

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้รวบรวมแนวคิด ทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินการวิจัย โดยเสนอแยกหัวข้อตามลำดับดังนี้

1. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามแบบทฤษฎีภวนิยม
2. เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self-Esteem)
3. เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับหญิงบริการทางเพศ

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาตามแบบทฤษฎีภวนิยม

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม

การให้คำปรึกษาแบบภวนิยม (Existential Counseling) พัฒนามาจากแนวปรัชญาภวนิยม (Existentialism) นักปรัชญา 2 ท่าน ที่ถือว่าเป็นจุดเริ่มต้นของแนวปรัชญาภวนิยม คือ เซอร์เรน คีร์ เคการ์ด (Seren Kierkegaard) และนิทเช (Nietzsche) แกสตา (Gazda, 1989, p. 352) ได้กล่าวว่า ในระยะแรกนั้นแนวปรัชญานี้ไม่ได้เป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลาย แนวปรัชญาภวนิยมได้ถูกนำมาใช้และพัฒนาขึ้นภายหลังที่คีร์เคการ์ดได้เสียชีวิตไปแล้วถึง 70 กว่าปี โดยแนวปรัชญาภวนิมนั้นถูกพัฒนาอย่างเด่นชัดในยุโรปภายหลังสงครามโลกครั้งที่ 2

คาปูซซี่และกรอส (Capuzzi & Gross, 1995, p. 209) กล่าวว่าขณะที่แนวปรัชญาภวนิยมถูกพัฒนาและแพร่หลายอย่างรวดเร็วในช่วงหลังสงครามโลกครั้งที่ 2 เนื่องจากบุคคลในยุคนั้นตระหนักถึงความเลวร้ายในช่วงสงคราม ความรู้สึกของผู้พ่ายแพ้ ครอบครัวยุติการที่แตกแยก กระจัดกระจายนำไปสู่ความรู้สึกสูญเสียและหมดหวัง นอกจากนี้ ความเชื่อที่ว่าจะต้องอุทิศตนเพื่อผลประโยชน์ของประเทศชาติ ทำให้ประชาชนรู้สึกว่าถูกทำลายความเป็นบุคคลลงไป เกิดความทุกข์ทรมานจากความรู้สึกสูญเสีย ความเป็นตัวของตัวเอง และเกิดความรู้สึกว่าตนไม่ได้เป็นเจ้าของชีวิตของตนเอง วอนดราเคคและคอร์เนล (Vondracek & Comeal, 1955 pp. 195-196) กล่าวว่าผลจากการเปลี่ยนแปลงนี้ ทำให้สังคมอุตสาหกรรมที่ให้ความสำคัญแก่รัฐและเทคโนโลยีนั้นมีผลต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตและความคิดของบุคคลในช่วงนั้นโดยทำให้บุคคลมีความรู้สึกที่ตนถูกละเลยคุณภาพของมนุษย์ ทำให้บุคคลแต่ละคนมีความรู้สึกที่ตนเป็นเสมือนวัตถุหรือเครื่องจักร ดังนั้นบุคคลที่มาขอความช่วยเหลือจากนักจิตวิทยาในยุคนั้นมักมาด้วยปัญหาว่าตนเกิดความรู้สึกโดดเดี่ยว (Isolation) แปรกแยก (Alienation) ว้าเหว่ (Loneliness) และมีความรู้สึก

ไว้ความหมายในการดำเนินชีวิตของตน ซึ่งนักจิตวิทยาทั้ง 2 กลุ่มในยุคนั้น คือกลุ่มพฤติกรรมนิยม และกลุ่มนักจิตวิเคราะห์ ล้มเหลวในการที่จะทำความเข้าใจกับประสบการณ์และความรู้สึกที่นำมาสู่ ปัญหาของผู้ที่มาขอความช่วยเหลือเหล่านี้

นักจิตวิทยาในยุคนั้นได้พยายามแสวงหาแนวความคิดที่เกี่ยวข้องกับคุณค่าของบุคคล และคุณค่าของความเป็นมนุษย์ จึงได้เกิดแนวความคิดทางจิตวิทยากลุ่มที่ 3 คือ กลุ่มมนุษยนิยม (Humanism) ขึ้นมาเพื่อตอบสนองข้อจำกัดของนักจิตวิทยาทั้ง 2 กลุ่มข้างต้น และแนวปรัชญา ภาวนิยม ได้ถูกพัฒนาผ่านกลุ่มของนักจิตวิทยาแนวมนุษยนิยม คาปูซซี่ และกรอส (Capuzzi & Gross, 1995, pp. 210-211) ได้สร้างหลักการเพิ่มในด้านของแนวความคิด ประสบการณ์ของการตระหนักในตนเอง และความรับผิดชอบ

คอเรย์ (Corey, 2000, p. 170) กล่าวว่าแนวปรัชญาภาวนิมนั้นพัฒนาขึ้นจากการพยายามที่จะช่วยเหลือบุคคลที่ประสบปัญหาในการดำรงชีวิต ที่มีความรู้สึกโดดเดี่ยว แปรกแยก และรู้สึกว่าตนเองไร้ความหมายซึ่งในระยะแรกนี้นักปรัชญาภาวนิยมจะเน้นที่การทำความเข้าใจอย่างลึกซึ้งใน ประสบการณ์ ในการดำรงชีวิตของแต่ละคนมากกว่าที่จะพยายามพัฒนาหลักการสำหรับบำบัด

ในเวลาต่อมา มีการนำแนวปรัชญาภาวนิยมไปใช้ในงานบำบัดจิตวิทยา โดยพัฒนาเป็น รูปแบบและวิธีการเฉพาะของแต่ละคน และในกระบวนการบำบัดนั้นยึดตามแนวปรัชญาหรือความ เชื่อของนักจิตวิทยา ซึ่งจะกล่าวพอสังเขป ดังนี้

แนวจิตวิทยาภาวนิยมมีจุดเริ่มต้นที่สำคัญในสวิตเซอร์แลนด์ระหว่างปี ค.ศ. 1930 โดย บินสแวนเกอร์ (Binswanger) เป็นผู้บำบัด คนแรกที่ประยุกต์แนวความคิดของนักภาวนิยม ไปใช้ ในงานบำบัดของเขาหลังจากที่บินสแวนเกอร์ได้อ่านผลงานที่ไฮเดกการ์ดเขียนในหนังสือที่ชื่อบึง แอนด์ ไทม์ (Being and Time) เขาได้พัฒนาผลงานบำบัดแบบภาวนิยมของเขา (Binswanger Existential Analysis) และในเวลาต่อมา โปรชาสกา (Prochaska, 1979, p. 69) ได้กล่าวไว้ว่าบอส เป็นนักจิตวิทยาอีกท่านหนึ่งที่ประสานแนวความคิดแบบภาวนิยมของไฮเดกการ์ดเข้ากับวิธีการบำบัด ของเขา

นอกจากนี้ยังมีนักจิตวิทยาอีกหลายท่าน อาทิเช่น

แฟรงเคิล (Frankl, 1967, p. 240) เป็นนักภาวนิยมที่นำปรัชญาแนวภาวนิยม ในด้านที่ เกี่ยวกับอิสระ ความรับผิดชอบ ความหมายและการค้นหาคุณค่า แฟรงเคิลได้พัฒนาระบบบำบัด ของเขาที่ เรียกว่า การบำบัดแบบโลโก้ (Logotherapy) ถึงแม้ว่าการบำบัดแบบโลโก้แตกต่างจาก แนวบำบัดแบบภาวนิยมทั่วไปตรงที่การบำบัดแบบโลโก้มีระบบและเทคนิคในการบำบัดของตนเอง

ยาลอม (Yalom, 1989, pp. 142-150) เป็นนักทฤษฎีที่มีส่วนช่วยเหลือวงการจิตวิทยาทั้งในยุโรปและอเมริกา โดยพัฒนาแนวความคิดแบบทฤษฎีและการนำไปใช้ รวมทั้งนำแนวความคิดแบบทฤษฎีเข้าสู่การบำบัดของเขา โดยสามารถศึกษาผลงานของเขาได้จากหนังสือจิตวิทยาทฤษฎี (Existential Psychotherapy)

นอกจากนักทฤษฎีที่นำแนวความคิดแบบทฤษฎีเข้าสู่ระบบบำบัด ดังกล่าวข้างต้น ยังมีนักทฤษฎีที่เป็นที่รู้จัก และความคิดของท่านมีอิทธิพลต่อนักทฤษฎีและต่อการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีในเวลาต่อมา อาทิเช่น จีน พอล ซาร์ต (Jean Paul Sartre) กาเบรียล มาเซล (Gabriel Marcel) อัลเบิร์ต คาร์มัส (Albert Carmus) คาร์ล แจสเปอร์ (Karl Jaspers) มาร์ติน บูเบอร์ (Martin Buber) เป็นต้น

การให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีพัฒนามาจากแนวความคิดของนักปรัชญาทฤษฎีหลายคน โดยแนวความคิดของนักทฤษฎีนั้น ไม่ได้รวมกันเป็นทฤษฎีเพียงทฤษฎีเดียวหรือนำมาจากนักทฤษฎีคนใดคนหนึ่ง และนักทฤษฎีแต่ละท่านก็มีแนวความคิดและการบำบัดที่แตกต่างกัน และสอดคล้องกัน อย่างไรก็ตามในการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎี นักทฤษฎีแต่ละท่านจะให้ความสำคัญกับศักดิ์ศรีและคุณค่าของมนุษย์ เสรีภาพ การเลือก และความรับผิดชอบของแต่ละบุคคล

ธรรมชาติของมนุษย์

คอเรีย (Corey, 2001, p. 170) กล่าวว่านักทฤษฎี (Existentialist) เป็นกลุ่มนักจิตวิทยาที่มีแนวคิดเกี่ยวกับธรรมชาติของมนุษย์อยู่ในกลุ่มเดียวกับนักมนุษยนิยม (Humanism) นักทฤษฎีไม่เห็นด้วยกับการมองธรรมชาติของมนุษย์ ตามแบบกลุ่มจิตวิเคราะห์ โดยที่กลุ่มนี้จะมองว่า เสรีภาพของมนุษย์ถูกจำกัดหรือกำหนดโดยอิทธิพลของจิตใต้สำนึก แรงผลักดันตามธรรมชาติและเหตุการณ์ในอดีตนอกจากนี้นักทฤษฎียังไม่เห็นด้วย กับกลุ่มพฤติกรรมนิยม ที่มองว่าเสรีภาพของมนุษย์ถูกจำกัดหรือกำหนดโดยเงื่อนไขต่าง ๆ ทางสังคม การที่กลุ่มจิตวิเคราะห์ กลุ่มพฤติกรรมนิยม นักสังคมจิตวิทยาทั่วไประบุว่าบุคคลเป็นไปตามกรรมพันธุ์ ความกดดันของสิ่งแวดล้อม ลักษณะทางชีววิทยา สังคมและเศรษฐกิจ จิตสำนึกและจิตไร้สำนึก ซาร์ต นักทฤษฎีท่านหนึ่งกล่าวว่าการระบุดังกล่าวเป็นการพยายามที่จะลดความเป็นบุคคลของมนุษย์

ริกกีและเทเรส (Ricky & Therese, 1995, pp. 74-75) ได้รวบรวมผลงานของเมย์โดยกล่าวถึงลักษณะ 6 ประการ ที่เป็นธรรมชาติของมนุษย์ ตามแนวคิดของนักทฤษฎี ดังนี้

1. มนุษย์ เป็นสิ่งที่มีความสำคัญสำหรับตัวของพวกเขาเอง อาการทางประสาทเป็นวิธีหนึ่งที่บุคคลใช้ป้องกันความสำคัญหรือความคงอยู่ของตนเอง

2. มนุษย์ มีลักษณะเฉพาะของตนเองหรือความต้องการที่จะรักษาความสำคัญของพวก
เขาเอง และการรักษาความสำคัญของตัวมนุษย์เองจะต้องมีอยู่ตลอด
 3. มนุษย์ ต้องมีความรับผิดชอบในการที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นซึ่งการมี
ปฏิสัมพันธ์ กับบุคคลอื่นจะนำไปสู่ความรู้สึกไม่แน่นอน
 4. มนุษย์ มีความสามารถในการที่จะเป็นผู้กระทำหรือเป็นผู้สังเกต เมื่อมนุษย์
จะต้องติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่น
 5. มนุษย์ มีลักษณะเฉพาะของการรับรู้ (Self-Consciousness) การรับรู้นี้หมายถึงการที่รับรู้
ถึงอันตรายและการคุกคามจากภายนอก และการที่มีความสามารถรับรู้ได้นี้จะทำให้บุคคล
รับประสบการณ์ในฐานะที่เป็นผู้กระทำ
 6. มนุษย์ มีลักษณะของความวิตกกังวล หมายถึง ความรู้สึกว่าจะต้องพยายามต่อต้านสิ่ง
ที่จะมาทำลายความดำรงอยู่ของตนเอง
- สำหรับธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวทฤษฎี แฟรงเคิล (Frankl, 1967, p. 25) ได้กล่าว
เพิ่มเติมจากแนวความคิดของเมย์ฮัก 1 ลักษณะ คือ แรงผลักดันอันดับแรกของชีวิตมนุษย์ คือ
การค้นหาคำหมายของบุคคล ซึ่งบุคคลแต่ละคนจะต้องมีลักษณะเฉพาะตนและแสวงหา
ความหมายในชีวิต
- ศรีเรือน แก้วกังวาล (Kawkungwal, n.d., pp. 49 – 50) นักทฤษฎีจะให้ความสำคัญกับ
ศักยภาพและคุณค่าของมนุษย์โดยกล่าวว่ามนุษย์ไม่ใช่วัตถุหรือเครื่องจักรหรือผลผลิตของ
กระบวนการใด ๆ มนุษย์แต่ละคนมีลักษณะเฉพาะของตน ดำรงชีวิตอยู่อย่างมีศักดิ์ศรี และมี
เกียรติยศ มนุษย์อาจต้องยอมรับอิทธิพลต่าง ๆ ภายนอกหรือข้อจำกัดในชีวิต แต่สิ่งเหล่านี้
นักทฤษฎีเห็นว่า เป็นเพียงข้อจำกัดที่มนุษย์ต้องรับรู้ แต่ไม่ใช่สิ่งที่กำหนดความเป็นไปของมนุษย์
- ทัศนาศา บุญทอง (2525, หน้า 27 – 28) ได้กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ว่า องค์ประกอบ
สำคัญของมนุษย์มี 3 ประการด้วยกัน คือ เสรีภาพ การตัดสินใจหรือการเลือก และความรับผิดชอบ
ดังนี้

1. เสรีภาพ เป็นธาตุแท้ของมนุษย์ หรือมนุษย์คือเสรีภาพ เพราะมนุษย์กับเสรีภาพแยก
จากกันไม่ได้ มนุษย์เกิดมาพร้อมความว่างเปล่าปราศจากพันธุนาการ ไม่มีวิถีใด ๆ มากำหนด
มนุษย์ มนุษย์จะเป็นในสิ่งที่เขาทำ มนุษย์สามารถตั้งต้นชีวิตได้เอง ไม่มีเกณฑ์ใด ๆ จะตัดสินว่า
อะไรคือความดี ความชั่ว อะไรถูก อะไรผิด อะไรควรทำ อะไรไม่ควรทำ เพราะสิ่งต่าง ๆ มนุษย์เป็น
ผู้ให้ความหมายแก่สิ่งเหล่านี้

2. มนุษย์มีเสรีภาพในการเลือกการกระทำของตนเองและการลงมือกระทำจะเป็นจุดเริ่มต้นไปสู่พันธะ พันธะคือการนำตัวเราเข้าไปผูกพันกับสิ่งที่เราเลือก โดยเชื่อเอาว่าเป็นสิ่งที่ถูกต้องสำหรับเรา

3. พันธะที่เกิดขึ้นจากเสรีภาพและการเลือกนั้น ก็คือความรับผิดชอบ นั่นคือเสรีภาพทำให้เกิดความรับผิดชอบ เมื่อมนุษย์มีเสรีภาพเต็มที่ในการเลือก มนุษย์จะต้องมีความรับผิดชอบอย่างเต็มที่ด้วยในทุกสิ่งที่ได้เลือกกระทำลงไป

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529, หน้า 133) กล่าวถึงธรรมชาติของมนุษย์ตามแนวทฤษฎีดังนี้

1. มนุษย์มีค่า มีเอกลักษณ์ส่วนตัว เป็นภาวะที่มีอยู่ สามารถติดต่อสัมพันธ์กับบุคคลอื่นได้ มนุษย์มีอิสระ มนุษย์จะเป็นอย่างไรนั้นขึ้นกับการที่เขากำหนดตัวเขาเองอีกทั้งสามารถรู้และรับผิดชอบต่อความมีอยู่ของตัวเอง

2. มนุษย์มิใช่ตัวตนคงที่ แต่อยู่ในสภาวะที่เปลี่ยนแปลงเคลื่อนย้าย และมีวิวัฒนาการอยู่ตลอดเวลา

3. มนุษย์จะแสวงหาความหมายของชีวิต

กล่าวโดยสรุป นักทฤษฎีเห็นว่ามนุษย์แต่ละคนมีลักษณะเฉพาะของตนเอง แต่ละคนมีคุณค่า มีศักยภาพในการดำรงอยู่ของตนเอง สามารถค้นหาความหมายให้กับชีวิตของตนเองได้ โดยมนุษย์มีเสรีภาพในการเลือกที่จะเป็นหรือไม่เป็น ทำหรือไม่ทำสิ่งต่าง ๆ ในสภาพแวดล้อมหนึ่ง ๆ ดังนั้น มนุษย์จะต้องมีความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจ การเลือก และต่อการดำรงชีวิตของตน เพราะว่า มนุษย์มีลักษณะเฉพาะเป็นของตนเอง ดังนั้นการที่จะทำความเข้าใจกับมนุษย์ ต้องทำความเข้าใจกับสิ่งที่มนุษย์แต่ละคนรับรู้และแปลความหมาย

นักทฤษฎี กล่าวว่า การดำรงชีวิตของบุคคลจะมีความสัมพันธ์กันของโลกทั้ง 3 ระดับพร้อม ๆ กันคือ โลกชีวะ (Umwelt) ซึ่งเป็นส่วนที่บุคคลปราศจากการรู้ตัว โลกสังคม (Mitwelt) ซึ่งหมายถึง การที่บุคคลมีความสัมพันธ์กับคนอื่น และโลกตน (Eigenwelt) ซึ่งหมายถึง การมีเอกลักษณ์แห่งตน โสริย์ โพธิ์แก้ว (2536, หน้า 79) ได้อธิบายความสัมพันธ์ของโลกทั้ง 3 ระดับเพิ่มเติม ดังนี้

1. โลกชีวะ หมายถึง ตัวเรา ซึ่งสัมพันธ์กับความต้องการด้านร่างกาย เรียกว่าเป็นความสัมพันธ์กับธรรมชาติ (Being in Nature) ความสัมพันธ์ในระดับนี้จะรวมถึงความสัมพันธ์กับแรงผลักดันตามธรรมชาติ ลักษณะทางชีววิทยา และสิ่งต่าง ๆ ที่มีอยู่ในธรรมชาติโดยในสถานการณ์เช่นเดียวกัน หรือในสิ่งเดียวกัน บุคคลแต่ละคนจะรับรู้และแปลความหมายแตกต่างกันได้ เช่นเมื่อให้บุคคลนึกถึงหาดทรายและทะเล บุคคลหนึ่งอาจจะรู้สึกกลัวเพราะนึกไปถึงว่าอาจจะ

ฉลามรออยู่และพร้อมที่จะเข้าทำร้ายคน ในขณะที่บุคคลอีกผู้หนึ่งอาจจะรู้สึกสับสนและอยากที่จะไปว่ายน้ำเล่น นักทฤษฎีนิยมเชื่อว่าบุคคลจะมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อธรรมชาติ ตามขอบเขตการรับรู้ของตนคนเดียว โดยเฉพาะไม่เกี่ยวกับจิตสำนึกและประสบการณ์ในอดีต

2. โลกสังคม คือ โลกของบุคคล ซึ่งเกี่ยวข้องกับโลกของสังคม เป็นความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น (Being with Others) ในระดับความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น บุคคลแต่ละคนก็จะรับรู้และแปลความหมายได้แตกต่างกัน เช่น ในการอยู่ร่วมกันกับบุคคลอื่น บุคคลอาจจะคาดการณ์ล่วงหน้าว่าบุคคลอื่น ๆ จะคิด รู้สึก ประเมิน หรือมองตัวเราอย่างไร ผลของการคาดการณ์นี้ก็จะมีส่วนต่อการตอบสนองของบุคคลแตกต่างกัน โดยบุคคลอาจจะรู้สึกกังวล กลัว จนทำให้ต้องแยกตัวออกมาจากบุคคลอื่น ๆ หรือมีความวิตกกังวลจากการคาดการณ์นี้ อาจจะทำให้บุคคลเพียงเพิ่มความระมัดระวังในการกระทำของตนเองเท่านั้น อย่างไรก็ตามในความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น อาจจะมีเฉพาะในบางเวลา กับเฉพาะบุคคล ที่เราสามารถที่จะกระทำและเป็นอย่างที่เราเป็น ไม่ว่าจะเหมาะสมหรือไม่ โดยไม่คำนึงว่าบุคคลที่เราสัมพันธ์ด้วยจะรู้สึกอย่างไร

3. โลกตน หมายถึง โลกของตนเอง (Own-World) หรือเป็นโลกของความคิด (Thought World) เป็นส่วนที่บุคคลรับรู้ โลกและนำมาประเมิน ตัดสินการดำรงอยู่ของตนเอง ซึ่งจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล เช่นการที่บุคคลรับรู้ว่าชีวิตตนเองมีแต่ความเจ็บปวดตลอดเวลา บางคนอาจจะเลือกที่จะไม่คิดถึงความรู้สึกเหล่านี้ หรือบางคนอาจจะคิดเฉพาะเวลาที่ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ เช่นเวลาดื่มสุรา ในขณะที่บางคนอาจจะเลือกที่จะหมกมุ่นอยู่กับความรู้สึกเจ็บปวดนั้นตลอดเวลา ซึ่งทำให้ยากที่จะมีความสัมพันธ์กับผู้อื่นและกับธรรมชาติได้

นักทฤษฎีนิยม กล่าวว่า ความสัมพันธ์กันของโลกทั้ง 3 ระดับนี้ ทั้งหมดจะถูกรวบรวม ประเมิน ตัดสินและสะท้อนออกมากลายเป็นตัวตนของเขาเอง (Being-for – One –Self) ซึ่งจะมีผลต่อวิธีการดำเนินชีวิตของเขา

สาเหตุของปัญหาของมนุษย์

นักทฤษฎีนิยมเชื่อว่าจากธรรมชาติและความสัมพันธ์กับโลกทั้ง 3 ระดับของมนุษย์ จะเห็นได้ว่าถึงแม้โดยทั่วไปมนุษย์จะมีธรรมชาติที่เหมือนกัน แต่บุคคลจะมีความสัมพันธ์กับสถานการณ์และสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตตามการรับรู้และแปลความหมายของเฉพาะแต่ละคน การตอบสนองหรือวิธีดำเนินการดำเนินชีวิตก็จะเป็นไปตามที่บุคคลรับรู้และแปลความหมาย

ในการดำรงชีวิตนั้น นักทฤษฎีนิยมให้ความสำคัญกับ การดำรงชีวิตที่เป็นตนเองอย่างแท้จริง (Authentic Existence) โดยคอเรย์ (Corey, 2001, p. 174) ได้กล่าวไว้ว่าการดำรงชีวิตอย่างแท้จริงคือการที่บุคคลมีปฏิกิริยาและการแสดงออกตามแบบที่บุคคลนั้นเป็นอย่างซื่อสัตย์ต่อธรรมชาติ ผู้อื่น และต่อตนเอง โดยบุคคลจะไม่ปิดบังตนเองและไม่หลีกเลี่ยงการตัดสินใจในแต่ละสถานการณ์ และ

มีความรับผิดชอบต่อการตัดสินใจของตนเอง นอกจากนี้บุคคลจะรับรู้และสามารถยอมรับข้อจำกัดต่าง ๆ ของเขา โดยดำเนินชีวิตตามการประเมินของตนเอง ว่าอะไรที่มีคุณค่าสำหรับตน

กล่าวโดยสรุป ปัญหาของมนุษย์เกิดขึ้นจากการที่มนุษย์ขาดการตระหนักในตนเอง รู้สึกว่าตนขาดเสรีภาพในการทำสิ่งต่าง ๆ ตามความต้องการ เนื่องจากตนถูกจำกัดจากสภาพของสิ่งแวดล้อมและบุคคลอื่น เป็นผลให้มนุษย์ดำเนินชีวิตแบบอยู่ไปวัน ๆ ไร้จุดหมายในชีวิต รู้สึกไม่มีความหมายในการดำรงอยู่ ขาดความรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเอง รู้สึกว่าล้มเหลวขาดความมั่นคงในชีวิต นำไปสู่การไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับตนเองกับผู้อื่นและสิ่งแวดล้อม ตลอดจนไม่สามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ

ทัศนคติที่นำเข้าสู่การให้คำปรึกษา

จะเห็นว่า นักทฤษฎี มองว่า ปัญหาของมนุษย์เกิดจากการที่มนุษย์ไม่สามารถใช้เสรีภาพที่ตนมีอยู่อย่างเต็มที่ ไม่ตระหนักในคุณค่าและการมีอยู่ของตนรวมทั้งหลีกเลี่ยงการรับผิดชอบต่อตนเองและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตน ปัญหาเหล่านี้ทำให้มนุษย์ดำเนินชีวิตด้วยความรู้สึกสิ้นหวัง ท้อแท้และไม่เห็นคุณค่าในตนเอง ดังนั้นการช่วยเหลือในการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีจึงเป็นการช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักถึงคุณค่าและการมีอยู่ของตนเองในปัจจุบัน สามารถใช้เสรีภาพและความรับผิดชอบต่อตนเองอย่างเต็มที่ ทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้พัฒนาศักยภาพที่มีอยู่ของตน

ในกระบวนการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีนั้น มิลเลียน (Million, 1967, p. 245) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีไม่มีระบบของการบำบัด และกลุ่มของเทคนิคใหม่ แต่เป็นการให้คำปรึกษาที่เกี่ยวข้องกับการทำความเข้าใจกับการดำรงอยู่และประสบการณ์ของมนุษย์และเป็นการนำทัศนคติไปสู่การให้คำปรึกษา

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารที่เกี่ยวข้องกับการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎี พบว่าทัศนคติหลักที่นำเข้าสู่การให้คำปรึกษาคือการทำให้ผู้รับการปรึกษาได้ทำความเข้าใจเกี่ยวกับเงื่อนไขในการดำรงอยู่ของมนุษย์ 6 ด้าน ดังนี้

1. ศักยภาพที่จะตระหนักในตนเอง Capacity for Self Awareness
2. อิสระและความรับผิดชอบ Freedom and Responsibility
3. การค้นพบเอกลักษณ์ของตนและการสร้างสัมพันธภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น
Discovering One's Identity and Establishing Meaningful Relationships with Others
4. การค้นหาความหมาย จุดหมาย ค่านิยมและเป้าหมาย The Search for Meaning, Purpose, Values and Goals
5. ความวิตกกังวลซึ่งเหมือนเงื่อนไขการดำรงชีวิต Anxiety as a Condition of Living

6. การตระหนักถึงความตายและความไม่มีอยู่ Awareness of Death and Nonbeing ศักยภาพที่จะตระหนักในตนเอง (Capacity for Self Awareness)

คอเรย์ (Corey, 2000, pp. 173-238) นักทฤษฎีนิยม จะเน้นถึงความสำคัญของการตระหนักในตนเอง (self Awareness) เพราะศักยภาพในการตระหนักในตนเองของมนุษย์ เป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์แตกต่างจากสิ่งมีชีวิตอื่นและเมื่อมนุษย์มีความสามารถในการตระหนักในตนเอง มนุษย์จึงต้องรับผิดชอบต่อชีวิตตน โดยนักทฤษฎีนิยมเชื่อว่า ถึงแม้ว่าบุคคลจะถูกจำกัดจากอิทธิพลต่าง ๆ ของเงื่อนไขทางสังคมและถูกจำกัดด้วยปัจจัยทางพันธุกรรม บุคคลยังคงสามารถหาสิ่งที่ดีที่สุดให้กับตนเอง ภายใต้ปัจจัยต่าง ๆ ที่จำกัดเหล่านั้น โดยใช้ศักยภาพที่จะตระหนักในตนเองของบุคคล และการตระหนักในตนเอง คือการรับรู้เกี่ยวกับตนเองหรือสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเองโดยการเพิ่มศักยภาพในการตระหนักในตนเอง หมายถึงการเพิ่มการรับรู้ในทางเลือกต่าง ๆ แรงจูงใจ และปัจจัยที่มีอิทธิพลของแต่ละบุคคล รวมทั้งเป้าหมายของบุคคล การเพิ่มศักยภาพในการตระหนักในตนเองนั้น จะทำให้บุคคลสามารถตอบโต้และสร้างทางเลือกได้อย่างอิสระ นำไปสู่การดำรงชีวิตอย่างสมบูรณ์ ในการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีนิยมจะมุ่งให้ผู้รับคำปรึกษาเกิดความตระหนักในสิ่งเหล่านี้

1. บุคคลจะตระหนักว่า เมื่อบุคคลเลือกเพื่อตัวเอง เขาอาจจะเกิดความรู้สึกวิตกกังวล และอาจจะเกิดความรู้สึกที่ไม่มั่นคงได้

2. บุคคลจะตระหนักว่าหากพวกเขายึดเหนี่ยวในเอกลักษณ์ที่กำหนดจากคนอื่น นั่นคือ บุคคลกำลังพยายามค้นหาการยอมรับและยืนยันการดำรงอยู่ของตนจากคนอื่นหรือสิ่งอื่นแทนที่จะให้เป็นตัวของตัวเองที่จะยืนยันในการดำรงอยู่ของตน

3. บุคคลจะตระหนักว่าการรับรู้และการตัดสินใจในอดีตของเขาเองมีผลให้เกิดเหตุการณ์ที่ทำให้เขารู้สึกว่าเขาเป็นเหมือนนักโทษ ในการให้คำปรึกษาบุคคลจะรับรู้ว่าเขาเป็นบุคคลที่มีเสรีภาพและสามารถตัดสินใจใหม่ได้

4. บุคคลจะตระหนักว่า ถึงแม้เขาจะไม่สามารถเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์บางอย่างในชีวิตของเขาได้ แต่เขาสามารถเปลี่ยนการมอง การรับรู้และการตอบสนองต่อเหตุการณ์เหล่านั้นได้

5. บุคคลจะได้เรียนรู้ว่าพวกเขาจะไม่ถูกดำเนินในอนาคตร้ายย่ำแย่ ถ้าพวกเขาสามารถเรียนรู้จากอดีตของเขาและปรับปรุงอนาคตใหม่

6. บุคคลจะตระหนักว่า เพราะว่าพวกเขาหมกมุ่นอยู่กับการสิ้นหวัง ทำให้พวกเขาขาดโอกาสที่จะชื่นชมการมีชีวิตของพวกเขาเอง

7. บุคคลจะยอมรับข้อจำกัดของตนเองและยังคงมีความรู้สึกมีคุณค่า โดยตระหนักว่าพวกเขาไม่จำเป็นต้องสมบูรณ์แบบจึงจะรู้สึกว่ามีคุณค่า

8. บุคคลจะสามารถรู้ว่าพวกเขาล้มเหลวในการมีชีวิตในปัจจุบันนี้ เพราะพวกเขาหมกมุ่นอยู่กับอดีต และวางแผนในอนาคตหรือพยายามทำสิ่งต่าง ๆ ที่มากเกินไปในเวลาเดียวกัน

จะเห็นว่าทัศนคตินี้ของนักภวนิยม มองว่าบุคคลมีความสามารถที่จะรับรู้เกี่ยวกับตนเอง และสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง ดังนั้นบุคคลจึงสามารถกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่ตนต้องการภายใต้เงื่อนไขที่มีอยู่ การช่วยให้บุคคลเกิดความตระหนักในตนเองเป็นการเพิ่มความสามารถในการรับรู้ของบุคคล ทำให้บุคคลมีความเข้าใจในตนเอง และสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับตนเพิ่มขึ้น สามารถจัดการกับปัญหาของตนได้ดีขึ้น และนำไปสู่การเห็นคุณค่าของตนและการกระทำของตนได้ในภายหลัง

ในกระบวนการให้คำปรึกษา การช่วยให้หญิงบริการทางเพศเกิดความตระหนักในตนเองคือการช่วยให้หญิงบริการทางเพศได้รู้จักและทำความเข้าใจกับตนเองอย่างที่เป็นอยู่ในขณะนี้ อย่างแท้จริง การเพิ่มการตระหนักในตนเองจะนำไปสู่การยอมรับตนเอง เข้าใจความต้องการของตนเอง สามารถเลือกวิถีหรือแนวทางต่าง ๆ สำหรับการดำรงชีวิตของตนเองได้อย่างเต็มที่เท่าที่ตนต้องการ หญิงบริการทางเพศจะได้พัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างสูงสุดในขอบเขตของการเป็นไปได้อย่างไม่จำกัด

เสรีภาพและความรับผิดชอบ (Freedom and Responsibility)

นักภวนิยม จะให้ความสำคัญกับเสรีภาพในการเลือกของมนุษย์ แฟรงเคิล (Frankl, 1967, p. 60) กล่าวว่า ถึงแม้บุคคลไม่สามารถเป็นอิสระอย่างสมบูรณ์จากเงื่อนไขต่าง ๆ ที่ผูกมัดทั้งปัจจัยทางชีวภาพ ปัจจัยทางด้านจิตใจและปัจจัยทางสังคม เช่นสิ่งแวดล้อมทางสังคมต่าง ๆ กรรมพันธุ์ หรือแรงขับตามสัญชาตญาณ ปัจจัยต่าง ๆ เหล่านี้อาจจำกัดขอบเขตเสรีภาพของบุคคล แต่ไม่สามารถลดศักยภาพของความเป็นมนุษย์ลงไป แฟรงเคิลเชื่อว่า บุคคลยังคงมีเสรีภาพในการตัดสินใจเลือกในทุก ๆ สถานการณ์ จากคำกล่าวของแฟรงเคิลที่ว่า “เงื่อนไขต่าง ๆ ที่มี ไม่ได้กำหนดเรา แต่เราเป็นผู้กำหนดเองว่า เราจะยอมรับมันหรือว่าจะอดทนต่อสู้กับเงื่อนไขต่าง ๆ ที่มีอยู่”

วาร์นอค (Warnock, 1977, p. 72) กล่าวว่าบุคคลที่หลีกเลี่ยงความจริงของตนเอง โดยกล่าวคำหาสิ่งแวดล้อม นักภวนิยมเห็นว่า เป็นความเชื่อที่ผิด (Bad Faith) ชาร์ต กล่าวว่าเป็นการไม่ยอมรับรับผิดชอบชีวิตของเขา การกระทำ และความผิดพลาดจากการกระทำของเขาเอง โดยเขาขออนุญาตให้บุคคลอื่นมากำหนดหรือเลือกสิ่งต่าง ๆ ให้เขา หรือยอมให้ชีวิตของเขาเป็นไปตามแรงผลักดันภายนอก ซึ่งเป็นการดำรงชีวิตที่ไม่แท้จริง (Inauthentic Existence) นักภวนิยมมองว่า สิ่งที่อยู่รอบตัวของบุคคลเป็นเพียงสิ่งแวดล้อม ซึ่งบุคคลมีเสรีภาพที่จะเลือกกระทำสิ่งต่าง ๆ ต่อสิ่งแวดล้อมด้วยเหตุผลของตนเองได้ และเหตุผลในการเลือกของบุคคล คือเลือกในสิ่งที่บุคคลเห็นว่ามีความสำคัญสำหรับเขา

โปรชาร์ตกา (Prochaska, 1979, p. 72) กล่าวว่า ทางเลือกที่ดีที่สุดในแนวความคิดของนักทฤษฎีนิยมไม่จำเป็นจะต้องเลือกจากสิ่งที่ให้แรงเสริมสูงสุดและลงโทษน้อยที่สุดตามแนวความคิดของนักพฤติกรรมนิยม หรือไม่จำเป็นจะต้องเลือกจากการปรับตัวตามสัญชาตญาณภายในความต้องการ ดังเช่นแนวความคิดของกลุ่มนักจิตวิเคราะห์ แต่การเลือกที่ดีที่สุดในแนวความคิดของนักทฤษฎีนิยม คือการเลือกที่เป็นตามแบบของตนเองอย่างแท้จริง (Be Authentic) เพราะเป็นการดำรงชีวิตที่บุคคลตัดสินใจที่จะมองโลกตามที่เป็นจริง ไม่หลีกเลี่ยงหรือปิดบังตนเองจากสิ่งแวดล้อมนำมาสู่การเปิดเผยตนต่อธรรมชาติ ต่อบุคคลอื่น และต่อตนเอง

อย่างไรก็ตาม ถึงแม้ว่าบุคคลจะมีเสรีภาพในการเลือก แต่การตัดสินใจนั้นจะต้องดำรงคุณค่า และมีความเหมาะสม บุคคลจะต้องตระหนักต่อความรับผิดชอบของตน โดยเสรีภาพและความรับผิดชอบจะต้องมีขึ้นพร้อม ๆ กัน เพราะเสรีภาพนั้นเป็นเงาของความรับผิดชอบและเนื่องจากบุคคลมีเสรีภาพที่จะเลือกสิ่งต่าง ๆ ดังนั้นบุคคลจึงเป็นผู้ที่มีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตของตนเอง โดยรัสเซล (Russel, 1978, p. 85) นักทฤษฎีนิยมนักหนึ่งกล่าวว่าบุคคลเปรียบเสมือนผู้ประพันธ์บทชีวิตของตัวเอง เป็นทั้งผู้สร้างชีวิตและปัญหาของตัวเอง

แอนโทนอฟสกี (Antonovsky, 1982, p. 189) กล่าวว่าทัศนคตินี้ นักทฤษฎีนิยมนำถึงความสำคัญของการใช้เสรีภาพในการเลือกและการตัดสินใจอย่างเต็มที่ของบุคคลที่มีต่อสถานการณ์ต่าง ๆ นอกจากนี้ยังเห็นว่า บุคคลต้องมีความรับผิดชอบการกระทำและสิ่งที่เกิดขึ้นกับตน ดังนั้นการให้คำปรึกษาจะช่วยให้บุคคลเรียนรู้ที่จะตัดสินใจในผลที่เกิดขึ้นกับตนจะเป็นแหล่งประโยชน์ที่ช่วยส่งเสริมความเข้มแข็งในการมองโลกได้และส่งผลให้เกิดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองตามมาในภายหลัง

ในกระบวนการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้หญิงบริการทางเพศได้ตระหนักถึงเสรีภาพของตัวเอง ในการที่จะเลือกกระทำเพื่อตัวเอง ภายใต้ข้อจำกัดของตนเอง โดยการเลือกนั้นจะเน้นที่การเลือกโดยผ่านการไตร่ตรองถึงผลที่จะตามมา ในการให้คำปรึกษาหญิงบริการทางเพศจะต้องเผชิญกับการตัดสินใจว่าเราต้องการอะไร เราจะเป็นอะไร และเราจะทำอย่างไรกับสิ่งที่เกิดขึ้นกับเรา ให้หญิงบริการทางเพศพิจารณาทางเลือกที่ต้องการ และผลที่จะตามมาจากทางเลือกนั้น ๆ โดยผู้ให้คำปรึกษาจะต้องทำความเข้าใจทุก ๆ การเลือกของหญิงบริการทางเพศ เพื่อให้หญิงบริการทางเพศได้เข้าใจและมองเห็นผลที่เกิดจากการเลือกพร้อมที่จะเผชิญ และรับผิดชอบต่อผลนั้น ๆ

การค้นพบเอกลักษณ์ของตนและการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีความหมายกับบุคคลอื่น

(Discovering One's Identity and Establishing Meaningful Relationship with Others)

ทัศนคตินี้ กล่าวถึง ความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์ของตนเองและการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีคุณค่ากับบุคคลอื่น โดยในการสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีคุณค่ากับบุคคลอื่นนั้น นักทฤษฎีเห็นว่า บุคคลจะต้องรู้จักตนเอง และให้ความสำคัญตนเองเท่า ๆ กับให้ความสำคัญในการสร้างสัมพันธ์ภาพกับบุคคลอื่น การที่บุคคลจะรู้จักตนเองนั้นบุคคลจะต้องค้นหาและสร้างเอกลักษณ์เฉพาะตนขึ้น ซึ่งกระบวนการในการค้นหานี้ ไม่ได้เกิดขึ้นได้เอง บุคคลจะต้องใช้ความกล้าที่จะเป็น (Courage to be) พอล (Paul, 1988, p. 257) กล่าวว่า ความกล้าที่จะเป็น คือการที่บุคคลกล้าที่จะดำรงชีวิตจากความคิดและความรู้สึกภายในตนเอง หากบุคคลกล้าที่จะเป็น จะทำให้บุคคลสามารถอยู่เพียงลำพังได้ เมื่อบุคคลรู้สึกว่าตนต้องอยู่คนเดียว บุคคลจะต้องเรียนรู้การอยู่ด้วยตนเอง สามารถตัดสินใจได้ว่าเขาจะอยู่อย่างไร นักทฤษฎีเชื่อว่าก่อนที่จะสามารถสร้างสัมพันธ์ภาพที่มีคุณค่าและมั่นคงกับบุคคลอื่นได้นั้น บุคคลต้องเรียนรู้ที่จะรู้จักตนเอง และสามารถมีชีวิตอยู่ได้ด้วยตนเองเพียงลำพังได้

คอเรีย (Corey, 2001, pp. 79-89) กล่าวว่า การที่บุคคลรู้สึกสูญเสียความเป็นตนเองหรือรู้สึกว่าตนเป็นคนแปลกหน้าสำหรับตัวเอง เนื่องจากบุคคลเหล่านี้ไม่ได้ดำรงชีวิตด้วยการใช้ความรู้สึกภายในตนเอง โดยบุคคลดำรงชีวิตอยู่ตามความคาดหวังของผู้อื่น หรือดำรงชีวิตตามที่ผู้อื่นกำหนดให้ นอกจากนี้บุคคลเหล่านี้จะพยายามค้นหาคำตอบ ค่านิยมและความเชื่อ จากผู้ที่เขาคิดว่าสำคัญในโลกของเขา มากกว่าที่จะเป็นศรัทธาในตัวเอง และค้นหาคำตอบเกี่ยวกับความขัดแย้งในชีวิตจากความรู้สึกภายในตัวเองเป็นผลให้บุคคลรู้สึกว่าตนพยายามสร้างความพอใจให้บุคคลอื่นและให้บุคคลอื่นยอมรับสุดท้ายบุคคลเหล่านี้จะไม่สามารถดำรงชีวิตอย่างที่ตนเองต้องการอย่างแท้จริง (Inauthentic Existence) กลายเป็นการดำเนินชีวิตตามที่ผู้อื่นคาดหวังให้เป็น

การค้นหาคำหมาย (Search for Meaning)

แฟรงเคิล (Frankl, 1970, p. 172) ได้เน้นว่า โลกของมนุษย์คือโลกของคำหมาย แรงจูงใจอันดับแรกของมนุษย์ไม่ใช่ต้องการความพอใจ หรือต้องการพลังอำนาจแต่เป็นการต้องการคำหมาย การต้องการคำหมายนั้น เป็นการแสดงให้เห็นถึงความเป็นมนุษย์อย่างที่สุด เพราะสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ ไม่เคยวิตกกังวลเกี่ยวกับคำหมายของการดำรงอยู่ แฟรงเคิลเน้นว่ามนุษย์พร้อมที่จะเผชิญกับความยากลำบากต่าง ๆ ทุกรูปแบบที่มนุษย์มองเห็นคำหมายในสิ่งนั้น เพราะฉะนั้นเมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ยากลำบาก นักทฤษฎีจะมองเห็นความสวยงาม โอกาส และทางเลือก ในทางตรงกันข้าม บุคคลที่มีความรู้สึกว่าจะไร้คำหมาย (Meaninglessness) มักถามตนเองว่า อะไรคือคำหมายของชีวิต ฉันสามารถทำอะไรที่แตกต่างไปจากนี้ อะไรคือจุดประสงค์

ของการดิ้นรน คาปูซซีและกรอส (Capuzzi & Gross, 1995, p. 217) กล่าวว่าความรู้สึกไร้ความหมายในชีวิตจะนำไปสู่ ภาวะที่แฟรงเคิลเรียกว่า ความรู้สึกว่างเปล่าในการดำรงชีวิต (Existential Vacuum) บุคคลที่อยู่ในภาวะเช่นนี้ จะรู้สึกว่างเปล่าในตัวเองมีแต่ความว่างเปล่า ไม่มีแก่นสารในชีวิต สูญเสียความสนใจและขาดความริเริ่มในการหาทางช่วยเหลือตนเอง

กล่าวโดยสรุป นักทฤษฎีเชื่อว่าชีวิตมนุษย์นั้นต้องการมีความรู้สึกที่มีความหมายในตนเอง ถึงแม้ในสถานการณ์ที่เป็นทุกข์ หากมนุษย์ค้นพบความหมายในตนเองและในสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ก็จะทำให้มนุษย์สามารถเผชิญกับความทุกข์ที่เกิดขึ้นได้ จะเห็นว่าทัศนคติการค้นหาความหมายนี้เป็นแรงจูงใจให้บุคคลเผชิญกับปัญหาโดยไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคง่าย ๆ เนื่องจากบุคคลจะเห็นคุณค่าในการกระทำของตนเองและรับรู้ว่าอุปสรรคนั้นเป็นสิ่งที่มีความหมายที่จะเผชิญ ในกระบวนการให้คำปรึกษาจะช่วยให้หญิงบริการทางเพศรู้สึกถึงความหมายในชีวิต โดยหญิงบริการทางเพศถามตนเอง เกี่ยวกับสิ่งที่มีคุณค่าในชีวิตของตน เกี่ยวกับเป้าหมายที่ต้องการในชีวิตของตนเอง ตระหนักถึงความสำคัญของการกระทำของตนเองในขณะนี้ มีความกระตือรือร้นในการดำรงชีวิต สร้างกำลังใจ คิดและมองสิ่งที่เกิดขึ้นในแง่บวก

ความวิตกกังวลเป็นเสมือนเงื่อนไขในการดำรงชีวิต

คอเรย์ (Corey, 2000, p. 244) ได้ให้ความสำคัญกับความวิตกกังวลตามปกติ โดยเห็นว่าความวิตกกังวลไม่มากจนเกินไปจะเป็นแรงจูงใจให้บุคคลเกิดการเปลี่ยนแปลง ในทางตรงกันข้ามความวิตกกังวลที่มีมากจนเกินไป จะทำให้บุคคลรู้สึกเหนื่อยหน่าย เชื่อว่า ความวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อความเจริญงอกงามของมนุษย์ และเห็นว่าบุคคลมากมายมีความคิดสร้างสรรค์แต่ถูกปิดกั้นด้วยความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น ก่อนที่บุคคลนั้นจะรู้สึกถึงความคิดสร้างสรรค์ของตนเอง ดังนั้นเมื่อบุคคลเกิดความวิตกกังวล บุคคลจะต้องใช้เสรีภาพที่ตนมีอยู่ค้นหาในสิ่งที่ตนยังไม่รู้เพราะการที่บุคคลได้ทำในสิ่งที่ตนคาดการณผลได้ จะทำให้ความวิตกกังวลของบุคคลนั้นลดลง

ไอวี และคณะ (Ivey et al., 1987, p. 270) ได้กล่าวไว้ว่าการเลือกและตัดสินใจที่เป็นปัญหาของบุคคล ก่อให้เกิดความวิตกกังวลขึ้นได้ เช่นการที่บุคคลไม่ยอมรับทางเลือก และความเป็นไปได้ในทางอื่น ๆ ลักษณะเช่นนี้ นักทฤษฎีถือเป็นความล้มเหลวของการตัดสินใจในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ของบุคคล โปรชาสกา (Prochaska, 1979, p. 76) กล่าวว่าเมื่อบุคคลพยายามหลีกเลี่ยงที่จะเผชิญกับสิ่งที่บุคคลรู้สึกว่าคุกคามตนเอง เช่นหลีกเลี่ยงที่จะตัดสินใจเลือกอย่างเต็มที่ เป็นการหลีกเลี่ยงความวิตกกังวลตามปกติ การตอบสนองเช่นนี้เป็นผลเกิด ความวิตกกังวลที่ไม่ปกติ (Neurotic Anxiety) นักทฤษฎีกล่าวว่าความวิตกกังวลตามปกติ คือการตอบสนองอย่างแท้จริงต่อภาวะคุกคาม ในขณะที่ความวิตกกังวลที่ไม่ปกติคือการตอบสนองอย่างไม่เต็มที่

ต่อการดำรงอยู่ของมนุษย์ (Inauthentic Response to Being) และก่อให้เกิดพยาธิสภาพทางจิตใจได้ (Psychopathology) แชฟเฟอร์และกาลินสกี (Shaffer & Galinsky, 1989, pp. 92 – 93) กล่าวว่า ผลของการเกิดความวิตกกังวลที่ไม่ปกติอาจเกิดได้หลายแบบ แต่ในที่สุด ผลของมันจะนำไปสู่การทำให้ความรู้สึกความเป็นบุคคล (Subject) ลดลง และเพิ่มความรู้สึกของการเป็นผู้ถูกระทำ (Object) ความรู้สึกที่สามารถเกิดขึ้นได้ในชีวิตของบุคคล คล้ายกับความวิตกกังวล ก็คือความรู้สึกผิด (Guilt Feeling) ความรู้สึกผิดตามปกติ (Existential Guilt) เกิดจากที่บุคคลตระหนักว่าตนไม่ได้ใช้ศักยภาพที่มีอยู่ของตนอย่างแท้จริง เมื่อเกิดความรู้สึกผิด หากบุคคลพยายามหลีกเลี่ยงไม่เผชิญกับมัน ความรู้สึกผิดนี้จะกลายเป็นความรู้สึกผิดที่ไม่ปกติ บุคคลจะตำหนิตนเองสำหรับความล้มเหลว และนำไปสู่บทบาทของการเป็นผู้ถูกระทำ เช่นเดียวกับความรู้สึกวิตกกังวล ซึ่งประสบการณ์ที่บุคคลรู้สึกว่าเป็นผู้ถูกระทำ ทำให้บุคคลไม่สามารถวางแผนสร้างสิ่งที่มีคุณค่าให้กับตนเอง บุคคลจะรู้สึกว่าเป็นผู้ถูกระทำ ทำให้บุคคลไม่สามารถจัดระบบให้กับตนเองได้ รู้สึกว่าถูกลดความเป็นบุคคลของตน และรู้สึกว่าตนไร้ความหมายในที่สุด

จะเห็นว่า ในทัศนะของนักทฤษฎี ความวิตกกังวลหรือความรู้สึกผิดเป็นความรู้สึกที่สามารถเกิดขึ้นได้ในการดำรงชีวิต และไม่ใช่ว่าความรู้สึกที่ต้องหลีกเลี่ยง แต่บุคคลต้องใช้เสรีภาพที่ตนมีอยู่ตัดสินใจเลือกสิ่งที่มีคุณค่าของตนเอง ซุลลิแวน (Sullivan, 1993, p. 1775) เน้นว่าบุคคลจะต้องเรียนรู้ที่จะเผชิญกับความวิตกกังวล หรือ ความรู้สึกผิดตามปกติ โดยยอมรับว่า เป็นส่วนหนึ่งของการดำรงชีวิต ทัศนคตินี้จึงช่วยให้บุคคลปรับตัวและเผชิญกับความรู้สึกในทางลบที่เกิดขึ้นกับตนได้ดีขึ้น และช่วยให้บุคคลยอมรับสถานการณ์ตามความเป็นจริง ไม่หลีกเลี่ยงปัญหา ใช้วิธีแก้ปัญหาแบบเผชิญหน้าและสามารถเผชิญกับความกดดันต่าง ๆ ได้ดี

ในกระบวนการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้หญิงบริการทางเพศเรียนรู้และเข้าใจตนเอง สามารถหาทางเลือกและคาดการณ์ผลที่จะเกิดจากการเลือกได้ และผู้ให้คำปรึกษาจะให้หญิงบริการทางเพศได้ตระหนักถึงการมีชีวิตอยู่กับเวลาปัจจุบัน เพราะอดีตไม่สามารถแก้ไขได้ และอนาคตก็จะเป็นผลจากการกระทำในขณะนี้

การตระหนักถึงการไร้ความหมาย (Awareness of Nonbeing)

คูเบิล และรอสส์ (Kuble & Ross, 1975, p. 85) กล่าวว่า การเผชิญกับการไร้ความหมาย ด้วยการวิเคราะห์พิจารณาจะนำมาสู่การมีความหมาย บุคคลต้องยอมรับว่าการไร้ความหมายเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ การปฏิเสธการไร้ความหมายเป็นการแสดงว่าบุคคลนั้นรับผิดชอบต่อชีวิตของตนเองเพียงเล็กน้อย ดำเนินชีวิตอย่างว่างเปล่า ไม่มีจุดมุ่งหมายในชีวิต

คอเรย์ (Corey, 2000, p. 246) กล่าวว่านักทฤษฎีเห็นการไร้ความหมายเป็นสิ่งสำคัญในการค้นหาความหมายของชีวิต แต่ถ้าหากบุคคลยืนยันทว่าจะดำรงชีวิตและพยายามที่จะใช้ชีวิตในปัจจุบันให้เต็มที่เท่าที่จะเป็นไปได้ บุคคลนั้นก็จะไม่สนใจต่อการไร้ความหมายของชีวิต

คอเรย์ (Corey, 2000, p. 247) กล่าวว่าในการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีนั้น จะเน้นให้ผู้รับคำปรึกษาคำนึงถึงการดำรงชีวิตอย่างเต็มที่มากกว่าที่จะดำรงชีวิตเพียงผ่านไปวัน ๆ และยังช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักได้ว่าพวกเขาไม่ได้กำลังดำเนินชีวิตตามแบบที่ตนอยากเป็น และอาจบอกได้ว่าอะไรที่ทำให้ชีวิตของเขาไม่เป็นที่น่าพอใจ

ดังนั้นกระบวนการให้คำปรึกษาตามแนวทฤษฎีนี้จะช่วยให้หญิงบริการทางเพศ มีความรู้สึกในการมีคุณค่าในตนเองสูงขึ้นและช่วยให้มีความคิดและการกระทำในสิ่งที่ดี ๆ สูงขึ้น

กระบวนการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎี

จุดมุ่งหมาย

คอเรย์ (Corey, 2000, p. 237) ได้กล่าวว่าการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีนั้นจะมองว่าผู้รับคำปรึกษานั้นบกพร่องในการดำเนินบทบาทของตน หรือรู้สึกตัวตนเองไร้ค่า ไร้ความหมาย

ศรีเรือน แก้วกังวาล (Kawnkungwal, n.d., pp. 57-60) กล่าวถึงจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีว่า

1. เพื่อช่วยให้บุคคลมีความเข้มแข็งที่จะเผชิญทั้งด้านดีหรือด้านร้ายในชีวิต
2. ช่วยให้ผู้บุคคลได้ทำความเข้าใจและใช้เสรีภาพที่มีอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพพร้อมกับรับผิดชอบในสิ่งที่ตนเลือก

3. ช่วยให้ผู้บุคคลสร้างเสรีภาพทางจิตใจไม่ว่าจะอยู่ในสถานการณ์ที่รู้สึกทรมานและเจ็บปวด

4. ช่วยให้ผู้บุคคลได้ค้นหาและพบความหมายของการดำรงอยู่
5. ช่วยให้ผู้บุคคลพบความหมายที่อยู่เบื้องหลังความทุกข์ยาก
6. ช่วยให้ผู้บุคคลตระหนักถึงความเป็นบุคคลและรู้เอกลักษณ์เฉพาะตัวของตนเอง
7. ช่วยให้ผู้บุคคลมีชีวิตอยู่กับปัจจุบันของตน

นันทิกา เข้มสรวล (2523, หน้า 114) กล่าวว่าในการให้คำปรึกษาแบบทฤษฎีช่วยให้บุคคลมีชีวิตอยู่แท้จริงโดย

1. ให้ผู้รับคำปรึกษาอยู่อย่างมีความรู้สึกสำนึกตัวอย่างเต็มที่ในปัจจุบัน
2. ให้ผู้รับคำปรึกษาเลือกที่จะมีชีวิตอยู่อย่างไรในปัจจุบัน
3. ให้ผู้รับคำปรึกษารับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเองได้เลือกและสามารถเผชิญกับความวิตกกังวลในการเลือกเพื่อตนเอง

ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ (2529, หน้า 134) กล่าวว่าจุดมุ่งหมายในการบำบัดเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถรู้สึกรู้สีกภาวะชีวิตของเขาให้ได้อย่างสมบูรณ์และรู้ภาวะชีวิตที่เป็นจริง

สรุปได้ว่าจุดมุ่งหมายของการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม จะช่วยให้หญิงบริการทางเพศ ได้เข้าใจและรู้สึกถึงความเป็นคนของบุคคลและทราบถึงบุคคลมีเสรีภาพในการที่จะเลือกดำเนินชีวิต ปัจจุบันให้ดีที่สุดโดยไม่คำนึงถึงอดีต และตลอดจนตระหนักถึงคุณค่าของตนและคุณค่าในการกระทำของตน ซึ่งจะนำไปสู่ความมุ่งมั่นและกำลังใจ ที่จะดำเนินชีวิตตามแนวทางที่ตนเลือก

บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาแบบภวนิยม

คอเรีย (Corey, 2000, p. 236) กล่าวว่าพื้นฐานของผู้ให้คำปรึกษา คือกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาพิจารณาว่าอะไรเป็นสิ่งสำคัญที่สุด ที่จะทำให้สามารถดำเนินชีวิต ไปตามที่ต้องการ ผู้ให้คำปรึกษาเชื่อมั่นศักยภาพของมนุษย์ว่าจะเลือกทางที่ดีที่สุดของชีวิตตนเอง

อาภา จันทรสกุล (2535, หน้า 70) หน้าที่ของผู้ให้คำปรึกษาในการบำบัดโดยทั่วไปมี 3 ประการคือ

1. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาความหมายในการมีอยู่ของตนเอง
2. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษากล้าเผชิญกับปัญหาและสามารถตัดสินใจเลือกได้
3. ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถปรับตัวและสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่น ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ประสิทธิภาพ

บลอคเกอร์ (Blocker, 1987, p. 211) กล่าวว่า ถึงแม้การให้คำปรึกษาแบบภวนิยมจะมีลักษณะคล้ายคลึงกับการให้คำปรึกษาแบบยึดบุคคลเป็นศูนย์กลางแต่บทบาทของผู้ให้คำปรึกษานั้นจะเพิ่มจากการที่เป็นผู้คอยรับฟัง (Passive) สะท้อนความรู้สึก และเป็นดั่งกระจกสะท้อน มาเป็นบทบาทแบบผู้ดำเนินกระบวนการมากขึ้น (Active) มีการเคลื่อนไหวมากขึ้น และบางครั้งแสดงการตอบสนองด้วยท่าทางอย่างตรง ๆ ผู้ให้คำปรึกษาจะเน้นความสำคัญในการสนทนากับผู้รับการบำบัดด้วยความซื่อสัตย์อย่างแท้จริงเท่า ๆ กับการใส่ใจและความเห็นใจ

รูบิเชค (Roubiczek, 1964, pp. 141-142) กล่าวว่าบทบาทของผู้ให้คำปรึกษาแบบภวนิยม ที่สำคัญคือการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา โดยเห็นว่าเป็นสิ่งที่จำเป็นและสำคัญที่สุด และสัมพันธภาพที่สร้างจะเป็นแบบบุคคลต่อบุคคล เป็นสัมพันธภาพที่ก่อให้เกิดความผูกพันเชิงบำบัด (Therapeutic Alliance) การสร้างสัมพันธภาพมีหลายลักษณะ แต่สัมพันธภาพในเชิงบำบัด (Therapeutic Relationship) ในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมจะเน้นการสร้างระดับสัมพันธภาพแบบไอโด (I-Thou) ของบูเบอร์ (Buber) สัมพันธภาพเช่นนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะให้

ความเคารพผู้รับคำปรึกษาและเป็นเสมือนผู้ร่วมเดินทางไปพร้อมกับผู้รับคำปรึกษา แต่ในบางครั้งอาจเป็นผู้นำทางเพียงเล็กน้อย โดยอธิบายสัมพันธภาพแบบไอโด (I-Thou) เพิ่มเติมได้ดังนี้

สัมพันธภาพแบบไอโด (I-Thou) เกิดขึ้นเมื่อผู้สนทนา (I) มีการตอบสนองอย่างเต็มที่ เช่น การใส่ใจ การรับรู้ถึงปฏิกิริยาของผู้สนทนาทั้งที่มองเห็นและมองไม่เห็นตลอดเวลาของการสนทนา การตอบสนองอย่างเต็มที่ ยกตัวอย่างเช่น ในขณะที่อ่านหนังสือ หากผู้อ่านนึกถึงเรื่องอื่น รู้สึกรำคาญ มีสิ่งรบกวนให้เขาเบนความสนใจไปจากเรื่องที่อ่าน หรือขณะที่อ่านหนังสือรู้สึกง่วงนอน ความสัมพันธ์เช่นนี้ไม่ถือว่าเป็นการตอบสนองอย่างเต็มที่ ตามแนวความคิดของบุงเบอร์

สัมพันธภาพแบบไอโด (I-Thou) ไม่จำเป็นต้องมีระเบียบแบบแผน หรือเป็นทางการ แต่เกิดจากความเต็มไปด้วยการใส่ใจ และเคารพตลอดเวลาต่อบุคคลที่เราสัมพันธ์ด้วย ถ้าในการสนทนามีปฏิกิริยาต่อกันอย่างซื่อสัตย์ และเปิดเผยต่อกันอย่างเต็มที่ ไม่มีการเก็บและปิดบังความเห็นที่แท้จริงของตนเอง

บล็อกเกอร์ (Blocker, 1987, p. 211) เชื่อว่าการเปลี่ยนแปลงของผู้รับคำปรึกษา จะมาจากสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นและเชื่อว่าสัมพันธภาพที่มีคุณค่าระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาจะก่อให้เกิดความเจริญงอกงามและการเปลี่ยนแปลงพัฒนาไปพร้อมกัน

ทั้งผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา อย่างไรก็ตาม เมย์ (May, 1960) กล่าวว่า เทคนิคการให้คำปรึกษา ผู้ให้คำปรึกษาสามารถนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในกระบวนการให้คำปรึกษา เพื่อช่วยให้ผู้ให้คำปรึกษาเกิดความเข้าใจตัวผู้รับคำปรึกษาอย่างแท้จริง และช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้สำรวจและเข้าใจในตนเองมากที่สุด

กล่าวโดยสรุป บทบาทของผู้ให้คำปรึกษาแบบภวนิยม เริ่มต้นโดยการสร้างสัมพันธภาพที่ลึกซึ้ง มีคุณค่า และน่าไว้วางใจให้เกิดขึ้นในระหว่างกระบวนการให้คำปรึกษา และดำรงสัมพันธภาพที่มีอยู่นี้ให้คงอยู่ตลอด การนำเทคนิคต่าง ๆ มาใช้ เพื่อให้ผู้ให้คำปรึกษาเข้าใจประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษาอย่างเพียงพอ และเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถพัฒนาด้วยของผู้รับคำปรึกษาได้อย่างเต็มศักยภาพ ผู้ให้คำปรึกษาจะเคารพในความเป็นบุคคลของผู้รับคำปรึกษาภายใต้สัมพันธภาพเชิงบำบัด

เทคนิคที่ใช้ในการให้คำปรึกษา

ในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะเคลื่อนไหวไปตามผู้รับคำปรึกษาวิธีการต่าง ๆ ที่จะนำมาใช้ในการให้คำปรึกษาจะมาจากความเคารพ คาปูซซี่และกรอส (Capuzzi & Gross, 1995, p. 224) กล่าวว่าผู้ให้คำปรึกษาจะไม่มองว่าผู้รับคำปรึกษาเป็นเพียง

ผู้คอยรับการกระทำที่ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ทำอย่างไรก็ได้ ในทัศนะของนักทฤษฎีเห็นว่า เทคนิคเปรียบเสมือนเทคโนโลยีที่นำไปสู่การทำให้ผู้รับคำปรึกษาเป็นเพียงผู้คอยรับ (Object) และผู้ให้คำปรึกษาเป็นผู้กระทำ (Subject) โดยเป็นผู้ที่พยายามเลือกสิ่งที่ดีที่สุดให้

โปรชาสกา (Prochaska, 1979, p. 90) กล่าวว่ากระบวนการให้คำปรึกษานักทฤษฎีจะเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาทำความเข้าใจในแง่ต่าง ๆ ของตนเอง ผู้ให้คำปรึกษาจะกระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษาตระหนักว่าเขาเป็นบุคคลที่มีอิสระ และมีบทบาทเป็นผู้เลือกในทุก ๆ ครั้ง ในการเลือกนั้นผู้รับคำปรึกษาจะต้องใช้ สติ การจินตนาการ สติปัญญา และการตัดสินใจที่จะสร้างทางเลือกที่มีเหตุผล โดยการให้คำปรึกษานั้นจะเป็นการเผชิญหน้ากันอย่างซื่อสัตย์และจริงจังระหว่างผู้ให้คำปรึกษากับผู้รับคำปรึกษา

อรัญญา ดุษฎีคำภีร์ (2545, หน้า 25-56) ได้รวบรวมเทคนิคต่าง ๆ ของเฟบรีย (Fabry) และการประยุกต์ใช้ไว้ในหนังสือชื่อ “Guideposts to Meaning: Discovering What Really Matters” ซึ่งประกอบด้วยเทคนิคต่าง ๆ ดังนี้

1. เทคนิคลดการหมกมุ่น บุคคลที่ตกอยู่ในสถานการณ์ไม่ต้องการ ก็จะทำให้เกิดความคับข้องใจ ความกดดัน เมื่อถูกกดดันนาน ๆ ก็จะตอบสนองด้วยการ ซึม หรือนั่งรำพึงรำพัน เทคนิคลดการหมกมุ่นจะช่วยให้รู้สึกเป็นอิสระจากปัญหาและความกดดันลดลงได้ เทคนิคที่ใช้คือ 1) หยุดจ้องดู (Stop Sign) เป็นการจ้องดูตนเองเพื่อตัดใจจากเรื่องที่หมกมุ่น 2) นำทาง (Guidepost) เป็นการเปลี่ยนความคิดให้สนใจเรื่องอื่น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อมุ่งสู่ทัศนคติด้านบวก อันจะนำไปสู่การหาความหมายของชีวิต

2. เทคนิคการปรับทัศนคติ บุคคลที่แบกภาระหนักอึ้ง ได้รับความทุกข์ทรมาน ยุ่งยากใจ ไม่สามารถก้าวพ้นปัญหาออกมาได้ การปรับทัศนคติจะช่วยให้คนที่มองตนเองว่าไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้เลิกล้มปัญหานั้น ๆ แล้วพิจารณาว่าตนทำอะไรได้บ้างโดยเน้นถึงศักยภาพในตัวเองโดยผ่านสถานการณ์ โดยใช้เทคนิคดังนี้ 1) ปรับทัศนคติต่อชีวิตที่เป็นโทษ 2) ค้นหาทัศนคติต่อชีวิตด้านบวก ในแง่ความหมายของชีวิต โดยให้ข้อมูล ฝึกปฏิบัติ เขียนรายการด้านบวก

3. เทคนิคพุดคุยนำทางเป็นวิธีการที่นำหลักของโสเครติสมาใช้ เช่น เรื่องของการเลือก การให้คุณค่าของสิ่งต่าง ๆ การกำหนดชีวิตตนเอง การตระหนักถึงทัศนคติต่อชีวิตของตน อันจะทำให้รู้จักตนเอง ตระหนักในศักยภาพของตน เทคนิคพุดคุยนำทางประกอบด้วย 1) การผ่อนคลายโดยให้นึกถึงกับธรรมชาติที่ทำให้สบาย 2) การถามนำทางโดยผู้ให้คำปรึกษาคิดปัญหาที่ใกล้เคียงกัน มาตั้งคำถามแต่อ้างว่าเป็นของบุคคลอื่นถ้าตนประสบจะจัดการอย่างไร 3) การเลือกประเด็นสำคัญ โดยช่วยสะท้อนถึงความเข้าใจที่เขามี 4) การมองหาทางเลือกใหม่ ๆ โดยให้พิจารณาถึงด้านบวก

และลบแล้วมาพิจารณาข้อดีข้อเสียของทางเลือกนั้น 5) การนำทางเลือกไปใช้ โดยให้เขียนรายการทางเลือกเท่าที่นึกได้ และให้ตัดสินใจทางเลือกทางใดทางหนึ่ง

ขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบกวนนิม

จากการศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับแนวความคิดของนักกวนนิมและการให้คำปรึกษาแบบกวนนิม พบว่า ระบบและเทคนิคในการให้คำปรึกษาแบบกวนนิมสามารถยืดหยุ่นไปตามเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการให้คำปรึกษา และเน้นประสบการณ์ที่ผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษาจะได้รับระหว่างการให้คำปรึกษา อย่างไรก็ตาม กระบวนการให้คำปรึกษาจะต้องอยู่บนพื้นฐานของทัศนคติและแนวความคิดแบบกวนนิมของผู้ให้คำปรึกษา โดยแสดงได้ดังตัวอย่างต่อไปนี้

คอเรย์ (Corey, 2001, pp. 182 – 190) กล่าวว่ากระบวนการให้คำปรึกษาแบบกวนนิมจะดำเนินไปบนพื้นฐานของความคิดแบบกวนนิม สัมพันธภาพของการให้คำปรึกษาคือ การเคารพซึ่งเป็นการแสดงออกของผู้ให้คำปรึกษาที่เชื่อในศักยภาพและความสามารถของผู้รับคำปรึกษา ในการที่จะเผชิญกับปัญหาและค้นหาทางที่เหมาะสมกับตัวเอง ซึ่งจะนำไปสู่การทำให้ผู้รับคำปรึกษายอมรับและพบว่าตัวเองสามารถเลือกและรับผิดชอบต่อตัวเองได้ กระบวนการให้คำปรึกษามีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้ให้คำปรึกษาจะสำรวจความคิด ความรู้สึกและทำความเข้าใจกับสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษารับรู้ทั้งในด้านค่านิยม ความเชื่อ และความคิดที่กำหนดการดำเนินชีวิตของผู้รับคำปรึกษา ในขั้นตอนนี้ผู้ให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามองเห็นปัจจัยหรือวิธีการดำรงชีวิตของเขาในอดีตที่มีส่วนปิดกั้นโอกาสในปัจจุบันของตัวเอง
2. กระตุ้นให้ผู้รับคำปรึกษา สำรวจแหล่งช่วยเหลือ ค้นหาสิ่งที่มีคุณค่าสำหรับตนเองในปัจจุบัน ผู้รับคำปรึกษาต้องตัดสินใจว่า เขาจะดำรงชีวิตอย่างไร ขณะนี้ตัวเขาเป็นอย่างไร และชีวิตในอนาคตเช่นใดที่เขาต้องการ ชั่งน้ำหนักระหว่างทางเลือกต่าง ๆ ของตนเอง และสำรวจผลของการกระทำที่มีต่อตนเอง ซึ่งกระบวนการนี้จะนำไปสู่การรับรู้ในมิติใหม่ (New Insight) ปรับโครงสร้าง ค่านิยมและทัศนคติ ของผู้รับคำปรึกษาเอง ซึ่งในที่สุดผู้รับคำปรึกษาจะรับรู้ว่าเขาสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้ด้วยตัวเอง ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นพบแนวทางที่มีเป้าหมาย และมีคุณค่าสำหรับตัวเองได้ชัดเจนขึ้น และช่วยให้ผู้รับคำปรึกษานำสิ่งที่เขาได้เรียนรู้เกี่ยวกับตัวเองไปใช้ในการดำเนินชีวิต ในที่สุดผู้รับคำปรึกษาจะรับรู้ว่าเขามีศักยภาพ และความเข้มแข็งในตนเองที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีจุดหมาย

โปรชาร์ดก้า (Prochaska, 1979, pp. 80 – 85) กล่าวว่ากระบวนการให้คำปรึกษาแบบกวนนิมเน้นที่การเพิ่มการตระหนักในตนเอง ความสามารถในการเลือก และการตัดสินใจของ

ผู้รับคำปรึกษาประสบการณ์ที่เกิดขึ้นระหว่างการให้คำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับรู้ถึงวิธีการที่เขาดำรงชีวิตที่ผ่านมา และต้องเผชิญกับการเลือกและการตัดสินใจตลอดเวลาของการให้คำปรึกษาทำให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับประสบการณ์ของการเป็นผู้กระทำ (Subjective) ในที่สุดผู้รับคำปรึกษาจะรู้ว่าตนสามารถเลือกและรับผิดชอบต่อการดำเนินชีวิตของตนเองได้ กระบวนการดังกล่าวนี้จะเกิดขึ้นภายใต้สัมพันธภาพของการให้คำปรึกษาและการแสดงออกที่เปิดเผย ไม่ปิดบังเป็นตัวเอง อย่างแท้จริง (Be Authentic) ทั้งผู้ให้และผู้รับคำปรึกษา การให้คำปรึกษาจะเน้นให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับประสบการณ์เหล่านี้

1. ผู้ให้คำปรึกษาจะให้ผู้รับคำปรึกษา ได้แสดงถึงประสบการณ์ของตนเองอย่างอิสระ และซื่อสัตย์ต่อตนเอง ซึ่งจะเน้นถึงการรับรู้ในปัจจุบันของผู้รับคำปรึกษาที่มีต่อประสบการณ์ของตน

2. ผู้ให้คำปรึกษาจะทำความเข้าใจกับประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษาพร้อมกับให้ผู้รับคำปรึกษาได้มองเห็นรูปแบบการดำเนินชีวิตที่ผ่านมา โดยผู้ให้คำปรึกษาจะใช้คำถาม ให้ข้อมูลย้อนกลับ ทำความกระจ่าง การเผชิญหน้าทั้งทางภาษาและท่าทาง การวิเคราะห์ การแปลความหมาย การจินตนาการ เพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้เข้าใจและมองเห็นผลของการดำเนินชีวิตของตนเองได้ชัดเจนมากที่สุด นำไปสู่การเปิดโอกาสใหม่ให้กับชีวิตของผู้รับคำปรึกษา

3. ทุกครั้งของการให้คำปรึกษา ผู้รับคำปรึกษาจะต้องเผชิญกับการตัดสินใจและเลือก เช่น ผู้รับคำปรึกษาต้องตัดสินใจว่า เขาจะพูดอะไร จะทำตัวอย่างไร หรือเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์หรือความรู้สึกต่าง ๆ (เช่น ความวิตกกังวล ความรู้สึกผิด เพราะความโดดเดี่ยว) ผู้รับคำปรึกษาจะต้องตัดสินใจว่า เขาจะอย่างไรกับสิ่งที่เกิดขึ้น นอกจากนี้ ผู้ให้คำปรึกษาจะ กระตุ้น และช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาและเลือกแนวทางชีวิตใหม่ตามที่เขาต้องการและมีคุณค่าสำหรับตัวเขา ประสบการณ์จากกระบวนการนี้ผู้รับคำปรึกษาจะได้รับรู้ความสามารถในการเลือกของเขาและคุณค่าในตัวเอง ซึ่งจะนำไปสู่ทางเลือกใหม่ของชีวิตที่แตกต่างจากอดีต

ศรีร็อน แก้วกัญวาล (Keawkunwal, n.d., pp. 75 – 80) กล่าวว่า การให้คำปรึกษาแบบ ภาวนิยมเป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับธรรมชาติของมนุษย์ เป้าหมาย สัมพันธภาพที่นำมาสู่วิธีและเทคนิคในการช่วยเหลือผู้รับคำปรึกษาผ่านแนวความคิดแบบภาวนิยม โดยวิธีการของการให้คำปรึกษานี้ มีลักษณะเฉพาะบุคคลและยืดหยุ่นได้ กระบวนการให้คำปรึกษาแบบภาวนิยมเน้นถึงความสำคัญของผู้ให้คำปรึกษาและสัมพันธภาพในการให้คำปรึกษา โดยกล่าวว่า ผู้ให้คำปรึกษาแบบภาวนิยมถือเป็นปัจจัยสำคัญของการให้คำปรึกษา โดยผู้ให้คำปรึกษาซึมซับแนวความคิดของภาวนิยมอยู่ในตัวเองทั้งในการมองมนุษย์ ในวิธีการดำเนินชีวิตของเขาทั้งความคิด ความรู้สึก การกระทำ และการเกี่ยวข้องติดต่อกับบุคคลอื่น ซึ่งมีลักษณะความคิดแบบภาวนิยมของผู้ให้

คำปรึกษาจะก่อให้เกิดสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้และผู้รับคำปรึกษา ซึ่งสัมพันธภาพที่เกิดขึ้นนี้ ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญที่สุด ในการทำความเข้าใจกับโลกของผู้รับคำปรึกษา และนำมาสู่การเลือกใช้ชีวิตและเทคนิคในการให้คำปรึกษาอาจกล่าวได้ว่าผู้ให้คำปรึกษาและสัมพันธภาพในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม เป็นสิ่งสำคัญที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในตัวผู้รับคำปรึกษา กระบวนการให้คำปรึกษาจะประกอบไปด้วยขั้นตอนดังนี้

1. พยายามทำความเข้าใจกับผู้รับคำปรึกษาตามแบบที่เขาเป็น ซึ่งผู้ให้คำปรึกษาจะทำความเข้าใจในการรอบความคิดแบบภวนิยมของผู้ให้คำปรึกษา
2. ผู้ให้คำปรึกษาจะลดภาวะความไม่สมดุลในจิตใจของผู้รับคำปรึกษา โดยกระตุ้นให้เขาได้ใช้เสรีภาพ ทางเลือก ความรับผิดชอบและความรู้สึกของความเป็นบุคคลของตัวเองอย่างเต็มที่ ซึ่งจะเกิดขึ้นภายใต้สัมพันธภาพของการให้คำปรึกษา
3. เน้นถึงการรับรู้ของเหตุการณ์ในปัจจุบัน (Hear and Now) ในการให้คำปรึกษาผู้รับคำปรึกษาจะได้รับรู้ว่าเหตุการณ์ในอดีตที่ผ่านมาเป็นส่วนที่เขาไม่สามารถจะตัดสินใจได้หรือไม่มีความจำเป็นต้องไปแก้ไข ปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเหตุการณ์และการรับรู้ในปัจจุบันเท่านั้นที่ผู้รับปรึกษาได้รับรู้และเผชิญกับสถานการณ์ในปัจจุบันของเขาอย่างเต็มที่ ซึ่งจะนำไปสู่การปรับเปลี่ยนวิธีการดำเนินชีวิตในโลกของเขาใหม่

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมนี้ อาจสรุปขั้นตอนของการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมโดยทั่วไปได้ดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้นในการให้คำปรึกษา เป็นขั้นตอนของการสร้างสัมพันธภาพที่เต็มไปด้วยความเคารพ โดยเน้นการสร้างสัมพันธภาพระดับไอโด (I-Thou) และการแสดงออกที่เป็นตนอย่างแท้จริงระหว่างผู้ให้คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา
2. ขั้นดำเนินการให้คำปรึกษาจะดำเนินไปบนพื้นฐานของแนวความคิดแบบภวนิยม และเน้นการรับรู้ในปัจจุบัน (Here and Now) โดยมีขั้นตอนทั่วไปในการให้คำปรึกษา ดังนี้
 - 2.1 ทำความเข้าใจกับประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษา
 - 2.2 ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับรู้และตระหนักถึงความมีอยู่ของตน
 - 2.3 ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาค้นหาความหมายในการมีอยู่แสวงหาเป้าหมายในชีวิต
 - 2.4 ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาได้รับรู้และให้เสรีภาพของตนอย่างเต็มที่
 - 2.5 ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถตัดสินใจเลือกสิ่งที่มีคุณค่าต่อตน
 - 2.6 ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความรับผิดชอบต่อสิ่งที่ตนเลือกและต่อการกระทำของตนเอง
 - 2.7 ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษามีความเชื่อมั่นในการตัดสินใจและมุ่งมั่นที่จะนำตนเองสู่

จุดมุ่งหมายที่ตนเลือก และต้องตระหนักว่าขั้นตอนการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมนั้นไม่ได้มีขั้นตอนที่เป็นระบบเฉพาะเจาะจง ผู้ให้คำปรึกษาสามารถยืดหยุ่นและปรับเปลี่ยนได้เพื่อช่วยเหลือให้ผู้รับคำปรึกษาแต่ละคนได้บรรลุวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษา

3. ขั้นตอนการให้คำปรึกษา เป็นขั้นที่ผู้ให้คำปรึกษาเปิดโอกาสให้ผู้รับคำปรึกษาได้ทบทวนสิ่งผู้ที่ได้รับคำปรึกษาได้จากการให้คำปรึกษา เพื่อดูว่าบรรลุวัตถุประสงค์ของการให้คำปรึกษาหรือไม่และผู้ให้คำปรึกษาอาจให้ข้อมูลย้อนกลับเพิ่มเติมภายใต้ทัศนคติแบบภวนิยมเพื่อให้ผู้รับคำปรึกษาได้ประโยชน์จากกระบวนการให้คำปรึกษามากที่สุด

ข้อจำกัดของการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม

คอเรย์ (Corey, 2001, p. 191) กล่าวว่า เนื่องจากการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมผู้รับคำปรึกษาจะต้องเรียนรู้ ตัดสินใจ และเลือกสิ่งที่ผู้รับคำปรึกษาเห็นว่ามีความสำคัญต่อตนเองด้วยตนเอง โดยผู้ให้คำปรึกษาเป็นเพียงผู้ที่พยายามทำความเข้าใจกับประสบการณ์ของผู้รับคำปรึกษาและสะท้อนให้ผู้รับคำปรึกษามองเห็นการดำเนินชีวิตอย่างชัดเจน ดังนั้นการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมอาจไม่เหมาะสมกับผู้รับคำปรึกษาที่ประสบกับปัญหาอย่างรุนแรงหรือผู้รับคำปรึกษาที่ต้องการคำตอบที่ชัดเจนโดยตรงเกี่ยวกับปัญหาหรือวิธีในการเปลี่ยนแปลงชีวิตของตนเอง นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงในการให้คำปรึกษาแบบภวนิยมนั้น เน้นการเปลี่ยนแปลงที่เกิดจากความรู้สึภายในตัวผู้รับคำปรึกษาและนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ รอบ ๆ ตัว จึงอาจมีข้อจำกัดสำหรับบุคคลที่มีความรู้สึกลัวว่าพวกเขาเลือกเพียงเล็กน้อยและมีความรู้สึกลัวว่าสิ่งแวดล้อมภายนอกจำกัดความสามารถและมีอิทธิพลต่อการดำรงชีวิตของเขา ซึ่งถึงแม้ว่าผู้รับคำปรึกษาจะเปลี่ยนแปลงความรู้สึภายในได้ แต่อาจรู้สึว่าตนมีความหวังเพียงเล็กน้อยและรู้สึว่าตนไม่มีพลังเพียงพอที่จะเปลี่ยนแปลงสิ่งต่าง ๆ ของตนเอง และอาจทำให้ผู้รับคำปรึกษามีความรู้สึท้อใจในการเปลี่ยนแปลง และเกิดความคับข้องใจได้

งานวิจัยเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบภวนิยม

งานวิจัยต่างประเทศ

วิดดอน (Whiddon, 1983 pp. 937-956) ได้จัดโปรแกรมกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอสให้นักโทษชายในคดีอาชญากรรม จำนวน 20 คน อายุ 27-33 ปี และประเมินผลตัวแบบวัดพี ไอ แอล ผลการศึกษาพบว่า ค่าคะแนนแบบวัดพี ไอ แอล ของนักโทษชาย ภายหลังเข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอสเพิ่มขึ้น การสังเกตพฤติกรรมและจากการติดตามผลในระยะ 2 ปี พบว่า สมาชิกกลุ่ม 8 คน จาก 20 คนที่เข้าร่วมโปรแกรมกลุ่มเล็กประกอบอาชญากรรมโดยเด็ดขาด

เซท (Sheth, 1990, p. 90) ศึกษาหาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ ความหมายในชีวิตและความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตายในผู้สูงอายุ พบว่า เพศชายที่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตายต่ำ จะมีการรับรู้ความหมายในชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โรเซน (Rosen, 1991, p. 105) ศึกษาการใช้โปรแกรมการบำบัดรักษาผู้ติดยาเสพติดต่อการเปลี่ยนแปลงการเห็นคุณค่าในตนเองและผลพัฒนาการทางจิตวิญญาณพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เมเจอร์ (Majer, 1992, pp. 125-138) ได้ประเมินผลการเข้าร่วมโปรแกรมการบำบัด 12 ขั้น ในแนวของการพบความหมายในชีวิตของผู้ติดยาเสพติดทั้งที่ติดสุราและยาเสพติดพบว่ายังมีระยะการเข้าโปรแกรมการบำบัดนานเท่าใดก็ยังมีแนวโน้มว่าจะพบกับความหมายในชีวิตถึงแม้ว่าผู้เข้าร่วมโปรแกรมการบำบัดจะต้องเผชิญกับความทุกข์ทรมานที่ไม่สามารถจะหลีกเลี่ยงได้ระหว่างการบำบัด แต่เขาจะรับรู้ความทุกข์นั้นอย่างมีความหมาย

ดีไวร์ (De-Vries, 1997, pp. 86-89) ได้ศึกษาผลของการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมในผู้ป่วยมะเร็ง 96 คน ซึ่งรักษาด้วยยาตามปกติมาเป็นเวลานาน ผลการศึกษาพบว่า จากการประเมินผู้ป่วย 35 คน ก่อนเนื้อหาที่กำลังเติบโตมีขนาดคงที่ ในระหว่างหรือทันทีที่ได้เข้ารับการบำบัด โดยในผู้ป่วย 4 คน ก่อนเนื้อหาขนาดคงที่ นาน 3-9 เดือน และในผู้ป่วย 1 คน ก่อนเนื้อหาขนาดคงที่นาน 2 ปี แต่ในด้านการรายงานตามเรื่อง ความว้าวุ่น ความซึมเศร้า จุดประสงค์ในชีวิต พบว่าก่อนและหลังได้รับการให้คำปรึกษาไม่แตกต่างกัน

งานวิจัยในประเทศ

งานในวิจัยในประเทศเกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกวนิยม

อรัญญา ตัญญ์ (2536, หน้า 82) ได้ศึกษาถึงผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอส ต่อการเพิ่มความมุ่งหวังในชีวิตของหญิงในสถานสงเคราะห์บ้านเกร็ดตระการ ที่มีพฤติกรรมเสี่ยงสูงต่อการติดเชื้อเอดส์ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองที่เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอส มีความมุ่งหวังในชีวิตสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่ไม่ได้เข้าร่วมกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอส

พรพรรณ ศรีธัญรัตน์ (2539, หน้า 111) ได้ศึกษาผลของกลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอสต่อการลดความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตายในผู้ป่วยโรคมะเร็งพบว่ากลุ่มจิตบำบัดแบบโลกอสต่อการลดความวิตกกังวลเกี่ยวกับความตายในผู้ป่วย โรคมะเร็งทำให้ผู้ป่วยตระหนักว่าความตายเป็นสิ่งที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้และในทางตรงกันข้ามกลับเป็นโอกาสอันดีทำให้ผู้ป่วยมีเวลาพิจารณาตนเองอย่างแท้จริง และสามารถใช้ศักยภาพที่มีอยู่ภายในตนเองตัดสินใจเลือกกระทำในบางสิ่งเพื่อการมีชีวิตอยู่อย่างมีความสุข ยอมรับและเตรียมพร้อมสำหรับความตายที่จะมาเยือนใช้เวลาที่เหลืออยู่อย่างมีคุณค่า

อุทัยทิพย์ จันทรเพ็ญ (2539, หน้า 66) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยา แนวโลกอสต่อการเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลกของผู้ติดสุราพบว่า หลังการทดลองผู้ป่วยติดสุราที่เข้ารับการศึกษาในโรงพยาบาลที่ได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสมีคะแนนความเข้มแข็งในการมองโลกสูงกว่าก่อนได้รับการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นันทิยา เอกอริคม (2542, หน้า 70) ได้ศึกษาถึงการเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่ม เพื่อพัฒนาความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนหญิงในสถานฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรางค์ กรุงเทพมหานคร พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมเป็นรายบุคคลและเป็นกลุ่มมีผลในการเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลกของเยาวชนหญิงไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

สุวรรณ ลาวรรณา (2543, หน้า 84) เปรียบเทียบผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแนวโลกอสกับการกระจำนัยค่อลักษณะมุ่งอนาคตของเยาวชนหญิงในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กจังหวัดนครราชสีมาพบว่า การปรึกษาแนวโลกอสมีผลให้เยาวชนหญิงมีลักษณะมุ่งอนาคตสูงขึ้นแต่ไม่แตกต่างกันในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

อรุณี สุวรรณสาร (2543, หน้า 89) ได้ศึกษาถึงผลของการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมที่มีต่อความวิตกกังวลของผู้ที่จะสูญเสียการมองเห็น พบว่าการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมมีผลต่อการลดความวิตกกังวลของผู้ที่จะสูญเสียการมองเห็น อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งในระยะหลังการทดลองและระยะติดตามผล

กล่าวโดยสรุปจากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวกับการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมมีผลในการลดความเครียดและความวิตกกังวลในผู้ป่วยทางกายและเพิ่มความเข้มแข็งในการมองโลกของบุคคลในสถานสงเคราะห์ แต่ยังไม่มีพบการศึกษาในหญิงบริการทางเพศ เนื่องจากหญิงบริการทางเพศในปัจจุบันมักปลงกับชีวิต พยายามปรับตัวให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมไปวัน ๆ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการให้คำปรึกษาแบบกวนิยมในหญิงบริการทางเพศ เพื่อให้หญิงบริการทางเพศได้ตระหนักถึงความหมายในชีวิต ทำชีวิตให้มีคุณค่า ไม่ปล่อยชีวิตไปวัน ๆ แบบไร้ค่าไร้ความหมาย

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง (Self – Esteem)

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานของสุขภาพจิตที่เกิดจากการที่บุคคลพิจารณา และประเมินตัวเองจากการกระทำและการประสบความสำเร็จในสถานการณ์ต่าง ๆ แล้วก่อให้เกิดความรู้สึกภาคภูมิใจและเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น ซึ่ง กีบสัน (Gibson, 1980, p. 8) กล่าวว่า การเห็น

คุณค่าในตนเองจะเกิดขึ้นหลังจากที่บุคคลได้รับการตอบสนองทางด้านร่างกาย มีความปลอดภัย ได้รับการรักและความเป็นเจ้าของ ได้รับการยกย่องแล้วบุคคล จะรู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีประโยชน์ และต้องการแสดงความสามารถต่าง ๆ ที่มีอยู่ ซึ่งเป็นความสามารถที่จะทำบางอย่างเพื่อให้ตนเองพอใจ นอกจากนี้ยังมีนักวิชาการ นักวิเคราะห์และนักวิจัยต่างให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเอง ไว้หลากหลาย ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมไว้ ดังนี้

คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1967, p. 184) ให้ความหมายการเห็นคุณค่าในตนเอง ว่าเป็นการประเมินคุณค่าของตนเองแสดงทัศนคติทั้งด้านบวกและด้านลบ เป็นการตัดสินคุณค่าแห่งตน (Worthiness) ทำให้บุคคลนั้นรู้สึกว่าตนมีความสามารถ ความสำคัญ ประสบความสำเร็จ ซึ่งแสดงออกในรูปของคำพูดหรือการกระทำอื่น ๆ ที่แสดงออกถึงการยอมรับและไม่ยอมรับตนเอง โดยจำแนกคุณลักษณะพื้นฐานของการเห็นคุณค่าในตนเองได้ 4 ประการ คือ

1. ความสำคัญ (Significant) เป็นวิถีทางที่บุคคลคิดว่าตนเองยังเป็นที่รัก ซึ่งพิสูจน์ โดยการให้ผู้อื่นเห็นความสำคัญของตนเอง
2. ความสามารถ (Competence) เป็นวิธีการที่จะพิจารณาถึงความสำคัญโดยการกระทำ
3. คุณความดี (Virtue) เป็นการบรรลุซึ่งมาตรฐานตามศีลธรรมและจริยธรรม
4. พลังอำนาจ (Power) เป็นอิทธิพลที่บุคคลมีชีวิตต่อตนเองและผู้อื่น

โรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1965, p. 220) ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่าเป็น ความรู้สึกยอมรับ นับถือตนเองและรับรู้คุณค่าของตนเอง (Self – Worth)

มาสโลว์ (Maslow, 1970, p. 103) ให้ความหมายของการเห็นคุณค่าในตนเองว่าเป็น ความรู้สึกของบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกว่าคุณค่า มีความเข้มแข็ง มีสมรรถภาพ ในการกระทำสิ่งต่าง ๆ มีความเชี่ยวชาญ และมีความสามารถ

พารেন্ট และวอลล์ (Parent & Whall, 1984, pp. 75-79) ให้ความหมายของการเห็นคุณค่า ในตนเองว่าเป็นการที่บุคคลจะประเมินตนเองว่าพอใจหรือไม่พอใจในตนเอง รู้สึกว่าคุณค่า มีความสามารถเป็นบุคคลสำคัญ ประสบความสำเร็จในหลาย ๆ ด้าน และเป็นผู้ที่มีคุณค่า

วอลล์ (Whall, 1987, p. 41) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นสิ่งจำเป็นต่อความปกติ สุขของร่างกายและจิตใจของบุคคลที่สอดคล้องกับไลนดเบิร์ก และคณะ (Lindberg et al., 1990, p. 85) ที่เห็นว่าหากบุคคลใดมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองก็จะสามารถเผชิญโลกได้อย่างมั่นใจ พอใจในชีวิตที่เป็นอยู่ ในทางตรงกันข้าม ถ้าบุคคลใดประสบกับเหตุการณ์ที่ทำให้รู้สึกว่าตนเอง หมดความสามารถ ไร้ประโยชน์ สูญเสียอำนาจ การเห็นคุณค่าในตนเองก็จะลดลง และ ออซูเบล (Ausubel, 1978, p. 403) ให้ทัศนะเพิ่มเติมว่านอกเหนือไปจากความรู้สึกที่ว่าตนเองมี ความสามารถในการกระทำอะไรให้ประสบความสำเร็จแล้ว การเห็นคุณค่าในตนเองก็คือความเชื่อ

ของบุคคลที่ว่าเขามีความสำคัญและมีคุณค่าในฐานะที่เป็นมนุษย์คนหนึ่ง การเห็นคุณค่าในตนเอง จึงเป็นการประเมินตนเองในด้านต่าง ๆ ได้แก่ คุณค่าด้านความสามารถ ความรู้สึก ความเชื่อว่าเป็นอย่างไร ซึ่งบุคคลอาจ มีการเห็นคุณค่าในตนเองว่าสูงหรือต่ำก็ได้ ขึ้นอยู่กับปัจจัยตั้งแต่ในวัยเด็กจนกระทั่งถึงปัจจุบัน ซึ่งมาสโลว์ (Maslow, 1970, p. 45) กล่าวว่า ถ้ามีการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองให้เกิดขึ้นแล้วจะทำให้บุคคลพัฒนาไปถึงขั้นตระหนักในตนเอง ซึ่งเป็นความต้องการขั้นสูงสุด คือ การรู้จัก การเข้าใจ ยอมรับตนเองและพร้อมที่จะแก้ไขตนเอง

โสภิต สุวรรณเวลา (2537, หน้า 27) ให้ความหมายว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเกิดจากการประเมินตนเองเกี่ยวกับความรู้สึกมีคุณค่า มีความสำคัญ ความสามารถ การประสบผลสำเร็จ การยอมรับตนเอง การมีประโยชน์ต่อสังคมตลอดจนการ ได้รับการยอมรับจากเพื่อน

กมลพรรณ หอมน่าน (2539, หน้า 37) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความต้องการพื้นฐานของมนุษย์

จากความหมายและแนวคิดของการเห็นคุณค่าในตนเองที่กล่าวมาแล้ว พอจะสรุปได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นพื้นฐานของสุขภาพจิตมนุษย์เป็นทักษะหรือความเชื่อที่บุคคลมีต่อตนเอง ยอมรับตนเองว่ามีความสำคัญสามารถทำสิ่งต่าง ๆ ให้ประสบความสำเร็จได้ และได้รับการยอมรับนับถือจากคนอื่น ๆ มีความจำเป็นมากต่อการดำเนินชีวิตอย่างเป็นปกติสุข จะเกิดและพัฒนาขึ้นหลังจากที่บุคคลนั้นได้รับการตอบสนองทางร่างกาย มีความปลอดภัย ได้รับการรักและเป็นเจ้าของ และเมื่อบุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงแล้วก็จะทำให้บุคคลนั้นพึงพอใจในชีวิตที่เป็นอยู่ เพลิดเพลินได้อย่างมั่นใจ แต่ถ้าบุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ก็จะทำให้ตนเองรู้สึกว่าคุณค่าตนเองไร้ค่า หมดความหมาย ท้อถอย หมดกำลังใจ และไม่สนใจดูแลตนเอง สูญเสียการพึ่งพาตนเอง ไม่มั่นใจและอาจส่งผลต่อจิตใจให้เกิดภาวะซึมเศร้าและการเจ็บป่วยทางร่างกายและจิตใจตามมาได้

องค์ประกอบของการเห็นคุณค่าในตนเอง บาร์รี (Barry, 1989, pp. 90-100) ได้แบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบ คือ

1. ความรู้สึกต่อร่างกายตนเอง (The Body Self) หมายถึง บุคลิกภาพ ความรู้สึกต่อรูปร่างและหน้าที่ของร่างกายตลอดจนความสามารถขั้นพื้นฐานของร่างกาย
2. ความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับบุคคลอื่น (The Interpersonal Self) หมายถึง การที่บุคคลรู้สึกเกี่ยวกับวิธีที่เขามีสัมพันธ์กับบุคคลอื่น ไม่ว่าจะเป็นคนที่สนิทสนม คู่เนย หรือบุคคลที่พบโดยบังเอิญ
3. ความสำเร็จของตนเอง (The Achieving Self) หมายถึง การที่บุคคลรู้สึกเกี่ยวกับความสามารถของเขาที่จะนำไปสู่ความสำเร็จในชีวิตครอบครัว การทำงาน

4. ความเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง (The Identification Self) เป็นความรู้สึกของบุคคล ทางนามธรรมและพฤติกรรมแสดงความสนใจทางศีลธรรมและจิตวิญญาณ

นอกจากนี้ ทาฟท์ (Taft, 1985, p. 79) ได้กล่าวถึงกระบวนการที่มีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ

1. การประเมินตนเองจากการยอมรับในสังคม กระบวนการนี้มีพื้นฐานจากแนวความคิด การมองตนเองของ คูลีย์ (Cooley) โดยอาศัยกระจกมองตน (Looking Glass Self) ซึ่งประเมินจากการยอมรับของผู้อื่น นับว่าเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองจากภายนอก (Outer – Self Esteem)

2. การประเมินความรู้สึกของบุคคลต่อการยอมรับเกี่ยวกับผลสำเร็จของตนเอง ซึ่งประเมินตนจากผลของการกระทำและความสำเร็จ นับว่าเป็นการเห็นคุณค่าในตนเองจากภายใน (Inner – Self Esteem)

ลักษณะของบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำ คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1976, p. 130) กล่าวว่า บุคคลสามารถแสดงการเห็นคุณค่าในตนเองจากลักษณะท่าทางน้ำเสียง คำพูด กิริยาและการกระทำซึ่งอาจจะแสดงออกอย่างรู้ตัวและไม่รู้ตัวก็ได้ โดยบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงจะมีความสอดคล้องกลมกลืนกันในลักษณะทั้งหมดของ “ตน” รับรู้คุณค่าของตนตามความเป็นจริง ตระหนักถึงศักยภาพทั้งหมดของตน มีใจที่เปิดกว้างและยอมรับสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง พร้อมทั้งสามารถแสดงพฤติกรรมได้อย่างเหมาะสม มีความกระตือรือร้นเชื่อมั่นในตนเองว่ามีความสามารถในการทำงานให้ประสบความสำเร็จ รับผิดชอบและสามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อบุคคลและสิ่งแวดล้อมได้ ส่วนบุคคลที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ จะเป็นผู้ที่อยู่ในภาวะไม่สอดคล้องกลมกลืนกันของ “ตน” มักจะใช้กลไกในการป้องกันตัวเอง รับรู้ว่าตนเองด้อยค่า หรือมีคุณค่าเกินความเป็นจริงส่งผลให้คนเหล่านี้รู้สึกเป็นปมด้อย กังวล เก็บตัว แสวงหาการยอมรับจากบุคคลอื่นเพื่อให้เกิดการยอมรับตนเอง หวั่นไหวต่อคำวิพากษ์วิจารณ์ไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นได้

เคอรา (Khera, 1998, p. 99) มีความเห็นว่าลักษณะของการเห็นคุณค่าในตนเองสูงและต่ำนี้ จะมีการแสดงออกมาให้เห็นและมีความแตกต่างกันอย่างชัดเจน นอกจากนี้ เคอราได้รวบรวมลักษณะและพฤติกรรมที่แสดงถึงการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ดังนี้

จากการศึกษาองค์ประกอบและกระบวนการที่มีอิทธิพล ต่อการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองนี้เป็นความรู้สึกที่เกิดจากการประเมินตนเองเกี่ยวกับความมีคุณค่า ความสำคัญ ความสามารถของตนเองในการกระทำสิ่งต่าง ๆ โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์ของตนเอง และผู้อื่นจึงส่งผลให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับต่าง ๆ กัน และจะมีลักษณะของบุคลิกภาพและพฤติกรรมที่แตกต่างกัน

พัฒนาการของการเห็นคุณค่าในตนเอง มูห์เตนแคมและเซย์เลส (Muhtenkamp & Sayless, 1998, p. 334) กล่าวว่าไว้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองเป็นปรากฏการณ์ของการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นตลอดช่วงอายุขัย

แบร์รี่ (Barry, 1989) กล่าวว่า การเห็นคุณค่าในตนเองถูกพัฒนามาตั้งแต่วัยเด็ก ทารกสามารถรับรู้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองจากการสัมผัสเลี้ยงดูและจะเปลี่ยนแปลงตามวัยวุฒิภาวะ สิ่งแวดล้อมและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิต

โรเซนเบอร์เกอร์ (Rosenberg, 1979, p. 186) ได้ทำการศึกษานักเรียนในชั้นเด็กเล็กและเด็กโต จำนวนมากกว่า 5,000 ราย และได้ผลสรุปของการศึกษาค้นคว้าภูมิหลังและทัศนคติของบิดามารดา มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุตร โดยมีรายละเอียดของผลการศึกษาค้นคว้า ดังนี้ 1) ความสนใจเอาใจใส่ของบิดามารดาที่มีต่อบุตรเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเห็นคุณค่าในตนเองของบุตร 2) เด็กที่ไม่ได้กำพร้าจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองดี 3) เด็กเพศชายซึ่งอยู่ในชั้นเรียนที่สูงกว่าจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเด็กชั้นอื่น ๆ 4) เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีปัญหาจะมีผลกระทบต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง

ไดรฟเวอร์ (Driever, 1984) กล่าวว่า กระบวนการพัฒนาของการเห็นคุณค่าในตนเอง จะเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยจะเพิ่มขึ้นตามอายุซึ่งจะเปลี่ยนแปลงมากในช่วงวัยรุ่นจนถึงผู้ใหญ่ ตอนต้นและเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองจะมีการเปลี่ยนแปลงน้อย และจะเปลี่ยนอีกครั้งเมื่อเข้าสู่วัยสูงอายุคือ จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองลดลง เนื่องจากร่างกายมีการเสื่อมถอย บทบาทและหน้าที่ในสังคมลดลง

ฮอยแมน และคียาค (Hooyman & Kiyak, 1988, p. 96) กล่าวว่าความรู้สึกว่าตนเองหมดอำนาจ หมดความสามารถ เกิดความคับข้องใจ ไม่พอใจในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองลดลง

นภาพร ชโยวรรณ และคณะ (2532, หน้า 29) พบว่าผู้สูงอายุ 1 ใน 10 คน มีปัญหาเกี่ยวกับจิตใจ คือ รู้สึกเหงาและไร้คุณค่า โดยระดับการมีปัญหาก็จะเพิ่มขึ้นตามอายุ

จากการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองตามระดับขั้นตอนพัฒนาการ ของอีริคสัน จะเห็นได้ว่าการเห็นคุณค่าในตนเองมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดทุกช่วงวัยของชีวิต และมีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องตามระดับวุฒิภาวะและสิ่งแวดล้อม เมื่อได้รับอิทธิพลจากประสบการณ์ชีวิต จึงปรับให้สูงขึ้นหรือลดต่ำลงได้ เมื่อบุคคลมีประสบการณ์ชีวิตที่ดีจะช่วยดำรงรักษาไว้ซึ่งการเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูงได้ ดังนั้นความสำเร็จหรือความล้มเหลวในชีวิตจึงมีอิทธิพลต่อการเห็นคุณค่า

ในตนเองของบุคคล ซึ่งหญิงขายบริการทางเพศจะมีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองสูงหรือต่ำก็ขึ้นอยู่กับ การรับรู้ประสบการณ์ที่ผ่านมาในชีวิตของตนเอง

การประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความรู้สึกนึกคิด บุคคลมีความรู้สึกพึงพอใจต่อตนเอง การวัดความรู้สึกพึงพอใจต่อตนเองของบุคคลจึงกระทำได้ยาก อย่างไรก็ตาม ได้มีผู้สร้างแบบวัดการเห็นคุณค่าในตนเอง โดยใช้วิธีการรายงานตนเองไว้หลายระบบ เช่น แบบประเมิน Rosenberg Self Esteem Scale; SES 1965 (Rosenberg, 1979, pp. 1100-1125) แบบประเมินคูเปอร์สมิธเซลฟ์ เอสทิมอินเวนทอรี สเกล (Coopersmith Self Inventory ; SEI) ของคูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1967) ซึ่งประกอบด้วยแบบประเมิน 3 ฉบับ คือ ฉบับนักเรียน (School Form) ฉบับสั้น (School Short Form) และฉบับผู้ใหญ่ (Adult Form)

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ใช้แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง ของโรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1965) และในประเทศไทยได้มีผู้นำแบบวัดนี้มาแปลใช้กันจำนวนมาก เช่น รุ่งนภาชาญสุข (2541, หน้า 59) และภคนิช ต่วนชะเอม (2545, หน้า 118)

การส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองของหญิงขายบริการทางเพศ วิกกินส์ และกิลเลีย (Wiggins & Gilea, 1984, p. 18) มีความเห็นว่า การเห็นคุณค่าของตนเองในหญิงบริการทางเพศนั้นสามารถที่จะเปลี่ยนแปลงให้เพิ่มมากขึ้นได้ และจะเป็นส่วนสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข และมีความเชื่อมั่นว่าจะดำเนินชีวิตได้อย่างมีคุณค่า มองโลกในแง่ดี และเป็นผู้ที่มีสมรรถภาพในการทำสิ่งต่าง ๆ ซึ่งคูเปอร์สมิธ (Coopersmith, 1984, pp. 37- 38) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของการที่จะทำให้บุคคลมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงขึ้น 4 ประการ ดังนี้

1. การได้รับการยอมรับนับถือ ความสนใจ ใส่ใจจากบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต
2. การประสบผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ ซึ่งจะทำให้เป็นที่รู้จักและมีผลต่อสถานภาพและตำแหน่งในสังคมโดยมีปัจจัยที่จะทำให้บุคคลรู้สึกว่าคุณค่าตนประสบความสำเร็จคือความมีอำนาจ การมีความสำคัญ การมีคุณงามความดี น่าเชื่อถือศรัทธาและการมีความสามารถ
3. การได้กระทำในสิ่งที่สอดคล้องกับค่านิยมและความปรารถนา
4. การไม่ใส่ใจต่อสิ่งที่จะทำให้ความภาคภูมิใจในตนเองของบุคคลลดลง เช่น การไม่ใส่ใจต่อข้อวิพากษ์วิจารณ์ของผู้อื่น

สเทรทท์ และซันดีน (Stuart & Sundeen, 1983, p. 61) อธิบายว่าการประเมินการยอมรับในคุณค่าของตนเองนั้นพิจารณาจากความสัมพันธ์ของตนตามอุดมคติ (Self – Ideal) กับตนตามความเป็นจริง (Self – Concept) ถ้าทั้งสองส่วนนี้ซ้อนกันมากก็就会有การเห็นคุณค่าในตนเองสูง ถ้าสองส่วนนี้ซ้อนกันน้อยการเห็นคุณค่าในตนเองก็จะต่ำลงด้วย

ยังมีนักวิจัยอีกหลายคนที่เสนอวิธีการส่งเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองที่แตกต่างกันออกไป คือ จอห์นสัน (Johnson, 1979, p. 261) เห็นว่ากระบวนการของการเข้ากลุ่มจัดเป็นประสบการณ์อย่างหนึ่งที่จะเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง บุคคลที่เข้าร่วมกลุ่มจะต้องมีลักษณะดังนี้

1. บุคคลนั้นจะต้องได้รับการยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข
2. บุคคลนั้นได้รับการสนับสนุนยอมรับทั้งด้านวิชาการและด้านส่วนตัว โดยกลุ่มเพื่อน บุคลากรในโรงเรียน เช่น ครู อาจารย์ใหญ่หรือผู้อำนวยการเข้าใจความรู้สึกของบุคคลนั้น
3. บุคคลนั้นได้รับผลสำเร็จในสถานการณ์ที่ต้องการสัมฤทธิ์ผลทางวิชาการ
4. บุคคลนั้นได้รับการตอบสนองด้านจิตใจความผิดพลาดหรือความล้มเหลวเป็นส่วนตัว ไม่เกิดความวิตกกังวลในระดับปานกลาง
5. บุคคลนั้นสามารถสร้างกำลังใจในชีวิตให้กับตนเองได้

แซสซี (Sasse, 1978, p. 48) เสนอวิธีการสร้างเสริมการเห็นคุณค่าในตนเองไว้ 3 ประการ

1. สร้างความมั่นใจในตนเอง โดยนึกถึงความสำเร็จข้างหน้าในชีวิต
2. ระลึกถึงตนเองเมื่อสามารถทำงานให้ลุล่วงไปด้วยดี โดยให้รางวัลตนเอง โดยอาจจะชมเชยตนเอง หรือให้สิ่งที่มีความหมายกับตนเอง สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้เราเกิดความรู้สึกที่ดีต่องานที่เราทำมากขึ้น ซึ่งแน่นอนที่สุดย่อมส่งผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง
3. สะสมบันทึกความสำเร็จ หาสมุดบันทึกเพื่อเขียนบันทึกความสำเร็จที่เราได้รับสิ่งที่เราทำได้ดีเป็นเวลาติดต่อกันหลาย ๆ สัปดาห์ หรือหลายเดือน โดยอาจจะประสบความสำเร็จในโครงการต่าง ๆ การช่วยให้ผู้อื่นมีความสุข งานโรงเรียน การทำงาน หรือด้านอื่น ๆ ที่มีความสำคัญสำหรับตน

โรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1979, p. 156) ได้กล่าวว่าการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองนั้น เป็นการที่บุคคลควรที่จะให้ความเคารพนับถือตนเอง โดยไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นว่าดีกว่าหรือเลวกว่า และไม่คิดว่าตนเองต้องเป็นคนเลวเลิศ แต่ควรตระหนักในความสามารถที่แท้จริงของตนเอง และสามารถคาดหวังได้ว่าจะปรับปรุงตนเอง ให้ดีขึ้นได้อย่างไร

เจอร์ดาโน และเอเวอร์ลี (Gerdano & Everly, 1979, pp. 146-149) ได้เสนอกลวิธี 3 อย่างที่สามารถพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองอย่างได้ผล คือ

1. การใช้ภาษาทางบวก (Positive Verbalization) หมายถึง กระบวนการที่บุคคลให้แรงเสริมภาพเกี่ยวกับตน (Self-Image) โดยชี้ให้เห็นถึงลักษณะทางบวกของตนเอง ด้วยการใช้ภาษาเป็นสื่อ เช่น การใช้กระดาษแข็งเขียนถึงลักษณะบุคลิกภาพในทางบวก หรือสิ่งที่ตนภาคภูมิใจ

เขียนทุกวันเมื่อหมดวันก็เปลี่ยนข้อความใหม่ ทำเช่นนี้ติดต่อกันเป็นสัปดาห์ โดยอาจจะปิดกระดาษแข็ง ไว้ในที่ที่มองเห็นได้ชัดผ่านตามากที่สุดหรือทำพกไว้ในกระเป๋าติดตัว

2. การยอมรับคำยกย่องชมเชย (Accepting Complement) เมื่อมีใครยกย่องชมเชยเรา เรา ก็ยอมรับโดยปราศจากท่าที หรือคำตอบที่ถ่อมตน แต่ใช้ประโยคแสดงความยินดีแทน วิธีนี้ จะเป็นการส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสม อันจะทำให้บุคคลประทับใจ และมองตนเอง ในทางบวก มากขึ้น

3. การฝึกพฤติกรรมกล้าแสดงออกที่เหมาะสม (Assertiveness Training) เป็นวิธีที่มี ประสิทธิภาพที่จะทำให้นักคนมีพฤติกรรมทางบวก กล้าแสดงออกในทางที่เหมาะสมและมีการ รับรู้ที่มีประสิทธิภาพ

คูเปอร์สมิท (Coopersmith, 1984, p. 5) ยังกล่าวว่าการคิดหรือมโนภาพที่บุคคลมีต่อ ตนเอง อาจก่อให้เกิดความรู้สึกความพึงพอใจก็ได้ ซึ่งบุคคลจะประเมินมโนภาพของตนเองออกมา เป็นความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองโดยผ่านกระบวนการพิจารณาการกระทำผ่านประสบการณ์ที่ เกี่ยวกับความสำเร็จบรรลุเป้าหมายทำให้ได้รับการยอมรับซึ่งสภาพการณ์ดังกล่าวเป็นการสะสม ความพึงพอใจที่บุคคลมีต่อตนเอง ซึ่งจะช่วยในการพัฒนาการเห็นคุณค่าในตนเองให้เพิ่มขึ้นได้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง

งานวิจัยต่างประเทศ

วอลเลซ คูณิงแฮมและเมต (Wallace, Cunningham, & Mate, 1984, p. 286) กล่าวถึง งานวิจัยเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์กับความเชื่ออำนาจภายในและภายนอกตน โดยผู้ที่รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า จะเชื่อในอำนาจการกระทำของตน เมื่อประสบกับภาวะเครียด หรือ การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ จะพยายามค้นหาข้อเท็จจริง และแก้ไขสถานการณ์นั้น ในขณะที่ผู้ที่มีความเชื่ออำนาจภายนอกตน มักยอมรับเหตุการณ์โดยไม่คิดแก้ไข แสดงว่าผู้ที่รู้สึกว่าตนเอง มีคุณค่าย่อมเชื่อมั่นว่าการกระทำของตนจะก่อให้เกิดผลตามที่ต้องการ ซึ่งย่อมรวมถึงการกระทำ ที่เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพของตนด้วย

มูห์เลนแคมป์ และเซย์เลสส์ (Muhlenkamp & Sayless, 1998, pp. 334-338) ศึกษา ความสัมพันธ์ระหว่างแรงสนับสนุนทางสังคม การเห็นคุณค่าในตนเอง และการปฏิบัติวิถีชีวิต ที่ ส่งเสริมการมีสุขภาพดีของผู้ใหญ่ 18-67 ปี กลุ่มตัวอย่างจำนวน 98 คน พบว่าการเห็นคุณค่าใน ตนเอง มีความสัมพันธ์กับวิถีชีวิต ($r = .25 \text{ } p < .01$)

งานวิจัยในประเทศ

สุวรรณี พลัฒาทอง (2522, หน้า 126) ศึกษาเรื่องความทันสมัยและภาพพจน์ที่

เกี่ยวกับตนเองของคนชราในกรุงเทพมหานคร โดยทำการศึกษาในผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 302 คน และผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค จำนวน 101 คน ผลการศึกษาพบว่าในด้านการมองภาพพจน์เกี่ยวกับตนเองนั้น ผู้สูงอายุเพศชายมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าผู้สูงอายุเพศหญิง และผู้สูงอายุที่มีการศึกษาสูง จะมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าผู้สูงอายุที่มีการศึกษาน้อย ผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจมั่นคง มีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าผู้สูงอายุที่มีฐานะทางเศรษฐกิจไม่มั่นคง และผู้สูงอายุในครอบครัวขยายมีการเห็นคุณค่าในตนเองมากกว่าผู้สูงอายุในครอบครัวเดี่ยว

เขวลักษณ์ มหาสิทธิวัฒน์ (2529, หน้า 73) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้การเปลี่ยนแปลงทางกาย จิต สังคม การเห็นคุณค่าในตนเองและพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุในเขตอำเภอเมือง จังหวัดสระบุรี พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .01$)

สุรินทร์ ลาภมีล้น (2539, หน้า 120) ได้ศึกษาปัจจัยบางประการที่มีความสัมพันธ์กับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุเขตจังหวัดราชบุรี จำนวน 290 คน พบว่าปัจจัยที่มีผลต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง คือ ความว่าหวั่นมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนทางสังคม และการรับรู้เกี่ยวกับสุขภาพ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .01 เพศชาย การเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าเพศหญิง ระดับการศึกษาและฐานะทางเศรษฐกิจสูงจะมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาและฐานะทางเศรษฐกิจต่ำ ผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสคู่และโสดมีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีสถานภาพสมรสหย่าหรือหย่าร้าง

กมลพรรณ หอมนาน (2539, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง การรับรู้สถานะในตนเองกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุจังหวัดเพชรบุรี จำนวน 150 ราย พบว่าการรับรู้สมรรถนะในตนเองและการเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญและภาวะสุขภาพมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเห็นคุณค่าในตนเอง และพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุ แต่รายได้มีความสัมพันธ์ทางลบกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ของผู้สูงอายุอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน พบว่า การรับรู้สมรรถนะในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง และระดับการศึกษาสามารถร่วมทำนายพฤติกรรมการดูแลตนเองของผู้สูงอายุได้ถึงร้อยละ 19.7

นงลักษณ์ บุญไทย (2539, หน้า 108) ได้ศึกษาเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุและความสำคัญกับปัจจัยอื่น ๆ พบว่าความสามารถในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน ความช่วยเหลือผู้สูงอายุให้แก่บุตรหลานหรือญาติ การมีส่วนร่วมในกิจกรรมมีความสัมพันธ์และความสามารถ

ร่วมกัน ทำนายความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ส่วนตัวแปรทางสังคม เพศ อายุ สถานภาพสมรส รายได้ จำนวนบุตร ไม่มีความสำคัญกับการเห็นคุณค่า ในตนเอง และให้ข้อเสนอแนะว่าในด้านการศึกษควรให้ความรู้แก่ผู้สูงอายุ และให้การศึกษาต่อเนื่องตลอดชีวิต (Life – Long Education)

วาริ กังใจ (2540, หน้า 89) ได้ศึกษาเรื่องการเห็นคุณค่าในตนเอง ความสามารถในการดูแลตนเอง และคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ พบว่าผู้สูงอายุส่วนใหญ่ ยังคงอยู่กับคู่ครองและบุตรหลาน จึงได้รับความรัก ความสนใจ เอาใจใส่ เคารพนับถือและสามารถให้คำปรึกษาแก่บุตรหลานได้ เห็นตนมีประโยชน์ก่อให้เกิดความรู้สึกมั่นคงทางใจ อีกทั้งการได้ทำกิจวัตรประจำด้วยตนเอง การมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ และการมีโอกาสนับปะบุคคลอื่นในสังคม เป็นสิ่งเสริมแรง ให้ผู้สูงอายุรู้สึกพึงพอใจในชีวิต เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า ทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูง

รุ่งนภา ชาญสุข (2541, หน้า 65) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการใช้กิจกรรมกลุ่มจิตสัมพันธ์ และกิจกรรมกลุ่มงานอดิเรก ที่มีต่อการเห็นคุณค่า ในตนเองของผู้สูงอายุในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี พบว่าผู้สูงอายุ ที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มจิตสัมพันธ์ และผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มงานอดิเรก มีการเห็นคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างไม่มีนัยสำคัญ ทางสถิติ

เสาวนีย์ พงษ์ (2542, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลการฝึกสมาธิ (วิปัสสนากัมมัฏฐาน) ต่อการเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และภาวะสุขภาพในผู้สูงอายุ การนำไฟฟ้าทางผิวหนัง อุณหภูมิปลายนิ้ว สูงกว่าการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสรุปผลการวิจัยได้ว่า การฝึกสมาธิ (วิปัสสนากัมมัฏฐาน) สามารถเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง การมองโลกในแง่ดี และภาวะสุขภาพได้ จึงควรนำไปเป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพในผู้ป่วยอื่น ๆ ต่อไป

จกรม ทองจันทร์ (2544, หน้า 46-48) ศึกษาผลการระลึกความกลัวอย่างมีรูปแบบ ต่อความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และความหวังของผู้สูงอายุ โรคหลอดเลือดหัวใจตีบที่มารับบริการโรงพยาบาลชลบุรี จำนวน 15 คน พบว่าการระลึกความกลัวอย่างมีรูปแบบสามารถเพิ่มการเห็นคุณค่าในตนเอง และความหวังในผู้สูงอายุโรคหลอดเลือดหัวใจตีบได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.5

จากการรวบรวมงานวิจัย ที่เกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองของคน ทั้งในประเทศและต่างประเทศ พบว่าการเห็นคุณค่าในตนเองของคนยังมีอายุมากขึ้นมีแนวโน้มจะลดต่ำลงเมื่อมีอายุสูงขึ้น และมีสมรรถภาพของร่างกายเสื่อมถอยลง หากหญิงชายบริการทางเพศได้มีโอกาสที่จะระลึกถึงประสบการณ์ที่ตนเองรู้สึกภาคภูมิใจ หรือการได้รับการสนับสนุนให้เข้าไปมีส่วนร่วมใน

กิจกรรมทางสังคม ได้รับความรัก ความสนใจ ความเอาใจใส่ ได้รับความเคารพนับถือ ในขณะที่อายุยังไม่สูงมากและได้รับการให้เกียรติจากคนอื่น จะเป็นสิ่งเสริมแรงให้หญิงขายบริการทางเพศรู้สึกพึงพอใจในชีวิต เกิดความเชื่อมั่นว่าตนเอง ยังเป็นบุคคลที่มีคุณค่ารวมทั้งรับรู้ในสมรรถนะของตนเอง ก่อให้เกิดแรงจูงใจในการพัฒนาศักยภาพในการดูแลสุขภาพของตนเองที่ดีต่อไป

เอกสารและงานวิจัยเกี่ยวกับหญิงบริการทางเพศ

แนวความคิดเรื่องการขายบริการทางเพศ

สถาบันวิจัยประชากรและสังคม (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2543, หน้า 5-10) ได้ศึกษาถึงคำดั้งเดิมของหญิงบริการทางเพศ หรือคำดั้งเดิมที่มีมาตั้งแต่โบราณ คือ “โสเภณี” นี้ จากหลักฐานประวัติทางวิทยาศาสตร์กล่าวว่า คำว่า “โสเภณี” และมาจากคำเต็มว่า “นครโสภิณี” โดยมีคำแปลที่ตรงตัวว่า “หญิงงามประจำเมือง” โดยมีประวัติความเป็นมาคือ ในประเทศอินเดียสมัยโบราณตามแคว้นต่าง ๆ จะมีหญิงสาวที่มีความงามและเฉลียวฉลาดเป็นเลิศกว่าหญิงใด นอกจากนั้นยังเป็นผู้ที่มีความรู้เชี่ยวชาญในศาสตร์ต่าง ๆ อีก 64 สาขา หญิงที่มีคุณสมบัติดังกล่าวเป็นที่หมายปองแย่งชิงกันของกษัตริย์และเจ้าชายจากแคว้นต่าง ๆ ดังนั้นเพื่อป้องกันปัญหาการรบราฆ่าฟันกันทุกคนจึงตกลงกันให้เป็นสมบัติสาธารณะ เพื่อที่นางจะได้รับรองทุกคนได้โดยไม่ถูกคนหนึ่งคนใดผูกขาด หญิงงามผู้มากด้วยคุณสมบัติดังกล่าวจึงได้รับตำแหน่งโสภิณีหรือหญิงงามประจำเมืองไปในที่สุด จุดที่น่าสนใจก็คือว่าหญิงที่มีตำแหน่งเป็นโสภิณีในยุคนั้นเป็นผู้ที่มีศักดิ์ศรีและมีฐานะสูงมากในสังคม สำหรับประเทศไทย เป็นการยากที่จะกล่าวได้ว่า อาชีพนี้เริ่มมีครั้งแรกตั้งแต่เมื่อไร แต่จากหลักฐานทางประวัติศาสตร์เช่นเดียวกันที่ระบุท้าวศรีจุฬาลักษณ์ (นางนพมาศ) ได้กล่าวถึงบุตรธิดาของหญิงโสเภณีและหญิงที่ชอบสำส่อนกับชายที่เป็นทาสไว้ว่า “อันบุตรธิดาของหญิงสองพวกนี้มหาชนมีความรังเกียจนัก เรียกว่าคนอนุจาร” และกฎหมายลักษณะพยานที่มีมาตั้งแต่ พ.ศ. 1894 ก็ระบุได้ว่า “โสเภณีเป็นหนึ่งในจำนวนคน 24 ประเภท ที่ไม่สามารถนำมาเป็นพยานได้” จนมาในสมัยกรุงศรีอยุธยาก็มีคำว่า “หญิงนครโสภิณี” ระบุไว้ในกฎหมายตราสามดวง บทพระอัยการห้ามเมีย

เนาวรัตน์ พลายน้อยและคณะ (2539, หน้า 29) กล่าวว่าการจัดตั้งสำนักโสเภณีก็มีหลักฐานที่กล่าวถึงชัดเจนในสมัยต่อมา เช่น ลาตูแบร์ ราชทูตชาวฝรั่งเศสที่เข้ามาเมืองไทยในสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราชระบุว่าในช่วงนั้นกรุงศรีอยุธยามีโสเภณีประมาณ 600 คน และยังกล่าวจดหมายเหตุอีกด้วยว่า มีความชอบธรรมที่จะเกณฑ์ให้สตรีที่ตนซื้อขายหญิงโดยทั่วไปแล้ว ก็ยังสามารถซื้อผู้หญิงที่สามีนำมาขายเป็นทาสได้อีกด้วย

จรรยา เศรษฐบุตรและสุภาณี เวชพงศา (2537, หน้า 6) กล่าวถึง ข้าราชการกังฉินคนหนึ่งในสมัยนั้นว่าเป็นคนที่มีชื่อเสียงในทางไม่ดี ด้วยเขาเป็นคนที่ซื้อหญิงไปค้าประเวณี

จรรยา เศรษฐบุตรและสุภาณี เวชพงศา (2537, หน้า 6) จะเห็นได้จากประวัติศาสตร์ภาพพจน์ของหญิงโสเภณีไทยมีจุดเริ่มต้นด้วยการถูกรังเกียจเหยียดหยามและได้รับการประณามจากสังคม จวบจนกระทั่งปัจจุบันแม้เวลาจะล่วงเลยผ่านมาก็ยุคก็สมัยแล้วก็ตาม แต่ภาพพจน์นี้ก็ยังไม่เปลี่ยนแปลงไปเท่าไรนัก หญิงที่ประกอบอาชีพนี้ยังคงถูกมองว่าเป็นความจริงที่ชั่วร้ายในสังคม เป็นความส่อสันสกปรกของผู้หญิง เป็นความเสื่อมทรามทางศีลธรรม ฯลฯ เช่นที่เคยเป็นมา แต่สิ่งที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างมากมาในเรื่องนี้ก็เห็นจะได้แก่ การให้บริการทางเพศในรูปแบบแปลกใหม่ ทำให้มีหญิงบริการในรูปแบบดั้งเดิมก็ถูกเรียกขานด้วยชื่อที่แตกต่างกันออกไป เช่น คลินิก หญิงงามเมือง กะหรี อีตัว พาร์ตเนอร์ ฯลฯ หรือหญิงบริการในรูปแบบ ใหม่ ๆ เช่น หมอนวด นางทางโทรศัพท์ เพื่อนเที่ยว (เอสคอร์ต) ฯลฯ แต่ไม่ว่าจะถูกขนานนามให้แตกต่างกันไปอย่างไร แต่ในความเป็นจริงคำเรียกขานเหล่านั้นก็ล้วนแต่บ่งบอกถึงความเป็นผู้หญิงหากินที่ร่วมหลับนอนกับผู้ชายเพื่อแลกเปลี่ยนกับเงินตราหรือสิ่งตอบแทนอื่น ๆ

กฎหมายเกี่ยวกับการขายบริการทางเพศ

กฎหมาย เป็นแบบแผนหลักที่ใช้ในการปกครองประเทศและการป้องกันแก้ไขปัญหาดัง ๆ ของประเทศ ปัญหาการขายบริการทางเพศก็เช่นเดียวกัน ย่อมต้องอาศัยตัวบทกฎหมายเป็นแนวทางในการปฏิบัติเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหานี้

ในเวลาต่อมาเนื่องจากสภาพการณ์ทางสังคมของประเทศมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ปัญหาการขายบริการทางเพศทวีความรุนแรงมากขึ้นตามลำดับ ประกอบกับกระแสสังคมและสภาพการณ์ต่าง ๆ เช่น การต่อต้านการค้าหญิงและเด็กของประชาคมโลกขององค์การสหประชาชาติ ทำให้ประเทศไทยต้องปรับเปลี่ยนกฎหมายมาเป็น “พระราชบัญญัติปราบปรามการค้าประเวณี พ.ศ. 2503” มีสาระสำคัญที่แตกต่างไปจากพระราชบัญญัติฉบับเดิมอยู่หลายประการด้วยกัน

กองสัมาอาชีวะสงเคราะห์ กรมประชาสงเคราะห์ (2539) พระราชบัญญัติป้องกันและปราบปรามการค้าประเวณี พ.ศ. 2539 มีสาระสำคัญโดยสรุปได้ดัง ต่อไปนี้

1. ให้ยกเลิกบทบัญญัติเรื่องการเตร็ดเตร่หรือคอยอยู่ตามถนน หรือสาธารณะสถานในลักษณะอาการที่เห็นได้ว่าเป็นการเรียกร้องต่อการค้าประเวณี

2. ลดโทษหญิงผู้กระทำการค้าประเวณีให้น้อยลง เพราะมิใช่อาชญากรที่กระทำผิดร้ายแรง

3. กำหนดให้มีบทบัญญัติลงโทษบุคคลที่ไปเที่ยวโสเภณีเด็กอายุไม่เกิน 18 ปี ในสถานการค้าประเวณี โดยเที่ยวโสเภณีเด็กอายุ 15-18 ปี จำคุก 1-3 ปี และปรับ 2 หมื่นถึง 6 หมื่นบาท เที่ยวโสเภณีเด็กอายุไม่เกิน 15 ปี จำคุก 2-6 ปี และปรับ 2 หมื่น-หนึ่งแสนสองหมื่นบาท

4. เพิ่มโทษจำคุกและปรับให้สูงขึ้นแก่ผู้จัดหา ผู้จัดการ ผู้ควบคุม ผู้ดูแลเจ้าของกิจการ สถานการค้าประเวณี ผู้หน่วงเหนี่ยวกักขังผู้อื่นให้ทำการค้าประเวณี และหากกระทำต่อเด็กหรือเยาวชนอายุไม่เกิน 18 ปีสำหรับผู้กระทำความผิดรับโทษหนักขึ้น ถ้าหากผู้กระทำได้รับอันตรายสาหัส หรือถึงแก่ความตาย ผู้กระทำความผิดระวางโทษจำคุกตลอดชีวิต หรือประหารชีวิต

5. กำหนดให้มีคณะกรรมการคุ้มครองและพัฒนาอาชีพในส่วนกลาง และคณะกรรมการระดับจังหวัด

6. การให้การคุ้มครองและพัฒนาอาชีพผู้ค้าประเวณีเป็นไปตามหลักเกณฑ์ของอายุ โดยผู้ที่อายุไม่เกิน 18 ปี ให้รับการสงเคราะห์ทุกราย ส่วนผู้ที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป ให้เป็นไปตามความสมัครใจให้เข้ารับการคุ้มครองและพัฒนาอาชีพในสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพ

7. มีบทลงโทษจำคุกและปรับแก่บิดา มารดา ผู้ปกครองของผู้ค้าประเวณี มีส่วนร่วมรู้เห็นเป็นใจให้ค้าประเวณีจะถูกถอนอำนาจการปกครอง

8. ให้มีบทลงโทษพนักงานฝ่ายปกครองหรือตำรวจ หรือพนักงานเจ้าหน้าที่ รวมทั้งเจ้าหน้าที่ในสถานแรกรับ หรือสถานคุ้มครองและพัฒนาอาชีพที่กระทำผิด หรือสนับสนุนให้มีการกระทำหน่วงเหนี่ยว กักขัง ทำร้ายร่างกายผู้อื่นเพื่อข่มขืนใจให้ทำการค้าประเวณี โดยลงโทษจำคุกตั้งแต่ 15-20 ปี และปรับ 3-4 แสนบาท

9. กำหนดให้องค์กรเอกชนมีส่วนร่วมในการป้องกันแก้ไขปัญหาค้าประเวณี

10. ให้มีพนักงานเจ้าหน้าที่เพื่อปฏิบัติการตามพระราชบัญญัติ

จำนวนเด็กและสตรีในธุรกิจบริการทางเพศ

เนื่องจากการค้าประเวณีเป็นการกระทำที่ผิดกฎหมาย จึงเป็นการยากที่จะทราบได้ว่ามีจำนวนโสเภณีและสถานบริการทางเพศอยู่เท่าใด ในปัจจุบันการศึกษาคาดประมาณในเรื่องนี้ได้ให้ตัวเลขจำนวนหญิงขายบริการทางเพศไว้แตกต่างกันจนยากที่จะบอกได้ว่าจำนวนหญิงบริการที่แท้จริงควรเป็นประมาณเท่าใด ตัวเลขเหล่านี้มีตั้งแต่ต่ำสุดคือราว 75,000 คน ถึงตัวเลขสูงสุดคือมากกว่า 2 ล้านคน

งานวิจัยต่างประเทศ

คลอสเตอร์ (Klauser, 1987, p. 310) ได้ศึกษาถึงนโยบายทางการเมืองของสถานอาบ อบ นวดที่มีการขายบริการทางเพศ กับสตรีชาวลาตินอเมริกันและชาวเกาหลีที่เข้าไปอยู่ในนิวยอร์ก โดยมีข้อคำถามเกี่ยวกับภาวะด้านสังคมเศรษฐกิจและการเมืองทั้งในประเทศที่ส่งออกและนำเข้า

ที่ถูกต้อง และตามลักษณะโครงสร้างของสังคมจะดำเนินตามเส้นทางอย่างไร จากการศึกษาพบว่า ผู้หญิงโสเภณีได้มีการติดตามอย่างใกล้ชิดในด้านการผลักดันความเป็นสากลของงานบริการทางเพศยิ่งกว่านั้นรูปแบบการเป็นโสเภณีเกี่ยวข้องกับความหลากหลายขององค์กรที่ให้ข้อมูลการอพยพที่มีความน่าเชื่อถือได้

มิฮาโลพูโลส (Mihalopoulos, 2000, p. 210) ได้ศึกษาการเป็นโสเภณีของหญิงอพยพชาวญี่ปุ่น พบว่า หญิงชาวญี่ปุ่นที่อพยพไปทำงานต่างประเทศ และเป็นผู้ใช้แรงงานเพศ ในช่วงปี ค.ศ. 1870-57 ถึงปี ค.ศ. 1930 เป็นเหมือนแรงงานที่อพยพไปต่างประเทศมากกว่าคำว่าหญิงโสเภณีในต่างประเทศ โดยให้ความสนใจเกี่ยวกับสิ่งที่ได้ลิ้มเลียนมาเป็นเวลานานเกี่ยวกับความคืบหน้าระหว่างความสมบูรณ์ด้านความเชื่อของสังคมเกี่ยวกับสิ่งที่มีความหมายว่าเป็นแรงงาน สตรี และสมาชิกของชุมชนในช่วงก่อนสงครามของญี่ปุ่น การศึกษาได้ผลว่าคุณค่าด้านจริยธรรมโสเภณีได้กลายมาเป็นการประทับตราในผู้หญิงที่เป็นหญิงบริการทางเพศ จากผลการศึกษาจะเป็นแนวทางในการตอบสนองแนวนโยบายของรัฐบาล มีวัตถุประสงค์เพื่อการแนะนำการกระทำที่ดีและปัจจุบันในการตรากฎหมายเพื่อความอยู่รอดมากกว่าค่าจ้างแรงงาน

เกรย์ (Gray, 1992, p. 320) ขอบเขตที่เธอเลือก: ความเป็นผู้หญิง การเป็นโสเภณีและพลังการศึกษานี้เป็นเหมือนจุดเริ่มต้นของการเขียนถึงโสเภณีในศตวรรษที่ 20 ทฤษฎีและการอธิบายถึงความสัมพันธ์ของการค้าขายกับความเป็นผู้หญิง และเพื่อการมีพลัง เพื่อเปรียบกับชีวิตของโสเภณีในช่วงปี 1870-1920 เป็นความพยายามที่จะค้นหาว่าการรวมพลังและการเลือกได้อธิบายโดยโสเภณีรุ่นเดียวกันในการเปรียบเทียบบางวิธีการกับประสบการณ์ในช่วงหลังของการเป็นผู้ชนะและการค้าขายทางเพศของผู้หญิงในช่วงเดือนแรกของยุคสงครามโลกครั้งที่ 1 โดยการใช้ข้อเขียนของโสเภณีให้เหมือนเป็นจุดนำเขาในมุมมองของส่วนที่ค่อนข้างแตกต่างและผลการศึกษาที่มีการตั้งคำถามที่แตกต่างกันสำหรับการเข้ามาเป็นโสเภณี ในการเปลี่ยนแปลงสังคมทั้งในและนอกสถานการศึกษา ความเข้าใจคำว่าพลังของเราและการเปลี่ยนแปลง ด้านบวกต่างก็ได้นำมาตั้งคำถาม โดยโสเภณีที่ยังคงอยู่บนสิทธิของการให้นิยามตัวเอง และในการตรากฎหมายสำหรับความเป็นผู้หญิง

แชพแมน (Chapman, 2001, p. 254) ได้ศึกษาถึงมุมมองของการนำเสนอข่าวเกี่ยวกับโสเภณีในประเทศแคนาดา เพื่อให้เข้าใจถึงมุมมองของการเป็นโสเภณีและเหยื่อการเรียนรู้การแสดงความเป็นโสเภณีที่เป็นเหมือนเหยื่อของการกระทำผิดและความยากจน ข้อจำกัดและการพูดด้านลบ ความล้มเหลวในการสื่อสารมุมมองทางเลือก เป็นต้นว่า การเรียนรู้จากการศึกษาเป็นโสเภณีที่เหมือนกับการทำงานทั่วไป โดยการสนับสนุนการจัดประเภทด้านลบอย่างเดียวของสื่อที่มีต่อขอบเขตของการเป็นโสเภณี และการจำแนกการเป็นโสเภณีเหมือนเป็น

ปัญหาของสังคม ตั้งแต่โสเภณีได้เข้าร่วมในการพูดในสาธารณะ น้อยมากที่ความคิดเบื้องหลัง การเคลื่อนไหวด้านสิทธิและการยอมรับที่สามารถทำการสื่อสารได้

รูส (Roos, 2001, p. 225) ได้ศึกษาทัศนคติของชาวเยอรมันนี้ต่อโสเภณีในปี 1920 และ ช่วงต้นปี 1930 ได้แสดงจุดเล็ก ๆ ของปัญหาส่วนใหญ่ของสังคมและความตึงเครียดของชาวเวียน มาร์ (Weimar) ผลกระทบจากจำนวนในการศึกษานี้ไว้กล่าวถึงศีลธรรมที่ลดลง ในความมั่นคงของ ประชาธิปไตยใหม่และการเชื่อมโยงระหว่างความวิตกกังวลในการเลือกเพศสัมพันธ์หลัง สงครามโลกครั้งที่ 2 และความพยายามทางการเมืองที่เกี่ยวกับโสเภณีในยุคนี้โสเภณีเป็นเหมือน สัญลักษณ์การมีพลังที่กว้างขวางมาก และเป็นวิกฤติพื้นฐานด้านเพศสัมพันธ์ และความกลัวเกี่ยวกับการสูญเสียความมั่นคงทางเพศ และระดับของจริยธรรมที่แสดงบทบาทที่สำคัญในการสิ้นสุดของ ประชาธิปไตยของ เวียนมาร์ (Weimar) ทำให้เกิดการปฏิรูปกฎหมายที่แสดงนโยบายหลัก ชัยชนะ ของสัตว์และนักปฏิรูปทางเพศ การศึกษานี้เสนอภาพที่ซับซ้อนมากของการขยายการเปลี่ยนแปลง ในบทบาททางเพศมากกว่าการแนะนำโดยใช้วรรณกรรมทางเพศของเวียนมาร์ (Weimar) ที่มี ซึ่ง ตั้งใจที่ขยายความต่อเนื่องระหว่างยุคเวียนมาร์ (Weimar) และยุคนาซีดังตัวอย่างการปฏิรูปการเป็น โสเภณีของ เวียนมาร์ (Weimar) ที่แสดงความเป็นสตรีและเหตุผลด้านความเกลียดชังผู้หญิงที่ได้รับ ในกฎเกณฑ์ของการเป็นโสเภณี

งานวิจัยในประเทศ

ชัยพร วิทยาพูล (2533, บทคัดย่อ) ศึกษาผลของการฝึกอาชีพที่มีต่อการมองตนเองของ โสเภณี อาชีพ และความคาดหวังในการเปลี่ยนแปลงอาชีพเมื่อพ้นการสงเคราะห์แล้ว ผลจาก การศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีกำหนดต่อการไปประกอบอาชีพค้าประเวณีของโสเภณีโดยสมัครใจและ ไม่สมัครใจมี 3 ประการ ได้แก่ ปัจจัยทางวัฒนธรรม ปัจจัยทางเศรษฐกิจ และปัจจัยทางสังคม โดยมีกระบวนการก้าวสู่อาชีพค้าประเวณีที่แตกต่างกันของกลุ่มที่สมัครใจและไม่สมัครใจ ในกลุ่ม โสเภณีสมัครใจผู้ทำหน้าที่ชักจูงจะใช้ช่วงเวลาเทศกาลงานประจำปีของท้องถิ่นต่าง ๆ ผู้ชักจูงจะมา ทำสนิทสนมกับหญิงสาวหรือครอบครัวของหญิงสาวโดยใช้รายได้ที่จะได้รับเป็นสิ่งจูงใจ ส่วน หญิงสาวที่ไม่สมัครใจเพราะถูกล่อลวง ผู้ทำหน้าที่ชักจูงจะไม่แสดงตัวที่แท้จริงออกมาแต่จะมาใน รูปของเพื่อนสนิท ญาติพี่น้อง โดยใช้ความขัดสนทางเศรษฐกิจและความฟุ้งเฟ้อทะเยอทะยานของ หญิงสาวเป็นสิ่งจูงใจ และจากการติดตามผลหลักการปลดปล่อยในระยะเวลา 2 ปี ของสถาน สงเคราะห์พบว่า ส่วนใหญ่โสเภณีมักกลับไปประกอบอาชีพประเวณีอีก ส่วนแนวโน้มในการเลิก ประกอบอาชีพค้าประเวณีมีข้อจำกัดที่น่าสนใจคือ วัยและสุขภาพของโสเภณีที่ทำให้ไม่สามารถ ประกอบอาชีพนี้ได้ถาวร นอกจากนั้นพบว่าโสเภณีทั้งสมัครใจและไม่สมัครใจมีแนวโน้มต้องการ เลิกอาชีพนี้ถึง 88.79% และ 81.05% โดยให้เหตุผลว่าเบื่อหน่ายต่อความจำเจของอาชีพที่สังคม

รังเกียจ และกลับไปภูมิลำเนาเดิมเป็นส่วนใหญ่ตามลำดับ

เอื้อมพร กฤษณะพันธ์ (2528, หน้า 36-65) สัมภาษณ์หญิงอาชีพพิเศษจากสำนักโรงแรม 218 คน และบาร์ไนท์คลับ อาบอบนวด 94 คน ในเขตอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่า หญิงที่มีการศึกษาส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 14-35 ปี ส่วนมากอยู่ในกลุ่ม 20-24 , 15-19 และ 25-29 ปี ตามลำดับ มีระดับการศึกษาส่วนใหญ่จบชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 หรือต่ำกว่าที่ไม่ได้รับการศึกษาเลย มีถึงร้อยละ 7.5-8.7 สถานภาพการสมรสเป็นพวกหย่าร้างถึงร้อยละ 43.6-45.7 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพนี้มาโดยเฉลี่ย 1.4-1.5 ปี จากผลการศึกษาวิจัยดังกล่าวสามารถสรุปได้ว่า ข้อมูลโดยทั่วไปพบว่าหญิงอาชีพพิเศษที่ศึกษาส่วนใหญ่มาจากภาคเหนือสูงสุด มีการศึกษาเพียงชั้นประถม มีอายุระหว่าง 20-24 ปี

ศุติมาน นฤมล (2530, บทคัดย่อ) ศึกษาเรื่องขบวนการกลายเปลี่ยนหมอนวด:กรณีศึกษาหญิงบริการในสถานบริการอาบอบนวด ผลการศึกษาลักษณะที่สำคัญ 2 ประการ คือ ประการแรก กระบวนการขัดเกลาเชิงอาชีพของสถานบริการอาบอบนวด เป็นกลไกสำคัญที่ทำให้ผู้หญิงได้เรียนรู้ถึงบทบาทของหมอนวด ทั้งในแง่บทบาทเชิงอาชีพ และบทบาทที่เบี่ยงเบน (บทบาทผู้ค้าประเวณี) การซึมซับบทบาทหมอนวดมาเป็นของตน มีอิทธิพลต่อการพัฒนาหมอนวดเข้าสู่ผู้มีเอกลักษณ์เบี่ยงเบน การขัดเกลาเชิงอาชีพสำคัญ ๆ ที่พบจากการศึกษานี้ ก็คือ การฝึกอบรมผู้หญิงให้รู้ถึงบทบาทที่ตนเองต้องกระทำขณะปฏิบัติงาน เนื้อหาของการฝึกอบรมได้ให้อุดมการณ์และบรรทัดฐานบางอย่างเกี่ยวกับอาชีพ และนำผู้หญิงเข้าสู่วัฒนธรรมย่อยของหมอนวด

นัฐริยา บุญอาพัทธ์เจริญ (2539, บทคัดย่อ) ศึกษาอิทธิพลต่อการมาเป็นโสเภณี เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการมาเป็นโสเภณีโดยสมัครใจและหญิงที่มาเป็นโสเภณีโดยไม่สมัครใจ จำนวน 140 คน พบว่าหญิงที่มาเป็นโสเภณีโดยสมัครใจมีลักษณะค่านิยมต่างจากหญิงที่มาเป็นโสเภณีโดยไม่สมัครใจ อย่างน้อยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และพบว่ามีปัจจัยสัมพันธ์ภาพที่ดีภายในครอบครัว มีพื้นฐานรู้จักกับหญิงที่มีอาชีพโสเภณีมาก่อนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ดลฤดี สุวรรณศิริ (2539, บทคัดย่อ) ศึกษาพฤติกรรมกรรมการบริโภคและการรับรู้ต่ออาชีพโสเภณีของผู้เข้าฝึกอบรมในโครงการบ้านเกร็ดตระการ จำนวน 87 คน พบว่า บุคคลเป็นสื่อที่สร้างความเข้าใจได้มากที่สุด การเปิดรับสื่อต่าง ๆ ในโครงการรวมทั้งประสบการณ์จากโครงการ ไม่มีความสัมพันธ์กับทัศนคติเกี่ยวกับตนเองและต่ออาชีพโสเภณีของผู้เข้ารับการอบรม

ปริยารัตน์ จิระพงษ์สุวรรณ (2540 , บทคัดย่อ) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองกับพฤติกรรมการป้องกันโรคเอดส์ของหญิงอาชีพพิเศษ ในเขตอำเภอเมืองจังหวัดแพร่ พบว่า ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง และมีพฤติกรรมการป้องกันโรคเอดส์

อยู่ในระดับไม่เหมาะสม ไปตรวจสุขภาพหรือตรวจการโรคไม่สม่ำเสมอ ผลจากการศึกษานี้สามารถนำไปเป็นข้อมูลประกอบในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของหญิงอาชีพพิเศษให้ถูกต้องเหมาะสม เพื่อลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเอดส์ในคนกลุ่มนี้ต่อไป

มหาวิทยาลัยบูรพา
Burapha University