

“ให้คุณค่า” “สนับสนุน” แต่อย่า “ตีตรา”:
หนทางสู่การสร้างสังคมที่เอื้อต่อ “ความเป็นแม่”^{*}

ภัทรพรรณ ทำดี^{**}
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

* บทความนี้เป็นส่วนหนึ่งของข้อค้นพบจากโครงการวิจัยเรื่อง “เส้นทางสายน้ำนมแม่: ประสบการณ์การต่อสู้อของแม่ทำงานยุคใหม่เพื่อแลกกับการได้เลี้ยงลูกด้วยน้ำนมตน” โดย กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ร่วมกับ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

^{**} ดร. ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
(Email: fsocppl@ku.ac.th)

บทคัดย่อ

การศึกษาครั้งนี้มีเป้าหมายเพื่อตอบคำถามที่ว่า จะทำอย่างไรเพื่อช่วยสนับสนุนให้แม่ทำงานยุคใหม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างน้อย 6 เดือน ทั้งนี้โดยใช้ระเบียบวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพในลักษณะวิธีการศึกษาแบบบรรยายกรณี ซึ่งเก็บข้อมูลจากผู้หญิงที่เป็นแม่ทำงานซึ่งสามารถเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่มาได้อย่างน้อย 6 เดือน โดยอาศัยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง ทั้งในเขตกรุงเทพมหานคร และจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 60 คน โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก ร่วมกับการสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม และใช้วิธีการวิเคราะห์เนื้อหาเพื่อสรุปประเด็นสำคัญ จะเห็นได้ว่า กระบวนการต่อรองและการปรับตัวของคนเป็นแม่เกิดขึ้นพร้อมๆ กันทั้งใน “พื้นที่ส่วนตัว” และใน “พื้นที่สาธารณะ” โดยการให้ผู้ช่วยเลี้ยงดูมีส่วนร่วมตั้งแต่การเตรียมความพร้อม การลดความยุ่งยากและอำนวยความสะดวกแก่คนเลี้ยงให้มากที่สุด การประนีประนอม และผสมผสานระหว่างข้อมูลหรือความเชื่อ เก่า-ใหม่ การปรับเปลี่ยนรูปแบบการให้นมให้เหมาะสมกับบริบทของตน การเปิดใจรับสิ่งใหม่ การสร้างเครือข่าย ประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่น การพยายามปรับเปลี่ยน ลักษณะ รูปแบบ และเวลาในการทำงาน และพยายามลดแรงกดดันจากภายนอก อย่างไรก็ตามสังคมควร “ให้คุณค่า” กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้หญิง และมีหน้าที่ “สนับสนุน” ทรัพยากรพื้นฐานที่จำเป็นซึ่งจะเอื้อประโยชน์ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้หญิงทุกคนในสังคมอย่างเท่าเทียมโดยไม่เลือกปฏิบัติ แต่ไม่ควร “ตีตรา” แม่ที่ไม่ได้ให้นมลูก เพื่อให้ทุกคนได้เข้าถึงและรับผลประโยชน์จากนโยบายและแนวทางการปฏิบัติดังกล่าวอย่างทั่วถึงกัน

คำสำคัญ: การให้นมแม่, สังคมที่เอื้อต่อแม่, ความเป็นแม่

“Valuing”, “Supporting”, not “Labeling”:
The Way to Mother-friendly Society^{*}

Patrapan Tamdee^{**}
Kasetsart University

^{*} This research article is a part of the research project entitled “The way of breast milk: struggle experience of working modern mom for lactation” funded by Department of Women’s Affairs and Family Development, Ministry of Social Development and Human Security

^{**} Ph.D., Department of Sociology and Anthropology, Faculty of Social Sciences, Kasetsart University (Email: fsocppl@ku.ac.th)

Abstract

This research aims to answer the question, how to support modern working mothers for breastfeeding at least six months? This study uses qualitative research in the methods of case study, which collects data from 60 working mothers who went through the experience of breastfeeding for at least 6 months, by using purposive sampling technique, both in Bangkok and Chiang Mai. In-depth interview and non-participant observation were used in data collecting process and content analysis was done to analyze the key point from the empirical data. The result found that process of negotiating and adjusting of working mothers happen simultaneously, both in “private sphere” and “public sphere”. These mothers tried to negotiate the condition by having caretakers involve in preparation process, providing facilitations for caretakers as much as possible, compromising and blending of old-new beliefs, altering the suitable way of breastfeeding, be open minded and creating networks for sharing experience, changing job type, style of work, and working hours, and decreasing external pressure. However, breastfeeding should be “valued” and the society has responsibilities to equally “supports” necessary basic resources without discrimination, but should not “label” women who cannot breastfeed. Therefore, everyone can access to and benefits from the policy and its practice thoroughly.

Keywords: lactation, mother-friendly society, motherhood

บทนำ

จากคำกล่าวที่ว่า “การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อาจไม่ใช่ทางเลือกของคุณพ่อคุณแม่ทุกท่าน แต่...เป็นทางเลือกที่ดีที่สุดสำหรับเด็กทุกคน” ซึ่งปรากฏอยู่บนหน้าเว็บไซต์ www.breastfeedingthai.com เป็นการสะท้อนให้เห็นว่าการเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่ในปัจจุบันได้กลายเป็น “ทางเลือก” หนึ่งสำหรับการเลี้ยงลูกของพ่อแม่ในยุคนี้ แทนที่จะเป็นสิ่งที่ต้องทำ ทั้งนี้เนื่องจากข้อจำกัดหลายประการโดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงบทบาทของผู้หญิงในปัจจุบัน ซึ่งต้องหันมารับภาระในเชิงเศรษฐกิจและมีส่วนร่วมในการหารายได้ให้กับครอบครัวไปพร้อมๆ กับการทำหน้าที่ภรรยา และแม่ของลูกในคราวเดียวกัน อีกทั้งส่วนหนึ่งยังมาจากการรับรู้ของตัวแม่เองที่รู้สึกขาดความเชื่อมั่น รู้สึกกังวลในการให้ลูกดูดนมในที่สาธารณะ รู้สึกสูญเสียอิสระ และกังวลเกี่ยวกับสุขภาพและการรับประทานอาหาร รวมทั้งอิทธิพลจากครอบครัวและคนใกล้ชิดอีกด้วย (โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ เขต 4, 2556) นอกจากนี้ พ่อแม่ยุคใหม่ในปัจจุบันยังมีทางเลือกในการซื้อหาผลิตภัณฑ์นมที่วางขายตามท้องตลาดได้อย่างหลากหลาย ซึ่งต่างมีการโฆษณาสรรพคุณจากสารอาหารประเภทต่างๆ ที่เป็นส่วนผสมของนมซึ่งเน้นส่งเสริมพัฒนาการเด็กจนทำให้แม่ยุคใหม่ ส่วนหนึ่งเลือกเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปพร้อมๆ กับนมผสม จึงทำให้การผลิตน้ำนมแม่ค่อยๆ ลดลง จนกระทั่งต้องให้ลูกดื่มเฉพาะนมผสมในที่สุด (เอวารรัตน์ รัตนนันต์, 2554) ปัจจัยต่างๆ เหล่านี้เองที่มีส่วนทำให้แม่ยุคใหม่ซึ่งต้องทำงานและมีข้อจำกัดในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างต่อเนื่องได้ถึง 6 เดือน ตามมาตรฐานที่องค์การอนามัยโลกได้กำหนดไว้ หรือจำเป็นต้องเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมตนเองร่วมกับนมผสมเพื่อให้แม่สามารถดำเนินกิจกรรมทางเศรษฐกิจอื่นๆ ได้อย่างเต็มที่ ซึ่งจากข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์การเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่ในประเทศไทย พบว่า ประเทศไทยมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ลดลงและต่ำที่สุดในเอเชีย (เคเนศพร เตชะเสาวภาคย์, 2554)

สิ่งสำคัญอีกประการหนึ่งที่สร้างความรู้สึกลำบากใจและกดดันให้กับผู้หญิงที่เป็นแม่ในปัจจุบันนอกเหนือจากความจำเป็นในการรักษาอัตลักษณ์ของตนเองทั้ง 2 ด้าน ทั้งอัตลักษณ์ด้านการทำงาน และอัตลักษณ์ของความเป็นแม่ ซึ่งกรณีหลังเป็นอัตลักษณ์ที่ไร้ขอบเขตเนื่องจากเป็นสภาพที่ต้องแบกรับไปโดยตลอด (Turner & Norwood, 2013; Chuang et al., 2010) นั่นคือ การต้องตกอยู่ภายใต้วาทกรรมหลักที่มีอำนาจต่อผู้หญิงที่เป็นแม่ ทั้งวาทกรรมความเป็นแม่ตามธรรมชาติ และวาทกรรมทางการแพทย์เกี่ยวกับการให้นมลูก ซึ่งวาทกรรมเหล่านี้ถูกรองรับโดยอำนาจของการแพทย์ เพศวิถีของผู้หญิง ความเป็นวิทยาศาสตร์ และสื่อโฆษณา และกลับมาเป็นการตีตราผู้หญิงที่เป็นแม่ที่ไม่สามารถดำเนินชีวิตไปตามความคาดหวังของสังคมอันเกิดจากอำนาจของวาทกรรมเหล่านี้ได้ (Nadesan & Sotirin, 1998) เนื่องจากไม่ว่าจะเป็นทางเลือกใดก็หลีกเลี่ยงได้ยากที่จะต้องเผชิญหน้ากับความรู้สึกผิด เช่น แม่ที่ต้องเลี้ยงลูกด้วยนมตัวเองไปพร้อมๆ กับนมผสมอย่างอื่น ถึงแม่จะรู้สึกสะดวกสบายขึ้น แต่ก็รู้สึกกังวลว่าจะมีผลต่อสุขภาพของลูกในระยะยาว และรู้สึกผิดที่ไม่สามารถทำหน้าที่แม่ที่ดีได้อย่างเต็มที่ ทำให้ต้องจัดการกับความกดดันระหว่างความเป็นจริงกับสิ่งที่คาดหวังอยู่ตลอดเวลา (Lee, 2007) เนื่องจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ถูกเอาไปผูกติดไว้กับคุณลักษณะของการเป็นแม่ที่ดีอีกด้วย

อย่างไรก็ตาม ส่วนใหญ่ปัญหาและอุปสรรคในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ถูกอธิบายด้วยมุมมองและวิธีการจัดการที่แตกต่างกัน สำหรับบุคลากรทางการแพทย์ หรือการให้บริการในคลินิกนมแม่มักเป็นการหาสาเหตุของปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อันเนื่องมาจากสภาพร่างกาย และปัญหาสุขภาพของแม่ รวมทั้งเป็นปัญหาที่เกิดจากวิธีการในการให้นม เช่น ปัญหาน้ำนมมีเลือดปน ปัญหาน้ำนมไม่พอ ปัญหาจากหัวนมของแม่ ภาวะคัดเต้านม และเต้านมอักเสบ เป็นต้น (เกรียงศักดิ์ จีระแพทย์, 2552; Hannula, et al., 2014) ซึ่งวิธีการจัดการก็คือ การจัดการแก้ไขที่สุขภาพร่างกายของแม่ และการให้ความรู้แก่แม่ในการฝึกทำอุ้มให้นมลูก วิธีบีบเก็บน้ำนมแม่ และวิธีเก็บรักษานมแม่ที่บีบเก็บได้

เป็นต้น (ชัยวัฒน์ อภิวันทนา และคณะ, 2554) นอกจากนี้ จากการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ พบว่า มีปัจจัยที่เอื้อต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่หลายประการ เช่น การได้รับข้อมูลและคำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากบุคลากรทางการแพทย์ในสถานพยาบาล การกระตุ้นส่งเสริมเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากสมาชิกในครอบครัว เพื่อน หรือบุคคลใกล้ชิด และการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากสื่อต่างๆ (สุกัญญา แสงตุ่น, 2543; จิราพร ทอมชะเอม, 2552 และนันทวรรณ ฉวีวรรณ, 2552)

การสนับสนุนทางสังคม (social support) จากบุคคลใกล้ชิดหรือบุคคลที่ผู้เป็นแม่ให้ความไว้วางใจเป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างยิ่งสำหรับการตัดสินใจและความต่อเนื่องในการให้นมบุตร ไม่ว่าจะจากสามี แม่ แม่สามี และเพื่อนฝูง โดยเฉพาะจากสามีผ่านการดูแลและสนับสนุนตั้งแต่ก่อนคลอด ระหว่างคลอด ไปจนถึงหลังคลอด ซึ่งไม่เพียงแรงสนับสนุนเท่านั้น แต่รวมถึงทัศนคติของบุคคลเหล่านี้ที่มีต่อการให้นมแม่ด้วยเนื่องจากจะมีอิทธิพลต่อแม่ผู้ให้นมลูก (Baghurst et al., 2007; Zhu et al., 2014; Sasaki et al., 2010; Muko, et al., 2004) ซึ่งการสนับสนุนสำคัญที่ผู้หญิงต้องการที่สุดเป็นไปได้ทั้งการสนับสนุนทางด้านอารมณ์ ด้านความเชื่อมั่น การสนับสนุนทางวัตถุ การได้รับข้อมูลที่เป็นประโยชน์ และการสนับสนุนในด้านเครือข่าย โดยเฉพาะเครือข่ายออนไลน์ในปัจจุบันที่ทำให้แม่เข้าถึงข้อมูลเกี่ยวกับการให้นมแม่ได้มากขึ้น เพื่อทำให้รู้สึกว่าการให้นมลูกไม่ใช่เรื่องยาก แต่เป็นสิ่งที่ผู้เป็นแม่สามารถก้าวข้ามผ่านอุปสรรคต่างๆ ไปได้ และเป็นไปตามบรรทัดฐานที่ผู้เป็นแม่สามารถปฏิบัติได้โดยมีสังคมรอบข้างร่วมสนับสนุน (Moran, Edwards, et al., 2007; Barona-Vilara, et al., 2009; Brown, et al., 2011; Hannula, et al., 2014)

นอกจากปัจจัยดังกล่าวแล้ว การส่งเสริมพลังอำนาจแก่หญิงหลังคลอด ก็เป็นอีกหนทางหนึ่งในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เนื่องจากปัจจัยที่สำคัญยิ่งส่วนหนึ่งที่มีผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ก็คือตัวแม่เอง นอกจาก

แม่ต้องมีความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับทักษะและเทคนิคในการให้นมลูกแล้วยังต้องมีเจตคติที่ดีและความตั้งใจที่ดีที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วย (ลูติกร โทโพธิ์ไทย และคณะ, 2556) ทั้งนี้ควรเริ่มต้นจากการให้แม่มีการรับรู้ในสมรรถนะของตนเอง และเห็นถึงผลลัพธ์ทางบวกที่จะเกิดขึ้นทั้งต่อเด็ก ตนเอง ครอบครัวเพื่อจะทำให้แม่มีการแสดงพฤติกรรมหรือปฏิบัติการให้นมแม่แก่ลูกของตน นอกจากนี้ ควรส่งเสริมให้หญิงเหล่านั้นมีการตัดสินใจเลือกที่จะปฏิบัติในการแก้ไขปัญหาที่จะเกิดขึ้นจากการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยตนเอง โดยพยาบาลหรือบุคลากรทางสาธารณสุขทำหน้าที่เป็นเพียงผู้ให้คำปรึกษาเท่านั้น (วิภารัตน์ สุวรรณไวพัฒนา, 2554) เนื่องจากความเชื่อในความสามารถในตนเอง (self-efficacy) เป็นปัจจัยสำคัญที่จะทำให้ผู้เป็นแม่มีความเชื่อมั่นว่าตนเองจะสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างที่ตั้งใจ ถึงแม้จะพบกับอุปสรรค หรือได้รับอิทธิพลจากคนรอบข้าง ประกอบกับแรงดึงดูดจากความรู้อิสระและสะดวกสบายมากกว่าซึ่งอาจทำให้รู้สึกลังเลที่จะเลือกให้ลูกกินนมผสมแทนการให้นมแม่ โดยเฉพาะแม่ที่อาศัยอยู่ร่วมกับบุคคลอื่นๆ ในครอบครัวซึ่งมีอิทธิพลต่อการร่วมตัดสินใจในเรื่องนี้ หากแม่มีความเชื่อในความสามารถในตนร่วมกับกรณีทัศนคติที่ดีต่อการให้นมแม่ด้วยแล้วจะช่วยส่งเสริมให้แม่ซึ่งต้องเจอกับเงื่อนไขที่หลากหลายในการให้นมลูกสามารถก้าวผ่านอุปสรรคเหล่านั้นไปได้ (Kools, et al., 2006; Leahy-Warren, et al., 2014; Baghurst et al., 2007) นอกจากนี้ ความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ตั้งแต่เริ่มตั้งครรภ์ประกอบกับการมีประสบการณ์โดยการเห็นและเรียนรู้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากบุคคลอื่นมาก่อนยังเป็นส่วนประกอบสำคัญอีกประการหนึ่งของภารกิจในครั้งนี้ด้วยเพราะจะยิ่งทำให้ผู้หญิงรู้สึกว่า การให้นมแม่เป็นเรื่องง่าย เป็นเรื่องน่ายินรมย์ สะดวก และสังคมยอมรับ (Zhu et al., 2014; Kjelland et al., 2014)

ถึงแม้การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่สำหรับผู้หญิงที่ต้องทำงานในปัจจุบันดูจะเป็นเรื่องยากลำบากมากขึ้น แต่ยังคงมีแม่จำนวนไม่น้อยที่มีความพยายามในการเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่อย่างเต็มความสามารถ ซึ่งแม่เหล่านี้ต้องอาศัยความ

พยายามในการปรับตัว และจัดการกับสถานการณ์ต่างๆ เพื่อให้ตนเองสามารถเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่ได้อย่างเต็มที่ ไม่ว่าจะเป็นการปั้มน้ำนมเก็บไว้เพื่อให้ลูกได้กินอย่างต่อเนื่อง การแสวงหาข้อมูลและอุปกรณ์ต่างๆ ที่เห็นว่าเป็นประโยชน์ต่อการรักษาน้ำนมตนเองไว้ ถึงแม้ปัจจุบันการเข้าถึงข้อมูลและบริการเกี่ยวกับการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จะมีอยู่อย่างแพร่หลายในหลากหลายรูปแบบ โดยเฉพาะสื่อออนไลน์ต่างๆ สำหรับคุณแม่มือใหม่หรือผู้สนใจ แต่ผลสืบเนื่องจากปัญหาและอุปสรรคตลอดจนโครงสร้างของสังคมสมัยใหม่ในปัจจุบันที่ไม่เพียงแต่นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงภาระหน้าที่ของผู้เป็นแม่ แต่ยังส่งผลถึงรูปแบบของครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู การสนับสนุนจากระบบเครือญาติที่ลดน้อยลง และความเป็นปัจเจกบุคคลที่เพิ่มมากขึ้นในสังคมปัจจุบัน ตลอดจนการถูกควบคุมภายใต้ระบบเศรษฐกิจทุนนิยมโลก ซึ่งไม่เอื้อประโยชน์ต่อการส่งเสริมให้แม่ได้เลี้ยงลูกด้วยน้ำนมตนเองได้อย่างเต็มที่ ทำให้แม่ซึ่งต้องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ได้อย่างที่ตั้งใจต้องเผชิญกับการต่อสู้ต่อรอกับระบบเหล่านี้มากขึ้น โดยอาศัยทรัพยากรต่างๆ ที่ตนเองมีอยู่เพื่อจัดการกับอุปสรรคที่ขัดขวางการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ด้วยตนเอง

การศึกษาครั้งนี้ จึงมีเป้าหมายที่จะตอบคำถามให้ได้ว่า จะทำอย่างไรเพื่อให้แม่ที่ต้องทำงานสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างราบรื่น ซึ่งเป็นทั้งความพยายามจากตัวแม่เอง และการสนับสนุนจากสังคม โดยศึกษาผ่านประสบการณ์ของแม่ทำงานที่เคยผ่านช่วงเวลาของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างน้อย 6 เดือนไปพร้อมกับที่ต้องทำงาน ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับผู้หญิงยุคใหม่ที่เตรียมพร้อมสำหรับการเป็นแม่และต้องแบกรับภาระทางเศรษฐกิจไปพร้อมๆ กัน เช่นเดียวกับแม่ทำงานซึ่งกำลังประสบปัญหาการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ในขณะนี้ได้ใช้เป็นแนวทางในการปฏิบัติตนนอกเหนือจากคำแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งอาจมีลักษณะเป็นแบบแผนเดียวกัน ในขณะที่แม่ซึ่งต้องทำงานเหล่านี้ต้องใช้ชีวิตอยู่ภายใต้โครงสร้างสังคมที่มีเงื่อนไขแตกต่างกัน นอกจากนั้น ยังใช้เป็นแนวทางสำหรับหน่วยงานที่

เกี่ยวข้องในการกำหนดนโยบายที่จะช่วยส่งเสริมให้แม่วัยทำงานสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างเต็มที่อย่างน้อย 6 เดือนอีกด้วย

ทบทวนวรรณกรรม/แนวคิดทฤษฎี

มุมมองที่มีต่อตัวตนของแม่ทำงานยุคใหม่ในปัจจุบัน

การศึกษาปรากฏการณ์ในครั้งนี้เป็นการพยายามอธิบายตัวตนของผู้หญิงซึ่งเป็นแม่ภายใต้วิธีคิด Structuration Theory ของ Anthony Giddens ซึ่งเห็นว่าทั้งบุคคลและสังคมไม่สามารถอธิบายโดยแยกออกจากกันได้ เนื่องจากมีลักษณะเป็น “duality” ในลักษณะ dialectic process ไม่ได้เป็นอิสระจากกันและกัน และไม่สามารถอยู่ได้โดยปราศจากอีกสิ่งหนึ่ง โดยไม่เชื่อว่าชีวิตทางสังคมของบุคคลจะถูกกำหนดโดยอิทธิพลของโครงสร้างสังคมเพียงด้านเดียว เพราะโครงสร้างสังคมเหล่านี้สามารถถูกเปลี่ยนแปลงได้ถ้าคนในสังคมเริ่มที่จะละเลยหรือปฏิเสธ และสามารถถูกแทนที่ด้วยสิ่งใหม่ที่คนในสังคมร่วมกันสร้างขึ้น สังคมจึงถูกสร้างและผลิตซ้ำโดยตัวบุคคลอยู่ตลอดเวลา โครงสร้างสังคมจึงมีลักษณะทั้งควบคุมกำหนดขึ้นำการกระทำของบุคคล (constraining) และขณะเดียวกันก็เป็นผลผลิต (enabling) ของการกระทำของบุคคลด้วย (Ritzer & Goodman, 2003; Ritzer, 2007; Giddens, 1984) นอกจากนี้ โครงสร้างสังคมในมุมมองของ Giddens ยังประกอบไปด้วย “rules” และ “resources” ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้กระทำใช้ในกระบวนการปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันภายใต้บริบทของช่วงเวลาและพื้นที่หนึ่งๆ โดยมี rules เป็นเหมือนสิ่งขึ้นำการกระทำและปฏิสัมพันธ์กันของคนในสังคม ซึ่งบุคคลจะมีความเข้าใจและใช้ร่วมกันในสถานการณ์ต่างๆ เนื่องจากเป็นสิ่งที่ใช้กันเป็นประจำเข้าไปซ้ำมาและกลายเป็นเครื่องขึ้นำทิศทางหรือการดำเนินไปของปฏิสัมพันธ์ในสังคม ทำให้สมาชิกรู้ว่าอะไรคือสิ่งที่ควรทำไม่ควรทำ ซึ่งบุคคลสามารถร่วมกันเปลี่ยนแปลง rules เหล่านี้ได้ ในขณะที่ resources เป็นสิ่งที่ช่วยเสริมให้บุคคลสามารถบรรลุในสิ่งที่ต้องการได้ เพราะการที่บุคคลจะสามารถดำเนินการใดๆ ในชีวิตประจำวันได้ จำเป็นต้องอาศัย resources ที่มีอยู่ในตัวซึ่งอาจจะมีรูปแบบเป็นวัตถุดิบของ

หรือความสามารถอื่นๆ ที่จะทำให้สามารถดำเนินการกระทำหรือปฏิสัมพันธ์ตามที่ตนเองต้องการได้ ซึ่งการใช้ resources ต่างๆ ที่มีอยู่จะทำให้เกิด power เพื่อนำไปสู่เป้าหมายที่บุคคลต้องการ (Turner, 1986)

แม่ยุคใหม่ในการศึกษาครั้งนี้จึงถูกมองว่าเป็น agent ที่มี agency คือสามารถตรวจสอบหรือตระหนักถึงการกระทำของตนเองและผู้อื่นได้ ซึ่ง Giddens ค่อนข้างให้ความสำคัญกับส่วนที่เป็น reflexivity หรือการตอบสนองต่อสถานการณ์ของบุคคลอย่างมาก โดยเห็นว่า บุคคลสามารถที่จะประเมิน ตรวจสอบ และให้เหตุผลกับการกระทำของตัวเองได้ บุคคลจึงเป็นได้ทั้งผู้ที่ปฏิบัติ ตามกฎระเบียบ และเป็นผู้สร้างกฎระเบียบในเวลาเดียวกัน นอกจากนี้ บุคคลยังเป็นผู้ผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคมไม่ใช่สถาบันสังคมเป็นตัวขับเคลื่อน ถึงแม้บุคคลจะไม่ได้มีอิสระที่จะเลือกการกระทำทุกอย่างในชีวิตตนเองได้ทั้งหมด แต่บุคคลก็เป็นผู้กระทำที่สามารถผลิตซ้ำโครงสร้างสังคมและนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงทางสังคมได้ (Jones, 2003) เช่นเดียวกับสิ่งที่แม่ยุคนี้กำลังทำอยู่เพื่อแสดงให้เห็นว่า ถึงแม้โครงสร้างด้านครอบครัวและเศรษฐกิจจะบีบรัดให้จำต้องละทิ้งบทบาทความเป็นแม่บางส่วนลงไปก็ตาม แต่ผู้หญิงเหล่านี้ก็มีความพยายามที่จะพลิกสถานการณ์เหล่านั้นให้เป็นโอกาสในการหาทางเลือกใหม่ๆ ให้กับตนเองภายใต้ทรัพยากรเท่าที่ตนเองมีอยู่เพื่อจัดการกับเงื่อนไขตรงหน้า reflexivity หรือกระบวนการตอบสนองดังกล่าว จึงเป็นคุณลักษณะที่สำคัญมากสำหรับ self ในยุคสมัยใหม่ โดย self reflexivity เป็นกระบวนการที่มีลักษณะต่อเนื่อง เช่นเดียวกับ lifestyle ซึ่งเป็นการปฏิบัติที่ทำจนเป็นประจําในชีวิตประจำวัน และสะท้อนถึงการเลือกท่ามกลางทางเลือกที่หลากหลายมากขึ้นในปัจจุบัน (Giddens, 1991)

จาก Structuration theory ของ Anthony Giddens ได้สะท้อนให้เห็นแล้วว่า โครงสร้างของสังคมสมัยใหม่มีอิทธิพลอย่างยิ่งทั้งในแง่ของปัจจัยที่เอื้อต่อความสามารถในการเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่และในแง่ของอุปสรรคที่ทำให้การเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่ในยุคนี้เป็นเรื่องที่ทำได้ยากมากขึ้น แต่ใน

ขณะเดียวกัน แม่เหล่านี้ก็ไม่ได้อยู่ในฐานะที่ต้องจำนนต่อโครงสร้างดังกล่าวเสมอไป แต่พยายามต่อสู้ดิ้นรน และแสวงหาวิธีการต่างๆ เพื่อให้ตนเองสามารถเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่ได้ภายใต้สถานการณ์ดังกล่าว ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงกระบวนการ self-reflexivity ของแม่ทำงาน ในการตอบสนองต่อโครงสร้างสังคมสมัยใหม่ซึ่งมีลักษณะแตกต่างไปจากสังคมสมัยใหม่ในยุคก่อนหน้า อย่างไรก็ตาม การที่แม่ซึ่งต้องทำงานจะมีกระบวนการต่อรองหรือตอบสนองต่อบริบทของภาวะสมัยใหม่ได้มากน้อยเพียงใด และในลักษณะใด ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับทรัพยากรที่เอื้อต่อการเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมแม่ซึ่งตนเองมีอยู่เป็นสำคัญ ซึ่งเป็นไปได้หลากหลายรูปแบบ ทั้งในรูปของสถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจ สถานภาพในแง่ของการทำงาน ตลอดจนเครือข่ายทางสังคมและการปฏิสัมพันธ์กับผู้คนรอบข้าง รวมทั้งการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารในรูปแบบต่างๆ ก็เป็นปัจจัยเอื้อที่สำคัญต่อการตอบสนองหรือต่อรองกับบริบทของภาวะสมัยใหม่ดังกล่าวได้ ซึ่งสะท้อนถึงพลังอำนาจของแม่ทำงานในฐานะบุคคลที่ไม่ได้ยอมตามหรือถูกควบคุมโดยโครงสร้างสังคมแบบเบ็ดเสร็จอีกต่อไป ซึ่งรูปแบบและวิธีการที่แม่แต่ละคนใช้เป็นทางเลือกอาจไม่ใช่หนทางที่ดีที่สุดสำหรับทุกคน แต่เป็นวิธีการที่ผ่านการประเมินอย่างไตร่ตรองและพร้อมจะยอมรับผลกระทบอื่นๆ ที่ตามมาแล้วภายใต้บริบทที่แวดล้อมของแม่แต่ละคน

วิธีการวิจัย

ผลการศึกษาในส่วนนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัย “เส้นทางสายน้ำนมแม่: การต่อสู้ของแม่ทำงานยุคใหม่เพื่อแลกกับการได้เลี้ยงลูกด้วยน้ำนมตน” ซึ่งได้รับการสนับสนุนให้ดำเนินการโดยกรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ผ่านวิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยเลือกแม่ทำงานซึ่งมีประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มาได้ไม่ต่ำกว่า 6 เดือน ซึ่งจะเป็นการเลี้ยงด้วยนมแม่ล้วนๆ โดยไม่มีการให้อาหารอื่นๆ เลยที่เรียกว่า exclusive breastfeeding ก็ได้ หรือเป็นการเลี้ยงร่วมกับอาหารอื่นๆ ก็ได้ ทั้งในกรุงเทพฯ และจังหวัดเชียงใหม่เป็นกรณีศึกษา เนื่องจากทั้งสองจังหวัด

เป็นเมืองใหญ่ซึ่งมีอัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ค่อนข้างต่ำเมื่อเทียบกับเกณฑ์มาตรฐาน โดยข้อมูลจากการสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ.2555 ระบุว่า มีเพียงร้อยละ 8.2 ของเด็กอายุน้อยกว่า 6 เดือน (0-5 เดือน) ในกรุงเทพฯ ที่กินนมแม่เพียงอย่างเดียว (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2556) ส่วนข้อมูลจากแบบประเมินมาตรฐานอนามัยแม่และเด็กปี 2558 ก็พบว่า อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียวในช่วง 6 เดือนของแม่ในจังหวัดเชียงใหม่ยังคงอยู่ที่ร้อยละ 30.3 (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่, 2558) ในขณะที่องค์การอนามัยโลก ได้กำหนดเป้าหมายให้อัตราการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นร้อยละ 75 ในโรงพยาบาล และร้อยละ 50 ในช่วง 6 เดือนแรกของทารก (Ryan, et al., 2006) ทั้งนี้ โดยคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) ที่แม่ซึ่งผ่านประสบการณ์ดังกล่าวมาแล้วไม่เกิน 5 ปี เนื่องจากเป็นช่วงเวลาที่กระแส นมแม่กำลังได้รับความนิยมอย่างสูงทั้งจากนโยบายของรัฐและจากโครงการ สายใยรักแห่งครอบครัว และเพื่อให้แม่กลุ่มนี้ยังสามารถจดจำเรื่องราวและ ประสบการณ์ต่างๆ ได้อย่างเต็มที่ โดยต้องเป็นแม่ที่ทำงานไปด้วยและเลี้ยงลูก ด้วยนมแม่ไปด้วยในช่วงระยะเวลาดังกล่าว ซึ่งเป็นงานที่สร้างรายได้ทุกประเภท ไม่ว่าจะเป็นงานประจำในองค์กรหรือหน่วยงานต่างๆ และงานซึ่งเป็นอาชีพ อิสระส่วนตัว และงานนอกระบบอื่นๆ โดยใช้วิธีให้แม่กลุ่มนี้แนะนำแม่ซึ่งมี คุณสมบัติดังกล่าวต่อๆ กันไป แบบ snowball technique เนื่องจากมีการบอก เล่าและแลกเปลี่ยนประสบการณ์การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในกลุ่มแม่ดังกล่าวอย่างต่อเนื่อง จนกระทั่งได้กลุ่มตัวอย่างที่เข้าข่ายรวม 60 คนซึ่งเป็นแม่ทำงานใน กรุงเทพฯ และจังหวัดเชียงใหม่ พื้นที่ละ 30 คน โดยเป็นแม่ที่ทำงานในลักษณะ กิจการส่วนตัวหรืออาชีพอิสระ จำนวน 15 คน อีก 45 คน เป็นแม่ที่ทำงานใน องค์กรซึ่งประกอบไปด้วย งานประเภทที่เกี่ยวข้องกับการแพทย์/สาธารณสุข งานสื่อสารมวลชน/ประชาสัมพันธ์ งานในสถาบันการศึกษา งานการเงิน/ ธนาคาร/งานบัญชี งานในส่วนการปกครอง/ข้าราชการทหาร พนักงานขาย/ รับจ้าง และพนักงานบริษัทเอกชน เกือบทั้งหมดสำเร็จการศึกษาขั้นต่ำในระดับ ปริญญาตรี

การศึกษาครั้งนี้ใช้วิธีแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับแม่ทำงานโดยผ่านวิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (in-depth interview) อย่างไม่เป็นทางการ เพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับประสบการณ์ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างลึกซึ้ง อีกทั้งการแสดงออกถึงอารมณ์ความรู้สึกในขณะนั้นได้เป็นอย่างดี และเพื่อให้แม่เหล่านี้รู้สึกผ่อนคลายและเป็นกันเองในระหว่างการสัมภาษณ์ ประกอบกับการสังเกตจากสีหน้า แววตา และปฏิกิริยาในขณะแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ผ่านการสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม (non-participant observation) ได้ช่วยทำให้เกิดความเข้าใจในสิ่งที่แม่กลุ่มนี้ได้เผชิญอยู่ในขณะนั้นมากยิ่งขึ้น โดยผู้ให้ข้อมูลทุกคนได้รับสิทธิที่จะตัดสินใจยุติการให้ข้อมูลได้ตลอดเวลาหากรู้สึกไม่สบายใจหรืออึดอัดใจที่จะตอบคำถามในประเด็นต่างๆ ซึ่งประกอบด้วยแนวคำถามทั้งหมด 3 ส่วนใหญ่ๆ ด้วยกัน ได้แก่ 1) ข้อมูลพื้นฐานส่วนตัวและการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ 2) ข้อมูลเกี่ยวกับข้อจำกัดและเงื่อนไขต่างๆ ที่ส่งผลต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และ 3) ข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการจัดการกับข้อจำกัดและเงื่อนไขต่างๆ โดยข้อมูลส่วนใหญ่ที่ใช้ในการวิเคราะห์สำหรับบทความฉบับนี้เป็นข้อมูลที่ได้จากแนวคำถามในส่วนสุดท้ายเป็นหลัก โดยอาศัยการวิเคราะห์เนื้อหา (content analysis) เพื่อให้สามารถสรุปถึงเงื่อนไขสำคัญที่จะนำไปสู่การสนับสนุนเพื่อให้แม่ที่ต้องทำงานสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้อย่างราบรื่น ซึ่งครอบคลุมทั้งเงื่อนไขและวิธีการที่มาจากความพยายามของตัวแม่เอง โดยมีมุมมองต่อแม่ในฐานะผู้กระทำที่สามารถคิด ตีความ และเลือกตอบสนองได้ภายใต้วิธีคิดเรื่อง agency และกระบวนการ self-reflexivity ของ Giddens และการวิเคราะห์เพื่อค้นหาเงื่อนไขที่สังคมสามารถสนับสนุนแม่กลุ่มนี้ให้สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในแนวทางที่ตนเองมีอิสระในทางเลือกต่างๆ อย่างที่ใจหวังได้อย่างเต็มที่

ผลการศึกษา

ผลการศึกษาเบื้องต้นพบว่า เงื่อนไขสำคัญที่แม่ทำงาน จำนวน 60 คน ทั้งในกรุงเทพฯ (30 คน) และจังหวัดเชียงใหม่ (30 คน) อายุระหว่าง 20-45 ปี

ต้องเผชิญในระหว่างที่ตนเองต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้น เริ่มต้นตั้งแต่การต่อสู้กับธรรมชาติของร่างกายตนเองและลูก การประนีประนอมกับความเชื่อในการเลี้ยงดูเด็กของคนในครอบครัวที่แตกต่างกัน การลงทุนกับอุปกรณ์หรือเครื่องมือในการให้นม บริบทของการทำงานที่ไม่เอื้ออำนวย ความเหนื่อยล้าของร่างกาย ความสับสนกับข้อมูลที่หลากหลาย ความกดดันกับปริมาณน้ำนม ความเสี่ยงในการใช้ยาหรือสมุนไพรในการกระตุ้นน้ำนม ความเสี่ยงของการให้นมในที่สาธารณะ และบริบทอื่นๆ ที่สร้างเงื่อนไขต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ (ภัทรพรรณ ท้าดี, 2559) ทั้งนี้ แม่เหล่านี้ได้พยายามต่อรองและปรับตัว แต่ในขณะเดียวกันก็คาดหวังการสนับสนุนจากสังคม โดยมีรายละเอียดในแต่ละประเด็น ดังนี้

1. การต่อรองและปรับตัวของแม่ทำงาน

กระบวนการต่อรองและการปรับตัวของคนเป็นแม่เกิดขึ้นพร้อมๆ กัน ทั้งในบริบทหรือพื้นที่ส่วนตัว (private sphere) ของผู้หญิง ซึ่งได้แก่ ครอบครัว และในพื้นที่สาธารณะ (public sphere) ซึ่งก็คือสังคมภายนอกบ้าน โดยเฉพาะที่ทำงานของแม่ ซึ่งแม่จะมีวิธีการต่อรองและปรับตัวในพื้นที่ต่างๆ ตลอดจนมีความคาดหวังต่อการสนับสนุนจากสังคมรอบข้างเพื่อให้ตนเองสามารถไปถึงจุดหมายของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ ดังนี้

1) การให้ผู้ช่วยเลี้ยงดูมีส่วนร่วมตั้งแต่การเตรียมความพร้อม

ข้อจำกัดอย่างหนึ่งในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คือ ทักษะหน้าที่แตกต่างกันในการเลี้ยงดูเด็ก เนื่องจากผู้ช่วยเลี้ยงดูที่บ้านซึ่งมักเป็นปู่ย่าตายายมีประสบการณ์ในการเลี้ยงดูเด็กมาในรูปแบบหนึ่ง ซึ่งอยู่ในช่วงเวลาและบริบทที่มีความแตกต่างกัน ในขณะที่พ่อแม่ยุคใหม่ในปัจจุบันเกือบทั้งหมดเรียนรู้ข้อมูลเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็กผ่านสื่อสมัยใหม่ เช่น อินเทอร์เน็ต หนังสือ และเอกสารวิชาการ ซึ่งมักจะยืนยันและรองรับโดยผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์ แม่หลายรายจึงมีความพยายามจะประนีประนอมหรือลดความขัดแย้งดังกล่าว โดยการให้ผู้ช่วยเลี้ยงดูได้เข้ามามีส่วนร่วมหรือเรียนรู้ไปพร้อมๆ กันตั้งแต่ในช่วงการเตรียม

ความพร้อม เช่น การพาไปพบแพทย์ด้วยกันในช่วงที่มีการฝากครรภ์ การเข้าร่วมการอบรมเกี่ยวกับการดูแลครรภ์และการเลี้ยงดูเด็ก หรือแบ่งปันเอกสารตลอดจนสื่อที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงดูเด็ก โดยเฉพาะการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ หรือแม้แต่การพูดคุย บอกเล่าถึงการดูแลตนเอง การปฏิบัติตนในขณะตั้งครรภ์ให้กับผู้ที่ช่วยดูแลเด็กต่อไป เพื่อช่วยให้ทั้งสองฝ่ายได้มีโอกาสปรับทัศนคติในการเลี้ยงดูลูกไปพร้อมๆ กัน

2) การลดความยุ่งยากและอำนวยความสะดวกแก่คนเลี้ยง

ต้องยอมรับว่าการเลี้ยงเด็กในปัจจุบันซึ่งมีขั้นตอนหลายอย่างแตกต่างจากในอดีตอาจเป็นภาระหนักสำหรับผู้สูงอายุซึ่งเป็นคนช่วยเลี้ยงดูเด็กอยู่ที่บ้านขณะแม่ไปทำงาน แม่หลายรายจึงต้องตัดใจให้ลูกกินนมผสมในขณะที่ตนเองต้องไปทำงาน เพราะคนที่บ้านมองว่านมผสมซ่ง่ายกว่า จะซ่งเมื่อไรก็ได้ ในขณะที่การจัดการกับนมแม่ที่ปั๊มเก็บไว้แล้วต้องนำมาให้เด็กกินถูกมองว่าวุ่นวายหลายขั้นตอน ดังนั้นแม่บางรายจึงต้องยอมปรับเปลี่ยนวิธีการเพื่ออำนวยความสะดวกต่อคนเลี้ยงมากขึ้นเพื่อให้ลูกยังคงได้กินนมแม่เป็นหลัก ถึงจะดูไม่ค่อยเป็นไปตามมาตรฐานการเลี้ยงลูกแบบที่นักวิชาการแนะนำนักก็ตาม แต่เพื่อให้ลูกได้กินนมแม่ได้อย่างที่ตนเองตั้งใจ เช่น การยอมให้ลูกกินนมแม่ที่ปั๊มเก็บไว้แบบไม่ต้องนำมาอุ่น และจัดเตรียมใส่ขวดแยกไว้ตามจำนวนมื้อเพื่อให้คนเลี้ยงไม่รู้สึกรู้ว่าเป็นความยุ่งยาก เป็นต้น

3) การประนีประนอมและผสมผสานระหว่างความเชื่อ เก่า-ใหม่

ทางออกอย่างหนึ่งที่แม่หลายรายใช้ในการจัดการความแตกต่างกันในด้านทัศนคติการดูแลเด็กของคนในครอบครัว ก็คือ การพยายามประนีประนอมให้ได้มากที่สุด เพราะคงไม่สามารถตัดสินได้อย่างเด็ดขาดในครอบครัวว่าความเชื่อหรือวิธีการเลี้ยงเด็กของใครที่ถูกต้องหรือดีที่สุด เพราะทุกอย่างขึ้นอยู่กับว่าเป็นความถูกต้องบนฐานของใคร การพยายามโต้เถียงเพื่อหาว่าสิ่งใดคือสิ่งที่ถูกต้องจึงไม่ใช่ทางออกที่ดีของเรื่องนี้ ถึงแม้ว่าจริง ๆ แล้วคุณ

แม่ส่วนใหญ่ยังคงยึดถือในสิ่งที่ตนเองเชื่อเป็นหลัก แม่หลายรายเลือกที่จะโอนอ่อนผ่อนตามบ้างในบางเรื่องที่เห็นว่าพอยอมกันได้และไม่ใช่เรื่องที่ส่งผลเสียต่อลูกเพื่อรักษาความสัมพันธ์และบรรยากาศในครอบครัวไว้ เช่น ยอมให้กล้วยหรืออาหารเสริมในช่วงใกล้ 6 เดือนบ้างเพียงเล็กน้อย โดยแต่ละฝ่ายต่างต้องพยายามยอมรับและปรับเข้าหากันในระดับที่ต่างฝ่ายต่างยอมรับกันได้ ซึ่งไม่สามารถกำหนดตายตัวได้ว่าแค่ไหนจึงเรียกว่าเพียงพอ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความพึงพอใจในแต่ละครอบครัว ตลอดจนทัศนคติในการต่อรองและประนีประนอม และเส้นแบ่งของแม่แต่ละคนที่จะยอมรับได้

4) การปรับเปลี่ยนรูปแบบการให้นมให้เหมาะสมกับบริบทของตน

ความพยายามหาวิถีทางที่ทำให้ตนเองสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ในระดับที่ตนเองสบายใจ และครอบครัวที่เกี่ยวข้องสามารถร่วมกันดูแลเด็กได้อย่างลงตัว โดยไม่รู้สึกรังเกียจหรือยากลำบากจนเกินไป ซึ่งอาจไม่ได้เป็นไปตามที่ผู้เชี่ยวชาญหรือมาตรฐานของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างที่เรียกว่าควรจะเป็น เริ่มตั้งแต่การพยายามลดค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวข้องกับการให้นมแม่ การปรับเปลี่ยนรูปแบบการให้นม เช่น ยอมปั๊มใส่ขวดก่อนช่วงที่แม่ต้องกลับไปทำงานเพื่อให้เด็กคุ้นชินกับการดูดขวดเพื่อให้สะดวกกับคนเลี้ยง ถึงแม้ตามตำราจะบอกว่าการให้ลูกดูดนมจากเต้าบ่อยกว่า หรือยอมให้เด็กกินนมผสมเมื่ออยู่กับคนเลี้ยงในกรณีที่ไม่สะดวกในการปั๊มนม หรือคนที่บ้านยืนยันจะเลี้ยงด้วยนมผสม แต่ดูจากเต้านมแม่ตลอดเวลาที่ได้อยู่ด้วยกัน ทั้งๆ ที่ใจอยากจะเลี้ยงด้วยนมแม่เพียงอย่างเดียวมากกว่า แต่จำเป็นต้องลดมาตรฐานหรือความเคร่งครัดในการให้นมลูกลงบ้างเพื่อความสบายใจของทุกฝ่าย และไม่คาดหวังกับช่วงเวลาในการให้นมแม่ของตนเองมากเกินไป

5) การเปิดใจรับสิ่งใหม่ สร้างเครือข่ายประสบการณ์ร่วมกับผู้อื่น

สิ่งหนึ่งที่แม่กลุ่มนี้เลือกปฏิบัติเพื่อสร้างความมั่นใจและเพิ่มพูนข้อมูลในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นอกเหนือจากการแสวงหาข้อมูลจากแหล่งที่เป็น

ผู้เชี่ยวชาญ นั่นคือการพยายามแสวงหากลุ่มเพื่อนที่พอจะแลกเปลี่ยนข้อมูลในเรื่องดังกล่าว ซึ่งปัจจุบันไม่จำเป็นต้องเริ่มต้นจากเพื่อนที่รู้จักกันอยู่แล้วเท่านั้น เพราะในโลกออนไลน์เราสามารถเริ่มต้นคุยกับคนที่ไม่รู้จักแต่มีความสนใจในเรื่องเดียวกันได้ ซึ่งแม่ยุคใหม่ได้ใช้ช่องทางเหล่านี้ในการเข้าถึงข้อมูลประสบการณ์การเลี้ยงลูก เนื่องจากแม่กลุ่มนี้ค่อนข้างจะมีข้อจำกัดในแง่การเรียนรู้ประสบการณ์จากคนในรุ่นก่อนหน้า จึงจำเป็นต้องแสวงหาประสบการณ์จากคนในรุ่นเดียวกันแทน เพื่อประโยชน์ทั้งกับตนเองซึ่งเป็นแม่ที่จะได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับคนที่เผชิญสถานการณ์แบบเดียวกัน และเป็นประโยชน์ต่อลูกด้วยที่จะมีเพื่อนรุ่นราวคราวเดียวกันต่อไป เพราะนอกจากกลุ่มเหล่านี้จะใช้แลกเปลี่ยนความรู้และข้อมูลในการเลี้ยงลูกแล้ว ยังเป็นเหมือนแรงสนับสนุนทางสังคมระหว่างคนที่เข้าใจความรู้สึกซึ่งกันและกันหรือที่เรียกว่าคนหัวอกเดียวกันอีกด้วย

6) ปรับเปลี่ยน ลักษณะ รูปแบบ และเวลาในการทำงาน

เมื่อแม่จำเป็นต้องกลับไปทำงานโดยตัดสินใจแล้วว่า จะเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปด้วย ซึ่งส่วนใหญ่หากเป็นการทำงานในองค์กรทั่วไปมักจะลางานได้ 3 เดือน ซึ่งในช่วงเวลาดังกล่าว คนเป็นแม่จะต้องเตรียมความพร้อมในการกลับไปทำงานไปพร้อมๆ กับการให้นมแม่ด้วย สิ่งหนึ่งที่ต้องจัดการให้ได้คือ ทำอย่างไรที่จะจัดการงานในหน้าที่รับผิดชอบให้ลงตัวกับรูปแบบการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของตนเอง ซึ่งส่วนใหญ่ใช้วิธีการปั๊มนมเพื่อเก็บกลับบ้านมาให้ลูกกิน แต่ส่วนใหญ่บริบทของการทำงานมักไม่เอื้อกับการปั๊มนม ไม่ว่าจะเป็น รูปแบบการทำงานหรือลักษณะของงาน ตลอดจนเวลาในการทำงาน ซึ่งแม่หลายรายจำเป็นต้องปรับเปลี่ยน ต่อรอง เพื่อให้สามารถปั๊มนมได้ เช่น ขอลดภาระงานบางอย่างโดยเฉพาะการออกนอกสถานที่โดยขอทำงานในส่วนอื่นเพิ่มเติมแทน หรือหากจำเป็นต้องทำงานนอกพื้นที่ก็ต้องเตรียมความพร้อมด้านอุปกรณ์และจัดการเวลาเพื่อให้ตนเองหาโอกาสปั๊มนมได้ โดยอาศัยขอความช่วยเหลือในด้านสถานที่ปั๊มนม เช่น มจากหน่วยงานภายนอก และการปั๊มนมในรถ เป็นต้น ซึ่งไม่ใช่

เรื่องง่ายที่จะต่อรองเพื่อเปลี่ยนแปลงสิ่งเหล่านี้เพราะการทำงานมีส่วนเกี่ยวข้องกับผู้คนหลายฝ่าย ทั้งองค์กร ผู้บังคับบัญชา เพื่อนร่วมงาน ซึ่งจำเป็นต้องมีความเข้าใจในบทบาทความเป็นแม่ มีความเห็นอกเห็นใจ และเอื้ออาทรซึ่งกันและกัน จึงจะทำให้แม่สามารถรักษาทั้งบทบาทในหน้าที่การงานและบทบาทของแม่ได้อย่างสมดุล ในขณะที่แม่ซึ่งทำงานในลักษณะอาชีพอิสระมีแนวโน้มที่จะควบคุมบริบทด้านการงานเพื่อให้เอื้อต่อการให้นมของตนเองได้ในระดับหนึ่ง เนื่องจากได้รับอิทธิพลจากกฎเกณฑ์ขององค์กร เพื่อนร่วมงาน และผู้บังคับบัญชาน้อยกว่า แต่ไม่ได้เป็นตัวชี้วัดว่าจะทำให้แม่กลุ่มนี้เลี้ยงดูด้วยนมแม่ได้ยาวนานกว่า เนื่องจากระยะเวลาดังกล่าวยังขึ้นอยู่กับปัจจัยและเงื่อนไขอื่นๆ ประกอบด้วย ตัวอย่างเช่น แม่บางรายที่ทำงานในร้านขายของหรือร้านอาหารของตนเองก็ยังคงจำเป็นต้องหยุดให้ลูกกินนมทันทีถึงแม้ลูกจะยังไม่อิ่มนมก็ตาม เมื่อมีลูกค้าเข้าร้านหรือร้องขอให้ขายสินค้า เป็นต้น

7) ลดแรงกดดันจากภายนอก

การเปิดรับข้อมูลข่าวสาร และประสบการณ์จากภายนอกอาจจะเป็นผลดีในด้านข้อมูลที่หลากหลาย แต่ในขณะเดียวกันก็เป็นการสร้างแรงกดดันเพิ่มความเครียด ความวิตกกังวลได้เช่นกัน โดยเฉพาะข้อมูลที่แม่เชื่อว่าเป็นข้อมูลจากผู้เชี่ยวชาญ จึงขึ้นอยู่กับการจัดการตนเองของแม่ที่จะเลือกรับข้อมูลข่าวสารอย่างไรให้เพียงพอ แต่ไม่เป็นการเพิ่มแรงกดดันให้กับตนเอง นอกจากนี้การพยายามทำให้เห็นถึงความตั้งใจของตนเองในการให้นมลูกโดยเฉพาะในพื้นที่สาธารณะเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่แม่พยายามแสดงให้เห็นสังคมเห็นและยอมรับบทบาทของแม่ เช่น การดำเนินชีวิตทางสังคมตามปกติ ไม่ว่าจะเป็นการพาลูกที่มีความพร้อมและแข็งแรงพอเพื่อไปพบปะสังสรรค์กับเพื่อน ความกล้าในการให้นมลูกในที่สาธารณะโดยอาศัยอุปกรณ์ช่วยเหลือ เช่น ผ้าคลุมให้นม ซึ่งในระยะแรกแม่ทุกคนต้องเผชิญกับความรู้สึกอาย และสายตาของผู้คนรอบข้างที่มองด้วยความแปลกใจใคร่รู้ แต่เมื่อปฏิบัติอย่างต่อเนื่องเป็นประจำก็จะเกิดความคุ้นชิน

ซึ่งไม่ใช่เฉพาะคนเป็นแม่เท่านั้น แต่สังคมจะเริ่มเคยชินและยอมรับกับการทำหน้าที่ของแม่ในการให้นมในพื้นที่สาธารณะได้

2. สิ่งสนับสนุนและความคาดหวังต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

จากข้อมูลที่ผ่านมาแสดงให้เห็นแล้วว่า แม่ทำงานต้องพยายามต่อรองและปรับตัวอย่างไรบ้างเพื่อให้ตนเองสามารถเอาชนะเงื่อนไขที่เป็นอุปสรรคต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ได้ อย่างไรก็ตาม คงเป็นไปได้และไม่ควรอย่างยิ่งที่จะทอดทิ้งให้แม่เหล่านี้ต้องต่อสู้ต่อรองกับเงื่อนไขเหล่านี้เพียงลำพัง เพราะถือเป็นความรับผิดชอบร่วมกันของคนในสังคม โดยต้องร่วมกันทำหน้าที่ในการสนับสนุนทรัพยากรพื้นฐานสำคัญเพื่อให้คนเป็นแม่ใช้เป็นอำนาจในการต่อรองและปรับตัวโดยแม่เป็นผู้ที่จะตัดสินใจด้วยตนเองว่าจะเลือกหรือไม่เลือกเส้นทางไหน ไม่ใช่มุ่งแต่จะกดดันให้แม่ต้องจัดการชีวิตให้เป็นไปตามความคาดหวังของสังคม โดยทอดทิ้งให้แม่ต้องต่อสู้ตัวคนเดียว ทั้งนี้ทรัพยากรพื้นฐานดังกล่าวเริ่มต้นตั้งแต่การสนับสนุนสำคัญจากคนในครอบครัว โดยเฉพาะจากคนใกล้ชิดคือ คู่สมรส นอกจากนั้น ยังรวมถึงการสร้างความเข้าใจของคนในที่ทำงานซึ่งเหมือนเป็นบ้านหลังที่สองที่แม่ต้องมีปฏิสัมพันธ์รองจากครอบครัว และสุดท้ายคือความรับผิดชอบร่วมกันของสังคมในการร่วมกันสร้างบริบทที่เอื้อต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนเป็นแม่ในปัจจุบัน โดยมีสิ่งที่แม่ทำงานในยุคนี้คาดหวังที่จะได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ดังนี้

1) กำลังใจและการสนับสนุนของครอบครัว

คงปฏิเสธไม่ได้ว่า สามีและสมาชิกอื่นๆ ในครอบครัว คือ คนใกล้ชิดที่สุดซึ่งมีผลอย่างยิ่งต่อความสำเร็จในการให้นมแม่ของผู้หญิง ทั้งการสนับสนุนในแง่ของกำลังใจ การช่วยเหลือแบ่งเบาภาระของภรรยาโดยเฉพาะในช่วงหลังคลอด ซึ่งเป็นช่วงที่คนเพิ่งเริ่มเป็นแม่กำลังเปราะบางทั้งทางร่างกายและสภาพจิตใจเนื่องจากเต็มไปด้วยความสับสน งุนงง วิตกกังวล และตึงเครียด นอกจากนั้น การที่สามีและคนในครอบครัวได้มีโอกาสอยู่ช่วยเหลือแม่ในช่วง

หลังคลอดอย่างเต็มที่จึงถือเป็นการวางรากฐานที่ดีซึ่งจะทำให้ผู้หญิงรู้สึกมั่นคงและมั่นใจที่จะเดินหน้าเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ต่อไป อีกทั้งปัจจุบันแม่ส่วนใหญ่คลอดลูกโดยการผ่าคลอดทำให้ร่างกายต้องการการพักผ่อนอย่างมาก ซึ่งสอดคล้องกับนโยบายในการให้สามีลาหยุดเพื่อดูแลภรรยาหลังคลอดได้ 15 วัน สิ่งแม่ให้นมลูกต้องการที่สุดจริงๆ แล้วยก็คือ การให้กำลังใจและแรงสนับสนุนตลอดจนการช่วยเหลือเล็กๆ น้อยๆ ที่จะสร้างความมั่นคงและความมั่นใจในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั่นเอง เพราะถึงที่สุดแล้วสิ่งที่ผู้หญิงต้องการเป็นอันดับแรกเลยก็คือ ความเข้าใจจากคนในครอบครัว และเป็นพื้นที่ซึ่งส่งผลต่อความสำเร็จในการให้นมลูกมากที่สุด เพราะเมื่อมีความเข้าใจสิ่งที่ตามมาคือความพร้อมที่จะให้การสนับสนุนหรือช่วยเหลือเพื่อให้แม่สามารถทำหน้าที่ของตัวเองได้อย่างเต็มที่

2) การพึ่งพาอาศัยกันระหว่างเพื่อนบ้านและคนในชุมชน

การช่วยเหลือเกื้อกูลกันในสังคมนับเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยเหลือแม่ที่ต้องให้นมลูกได้เช่นกัน โดยเฉพาะเพื่อนบ้านและชุมชน ถึงแม้ในปัจจุบันความใกล้ชิดกันของเพื่อนบ้านในสังคมเมืองจะแตกต่างจากในอดีตเนื่องจากความเป็นปัจเจกที่สูงขึ้นทำให้ต่างคนต่างอยู่ก็ตาม แต่ยังไม่ถึงกับขาดการช่วยเหลือพึ่งพากัน ทั้งนี้ยังขึ้นอยู่กับภูมิสัมพันธที่แม่มีต่อบุคคลรอบข้างด้วย การสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างกันในชุมชน โดยเฉพาะทัศนคติในการช่วยเหลือพึ่งพากัน ไม่ใช่เฉพาะกับเรื่องการเลี้ยงลูกเท่านั้น แต่หมายรวมถึงการช่วยเหลือพึ่งพากันได้ในเรื่องต่างๆ ไป นับว่ายังมีความจำเป็น เช่น การทำอาหารมาแบ่งปัน การคอยถามไถ่หรือให้คำแนะนำเล็กๆ น้อยๆ ตลอดจนช่วยเหลือกันยามจำเป็น ซึ่งถือเป็นจุดเด่นอย่างหนึ่งของสังคมไทยที่มีส่วนช่วยให้แม่ที่ต้องให้นมลูกไม่ต้องผ่านช่วงเวลายากลำบากเหล่านี้ไปเพียงลำพัง

3) การสร้างความเข้าใจในที่ทำงาน

สิ่งหนึ่งที่เป็นความกังวลใจอย่างยิ่งของแม่เมื่อต้องกลับไปทำงาน และมักเกิดคำถามในใจก็คือ คนที่ทำงานจะมีท่าทีอย่างไรถ้าแม่ต้องปลิกเวลาไปเพื่อปัมนม จะมีพื้นที่ที่เหมาะสมสำหรับการปัมนมหรือไม่ จะมีวิธีจัดการกับงานอย่างไรให้เสร็จทันกำหนด เพื่อนร่วมงานจะคิดว่าเป็นการเอาเปรียบหรือไม่ถ้าทำงานไม่ได้เต็มที่เหมือนเดิม ผู้บังคับบัญชาจะคิดอย่างไรถ้าต้องออกจากที่ทำงานเร็วกว่ากำหนดเดิมเพื่อกลับมาให้นมลูกที่บ้าน และถ้าต้องออกไปทำงานนอกสถานที่จะสามารถปัมนมให้ลูกได้อย่างไร ฯลฯ ซึ่งมีแม่บางรายยอมรับว่าต้องเจอกับผู้ร่วมงานที่ไม่ค่อยเข้าใจ ซึ่งส่งผลอย่างยิ่งต่อการลดทอนกำลังใจและความมุ่งมั่นในการให้นมของตัวเอง นอกจากนี้ ในบางหน่วยงานถึงแม้จะไม่ได้มีการห้ามหรือมีปฏิกริยาในทางลบต่อการปัมนมของแม่ในระหว่างทำงาน แต่ก็ไม่ได้มีการสนับสนุนในทางรูปธรรมผ่านทางกฎเกณฑ์หรือสถานที่แต่อย่างใด เพราะถือว่าเป็นหน้าที่ของคนเป็นแม่เองที่จะจัดการกับหน้าที่ความรับผิดชอบ โดยไม่ให้ส่งผลกระทบต่องาน ซึ่งแม่ต้องพยายามสร้างสมดุลระหว่างการทำงานให้ลุล่วงกับการแบ่งเวลาสำหรับการปัมนมหรือเตรียมจัดสรรเวลาให้พร้อมสำหรับการกลับไปให้นมลูกที่บ้าน หากคนในที่ทำงานเข้าใจและพร้อมจะยอมรับและยืดหยุ่นบริบทของการทำงานให้สอดคล้องกับบทบาทดังกล่าวของผู้หญิงได้ จะช่วยสร้างบรรยากาศที่เอื้อต่อการสร้างสมดุลในบทบาททั้งสองอย่างไว้ก็ตาม ต้องขึ้นอยู่กับความรับผิดชอบและการวางตัวของคนเป็นแม่ด้วยเช่นกันที่จะไม่ทำให้ภาระของตนเองต้องส่งผลกระทบต่องานส่วนรวม ซึ่งจะทำให้คนในที่ทำงานเห็นว่า การที่เพื่อนร่วมงานต้องแบ่งเวลาการทำงานเล็กน้อยๆ ไปเพื่อปฏิบัติภารกิจของคนเป็นแม่ ไม่ได้เป็นการเอาเปรียบหรือสร้างความเสียหายต่อองค์กรในภาพรวม ซึ่งจากประสบการณ์ของแม่กลุ่มนี้ จะเห็นได้ว่า หลังจากแม่ทำงานมีความพยายามที่จะแสดงให้เห็นถึงความตั้งใจในการปัมนมหรือเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปพร้อมๆ กับการรับผิดชอบงานในหน้าที่อย่างเต็มที่ ทำให้หลายหน่วยงานเริ่มมีการปรับตัวเพื่อตอบสนองต่อบทบาทหน้าที่

ของแม่โดยพยายามจัดการในเชิงรูปธรรมเพื่อตอบสนองต่อความต้องการจำเป็นเหล่านี้ โดยไม่เพียงแต่แสดงออกในแง่ความเห็นอกเห็นใจเท่านั้น เช่น จัดห้องเล็กๆ เป็นห้องเฉพาะสำหรับให้พนักงานเข้ามาปั๊มนม ซึ่งเป็นห้องชั่วคราวสามารถนำกลับไปใช้ประโยชน์อย่างอื่นได้ จะเห็นได้ว่า สิ่งที่แม่เหล่านี้ได้พยายามทำได้ส่งผลให้หน่วยงานเริ่มเกิดความตระหนักถึงความสำคัญและความตั้งใจจริงของพนักงานจึงเกิดการปรับเปลี่ยนบริบทในที่ทำงานให้สอดคล้องกับความต้องการจำเป็นดังกล่าวมากขึ้น

4) การวางรากฐานการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จากโรงพยาบาล

เนื่องจากในปัจจุบันหญิงตั้งครรภ์ทุกคนต่างต้องเข้ารับบริการฝากครรภ์ที่โรงพยาบาลเพื่อได้รับการดูแลจนกระทั่งคลอดบุตร และดูแลต่อเนื่องหลังคลอดบุตร ดังนั้น การเตรียมการเรื่องนมแม่จากโรงพยาบาลจึงเป็นขั้นตอนแรกที่สำคัญไม่ต่างจากการเตรียมความพร้อมในบริบทอื่นๆ ทั้งนี้ นโยบายในการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นับเป็นนโยบายหลักโรงพยาบาลทุกแห่ง แต่จากการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของแม่กลุ่มนี้จะเห็นได้ว่า ปัจจุบันโรงพยาบาลแต่ละแห่งยังมีวิธีการจัดการเพื่อตอบสนองต่อนโยบายดังกล่าวแตกต่างกันไป ไม่ว่าจะเป็นในโรงพยาบาลรัฐหรือโรงพยาบาลเอกชนก็ตาม โดยเริ่มตั้งแต่การเตรียมความพร้อมตั้งแต่ความพร้อมของสตรีร่างกายของแม่และความพร้อมของลูกในการดูดนมแม่ ซึ่งเป็นสิ่งที่จัดการในเบื้องต้นได้หากเป็นมาตรฐานการดูแลแม่ตั้งครรภ์และลูกและมีการปฏิบัติในทุกโรงพยาบาล ซึ่งเป็นการจัดการกับเงื่อนไขทางชีวภาพเบื้องต้นโดยยังไม่เกี่ยวข้องข้องกับเงื่อนไขหรือบริบททางสังคมวัฒนธรรมอื่นๆ ที่อาจจัดการได้ยากกว่า และสร้างความกดดันให้กับแม่ได้มากกว่า ในมุมมองของแม่ที่ให้นมลูกต่างเห็นว่าโรงพยาบาลและบุคลากรที่เกี่ยวข้องเป็นที่พึงสำคัญด่านแรกสำหรับการเตรียมความพร้อมในด้านการให้นมลูกของตนเอง สิ่งที่แม่ทุกคนต้องการจากบุคลากรทางการแพทย์ คือ การเป็นที่พึ่งพาในการชี้แนะแนวทางที่เป็นประโยชน์ ตลอดจนการช่วยแก้ไขปัญหาคด้วยความเข้าใจในเงื่อนไขและลักษณะเฉพาะที่แตกต่างกันของแม่แต่ละราย แต่

ต้องไม่ใช่การกดดัน และผลักดันเพื่อให้เป็นไปตามนโยบายของหน่วยงานเท่านั้น อีกทั้ง การที่แม่ยุคนี้ซึ่งแสวงหาข้อมูลในเรื่องการเลี้ยงลูกจากสื่อรูปแบบใหม่ที่หลากหลายได้ส่งผลให้เกิดความคาดหวังในบทบาทของบุคลากรที่จะช่วยเสริมให้ตนเองสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ตามแนวทางที่ผู้เชี่ยวชาญระบุไว้ในแหล่งข้อมูลต่างๆ ดังนั้น สิ่งสำคัญอย่างหนึ่งที่บุคลากรควรคำนึงถึงคือ การให้ข้อมูลเบื้องต้นในแต่ละขั้นตอนพร้อมเหตุผลในการปฏิบัติ เช่น มีการแจ้งล่วงหน้าว่าหลังจากคลอดบุตรแล้วแม่จะได้พบหรืออยู่กับลูกเมื่อใด หรือมีเงื่อนไขใดบ้างที่จะทำให้เกิดความล่าช้า และโรงพยาบาลมีวิธีการในการกระตุ้นให้ลูกได้กินนมแม่อย่างไรบ้าง ทั้งนี้เพื่อลดความวิตกกังวลเมื่อสิ่งที่เป็นจริงไม่เป็นไปตามที่คาดหวัง เพราะแม่หลายรายแสดงให้เห็นถึงความไม่เข้าใจในวิธีการปฏิบัติของโรงพยาบาลเกี่ยวกับการดูแลเพื่อให้ตนเองสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในโรงพยาบาล โดยเฉพาะเมื่อมีการพูดคุยแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับแม่รายอื่นๆ หลังจากผ่านช่วงเวลาเหล่านั้นมาแล้ว ซึ่งการปฏิบัติเหล่านั้นทำให้เกิดการตั้งคำถามต่อนโยบายส่งเสริมนมแม่ของโรงพยาบาลเนื่องจากไม่เป็นไปตามที่คาดหวังและมีความแตกต่างกันในแต่ละแห่ง

5) การสนับสนุนทั้งในเชิงนามธรรมและรูปธรรม

สังคมไทยนับว่าค่อนข้างเปิดรับและให้การสนับสนุนเรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่มาก ซึ่งสะท้อนให้เห็นในแง่ความรู้สึกเข้าใจ และเห็นอกเห็นใจ ผู้หญิงที่ต้องทำงานไปด้วย และพยายามเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปด้วย แต่ในทางกลับกันจะเห็นว่า เมื่อมองหารูปธรรมหรือทรัพยากรที่จับต้องได้ซึ่งจะสามารถสนับสนุนให้ผู้หญิงสามารถทำงานไปด้วยพร้อมๆ กับทำหน้าที่ของแม่ไปด้วย กลับเห็นข้อจำกัดหลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็นสถานที่ปั๊มนมและเก็บน้ำนมในที่ทำงาน การที่แม่ทำงานจำเป็นต้องกลับมาทำงานก่อนครบเวลาตลอดตามสิทธิ และความไม่สะดวกในการให้นมลูกในที่สาธารณะ ตลอดจนกฎเกณฑ์ระเบียบในองค์กร รวมทั้งกฎหมายที่เอื้อต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่า สังคมไทยอาจจะพร้อมในแง่วิถีคิดและทัศนคติที่ดีต่อ

แม่ในการให้นมลูก แต่ยังไม่พร้อมสำหรับการจัดการบริบทที่จะเอื้อต่อเป้าหมายดังกล่าวอย่างชัดเจน ซึ่งหากจะสนับสนุนให้ผู้หญิงสามารถทำงานในเชิงเศรษฐกิจไปพร้อมๆ กับการทำหน้าที่เพื่ออุ้มชูสถาบันครอบครัวแล้วจำเป็นต้องผลักดันทั้งสองส่วนไปพร้อมๆ กัน ดังนั้น หากจะช่วยเหลือหรือสนับสนุนผู้หญิงกลุ่มนี้จริงๆ จึงควรช่วยเหลือให้สุดทาง โดยหันมาพิจารณาทั้งบริบทในแง่ของบรรทัดฐานอื่นๆ นอกเหนือจากความเห็นอกเห็นใจและความเข้าใจเท่านั้น แต่ควรผลักดันในแง่กฎหมายหรือกฎระเบียบซึ่งมีผลบังคับใช้ได้ทั่วไปและเป็นทางการ เพื่อให้คุณแม่ทุกกลุ่มได้รับความคุ้มครองอย่างเท่าเทียมกัน อย่างไรก็ตาม หากการจัดการเรื่องกฎหมายหรือกฎระเบียบเป็นเรื่องที่ซับซ้อนและต้องใช้เวลาในการจัดการเรื่องบริบทในเชิงพื้นที่ อาจจะเป็นจุดเริ่มต้นที่สามารถดำเนินการได้ก่อนเพื่อให้คุณแม่ให้นมเริ่มมองเห็นช่องทางที่ตนเองจะใช้เป็นทางเลือกสำหรับการให้นมลูกได้ในเบื้องต้น อีกทั้งความยืดหยุ่นของกฎระเบียบในการทำงานไม่ว่าจะเป็นลักษณะงาน หรือช่วงเวลาในการทำงานสำหรับผู้หญิงที่ต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ นับเป็นสิ่งที่องค์กรสามารถจัดการได้เลยโดยไม่ต้องรอ และมีความสำคัญพอๆ กับการบังคับใช้กฎหมายเรื่องการลาคลอดเช่นกัน หรือการจัดบริการศูนย์เด็กที่สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อยู่ใกล้ที่ทำงาน ทำให้สามารถนำลูกไปฝากเลี้ยงโดยศูนย์สนับสนุนให้แม่ปั๊มนมไปให้ลูกกินที่ศูนย์ อีกทั้งแม่สามารถไปให้นมลูกด้วยตนเองได้ในระหว่างวัน ซึ่งจำเป็นต้องมีเงื่อนไขอื่นๆ ที่เอื้อต่อการให้บริการในลักษณะนี้ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องความสะดวกในการเดินทาง และค่าใช้จ่ายบริการที่เหมาะสม เป็นต้น

6) ความร่วมมือจากสื่อมวลชนที่เข้าถึงประชาชน

ปัจจุบันสถาบันสื่อมวลชนว่ามีอิทธิพลต่อวิธีการและพฤติกรรมของประชาชนโดยทั่วไปเป็นอย่างยิ่ง โดยเฉพาะในยุคสื่อที่วีดิจิตอลที่ทำให้คนทุกเพศทุกวัยได้เข้าถึงข้อมูลข่าวสาร เพราะถึงแม้ internet จะเป็นแหล่งข้อมูลที่กว้างขวางและหลากหลายมากในปัจจุบัน แต่ก็ต้องยอมรับว่ามีคนในสังคมอีกหลายกลุ่มที่ยังไม่สามารถเข้าถึงสื่อดังกล่าว ซึ่งแตกต่างจากสื่อประเภททีวี

ซึ่งเป็นสื่อดั้งเดิมที่คนในสังคมเข้าถึงได้มากกว่า การรณรงค์เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ผ่านสื่อดังกล่าวจึงยังเป็นช่องทางสำคัญที่จะกระตุ้นให้เกิดความเข้าใจและยอมรับจากคนในสังคมได้ อย่างไรก็ตาม รูปแบบการรณรงค์เผยแพร่ในเรื่องดังกล่าวอาจต้องมีการปรับเปลี่ยน จากเดิมที่เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่มีการรณรงค์เผยแพร่โดยใช้บุคลากรหรือสถาบันทางการแพทย์เป็นตัวแทน ซึ่งมีข้อดีในการสร้างความน่าเชื่อถือ แต่มีข้อจำกัดในแง่การเข้าถึง และสร้างความเข้าใจแก่คนโดยทั่วไป การเผยแพร่เพื่อให้เกิดความตระหนัก และนำไปสู่การปฏิบัติในปัจจุบันจึงต้องกระทำโดยผ่านตัวแทนซึ่งเข้าถึงคนได้ทุกเพศทุกวัน ซึ่งไม่จำเป็นต้องสอดแทรกผ่านรายการที่เป็นสาระเชิงวิชาการเท่านั้น แต่สามารถสอดแทรกได้ผ่านทั้งรายการทีวีรูปแบบต่างๆ การบอกเล่าประสบการณ์ของดารานักแสดงหรือศิลปินซึ่งเป็นที่รู้จัก รวมทั้งกลุ่มคนที่มีข้อจำกัดในสังคม หรือแม้แต่การสอดแทรกประเด็นดังกล่าวลงในบทละคร และภาพยนตร์ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความร่วมมือของสถาบันสื่อในการให้ความสำคัญกับสิ่งเหล่านี้ ซึ่งจะช่วยกระตุ้นให้สังคมเกิดการตื่นตัวในเรื่องดังกล่าวได้เร็ว และขยายวงกว้างมากขึ้น หากทำให้เรื่องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็นเรื่องปกติในสังคมไทยก็จะกลายเป็นการสร้างบรรทัดฐานซึ่งนำไปสู่การยอมรับทั้งในระดับครอบครัว องค์กร ชุมชน และสังคมได้ง่ายขึ้น เนื่องจากแม่บางรายยังเห็นว่าปัจจุบันไม่ค่อยมีสื่อที่จะเข้าถึงประชาชนได้ง่ายในการสนับสนุนในเรื่องดังกล่าว และนอกจากการสร้างทัศนคติที่ดีต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แล้ว การประชาสัมพันธ์เพื่อให้เห็นว่าปัจจุบันมีทรัพยากรใดบ้างที่เอื้อต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ซึ่งอาจมีจัดไว้ให้แล้ว แต่ยังไม่มี การประชาสัมพันธ์ข้อมูลอย่างทั่วถึง เช่น ห้องให้นมลูกตามห้างสรรพสินค้าต่างๆ เพื่อให้ทรัพยากรเหล่านั้นได้ใช้ประโยชน์อย่างคุ้มค่า และเพื่อให้แม่รู้สึกว่าการพาลูกออกนอกบ้านโดยที่ยังต้องให้นมแม่ไม่ใช่เรื่องยากลำบากเนื่องจากมีพื้นที่รองรับ

7) ไม่กดดัน ตีตรา แม่ที่ไม่ได้ให้นมลูก

นอกจากหน้าที่สำคัญของสื่อในการสื่อสารให้สังคมเห็นความสำคัญของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แล้ว สื่อจำเป็นต้องสื่อสารไปพร้อมกันว่ามีเงื่อนไขและอุปสรรคใดที่ทำให้ผู้หญิงไม่สามารถให้นมแม่ได้บ้าง เพื่อเปิดเผยให้สังคมได้เห็นอีกแง่มุมหนึ่ง ไม่ใช่ยกย่องแต่เฉพาะแม่ที่ประสบความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่เท่านั้น เพื่อไม่ให้เกิดการตีตราแม่อีกกลุ่มหนึ่งซึ่งไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ โดยสื่อต้องไม่สร้างให้เกิดภาพของการเลี้ยงลูกแบบสุดขั้ว คือ แม่ที่เลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็น “แม่ที่ดี” ในขณะที่ แม่ที่ไม่ได้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่เป็น “แม่ที่ไม่ดี” เนื่องจากแม่แต่ละรายมีเงื่อนไขที่นำไปสู่การตัดสินใจเลี้ยงลูกที่แตกต่างกัน และมีความสามารถในการจัดการกับเงื่อนไขในระดับที่แตกต่างกัน ถึงแม้กระแสการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในปัจจุบันจะได้รับการผลักดัน และตอบรับจากคนในสังคมเป็นอย่างมาก แต่ต้องไม่ลืมว่า ยังมีคนเป็นแม่อีกจำนวนไม่น้อยที่มีข้อจำกัดในเรื่องดังกล่าวจนในที่สุดแล้วยังไม่สามารถให้ลูกกินนมแม่ได้อย่างที่สังคมคาดหวัง ดังนั้นการตั้งเป้าหมายให้ผู้เป็นแม่ทุกคนได้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ให้ได้อย่างเต็มที่จึงเป็นเรื่องดี แต่ต้องให้การสนับสนุน และยอมรับแม่ที่ไม่ได้ให้ลูกกินนมแม่ด้วย และไม่สร้างทัศนคติเชิงลบต่อแม่กลุ่มนี้ เพราะจะยิ่งเป็นการตีตราและตอกย้ำว่าเป็นความผิดพลาด และสร้างความรู้สึกผิดให้กับแม่ที่มีข้อจำกัด สังคมจึงจำเป็นต้องร่วมมือกันในการสร้างทัศนคติที่ดีในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ไปพร้อมๆ กับการพยายามไม่ตีตราแม่ที่ไม่ได้ให้นมลูกด้วยตนเอง แต่ต้องมองแม่กลุ่มนี้ด้วยความเข้าใจ และเห็นใจในบริบทหรือเงื่อนไขที่ผลักดันให้ต้องตัดสินใจเลือกวิธีการเลี้ยงลูกในลักษณะนั้น

อภิปรายและสรุปผลการวิจัย

แม่ทำงานในปัจจุบันจำเป็นต้องต่อรองกับบริบททั้งในพื้นที่ส่วนตัวคือ ครอบครัว และพื้นที่สาธารณะภายนอก โดยเฉพาะที่ทำงาน ซึ่งเป็นอีกบทบาทสำคัญของผู้หญิงในยุคนี้และเป็นที่คาดหวังอย่างสูงของคนในสังคมเพื่อให้ตนเองสามารถทำหน้าที่แม่ได้อย่างเต็มที่ ซึ่งแม่เหล่านี้จะมีวิธีการต่อรองหรือจัดการ

กับเงื่อนไขต่างๆ อย่างไรขึ้นอยู่กับฐานทรัพยากรของแม่แต่ละคน จึงส่งผลให้แม่ทำงานมีวิธีการต่อรองและจัดการที่แตกต่างกันไป ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความมีตัวตน (agency) ของแม่ ซึ่งทำที่สุดแล้วต้องเป็นผู้คิดและตัดสินใจด้วยตนเองว่าจะเลือกวิธีการเลี้ยงลูกอย่างไร ทั้งนี้โดยสังคมต้องมีส่วนร่วมรับผิดชอบในการสนับสนุนทรัพยากรพื้นฐานที่จำเป็นแก่แม่กลุ่มนี้ทั้งในเชิงนามธรรมและรูปธรรมที่ชัดเจน เพื่อไม่ให้แม่ต้องเป็นผู้รับผิดชอบและต่อสู้นบนเส้นทางสายนี้เพียงลำพังโดยมีประเด็นสำคัญที่ควรพิจารณา ดังนี้

1. ทรัพยากรกับทางเลือกในการตอบสนองและต่อรองของแม่

แม่แต่ละรายอาจมีวิธีการในการจัดการกับเงื่อนไขในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่แตกต่างกันถึงแม้จะเป็นเงื่อนไขใกล้เคียงกันก็ตาม ทั้งนี้เป็นเพราะแม่แต่ละรายได้ประเมินทรัพยากร (resource) ที่ตนเองมีอยู่และเป็นฐานของอำนาจในการต่อรองและปรับตัวเพื่อใช้ในการจัดการกับสถานการณ์รอบตัวแตกต่างกัน ซึ่งทรัพยากรในที่นี้ไม่ได้หมายถึงรายได้หรือทรัพยากรที่เป็นตัวเงินเพียงอย่างเดียว แต่หมายรวมถึงสถานภาพ และทรัพยากรอื่นๆ ที่เอื้อต่อการให้นมลูกด้วย ไม่ว่าจะเป็น สถานภาพในครอบครัวของแม่เอง สถานภาพในการทำงาน ตลอดจนสถานภาพทางสังคมที่จะทำให้แม่แต่ละรายได้มีโอกาสเข้าถึงทรัพยากรในรูปแบบอื่นๆ เช่น การเข้าถึงข้อมูลข่าวสาร เครือข่ายทางสังคม หรือแม้แต่สิ่งอำนวยความสะดวกอื่นๆ ที่จะเอื้อประโยชน์ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้มากน้อยแตกต่างกัน

ตัวอย่างที่พบในกรณีศึกษาในครั้งนี้ เช่น สถานภาพในครอบครัว การเป็นลูกสาวกับการเป็นลูกสะใภ้จะนำมาซึ่งอำนาจในการต่อรองแตกต่างกัน ซึ่งจากผลการศึกษาจะเห็นได้ชัดว่า แม่ที่พักพื่นอยู่ร่วมกับครอบครัวของสามีจะมีอำนาจในการต่อรองหรือตัดสินใจที่จะเลี้ยงลูกในแบบของตนเองได้น้อยกว่านอกจากนั้น สถานภาพในการทำงาน เช่น อาชีพ ตำแหน่งงาน ล้วนมีผลต่อความยืดหยุ่นในการทำงาน และเวลาในการทำงาน ในรายที่แม่ทำงานในหน่วยงานมานานหรือมีตำแหน่งงานค่อนข้างสูงอาจทำให้ภาระรับผิดชอบมากขึ้น แต่ในขณะเดียวกัน ก็มี

โอกาสที่จะต่อรองหรือขอปรับเปลี่ยนรูปแบบของงานเพื่อให้สอดคล้องกับการให้นมลูกของตนเองได้มากกว่า อย่างไรก็ตาม ลักษณะเฉพาะของอาชีพที่เอื้อต่อการให้นมลูกถือเป็นทรัพยากรสำคัญอีกประการหนึ่งที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แม่หลายรายที่มีลักษณะงานไม่เอื้อต่อการให้นมลูก อาจจะต้องใช้ความพยายามมากกว่าแม่ในกลุ่มอาชีพอื่นๆ ตัวอย่างของงานที่ค่อนข้างเป็นอุปสรรคอย่างยิ่งต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ คือ งานของบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุข ซึ่งเป็นงานที่ต้องอาศัยความรับผิดชอบสูง เนื่องจากเกี่ยวข้องกับชีวิตของผู้คน บางครั้งเป็นงานฉุกเฉิน และไม่ได้มีเวลาทำงานเหมือนงานสำนักงานทั่วไป เช่น งานพยาบาล เจ้าหน้าที่สาธารณสุข และเภสัชกร เป็นต้น ดังนั้น ถึงแม่แม่ในกลุ่มอาชีพนี้ก็จะรู้ดีถึงคุณประโยชน์อันมหาศาลของนมแม่ และสามารถสนับสนุนส่งเสริมให้คำแนะนำแม่คนอื่นๆ ให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ แต่ด้วยข้อจำกัดของงานเองกลับทำให้เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ยากลำบากกว่าอาชีพอื่นๆ อีกทั้งความที่ถูกมองว่าเป็นคนในวงการกลับทำให้พลาดโอกาสที่จะได้รับการถ่ายทอดความรู้ใหม่ๆ เพราะเห็นว่าแม่เหล่านี้น่าจะเรียนรู้และเข้าถึงสิ่งเหล่านี้ได้อยู่แล้ว จึงเหมือนกลายเป็นกลุ่มเป้าหมายที่ถูกมองข้ามไปโดยปริยาย ซึ่งนับว่าเป็นอีกวิชาชีพที่น่าเห็นใจและควรได้รับการสนับสนุนในเรื่องดังกล่าวมากขึ้น

อีกทั้งทรัพยากรที่มาในรูปแบบของสถานภาพในด้านการศึกษาของผู้หญิงยังเป็นอีกสิ่งหนึ่งที่ทำให้แม่กลุ่มนี้มีอำนาจในการต่อรองและมีทางเลือกค่อนข้างสูง เนื่องจากแม่ที่เป็นกรณีศึกษาในครั้งนี้ส่วนใหญ่จบการศึกษาขั้นต่ำในระดับปริญญาตรี ซึ่งบางรายสามารถใช้เป็นอำนาจในการต่อรองกับคนในครอบครัวในแง่ของวิธีการเลี้ยงลูก โดยใช้วิธีการอ้างอิงถึงผู้เชี่ยวชาญตามที่ได้เรียนรู้ข้อมูลมาจากระบบการศึกษาหรือจากแหล่งค้นคว้าข้อมูลสมัยใหม่เพื่อใช้ในการโต้แย้งกับญาติพี่น้องหรือพ่อแม่ที่มีความคิดเห็นไม่ตรงกันในการเลี้ยงดูลูก เป็นต้น ตลอดจนทรัพยากรทางเศรษฐกิจ ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเข้าถึงอุปกรณ์อำนวยความสะดวกในการให้นม การยืดเวลาให้ได้อยู่กับลูกโดยการลาต่อโดยไม่รับเงินเดือน

การมีรถยนต์ส่วนตัว ที่จะทำให้สามารถปั่นนมในรถได้ หรือเดินทางกลับมาถึงบ้านเพื่อให้นมลูกได้สะดวก เป็นต้น ทั้งนี้ ทรัพยากรดังกล่าวจะมีผลต่ออำนาจในการต่อรองและตัดสินใจของแม่ในเบื้องต้น

2. ตัวตนและกระบวนการในการตอบสนองและปรับตัวของแม่

จากผลการศึกษาจะเห็นได้ว่าแม่ทำงานในยุคนี้ไม่ได้อยู่ในฐานะที่จะยอมจำนนต่อโครงสร้างสังคมที่เป็นเงื่อนไขสำคัญในการกำหนดรูปแบบการเลี้ยงลูกของตนเองเสมอไป ซึ่งสะท้อนถึง agency หรือตัวตนของแม่ (Jones, 2003) ไม่ว่าจะเป็นโยบายของรัฐ การกระตุ้นให้คนในสังคมหันมาให้ความสำคัญกับนมแม่ โดยมีผู้หญิงเป็นเป้าหมายสำคัญที่จะผลักดันให้นโยบายดังกล่าวสัมฤทธิ์ผลหรือนโยบายและโครงสร้างขององค์กรที่พยายามให้บุคลากรทุกคนทำงานอย่างเต็มความสามารถเพื่อบรรลุเป้าหมายขององค์กรได้อย่างเต็มที่ อีกทั้งโครงสร้างของสถาบันครอบครัวในปัจจุบันที่เรียกร้องให้ผู้หญิงต้องร่วมกันทำหน้าที่ในเชิงเศรษฐกิจนอกเหนือจากภาระหน้าที่ภายในบ้านอย่างเดียว โครงสร้างเหล่านี้ล้วนสร้างความคาดหวัง และกดดันให้ผู้หญิงจำต้องควบคุมตนเองให้เป็นไปตามเป้าหมายของสังคมอย่างปฏิเสธได้ยาก แต่ในขณะเดียวกัน แม่เหล่านี้ได้แสดงให้เห็นถึงความมีตัวตน (agency) ที่มีอิสระในการคิด ตีความ และตอบสนองต่อเงื่อนไขเหล่านี้ โดยผ่านกระบวนการ self-reflexivity ซึ่งมีลักษณะเป็น dialectic process ทั้งนี้กระบวนการในการต่อรองและปรับตัวของแม่ได้เกิดขึ้นภายหลังหรือพร้อมๆ กับการประเมินทรัพยากรที่ตนเองมีอยู่ และในที่สุดได้ตัดสินใจเลือกที่จะยืนหยัดใน “ความเป็นแม่” ในแบบที่ตนเองเป็น ทำให้ตัวตนของแม่ในพื้นที่เหล่านี้มีความหลากหลาย ซึ่งก่อนที่คุณแม่เหล่านี้จะก้าวข้ามผ่านอุปสรรคเหล่านั้นมาได้ จำเป็นต้องผ่านกระบวนการในการให้ความหมาย การประเมิน การต่อรอง และการตัดสินใจในทางเลือกต่างๆ เพื่อที่จะปรับตัวไปสู่เป้าหมายเดียวกัน นั่นคือ การได้มีโอกาสเลี้ยงลูกด้วยน้ำนมตนเองได้อย่างเต็มที่และสูงสุดความสามารถ ซึ่งการให้ความหมายกับสิ่งเหล่านี้ นับเป็นประเด็นด้านแรก หรือขั้นตอนแรกๆ ของกระบวนการปรับตัวของแม่ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เพราะการให้ความหมาย

ดังกล่าวจะนำไปสู่การตั้งเป้าหมาย ตลอดจนการแสวงหาทางเลือกต่างๆ และนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อตอบสนองต่อความหมายนั้นๆ ซึ่งปฏิเสธไม่ได้ว่าปลายทางของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้น เชื่อมโยงกับการให้ความหมายของการเป็น “แม่” ของผู้หญิงเป็นสิ่งแรก ซึ่งสะท้อนถึงการให้ความสำคัญกับความเชื่อมั่นในตัวตนของแม่ ความรู้สึกมีคุณค่าและเห็นคุณค่าในตนเอง เหมือนที่งานวิจัยหลายชิ้นได้พูดถึงสิ่งเหล่านี้ไว้ว่าเป็นปัจจัยผลักดันสำคัญซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของความสำเร็จในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้หญิง (Kools, et al., 2006; Leahy-Warren, et al., 2014; Baghurst et al., 2007)

3. การต่อรองและปรับตัวของแม่ที่ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงกฎระเบียบและโครงสร้าง

เมื่อการต่อรองและปรับตัวของแม่ได้เกิดขึ้นในบริบทต่างๆ ทั้งพื้นที่ส่วนตัวและพื้นที่สาธารณะ สิ่งที่เกิดขึ้นตามมาก็คือ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวระเบียบแบบแผนและโครงสร้างแบบที่ Giddens (1984) ได้พยายามชี้ให้เห็นใน Structuration Theory ว่า ในขณะที่โครงสร้างสังคมได้ทำหน้าที่ควบคุมกำหนดและชี้นำการกระทำของบุคคล (constraining) นั้น ในทางกลับกัน โครงสร้างสังคมเองก็เป็นผลผลิต (enabling) ของการกระทำของบุคคลด้วย ซึ่งการเปลี่ยนแปลงในเชิงโครงสร้างที่ปรากฏให้เห็นในการศึกษาครั้งนี้เกิดขึ้นจากความพยายามของแม่ในการต่อรองและปรับตัว ทั้งการต่อรองกับอุดมการณ์ความเป็นหญิงและความเป็นแม่เพื่อจะชี้ให้สังคมเห็นว่า ถึงแม้ว่าผู้หญิงจะต้องทำทั้งหน้าที่ของแม่และแรงงาน แต่ผู้หญิงก็สามารถที่จะรับผิดชอบบทบาทเหล่านั้นได้อย่างไม่ขาดตกบกพร่องในรูปแบบที่เป็นลักษณะเฉพาะของตนเอง ซึ่งไม่จำเป็นต้องเป็นไปตามอุดมการณ์ความเป็นแม่แบบจารีตนิยมดั้งเดิม เช่น การลบบางอย่างของแม่ที่ต้องนั่งให้นมลูกอย่างสงบอยู่ที่บ้าน และแทนที่ด้วยภาพของแม่ที่ยังสามารถแต่งตัวสวยออกไปพบปะกับลูกค้าหรือสังสรรค์กับเพื่อนได้ในขณะที่พาลูกไปพร้อมกันและสามารถนั่งให้นมลูกในที่สาธารณะได้ ซึ่งเป็นการเปลี่ยนวิถีคิดของคนในสังคมให้เห็นว่า การพา

ลูกเล็กออกนอกบ้านในขณะที่ต้องให้นมเป็นสิ่งที่ไม่อยาก และสร้างอุดมการณ์ความเป็นแม่แบบใหม่ที่เป็นทั้ง working women และ working mom หรือ modern mom ได้เช่นกัน

นอกจากนั้น ยังสะท้อนให้เห็นถึงความพยายามของแม่ในการต่อรองกับระบบ expert/abstract system โดยเฉพาะผู้เชี่ยวชาญทางการแพทย์และระบบการแพทย์ โดยอาศัยประสบการณ์ของตนเองลองผิดลองถูกจนสามารถสร้างองค์ความรู้ในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในแบบฉบับของตนเองถึงแม้จะแตกต่างจากผู้เชี่ยวชาญเคยแนะนำไว้ก็ตาม เช่น แม่บางรายทดลองให้ลูกกินนมแม่ที่ปั๊มไว้โดยไม่นำมาอุ่นเพื่อลดความยุ่งยากสำหรับผู้เลี้ยง เพื่อช่วยให้ตนเองสามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไปได้ หรือแม่ที่ตัดสินใจและตั้งใจให้ลูกเลิกดูนมจากอกแม่และให้ฝึกดูจากขวดแทนตั้งแต่นั้นๆ เพื่อเตรียมความพร้อมเมื่อตนเองต้องออกไปทำงานและไม่มีปัญหาลูกติดแม่จนสร้างความลำบากแก่ผู้ช่วยเลี้ยงดู ทั้งๆ ที่คนรอบข้างและผู้เชี่ยวชาญพยายามบอกว่าต้องให้ลูกดูนมจากอกแม่จึงจะสัมผัสถึงความอบอุ่นและสร้างสายใยระหว่างแม่ลูกได้มากกว่า ซึ่งประสบการณ์เหล่านี้ไม่ได้ถูกเก็บไว้แต่ถูกถ่ายทอดเผยแพร่ผ่านช่องทางสื่อสารรูปแบบต่างๆ โดยเฉพาะสื่อสมัยใหม่ ทำให้เกิดรูปแบบการเลี้ยงลูกหลากหลายที่เกิดจากการสั่งสมประสบการณ์โดยตรงของแม่เหล่านี้ ซึ่งเป็นคนละชุดกับองค์ความรู้ทางการแพทย์โดยผู้เชี่ยวชาญแต่เป็นที่ยอมรับของคนในสังคมได้เช่นกัน ในขณะเดียวกัน การเข้าถึงข้อมูลการเลี้ยงดูลูกด้วยตนเองได้ง่ายขึ้นทั้งจากสื่ออินเทอร์เน็ตและสื่อสังคมออนไลน์ยังทำให้แม่สามารถใช้ข้อมูลเหล่านี้ในการตรวจสอบทั้งตนเองและตรวจสอบการปฏิบัติของบุคลากรทางการแพทย์ที่มีต่อตนเองด้วย ทำให้เกิดการตั้งคำถามกับระบบการแพทย์ดังตัวอย่างในการตั้งคำถามกับระบบการเตรียมความพร้อมของแม่ในการให้นมลูกของโรงพยาบาลซึ่งมีมาตรฐานและวิธีการแตกต่างกัน เป็นต้น

สิ่งที่เป็นผลปรากฏอีกประการหนึ่ง คือ การเปลี่ยนแปลงบริบทและโครงสร้างของการทำงาน ซึ่งแม่บางรายสามารถทำให้คนในองค์กรทั้งผู้ร่วมงาน

ผู้บังคับบัญชา ตลอดจนผู้มีอำนาจได้เห็นถึงความตั้งใจจริงและความพยายามในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ จนกลายเป็นต้นแบบของแม่รายอื่นๆ ในองค์กรเดียวกันให้เห็นว่า การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่โดยการปั๊มนมในที่ทำงานเป็นสิ่งที่สามารถทำได้โดยไม่ทำให้กระทบหรือส่งผลเสียต่องานในความรับผิดชอบ หรือส่งผลกระทบต่อองค์กรโดยรวม จนกระทั่งมีการปฏิบัติในลักษณะเดียวกันเพิ่มขึ้น ในที่สุดบางองค์กรจึงเริ่มหันมาให้ความสำคัญและให้คุณค่ากับสิ่งที่แม่เหล่านี้กำลังพยายามทำ โดยมีการปรับเปลี่ยนบริบทและโครงสร้างของงาน ไม่ว่าจะเป็นการยืดหยุ่นในเรื่องของงาน หรือการจัดสถานที่เฉพาะเพิ่มเติมเพื่อเป็นสวัสดิการให้กับแม่ที่ต้องปั๊มนมในที่ทำงาน เป็นต้น บริบทการทำงานที่เอื้อต่อความเป็นแม่ (mother-friendly workplace) ในลักษณะนี้ ส่วนหนึ่งจึงเป็นผลพวงจากความพยายามของแม่ในการแสดงให้คนรอบข้างเห็นถึงความตั้งใจที่จะให้ลูกได้กินนมแม่ เช่นเดียวกับที่ปัจจุบันหลายภาคส่วนกำลังพยายามผลักดันให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสังคมเพื่อสร้างให้เกิดสังคมที่เอื้อต่อความเป็นแม่ (mother-friendly society) ไม่ว่าจะเป็นการผลักดันในแง่กฎหมายการลาคลอด กฎหมายควบคุมการโฆษณานมผสม ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงท่าทีและทัศนคติของคนในสังคมเกี่ยวกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ และการให้นมแม่ในที่สาธารณะซึ่งก่อนหน้านี้ดูเป็นเรื่องแปลก ทำให้บางคนมองดูด้วยความอยากรู้อยากเห็นจนทำให้แม่ให้นมเกิดความอาย แต่เมื่อมีการปฏิบัติกันมากขึ้น คนในสังคมจึงเรียนรู้ที่จะวางตัวในสถานการณ์ดังกล่าวอย่างเหมาะสมมากขึ้นเช่นกัน

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

ในขณะที่ผู้หญิงพยายามใช้ทรัพยากรเท่าที่ตนเองมีอยู่เพื่อต่อสู้กับเงื่อนไขและอุปสรรคต่างๆ ในการให้นมลูก สังคมโดยหน่วยงานที่มีอำนาจควรทำหน้าที่ในการ “สนับสนุน” ทรัพยากรพื้นฐานที่จำเป็นสำหรับผู้หญิงที่เป็นแม่ทุกคนอย่างเท่าเทียมเนื่องจากสังคมจะเป็นผู้รับประโยชน์ร่วมกันในการผลักดันให้กระแสนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่นั้นสัมฤทธิ์ผลไม่ใช่เฉพาะตัวแม่และเด็กเท่านั้น แต่เป็นส่วนหนึ่งของการสร้างความมั่นคงทางสังคมอันเกิดจากคุณภาพของ

ประชากรและความเอื้ออาทรกันของคนในสังคมที่จะร่วมมือกันโดยไม่ผลักภาระความรับผิดชอบให้เป็นของใครคนใดคนหนึ่ง ไม่ว่าจะเป็นผู้เชี่ยวชาญ โดยเฉพาะบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขซึ่งมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการสร้างความเชื่อมั่น และเป็นที่พักพิงของแม่ตั้งแต่ช่วงตั้งครรภ์ การคลอด และการเลี้ยงดูเด็ก โดยพิจารณาเงื่อนไขของความจำเป็น และข้อจำกัดของแม่แต่ละคน โดยไม่บังคับหรือกดดันให้เป็นไปตามนโยบาย ในส่วนของ *บริบทการทำงาน* สิ่งที่สถานประกอบการพึงกระทำเพื่อส่งเสริมการให้นมบุตรของบุคลากรในสังกัด คือ การยืดหยุ่นในเรื่องการทำงานสำหรับแม่ซึ่งอยู่ระหว่างการให้นมลูก ทั้งในแง่ลักษณะงาน และเวลาในการทำงาน ซึ่งสามารถเจรจาและสร้างข้อตกลงกันในกรณีที่เกิดผลกระทบกับการทำงานโดยรวมขององค์กร โดยร่วมกันสร้างบริบทของการทำงานที่มีลักษณะเอื้อต่อความเป็นแม่ของผู้หญิง

ทั้งนี้ โดยอาศัย *สื่อมวลชน* ในการกระตุ้น และสร้างอุดมการณ์ตลอดจนค่านิยมในการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ในสังคม โดยการ “ให้คุณค่า” ต่อการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของผู้หญิง ซึ่งไม่ควรเน้นที่ประชาชนทั่วไปเท่านั้น แต่ควรเน้นที่ผู้มีอำนาจทั้งในระดับองค์กรและสังคม เช่น ผู้ประกอบการ นายจ้าง และนักการเมือง เนื่องจากเป็นผู้มีอำนาจชอบธรรมในการกำหนดกฎเกณฑ์ที่เอื้อต่อสถานการณ์ดังกล่าว และเผยแพร่ตัวแบบที่ประสบความสำเร็จไปพร้อมกับข้อจำกัดของผู้หญิงอีกกลุ่มหนึ่งซึ่งมีความยากลำบากในการใช้ชีวิตจนไม่สามารถเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้ เพื่อไม่ให้เกิดภาพแบบสองขั้วและเกิดการ “ตีตรา” แม่ที่ไม่ได้ให้นมลูกว่าเป็นแม่ที่ไม่ดี เพื่อร่วมกันสร้างให้เกิดทัศนคติหรือค่านิยมในการส่งเสริมและสนับสนุนผู้หญิงที่ต้องให้นมแม่ ซึ่งวิธีการนี้จะช่วยแรงงานหญิงที่เป็นแม่ได้ในทุกระดับ ต่างจากกฎหมายที่จะเอื้อประโยชน์กับผู้หญิงบางส่วนที่กฎหมายคุ้มครองได้เท่านั้น ในขณะที่เดียวกัน รัฐ ยังสามารถช่วยสนับสนุนทรัพยากรพื้นฐานอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ไม่ว่าจะเป็น ศูนย์นมแม่ขนาดเล็ก หรือคลินิกนมแม่ หรือสถานรับเลี้ยงเด็กที่สนับสนุนการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ใกล้ที่ทำงาน เป็นต้น และต้องไม่ลืมที่จะคุ้มครองแรงงานหญิงจากการถูก

เอาเปรียบ โดยคุ้มครองระหว่างการลางาน และสร้างความมั่นใจว่าผู้หญิงจะ
ไม่ได้รับผลกระทบในด้านการทำงาน ไม่ว่าจะถูกลดค่าตอบแทน ให้ออกจากงาน
หรือปิดกั้นความก้าวหน้าในการทำงาน เป็นต้น

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- เกรียงศักดิ์ จีระแพทย์. (2552). “การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่: ปัญหาที่พบบ่อยในทารก”. ใน สุนทร อ้อเผ่าพันธ์, พิมลรัตน์ ไทยธรรมยานนท์ และเกรียงศักดิ์ จีระแพทย์. บรรณาธิการ. **Neonatology 2009**. กรุงเทพมหานคร: บริษัท ธนาเพรส จำกัด, หน้า 33-42.
- คณศพร เตชะเสาวภาคย์. (2554). **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเลี้ยงดูลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน ของแม่ในเขตกรุงเทพมหานคร**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จิราพร หอมชะเอม. (2552). **ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่จนถึงอายุ 6 เดือนของแม่ที่มารับบริการที่คลินิกสุขภาพเด็กดี โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า**. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ชัยวัฒน์ อภิวันทนา, ศศิขล หงษ์ไทย,จันทิรา สุโพธิ์, สุจิตรา บางสมบุญ, เยาวลักษณ์ กาญจนะ, บุษรา ใจแสน,มลิ บวบทอง. (2554). **ปัจจัยที่มีผลต่อการส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน**. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก: http://kcenter.anamai.moph.go.th/info.php?info_id=1458. (วันที่เข้าถึง 30 เมษายน 2557).
- ฐิติกร โตโพธิ์ไทย, ชมพูนุท ไทยจินดา, นิสาชล เศรษฐ์ไกรกุล และคณะ. (2556). **รายงานการศึกษาการรับรู้การรณรงค์เลี้ยงลูกด้วยนมแม่และการโฆษณาณมพกับความรู้ ทัศนคติ และการตัดสินใจเลือกนมเลี้ยงลูกของแม่และญาติ**. นนทบุรี: สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ กระทรวงสาธารณสุข.

- นันทวรรณ ฉวีวรรณ. (2552). **ปัจจัยที่สัมพันธ์กับการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ : กรณีศึกษาในจังหวัดนครราชสีมา**. การศึกษาค้นคว้าอิสระ ปริญญา มหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ภัทรพรรณ ทำดี. (2559). **เส้นทางสายน้ำนมแม่: ประสบการณ์การต่อสู้ของ แม่ทำงานยุคใหม่เพื่อแลกกับการได้เลี้ยงลูกด้วยน้ำนมตน**. (รายงาน ผลการวิจัย). กรุงเทพมหานคร: กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว.
- เยาวรัตน์ รัตน์นันต์. (2554). **86 เหตุผลที่ต้องเลี้ยงลูกด้วยนมแม่**. ชุมทรัพย์ ความรู้ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก: http://dohlocal.anamai.moph.go.th/info.php?info_id=1111&group_photo=&SUBORG_ID=29. (วันที่เข้าถึง 30 เมษายน 2557).
- โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ เขต 4. (2556). **อุปสรรคของการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่**. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก: <http://hph4.anamai.moph.go.th/bf/benefit.php>. (วันที่เข้าถึง 30 เมษายน 2557).
- วิภารัตน์ สุวรรณไวพัฒนา. (2554). “การส่งเสริมพลังอำนาจในสตรีที่ต้องการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่”. **วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครราชสีมา**, 17(2): 51-57.
- สุกัญญา แสงตุ่น. (2543). **ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลี้ยงทารกด้วยนมมารดาของมารดาทารกน้ำหนักน้อยในโรงพยาบาลของรัฐ ในเขต กรุงเทพมหานครและปริมณฑล**. วิทยานิพนธ์ ปริญญา มหาบัณฑิต. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2556). **การสำรวจสถานการณ์เด็กและสตรีในประเทศไทย พ.ศ. 2555**. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่. (2558). **แบบประเมินมาตรฐานอนามัยแม่และเด็ก ปี 2558**. (ออนไลน์). เข้าถึงได้จาก: http://www.chiangmaihealth.go.th/cmpho_web/all_section.php?search_subject=10. (วันที่เข้าถึง 30 มีนาคม 2559).

ภาษาอังกฤษ

Baghurst, P., Pincombe, J., Peat, B., Henderson, A., Reddin, E., & Antoniou, G. (2007). "Breast feeding self-efficacy and other determinants of the duration of breast feeding in a cohort of first-time mothers in Adelaide, Australia." *Midwifery*, 23: 382–391.

Barona-Vilara, C., Escribá-Aguíra, V., & Ferrero-Gandía, R. (2009). "A qualitative approach to social support and breast-feeding decisions." *Midwifery*, 25: 187–194.

Brown, A., Raynor, P., & Lee, M. (2011). "Young mothers who choose to breast feed: the importance of being part of a supportive breast-feeding community." *Midwifery*, 27: 53–59.

Chuang, C., Chang, P., Chen, Y., Hsieh, W., Hurng, B., Lin, S., & Chen, P. (2010). Maternal return to work and breastfeeding: A population-based cohort study. *International Journal of Nursing Studies*, 47: 461–474.

Giddens, A. (1984). **The constitution of society: outline of the theory of structuration**. Berkeley: University of California Press.

- Giddens, A. (1991). **Modernity and self-identity: self and society in the late modern age**. Cambridge: Polity Press.
- Hannula, L.S., Kaunonen, M.E., & Puukka, P.J. (2014). “A study to promote breast feeding in the Helsinki Metropolitan area in Finland”. **Midwifery**, 30(6): 696-704.
- Jones, P. (2003). **Introducing Social Theory**. Cambridge, Polity Press.
- Kools, E.J., Thijs, C., Kester, A.D.M., & Vries, H.D. (2006). “The motivational determinants of breast-feeding: Predictors for the continuation of breast-feeding.” **Preventive Medicine**, 43: 394–401.
- Leahy-Warren, P., Mulcahy, H., Phelan, A., & Corcoran, P. (2014). “Factors influencing initiation and duration of breast feeding in Ireland.” **Midwifery**, 30: 345–352.
- Lee, E. J. (2007). Infant feeding in risk society. **Health, Risk & Society**, 9(3): 295–309.
- Moran, V. H., Edwards, J., Dykes, F., & Downe, S. (2007). “A systematic review of the nature of support for breastfeeding adolescent mothers.” **Midwifery**, 23: 157–171.
- Muko, K.N., Tchangwe, G.K., Ngwa, V.C., & Njoya, L. (2004). “Preventing mother-to-child transmission: factors affecting mothers' choice of feeding — a case study from Cameroon.” **Journal of Social Aspects of HIV/AIDS: An Open Access Journal**, 1(3): 132-138.

- Nadesan, M.H., & Sotirin, P. (1998). The romance and science of 'Breast is Best': discursive contradictions and contexts of breast-feeding choices. **Text and Performance Quarterly**, 18: 217-232.
- Ritzer, G. (2007). **Contemporary Sociological Theory and Its Classical Roots, The Basics**. (2nd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Ritzer, G. & Goodman, D.J. (2003). **Sociological Theory**. (6th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Ryan, A.S., Zhou, W., & Arensberg, M.B. (2006). "The effect of employment status on breastfeeding in the United States". **Women's Health Issues**, 16: 243–251.
- Sasaki, Y., Ali, M., Kakimoto, K., Saroeun, O., Kanal, K., & Kuroiwa, C. (2010). "Predictors of Exclusive Breast-Feeding in Early Infancy: A Survey Report from Phnom Penh, Cambodia". **Journal of Pediatric Nursing**, 25: 463–469.
- Turner, J.H. (1986). **The Structure of Sociological Theory**. Chicago: The Dorsey Press.
- Turner, P.K., & Norwood, K. (2013). Unbounded motherhood: embodying a good working mother identity. **Management Communication Quarterly**, 27(3): 396–424.
- Zhu, J., Chan, W., Zhou, X., Ye, B., & He, H. (2014). "Predictors of breastfeeding self-efficacy among Chinese mothers: Across-sectional questionnaire survey". **Midwifery**, 30(6): 705-711.