

✕ ปล่อยให้ถึงเกษียณ...ก็สายเสียแล้ว



by... Takashi HOSAKA

แปลโดย... ดร.บัณฑิต โรจน์อารยานนท์

ราคา 200 บาท

พิมพ์ครั้งที่ 1 เมษายน 2556

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

โยซากะ, ทากาชิ.

ปล่อยให้ถึงเกษียณ...ก็สายเสียแล้ว. - กรุงเทพฯ : สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น), 2556.
272 หน้า.

1. เกษียณ.

2. ผู้สูงอายุ--การดูแลและสุขภาพ.

I. บัณฑิต โรจน์อารยานนท์, ผู้แปล.

II. ชื่อเรื่อง.

646.79

ISBN 978-974-443-535-4

RÔGO NO IRAIRA WO SUTERU GIJUTSU

Copyright © 2012 by Takashi HOSAKA

First published in Japan in 2012 by PHP Institute, Inc.

Thai translation rights arranged with PHP Institute, Inc.

through Japan Foreign-Rights Centre

ลิขสิทธิ์ฉบับภาษาไทยโดย สมาคมส่งเสริมเทคโนโลยี (ไทย-ญี่ปุ่น)

จัดพิมพ์โดย สำนักพิมพ์ ส.ส.ท.

5-7 ซอยสุขุมวิท 29 ถนนสุขุมวิท แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

โทร. 0-2258-0320 (6 เลขหมายอัตโนมัติ), 0-2259-9160 (10 เลขหมายอัตโนมัติ)

เสนองานเขียน • งานแปลได้ที่ www.tpa.or.th/publisher/new

ติดต่อสั่งซื้อหนังสือได้ที่ www.tpabookcentre.com

จัดจำหน่ายโดย บริษัท ซีเอ็ดดูเคชั่น จำกัด (มหาชน)

อาคารทีซีไอเอฟ ทาวเวอร์ ชั้น 19 เลขที่ 1858/87-90

ถนนบางนา-ตราด แขวงบางนา เขตบางนา กรุงเทพฯ 10260

โทร. 0-2739-8000, 0-2739-8222 โทรสาร 0-2739-8356-9

www.se-ed.com



ส.ส.ท. จำกัด

ร่วมใช้หมึกพิมพ์จากถั่วเหลือง

พิมพ์ดู
กร:ณายนอบสายตา
www.greenread.com



อ่านดีบน

“ถ้าหนังสือมีข้อผิดพลาดเนื่องจากการพิมพ์ ให้นำมาแลกเปลี่ยนได้ที่สมาคมฯ” โทร. 0-2258-0320 ต่อ 1560, 1570

■ บรรณาธิการบริหาร ทวีธา วัฒนะวีโรจน์ หัวหน้ากองบรรณาธิการ แทนพร เลิศวุฒิภัทร บรรณาธิการเล่ม พรรณทิมล กิจไพฑูริย์ ออกแบบปก ภาณุพันธ์ ไนยุทธ ออกแบบรูปเล่ม ชรินทร์ คุตตะสิงคี, ดวงกมล แสงทองศรี
ธุรกิจสำนักพิมพ์ อังคนา อรรถวงศ์ธร ■ พิมพ์ที่ : บริษัท พิมพ์ดีการพิมพ์ จำกัด

คือ ความรู้สึกยินดียินดีร้ายก็พลอยหายไปด้วย หรือแทบไม่มีความรู้สึกต่อเรื่องใด ๆ ซึ่งเป็นสภาพจิตใจที่เหี่ยวเฉาไร้ชีวิตชีวา

ดังนั้นไม่ว่าจะทำอะไรก็รู้สึกว่าเป็นเรื่องยุ่งยาก หมดสนุกไปกับทุกเรื่อง คนที่อยู่ในสภาพนี้แม้จะมีสุขภาพดี ร่างกายยังกระฉับกระเฉง หรือความจำยังดีอยู่ ก็ไม่สามารถใช้ชีวิตประจำวันอย่างมีความสุขได้

ความชราทางใจนี้เอง ที่จะนำพาชีวิตของผู้สูงวัยไปสู่ช่วงเวลาอันไม่น่ารื่นรมย์ซึ่งเต็มไปด้วยความเครียดและความหงุดหงิดรำคาญใจตลอดเวลา

✘ “รู้สึกว่ามีแต่เรื่องน่าเบื่อ” - ความชราทางใจ ยิ่งเพิ่มความรู้สึกหงุดหงิด

บางคนเมื่อเกษียณจากการทำงาน และมีเวลาว่างเหลือเฟือก็ไม่พยายามหากิจกรรมอะไรทำ ไม่ว่าจะเป็นการช่วยภรรยาทำงานบ้าน ทำงานอดิเรกของตัวเอง หรือเข้าร่วมกิจกรรมเพื่อชุมชน กลับอยู่แต่บ้านทั้งวันแล้วก็เอาแต่นั่งบ่นภรรยาตลอดเวลา

นี่เป็นลักษณะที่พบบ่อยในคนที่เกิดความชราทางใจ ในสภาพดังกล่าว คนที่บ้านก็มักจะพยายามชักชวนให้หันเหความสนใจไปที่เรื่องนอกบ้าน เช่น อาจจะบอกว่า “คุณคะ คุณไม่ควรอยู่บ้านทั้งวัน น่าจะลอง

ไปร่วมกิจกรรมของชุมชนเราดูบ้างนะคะ” หรือ “คุณมีเวลาว่างเยอะแยะ น่าจะไปเรียนการเขียนภาพหรือการใช้คอมพิวเตอร์ดูนะ”

แต่สำหรับคนที่ตกอยู่ในสภาพเกิดความชราทางใจแล้ว การเริ่มต้นทำสิ่งใหม่จะรู้สึกยุ่งยากมาก และก็ไม่อยากออกไปคบค้าสมาคมกับคนอื่นด้วย

โดยปกติ เวลาคนเราเริ่มต้นทำสิ่งใหม่ ๆ มักจะมีความรู้สึกที่ “น่าจะสนุกนะ” หรือ “ถ้าสามารถทำได้ก็คงสนุกดี” คือมีความคาดหวัง และความตื่นเต้นเป็นแรงผลักดันให้อยากทำ แต่เมื่อตกอยู่ในสภาพเกิดความชราทางใจ ความรู้สึกตื่นเต้นซึ่งเป็นก้าวแรกที่สำคัญจะเกิดขึ้นยากมาก ทำให้ไม่สามารถนำไปสู่การทำการกิจกรรมนั้นให้เกิดขึ้นจริงได้

การมีเวลาว่างอย่างเหลือเฟือในสภาพที่ร่างกายยังแข็งแรงอยู่ ถ้าไม่ทำอะไรก็จะมีพลังงานส่วนเกินเกิดขึ้น แล้วก็มักจะมาระบายพลังงานส่วนเกินนี้กับคนในบ้าน

คนที่ในใจก็รู้สึกอยู่เหมือนกันว่าต้องทำการกิจกรรมอะไรสักอย่าง แต่รู้สึกว่ากิจกรรมต่าง ๆ ล้วนไม่น่าสนใจ แล้วก็ไม่อยากไปยุ่งกับคนอื่นด้วย ในสภาพเช่นนี้จะเกิดความรู้สึกขัดแย้งในใจและทำให้เกิดความหงุดหงิดได้ นี่ก็เป็นความชราทางใจอย่างหนึ่ง

อันที่จริงยุคสมัยที่คนเราจะอยู่ได้เป็นร้อยปีกำลังใกล้เข้ามาทุกที ถ้าช่วงเวลาที่เพิ่มขึ้นนี้มีแต่ความหงุดหงิดและน่าเบื่อ ก็คงบอกได้เพียงว่าเป็นเรื่องน่าเศร้า

ยิ่งไปกว่านั้น หากหลังเกษิณแล้วสามีอยู่ในสภาพเป็นคน
ชี้หงุดหงิด ก็ไม่แปลกที่ฝ่ายภรรยาจะเครียดจนกลายเป็นโรคซึมเศร้า
เพราะในช่วงที่สามียังทำงานอยู่นั้น ฝ่ายภรรายาก็มีเวลาในช่วงกลางวัน
เป็นอิสระส่วนตัว แต่พอสามีเกษิณมาอยู่กับบ้านแล้ว กลายเป็นว่า
ต้องทำหน้าที่ภรรยาตลอด 24 ชั่วโมง

และบ่อยครั้งที่ฝ่ายสามียังไม่สามารถสลัดทิ้งความรู้สึกของคน
ทำงาน จึงนำวิธีการที่ใช้เคยในบริษัทมาใช้ในบ้าน โดยปฏิบัติกับภรรยา
เหมือนเป็นผู้ใต้บังคับบัญชา เรื่องที่จะยกตัวอย่างต่อไปนี้เป็นเรื่องที่ไม่
น่าเชื่อว่าจะเกิดขึ้น แต่ก็เกิดขึ้นแล้วจริง ๆ นั่นคือเวลาภรรยาทำอะไร
ผิดพลาดในเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ สามีก็ทำท่าโมโหและพูดว่า “เรื่องนี้ต้อง
ทำบันทึกไว้แล้ว” หรือใช้คำพูดว่า “เธอนี้ไม่รู้จักทบทวนตัวเองเลย”
หรือไม่ก็ “เธอนี้ไม่ได้เรื่องอย่างนี้ทุกที”

ถ้าเป็นอย่างนี้ทุกวันไม่ว่าใครก็คงอยู่อย่างปกติสุขไม่ได้ สภาพนี้
ต่างจากกรณีที่มีผู้บังคับบัญชาที่ไม่ชอบในที่ทำงาน เพราะนี่เป็นที่บ้าน
จะหนีไปไหนก็ไม่ได้ เพราะฉะนั้นถ้าเป็นภรรยาที่คล่องแคล่วมีความ
สามารถ ก็อาจจะขอแยกทางกันก็มี นี่เป็นปรากฏการณ์ที่เรียกว่า “การ
หย่าร้างในวัยชรา”

สำหรับฝ่ายสามีนั้นกลับรู้สึกว่ ในช่วงที่ทำงานอยู่ ตัวเองต้องสู
อดทนเสียสละความสุขต่าง ๆ ทั้งเรื่องงานอดิเรก เรื่องสนุกส่วนตัว และ
เรื่องความสัมพันธ์ในครอบครัว เพื่อทำหน้าที่เป็นกำลังสำคัญให้กับบริษัท

แต่พอเกษียณอายุออกมาได้มีเวลาสบาย ๆ ส่วนตัวกลับถูกคู่ครองลูกขึ้นมาต่อต้านขัดขืนอย่างนี้ จึงอดไม่ได้ที่จะรู้สึกผิดหวังเสียใจ

ดังนั้นคนที่ต้องการใช้ชีวิตหลังเกษียณอย่างมีความสุข ต้องเริ่มต้นด้วยการป้องกันไม่ให้เกิดความชราทางใจโดยเร่งด่วน

สำหรับคนที่อ่านหนังสือเล่มนี้อยู่ แสดงว่าคุณให้ความสนใจเรื่องการใช้ชีวิตหลังเกษียณ และอาจจะกำลังมองหาวิธีแก้ปัญหาความใจบางอย่างที่ประสบอยู่ ถ้าอย่างนั้นก็ถือว่าความรู้สึกรู้สึกตื่นเต้นและความมุ่งมั่นของคุณยังไม่เหือดแห้งลง และถึงตอนนี้ก็นับว่ายังไม่สายเกินไป

วิธีป้องกันความชราทางใจที่ได้ผลวิธีหนึ่งคือ **การค้นให้พบว่ามีสิ่ง** **ที่ตัวเองอยากทำคืออะไร** และเพื่อให้สิ่งที่อยากทำนั้นเป็นจริง ก็ต้องเริ่มลงมือทำถึงแม้จะเป็นเพียงก้าวเล็ก ๆ ในตอนแรกก็ตาม **แล้วกิจกรรมที่** **เกี่ยวข้องกับการทำให้ “สิ่งที่ตัวเองอยากทำ” นั้นเป็นจริง จะเป็นวิธี** **ป้องกันความชราทางใจที่ได้ผลดีที่สุด**

ดังนั้นความหมายที่แท้จริงของ “การชะลอวัย” จึงไม่ได้หมายถึงการปรับแต่งแก้ไขเพื่อให้ดูอ่อนเยาว์จากรูปกายที่เห็นภายนอก แต่ทว่าหมายถึงการรักษาประกายความสดใสที่อยู่ภายใน เราต้องใช้เวลาอิสระที่มาพร้อมกับวัยที่เพิ่มขึ้นนี้เพื่อค้นหาและทำในสิ่งที่ตัวเองสนใจ ซึ่งจะเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกรู้สึกตื่นเต้นและความมีชีวิตชีวาได้เป็นอย่างดี

แน่นอนว่าถ้าสามารถค่อยพูดค่อยจา หาทงแก้ปัญหาค่เกิดขึ้น ในแต่ละวันร่วมกันได้ยอมเป็นทางออกที่ดดีที่สุด แต่ถ้าทำไม่ได้และรู้สึก อึดอัดว่า “ฉันยอมแพ้แล้ว” หรือ “ฉันทนไม่ไหวแล้ว” ก็ให้ลองคิดถึงวิธี นี้ดู

การเป็นค่พั้งนั้นเป็นเรื่องดี แต่ถ้าต้องอุคคทั้งชีวิตเพื่อครอบครัวนั้นไม่ดี

ระยะหลังนี้ผู้หญิงที่แต่งงานแล้วและมีลูก ส่วนหนึ่งจะไม่ลาออก จากงานมาทำหน้าที่แม่บ้านเต็มตัว พอวันหยุดลาตลอดสิ้นสุดลงก็กลับไปทำงานต่อ และมีจำนวนไม่น้อยที่อาจจะออกมาเป็นแม่บ้านก่อน จน ลูกโตพอที่จะช่วยเหลือตัวเองได้แล้วค่อยออกไปทำงานรับจ้างชั่วคราว หรือทำงานพาร์ทไทม์

แล้วเวลาแม่บ้านออกไปทำงานก็ต้องนำลูกไปฝากไว้ในที่ที่เหมาะสมสักแห่ง สำหรับในประเทศญี่ปุ่น สวัสดิการด้านนี้ยังไม่เพียงพอ อีกทั้ง สถานรับดูแลเด็กอ่อนและสถานรับเลี้ยงเด็กก็ยังไม่มากพอจึงไม่สามารถ ใช้บริการสถานที่เหล่านี้ได้ง่าย ๆ หรือถ้าจะจ้างพี่เลี้ยงเด็กก็มีค่าใช้จ่ายสูง โดยเฉพาะกรณีทีเด็กมีโรคประจำตัวและต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ สถานรับเลี้ยงเด็กแบบนี้ก็มีจำนวนจำกัดลงไปอีก ดังนั้นแม่บ้านที่ต้อง ทำงานนอกบ้านจึงอยู่ในสถานะที่ลำบากมาก

ในสถานการณ์อย่างนี้ พ่อแม่เด็กก็จะหวังพึ่งพ่อแม่ของตัวเองคือ บรรดาปู่ย่าตายายทั้งหลาย เพราะในสายตาของลูกนั้น ถ้าไม่ใช่พ่อแม่ที่ยังทำงานอยู่หรือมีธุรกิจส่วนตัวที่ต้องดูแล ก็จะมองว่าพ่อแม่ที่เกษียณแล้ว มีเวลาร่างเหลือเฟือ ถ้าขอความช่วยเหลือจากคนในครอบครัวเดียวกัน นอกจากจะไวใจได้แล้วยังไม่เสียค่าใช้จ่ายด้วย ทั้งยังสามารถขอให้ช่วยทำเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ อย่างอื่นได้อีก เช่น “ตอนมีอกกลางวันช่วยทำกับข้าวให้หลานทานหน่อยนะคะ” หรือ “เวลานอนกลางวัน ให้นอนตอนบ่ายสองโมงนะคะ” หรือ “ช่วยพาไปเดินเล่นด้วยนะคะ” เป็นต้น

แต่ถ้าจ้างพี่เลี้ยงเด็ก การเพิ่มรายละเอียดปลีกย่อยแต่ละกิจกรรม อาจหมายถึงค่าใช้จ่ายที่เพิ่มขึ้นตามไปด้วย นั่นคือ สำหรับคุณแม่ที่ต้องการทำงานต่อเนื่อง การมีคุณย่าคุณยายที่สามารถฝากลูกให้ดูแลโดยไม่ต้องเกรงใจถือเป็นเรื่องที่ดีพิเศษมาก

สำหรับผู้สูงอายุที่เกษียณจากงานแล้วนั้น ถ้าสามารถทำอะไรให้เป็นประโยชน์ต่อครอบครัวได้ก็จะรู้สึกว่าคุณค่า แล้วถ้ายังได้เลี้ยงหลานที่น่ารักน่าซึ้งพร้อม ๆ กับได้รับการขอบคุณจากพ่อแม่ของเด็ก ก็ยิ่งทำให้มีความสุขมากขึ้นไปอีก

อย่างไรก็ตามต้องไม่เป็นการฝืนทำมากเกินไป สำหรับบางคน อาจจะคิดว่า “การช่วยดูแลหลาน แค่ทำเฉพาะช่วงวัยทารก ไม่ได้ต้องทำต่อเนื่องหลายปี” จึงยอมให้การใช้ชีวิตส่วนตัวหรือการหาความสุขของตัวเองเป็นเรื่องรองลงไป แต่ต้องเข้าใจด้วยว่า ตัวคุณเองก็ชราภาพลงเรื่อย ๆ และไม่มีอะไรรับประกันได้ว่าคุณจะมีสุขภาพดีเช่นนี้ไปตลอด

ในระหว่างที่วุ่นกับการดูแลหลานนั้น สุขภาพของคุณอาจเกิดปัญหา และ การใช้ชีวิตในยามชราของคุณก็จะปั่นป่วนไปหมด

คนทั่วไปอาจจะพูดกันว่า “คุณย่าและคุณยายเป็นผู้เชี่ยวชาญ ในการเลี้ยงเด็ก” แต่คุณก็ต้องรู้ว่าตอนที่คุณเลี้ยงลูกตัวเองกับตอนนี้ สภาพร่างกายของคุณต่างกันลิบลับ แล้วเด็ก ๆ นั้นมักจะชวนให้เล่นด้วย บางครั้งก็ร้องไห้เสียงดัง หรือวิ่งวนไปทั่วบ้านจนคุณไล่ตามไม่ทัน ทำให้ ช่วงที่รู้สึกเหนื่อยและต้องการเวลาพักผ่อนมีมากขึ้น ในสภาพนี้คุณจะยัง รับผิดชอบดูแลความปลอดภัยให้หลานได้จริง ๆ หรือ

คำกล่าวที่ว่า “คุณย่าคุณยายเป็นผู้เชี่ยวชาญในการเลี้ยงเด็ก” นั้นไม่ผิดอะไร แต่คิดว่าไม่ใช่ “ผู้เชี่ยวชาญในการรับฝากเด็ก” แน่نون ดังนั้นขอให้ตระหนักถึงประเด็นนี้ไว้ด้วย

ที่กล่าวมาไม่ได้หมายความว่าผู้สูงอายุไม่ควรรับฝากหลาน เลย แต่จะต้องเป็นการรับฝากในระดับที่ทำให้ตัวเองรู้สึกสนุกและไม่ เป็นภาระมากจนเกินไป ดังนั้นก็ควรบอกกำหนดการส่วนตัวให้ลูกของคุณรู้เอาไว้ และถ้ารู้สึกเหนื่อยหรือว่ามีธุระอย่างอื่นก็ต้องให้ความสำคัญ กับเรื่องของตัวเองก่อนอย่ามัวเกรงใจ

ต้องไม่ลืมว่าปู่ย่าตายายเป็นเพียง “ผู้สนับสนุนชั้นดี” เท่านั้น คุณไม่จำเป็นต้องรับผิดชอบในการเลี้ยงหลานแบบเต็มตัว และไม่มีเหตุผล ใด ๆ ที่จะต้องเสียสละเพื่อครอบครัวยุคถึงขนาดนั้น

✘ แม้จะอยู่ร่วมชายคาเดียวกัน

แต่บางครั้งกลับรู้สึกโดดเดี่ยว

ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ร่วมกับลูกของตัวเอง บ่อยครั้งจะถูกคนภายนอกอิจฉาและคิดว่า “เขาอยู่กับลูกชาย (ลูกสาว) ของเขา คงจะอบอุ่นและไว้ใจได้” หรือ “ได้อยู่กับลูกตัวเอง น่าจะสบายนะ”

อาจจะจริงที่ว่า การอาศัยอยู่ร่วมกับครอบครัวของลูกตัวเองมีข้อดีอยู่มากพอสมควร เพราะการมีสมาชิกในบ้านมากขึ้นก็ทำให้บรรยากาศคึกคัก ยังมีหลานตัวเล็ก ๆ อยู่ด้วยก็ยิ่งเพิ่มความสดใสขึ้นไปอีก โดยเฉพาะถ้าเกิดภาวะภัยธรรมชาติที่รุนแรงในลักษณะเดียวกับการเกิดแผ่นดินไหวครั้งใหญ่ทางฝั่งตะวันออกของญี่ปุ่นเมื่อปี ค.ศ. 2011 การอาศัยอยู่ร่วมกับลูก ๆ ของคนสูงอายุย่อมปลอดภัยกว่าการอาศัยอยู่ตามลำพัง

อย่างไรก็ตาม ถ้าถามว่าผู้สูงอายุที่อาศัยร่วมกับครอบครัวของลูกตัวเองนั้นมีความสุขทุกคนไหม คำตอบคือ ก็ไม่แน่เสมอไป เพราะ “จังหวะการใช้ชีวิต” ของคนสูงอายุแตกต่างจากคนที่ยังทำงานอยู่มาก

ลูก ๆ ของตัวเองรวมถึงหลานด้วย พอตื่นนอนตอนเช้าก็ต้องถูกลูกจอบเตรียมตัวออกจากบ้านไปทำงานหรือไปโรงเรียน กว่าจะกลับมาบ้านอีกทีก็ค่ำมืด บางครั้งก็ตึกตื่น นอกจากนั้นยังต้องปรับจังหวะชีวิตหรือตารางเวลาของตัวเองให้เข้ากับความเป็นของแต่ละคน พอถึง

เวลาอาหารเย็นก็ไม่ได้อยู่ทานร่วมกันพร้อมหน้าพร้อมตาใช้เวลาด้วยกันสบาย ๆ ในที่สุดผู้สูงอายุก็จะอยู่ในฐานะของผู้ช่วยทำงานบ้านหรือคนคอยเฝ้าบ้านเท่านั้น

กรณีที่มีความสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงอายุกับลูก ๆ ค่อนข้างดีก็คงไม่มีปัญหา แต่ถ้าไม่ค่อยลงรอยกัน ถึงแม้จะอาศัยอยู่ใต้ชายคาเดียวกันวัน ๆ ก็คงจะพูดคุยกันเฉพาะเท่าที่จำเป็นเท่านั้น อย่างเช่น คำทักทายตอนเช้าและก่อนเข้านอน ตอนเตรียมสำหรับอาหารเสร็จแล้วก็เชิญมาทานข้าว หรือตอนเตรียมน้ำอุ่นเสร็จก็ตามให้มาอาบน้ำ ก็แค่นั้น

เหมือนดังคำกล่าวที่ว่า “ความว่าเหวไม่ได้อยู่ในป่าดง แต่อยู่ท่ามกลางเมืองใหญ่” หมายความว่า *แม่จะอยู่ในเมืองที่หอมล้อมไปด้วยผู้คนมากมาย แต่ถ้าตัวเราไม่ได้มีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบตัวเลย กลับจะยิ่งรู้สึกอ้างว้างเดียวดายมากขึ้นไปอีก*

ผู้สูงอายุที่ต้องตกอยู่ในสภาพเช่นนี้คงจะอิจฉาผู้สูงอายุคนอื่นที่อาศัยอยู่กันเองตามลำพัง หรือแม้แต่ผู้ที่อยู่คนเดียวก็ยังสบายใจกว่า

ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ต้องการจะบอกว่า เรื่องต่าง ๆ ก็มีทั้งข้อดีและข้อเสีย การอาศัยอยู่ร่วมกับครอบครัวของลูกก็เช่นกัน ที่มีทั้งด้านดีและไม่ดี ดังนั้นตอนที่ถูกชวนให้เข้ามาอยู่ร่วมกับครอบครัวของลูก ๆ โดยให้เหตุผลว่า “คุณพ่อคุณแม่ก็แก่มาแล้ว มาอยู่ด้วยกันดีกว่า” หลายคนคงดีใจจนลืมนึกถึงข้อเสีย แต่พอเข้าไปอยู่ด้วยกันจริง ๆ กลับต้องมาเสียใจภายหลัง