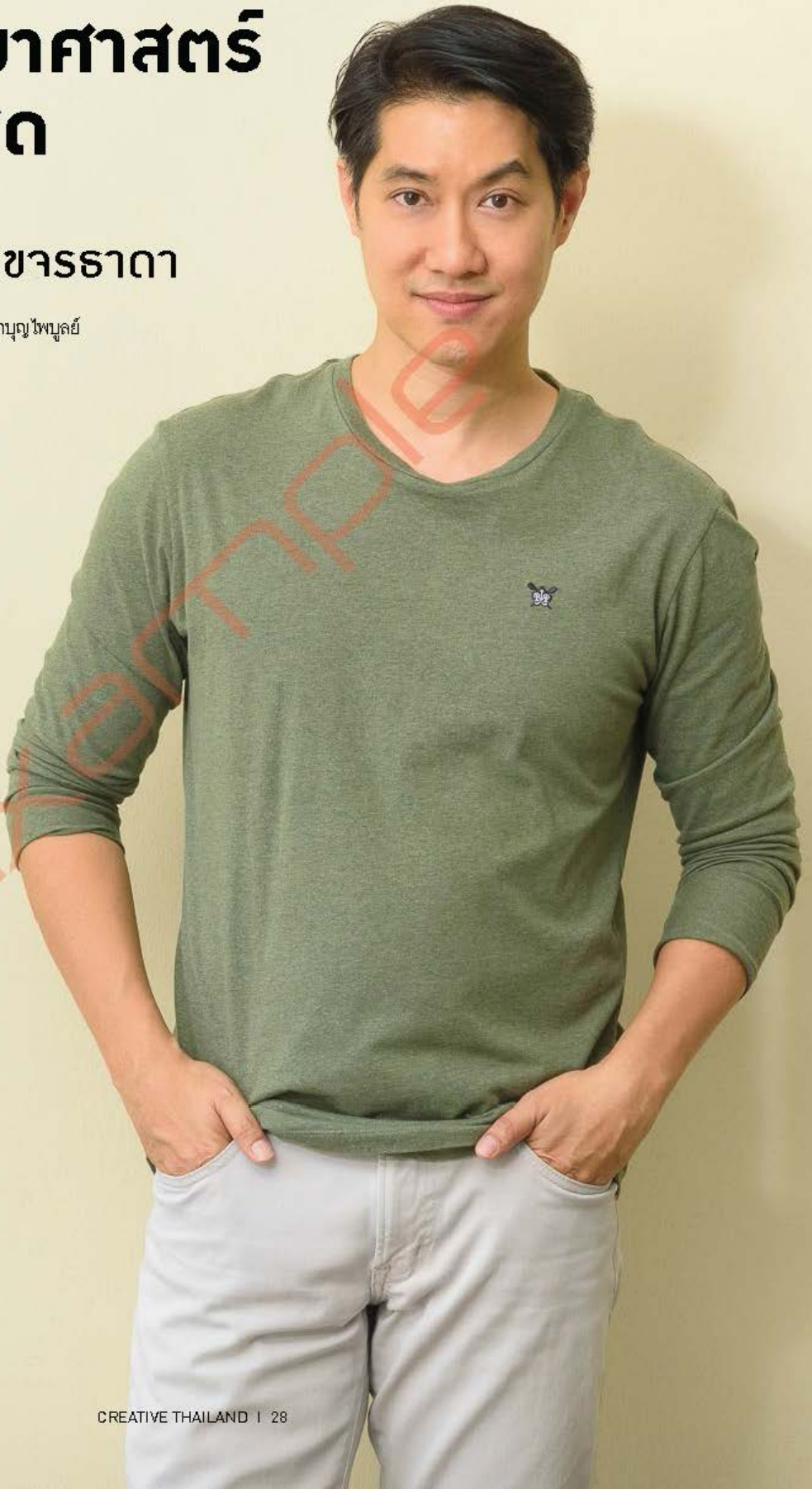
# คุยเรื่องวิทยาศาสตร์ ของความโสด

กับ “หมอเอ๋ว”

นพ. ชัชพล เกียรติขจรธาดา

เรื่อง : ปิยพร อรุณเกรียงไกร และ พิชรินทร์ พัฒนากุญแจ  
ภาพ : สุรเชษฐ์ โสภารัตนดิถ

ทำไมคนเราจึงเป็นโสด คนไทยมีเมียได้หลายคนไม่ผิดจริงไหม คนรุ่นใหม่แต่งงานช้าลงเพราะรักอิสระหรือสัวคมและเศรษฐกิจบีบบังคับกันแน่ แทนที่เราจะนั่งคิดวนไปมากับคำถามเหล่านี้ในเดือนแห่งความรัก เราชวน **นพ. ชัชพล เกียรติขจรธาดา** หรือ **หมอเอ๋ว** ผู้ผันตัวจากวงการแพทยมาเขียนหนังสือให้ความรู้ทางวิทยาศาสตร์ในฉบับเข้าใจง่าย เช่น “เรื่องเล่าจากร่างกาย” และ “500 ล้านปีของความรัก” มาตกกันว่า แท้จริงวิทยาศาสตร์มีคำตอบให้กับปรากฏการณ์คนโสดที่เพิ่มขึ้นทั่วโลกนี้อย่างไรบ้าง





# เมื่อความโสดคือทางของฉัน

เรื่อง : นพพร คนไว



Photo by Dan Giliblin on Unsplash

ผลสำรวจของแอปพลิเคชันหาคู่ชื่อดังอย่าง Tinder ได้เปิดเผยข้อมูลว่า กลุ่มคนอายุ 18 - 25 ปีนั้นเลือกที่จะเป็นโสดถึง 72% และกว่า 81% เชื่อว่าการมีสถานะโสดได้มอบประโยชน์ที่พวกเขาต้องการอย่างแท้จริง ไม่เพียงแค่นั้นในกลุ่มคนรุ่นใหม่ แต่ยังมีกลุ่มประชากรสูงอายุที่เคยผ่านการหย่าร้างหรือคู่สมรสเสียชีวิตที่ยังคงรักษาสถานะโสดต่อไป โดยทั้งสองกลุ่มมีสถานะทางการเงินใกล้เคียงกัน คือประชากรสูงอายุจะใช้ชีวิตด้วยเงินบำนาญหรือเงินออม ไม่มีรายได้เสริม และสำหรับคนหนุ่มสาวที่โสดก็มักมีข้อจำกัดด้านรายได้ที่ยังไม่มากพอซึ่งจำเป็นต้องใช้จ่ายอย่างประหยัด

เกาหลีใต้ หนึ่งในประเทศที่มีจำนวนของครัวเรือนเดี่ยว (Single-Person Households) เป็นอันดับสองของเอเชีย รองมาจากญี่ปุ่น มีรูปแบบเศรษฐกิจที่เรียกว่า 1conomy ที่เกิดขึ้นเพื่อเป็นคำตอบของการทำธุรกิจที่รองรับการใช้ชีวิตเพียงลำพังของชาวเกาหลีใต้ซึ่งเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ โดยในวัฒนธรรมเกาหลีถึงกับมีคำเรียกเฉพาะสำหรับหลายกิจกรรมที่ทำคนเดียวแบบเจาะจงลงไป เช่น ฮนบับ (혼밥) ที่หมายถึงการกินคนเดียว ฮนซูล (혼술) คือการดื่มคนเดียว และ ฮนโนล (혼놀) การเที่ยวคนเดียว พฤติกรรมของผู้บริโภคเหล่านี้ ส่งผลให้ผู้จำหน่ายสินค้าและบริการต้องปรับลดขนาดของผลิตภัณฑ์ลงให้เหมาะกับขนาดการบริโภคคนเดียวตามไปด้วย เช่น จากเดิมที่ไวน์ขวดหนึ่งมีปริมาณราว 750 มิลลิลิตร ก็ลดลงมาเป็น 375 มิลลิลิตร หรือการลดขนาดเครื่องใช้ไฟฟ้าเพื่อให้สะดวกต่อการจัดเก็บและปรับประสิทธิภาพลงให้ไม่มากเกินไป ทั้งยังเป็นอุปกรณ์ที่ต้องสามารถติดตั้งหรือเปลี่ยนอะไหล่ได้ด้วยคนคนเดียวอย่างเช่น เครื่องกรองน้ำที่มีขนาดพอดีและติดตั้งง่าย เป็นต้น

นอกจากลดขนาดของเครื่องใช้ไฟฟ้าแล้ว บางแบรนด์ยังใช้ความคิดสร้างสรรค์ออกแบบอุปกรณ์ที่สามารถใช้ได้หลายโอกาส บริษัท Thanko ในประเทศญี่ปุ่นได้ออกแบบหม้อหุงข้าวขนาดเล็กที่มีไซส์เท่ากับกล่องเบนโตะ โดยมีความยาวเพียง 24 เซนติเมตร กว้าง 10 เซนติเมตร และมีน้ำหนักเพียง 1 กิโลกรัมเท่านั้น จึงช่วยให้ประหยัดพื้นที่ใช้สอย และยังไม่ทำให้ผู้ใช้เมล็ดหุงข้าวปริมาณมากจนเกินไป อีกทั้งยังสามารถพกติดตัวได้ง่ายเมื่อต้องเดินทาง

แม้ว่าคนโสดหลายคนจะมีความสุขกับการใช้ชีวิตอยู่คนเดียว แต่ในบางครั้งกิจกรรมอย่างการท่องเที่ยวก็จำเป็นต้องหาผู้ร่วมเดินทางไปด้วย แอปพลิเคชันสไตล์เที่ยวคนเดียวอย่าง Solo Traveller จึงถูกพัฒนาขึ้นเพื่ออำนวยความสะดวกแก่นักเดินทางคนเดียวให้สามารถพบเจอกับผู้ร่วมเดินทางได้ในทุกแห่งที่ไป

รูปแบบธุรกิจสำหรับกลุ่มผู้บริโภคที่เน้นการใช้ชีวิตอยู่คนเดียวกำลังกลายเป็นตลาดใหม่ที่น่าจับตามองในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา และยังมีความเป็นไปได้อีกหลายทางสำหรับผู้ประกอบการที่กำลังมองหาช่องทางใหม่ ๆ เพื่อขยายกลุ่มลูกค้าที่มีความพร้อมและความต้องการอีกมากมายเพื่อตอบโจทย์การใช้ชีวิตที่พวกเขาต้องการ **CT**

ที่มา : บทความ "Unconventional families of the future: single-person households" โดย Losego Motshela จาก fluxtrends.com / บทความ "Single-Person Households' Consumption Trend: 1CONOMY" โดย Yang Ji Yeong จาก theforumcuf.com / บทความ "Japan's one-person bento box-sized rice cooker can give you freshly cooked rice at the office" โดย Casey Baseel จาก soraNews24.com / บทความ "How Single Homes Affect Consumer Spending Trends" โดย An Hodgson จาก euromonitor.com