

ทำไมคน Gen Y ถึงไม่มีความสุข ?

28 พฤษภาคม 2558

ก่อนจะไล่ลงไปอ่านมาทำความรู้จักกับคนแต่ละเจนเนอเรชั่นกันก่อน ในบทความนี้จะมีตัวละครจากสามรุ่น นั่นคือ

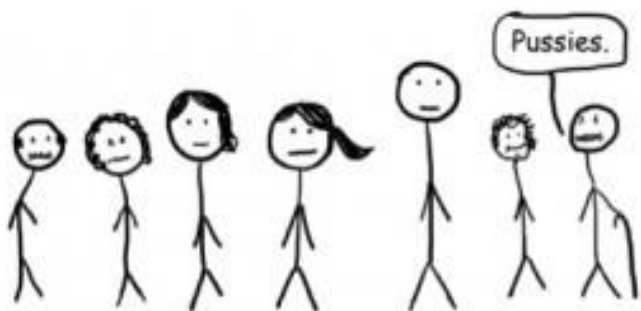
1. Greatest Generation คนยุคก่อนสงครามโลกครั้งที่สอง พ.ศ. 2444-2467
2. Baby Boomer คนรุ่นหลังสงครามโลกเพิ่งจบ พ.ศ. 2489-2507
3. Generation Y พวกเรา ๆ ท่าน ๆ ที่เกิดช่วง พ.ศ. 2523-2540 นี้แหละครับ **อายุราว ๆ 17 – 34 ปี**

ต้นฉบับภาษาอังกฤษใช้การเล่าเรื่องนี้ผ่านตัวละครสมมติชื่อว่าลูซี่

ลูซี่คือตัวภาพวาดซีแก๊งด้านล้างตัวนี้ เป็นมนุษย์โลกที่เกิดในช่วงปลายยุค 70s-กลางยุค 90s ตัวแทนของเด็กยุคเจนเนอเรชั่น วาย (ขอเรียกสั้น ๆ ว่า เจนวาย)

แล้วทำไมลูซี่ถึงไม่มีความสุข? คนเขียนก็เลยอธิบายสมการความสุขของชีวิตแบบง่าย ๆ เอาไว้ว่า $ความสุข = ความจริง - ความคาดหวัง$ นั่นก็คือ อะไรที่มันดีกว่าที่หวังไว้ นั่นคือความสุข

แล้วทำไมลูซี่ถึงไม่มีความสุข ก็ต้องย้อนไปดูกันถึงโคตรเหง้าของลูซี่กันเลยทีเดียว ก็จะมีตัวละครเพิ่มขึ้นมาอีกสองตัวคือพ่อแม่ของลูซี่ เป็นมนุษย์โลกตัวแทนของคนยุคเบบี้บูมเมอร์จากยุค 50s พ่อแม่ของลูซี่ถูกลี้นดูจากคนรุ่นที่เพิ่งผ่านสงครามโลกครั้งที่สองและได้เห็นความโหดร้ายของสงครามมา

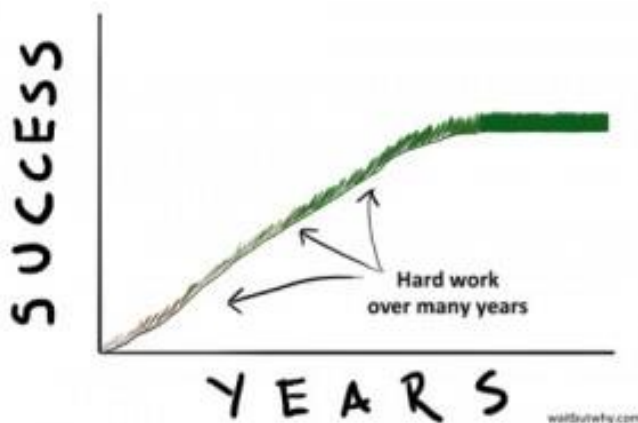


คนกลุ่มนี้จะหมกหมุ่นอยู่กับเรื่องของความมั่นคงทางเศรษฐกิจ ก็เลยสอนลูกหลานรุ่นเบบี้บูมเมอร์ ให้ก่อร่างสร้างตัวและมีงานที่มั่นคงกว่าตัวเองเพื่อความสบายในอนาคต โดยเปรียบเทียบเป็นการปลูกหญ้า คนรุ่นทวดต้องการให้ลูกหลานปลูกหญ้าให้เขียวกว่าที่ตัวเองเคยมีนั่นเอง

คนยุคเบบี้บูมเมอร์อย่างพ่อแม่ของลูที่ถูกลูกสอนว่าไม่มีสิ่งใดจะมาขัดขวางการก้าวไปสู่เป้าหมายนั้นได้ แต่ก็ต้องแลกมาด้วยการทำงานหนักในช่วงแรก เพื่อไปให้ถึงเป้าหมายของชีวิตที่มีเสถียรภาพและความมั่นคงทางการเงิน

ถ้าเปรียบเทียบออกมาเป็นกราฟระดับความคาดหวังในความสำเร็จของคนยุคเบบี้บูมเมอร์ก็จะออกมาภาพด้านล่างนี้ จะเห็นได้ว่าพวกเขาใช้เวลาของการเริ่มต้นชีวิตหมดไปกับการทำงานหนัก ก่อนจะได้มาซึ่งสนามหญ้าสีเขียวขจีแบบที่พวกเขาต้องการ/ถูกลูกสอนมา

Baby Boomer Career Path Expectation



ที่นี้พอเข้าสู่ช่วงที่คนยุคเบบี้บูมเมอร์ต้องทำงานหนัก ช่วงยุค 70s, 80s, 90s เศรษฐกิจมันก็ดันดีวันดีคืน แบบเป็นประวัติกារณ์ ก็เลยกลายเป็นว่าคนยุคเบบี้บูมเมอร์ส่วนใหญ่ประสบความสำเร็จมากเกินกว่าที่ได้คาดหวังไว้

กลับไปที่สมการเมื่อตอนต้นบทความว่า ความสุข = ความจริง - ความคาดหวัง เมื่อได้ผลลัพธ์ออกมาเป็นบวก นั่นก็หมายความว่าคนยุคเบบี้บูมเมอร์เป็นคนที่มีความสุขซะเป็นส่วนใหญ่



หลังจากที่คนยุคเบบี้บูมเมอร์อย่างพ่อแม่ของลูซี่ประสบความสำเร็จได้มากกว่าคนยุค Greatest Generation แล้วพวกเขาก็เลยสอนคนเจนวายต่อไปจากประสบการณ์ความสำเร็จของตัวเองว่า อยากเป็นอะไรก็ยอมเป็นได้ ดูพ่อแม่สิลูก ปลุกฝังความฝันให้คนเจนวายมากขึ้นไปอีก จากแค่สนามหญ้า กลายเป็นว่าคนเจนวายคิดไปถึงการปลูกดอกไม้กันแล้ว และจุดนี้ก็นำพาเราไปพบกับความจริงที่ว่าคนเจนวายเป็นพวกที่มีความทะเยอทะยานสูงมาก



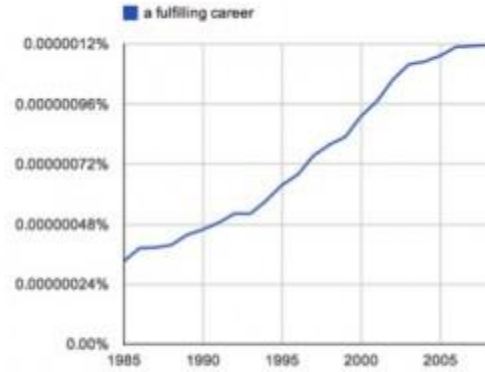
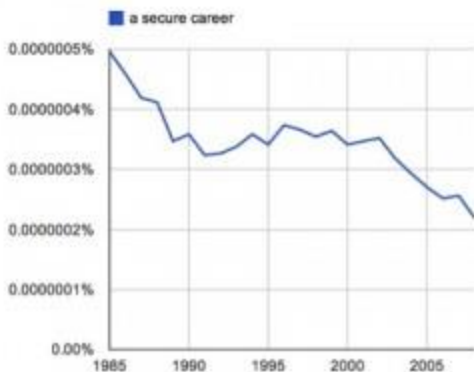
คนเจนวายมีความต้องการที่มากกว่าคนรุ่นพ่อแม่ทั้งด้านความสำเร็จและความมั่นคง คนเจนวายมีเป้าหมายของตัวเองอย่างชัดเจนว่าต้องการ ‘เป็นอะไร’ ความคาดหวังในแบบของพ่อแม่พวกเขาเหล่านั้นไม่เพียงพอต่อความต้องการของคนเจนวาย เพราะมันดูไม่ค่อยจะ unique เท่าไหร่ ยกตัวอย่างง่าย ๆ ว่า

คนยุคเบบี้บูมเมอร์ต้องการจะมีแบบที่คนอเมริกันอยากจะมีกันทั่วไป (The American Dream) แต่คนเจนวายกลับต้องการไปให้ถึงความฝันของตัวเอง (Their Own Personal Dream) กันแบบสุดโต่ง คาล นิวพอร์ตจากเว็บไซต์ฮาร์เวิร์ด บิสซิเนส รีวิว เขียนเอาไว้ว่าวลีอย่าง “follow your passion” กลายเป็นวลียอดนิยมที่ถูกตีพิมพ์ในหนังสือตลอด 20 กว่าปีที่ผ่านมา

(จากการค้นหาด้วย Google Book Ngram Viewer)

และคำอย่าง “a fulfilling career” (อาชีพที่ใฝ่ฝัน/สมปรารถนา) ก็ก้าวขึ้นมาเป็นคำยอดนิยมในหนังสือ แทนที่คำว่า “a secure career” (อาชีพที่มั่นคง มีหลักประกัน) ไป

เป็นที่เรียบร้อยแล้วในช่วงเวลาที่คนเจนวายเติบโตขึ้นมา



แต่อย่าเพิ่งเข้าใจกันไปว่าคนเจนวายจะล่าช้ากันจนไม่ต้องการหน้าที่การทำงานที่มั่นคงเหมือนคนรุ่นเบบี้บูมเมอร์ต้องการกัน พวกเขายังคงต้องการความมั่นคงอยู่

เพียงแต่ว่าพวกเขาต้องการงานที่จะมา 'เติมเต็ม' ให้ชีวิตด้วย ในแบบที่ผู้ปกครองซึ่งเป็นคนรุ่นเบบี้บูมเมอร์ไม่ได้คิดกัน คิดแค่ความมั่นคงจากการทำงานหนักอย่างเดียว

นอกจากการปลูกฝังที่คนเจนวายได้รับมาก่อนก่อให้เกิดเป็นความทะเยอทะยานแล้ว ยังมีอีกคำหนึ่งที่ลูซี่และคนเจนวายมากมายได้รับการปลูกฝังมาตั้งแต่เล็กแต่น้อย นั่นคือ พอได้รับการอบรมสั่งสอน เลี้ยงดู ปลูกฝังว่าตัวเองเป็นคนพิเศษกัน ก็เลยกลายเป็น fact ขึ้นมาอีกข้อว่า คนเจนวายเป็นพวกหลงผิด (Delusional) เข้าใจไปเองว่าตัวเองอยู่เหนือกว่าคนอื่น ยกตัวอย่างเช่นกราฟของลูซี่ตัวละครสมมติของเราที่ด้านล่างที่คนเขียนยกตัวอย่างให้เห็นว่า ในหัวของคนเจนวาย 1 คน วางตำแหน่งหน้าที่

การทำงานของตัวเองไว้ในระดับไหน และมองคนอื่นอยู่ในระดับไหน



แล้วทำไมถึงบอกว่าคนเจนวายเป็นพวกหลงผิด นั่นก็เพราะว่า ในตัวคนเจนวาย (แทบ) ทุกคนคิดแบบนี้ เนื่องจากถูกฝังหัวมาอัดแน่นมาด้วยคำว่า “special” ซึ่งตามนิยามของมันแล้ว ความพิเศษตัวนี้ก็คือ

better, greater, or otherwise different from what is usual.

จากความหมายของคำว่า special ด้านบน แนวคิดของคนเจนวายมักจะคิดเพียงแค่ว่า คนส่วนมากไม่ได้มีความพิเศษอะไรในตัว ความพิเศษของคนอื่นไม่ได้มีความหมายอะไรหรอก

แม้แต่จนถึงตอนนี้บรรดาเจนวายที่กำลังอ่านอยู่ก็คงคิดว่า

“เป็นประเด็นที่น่าสนใจ แต่ฉันก็ยังเป็นคนกลุ่มน้อยที่มีความพิเศษกว่าคนอื่นอยู่ดีนั่นแหละ”

ความหลงผิดลำดับถัดมาของบรรดาเจนวายจะเกิดขึ้นเมื่อพวกเขาเข้าสู่โลกของการทำงาน ในขณะที่พ่อแม่ของลูซี่คาดหวังเพียงแค่การทำงานหนักในช่วงต้นเพื่อให้ได้พบกับอาชีพที่มั่นคงในอนาคต

ลูซี่ก็คิดไปถึงอาชีพที่มั่นคงที่เหมาะสมกับคนยอดเยี่ยมอย่างเธอแค่เพียงคนเดียวเท่านั้น และในมโนภาพกราฟความคาดหวังในชีวิตการทำงานของลูซี่ก็จะออกมาหน้าตาประมาณภาพด้านล่างนี้



ถ้าย้อนกลับไปดูกราฟของพ่อแม่ลูซี่ที่ช่วงต้นบนความ จะเห็นได้ว่าความชันในตอนเริ่มต้นของการทำงาน มันไม่ได้ชันแบบก้าวกระโดดขนาดนี้ และก็ไม่ได้มีดอกไม้หรือยูนิคอร์นอะไรมาตกแต่งให้เวอร์แบบนี้ มีเพียงแค่หญ้า (ที่คนเขียนบทความนี้เลือกมาใช้แทนความมั่นคง) อย่างเดียว คนเจนวายมักจะลืมนึกไปว่าโลกมันไม่ได้ง่ายขนาดนั้น แม้แต่การจะใช้ชีวิตเพื่อให้ได้มาซึ่งกราฟชีวิต ที่มั่นคงอย่างเดียวยังไม่ใช่ง่ายง่าย นี่เล่นไปหวังถึงสำเร็จแบบ 'ไกลตัว' เกินไปจนลืมนึกไปว่าแม้แต่คนที่ประสบความสำเร็จมากที่สุดในโลกนี้หลาย ๆ คน ก็แทบจะไม่มีผลงานอะไรเจ๋ง ๆ ออกมาเลยในช่วงอายุ 20 ต้น ๆ

จากงานวิจัยของพอล ฮาร์วีย์ ผู้เชี่ยวชาญเรื่องเจนวายจากมหาวิทยาลัยนิวยอร์ก เขาได้บอกเอาไว้ว่าคนเจนวายเป็นพวกที่คาดหวังอะไรเกินจริง รับไม่ได้กับคอมเมนต์ถึงตัวเองในแง่ลบ มองตัวเองในมุมมองที่สูง และยังบอกอีกว่าคนพวกนี้มักจะไม่พอใจที่ไม่ได้รับความเคารพ

และผลตอบแทนตามที่ตัวเองคาดหวังทั้งที่จริง ๆ แล้วพวกเขาไม่มีความสามารถ และความพยายามมากพอที่จะไปให้ถึงระดับที่หวังไว้

สำหรับคนที่กำลังจะจ้างงานบรรดามนุษย์เจนวาย ฮาร์วีย์ได้แนะนำคำถาม สำหรับถามคนเหล่านี้ไว้หนึ่งข้อใหญ่ แบ่งเป็นสองข้อย่อย นั่นคือ “คุณคิดว่าตัวเองอยู่เหนือกว่าเพื่อนร่วมงาน/เพื่อนร่วมชั้นเรียน ฯลฯ หรือเปล่า?

ถ้าใช่ ทำไมถึงคิดแบบนั้น?” ถ้าคำตอบที่ได้รับในพาร์ทแรกคือ ‘ใช่’ แต่ติดขัดตอนที่ถูกถามต่อว่าเพราะอะไร แสดงว่าเริ่มไม่เข้าท่าแล้ว

และหลังจากที่ลูซี่กระโดดเข้ามาสู่โลกของการทำงานได้ซักพัก กราฟของเธอก็เปลี่ยนไปโดยสิ้นเชิง แล้วเธอก็พบว่าตัวเองอยู่ห่างไกลจากความคาดหวัง ที่เคยตั้งเป้าเอาไว้แบบ ‘ห่างไกลเหลือเกิน’

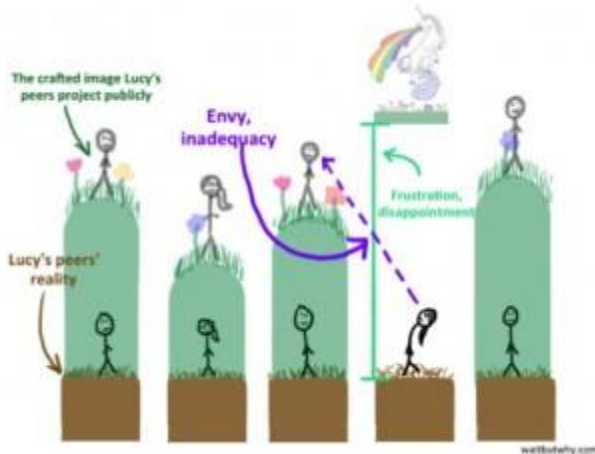


จากสมการความสุขอันเดิมที่เขียนไว้ตอนต้น $\text{ความสุข} = \text{ความจริง} - \text{ความคาดหวัง}$ คนเจนวายส่วนใหญ่กำลังอยู่ในจุดเดียวกับลูซี่ตอนนี้ นั่นคือ ความหวังสูง (เกินความสามารถของตัวเอง) ไป ผลก็เลยออกมาเป็น ไม่มีความสุข นั่นเอง

และสิ่งที่ทำให้ลูซี่และคนเจนวายอีกมากมาย ‘unhappy’ มากขึ้นไปอีกนั่นก็คือ โลกของโซเชียลมีเดีย โลกที่ผู้คนพากันเล่าถึงความสำเร็จของตัวเอง หรือบางทีนำเสนอ

ออกมาให้ดูดีกว่าความเป็นจริงและมักจะมีแค่ผู้คนที่ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงานหรือความสัมพันธ์กำลังไปได้สวยซะเป็นส่วนใหญ่อะไรจะโอ้อวดชีวิตตัวเองลงบนเฟสบุ๊ก ในขณะที่คนที่ชีวิตกำลังแย่มากจะไม่ค่อยโพสต์อะไรเกี่ยวกับชีวิตตัวเองให้ใครรับรู้ นั่นยิ่งทำให้ลูซี่รู้สึกไม่มีความสุขเข้าไปอีกเนื่องจากเธอมองเห็นแต่ความสำเร็จของคนอื่น ทุก ๆ คนกำลังไปได้สวยกันหมดเลย ถ้าจะอธิบายให้เห็นภาพชัด ๆ ก็คงจะต้องให้ภาพกราฟด้านล่างพูดแทน

ความคาดหวังที่ 'สูงเกินไป' ของบรรดา 'ลูซี่' หรือคนเจนวายในปัจจุบันนี้แหละครับที่ทำให้คนรุ่นเราในทุกวันนี้ไม่มีความสุข ผมไม่ได้จะบอกว่าการตั้งเป้าหมายให้สูงไว้มันไม่ดี เพียงแต่ถ้าตั้งเป้าโดยไม่ได้ประเมินความสามารถของตัวเอง หรือคอยแต่เอาตัวเองไปเปรียบเทียบกับคนอื่น มันก็จะไม่มีความสุขแบบที่คุณ, คุณ, คุณ แล้วก็คุณ แล้วที่ผมกำลังเป็นกันอยู่นี้แหละครับ



เจ้าของบทความเขียนคำแนะนำไว้ให้ลูซี่ด้วยสามข้อ แน่แน่นอนว่าลูซี่ที่เขาหมายถึงก็คือพวกเราเจนวายนี้แหละครับ

1. ทะเยอทะยานให้มากเข้าไว้เหมือนเดิม โลกนี้ยังมีหนทางไปสู่ความสำเร็จให้กับคนที่มีความทะเยอทะยานสูงอยู่ ถึงหนทางอาจจะยังไม่แน่ชัด แต่ก็คุ้มที่จะสู้

2. เลิกคิดว่าตัวเองพิเศษ ความเป็นจริงก็คือ

“คุณเป็นแค่คนคนหนึ่งที่ไม่ได้มีความสามารถพิเศษอะไรเลย”

“คุณคือไอ้เด็กที่henkไม่รู้ที่ไม่มีประสบการณ์มากพอ”

“คุณจะเป็นคนพิเศษได้ก็ต่อเมื่อทำงานหนักมาเป็นเวลานาน ”

3. เลิกสนใจคนอื่น หมู่บ้านคนอื่นเขียวกว่าบ้านตัวเองไม่ใช่เรื่องใหม่ แต่ทุกวันนี้โลกมันสร้างภาพกันง่ายกว่าเดิม

บางทีหมู่บ้านคนอื่นอาจจะดูเหมือนทุ่งเลยก็ได้จากมุมมองของเรา ความจริงก็คือทุกๆ คนเป็นเพียงพวกที่ยังล้งเล,

สงสัยในตัวเองและมีความผิดหวังเหมือนที่คุณเป็นนั่นแหละ

เพียงแค่คุณทำหน้าที่ของคุณไปให้ดี ๆ คุณก็ไม่จำเป็นต้องอิจฉาคนอื่นอีกเลย

credit : <http://fjsk.in.th/2014/03/why-generation-y-yuppies-are-unhappy>

: <http://pantip.com/topic/31735034>