

Counseling: การให้คำปรึกษาสำหรับคุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดนภาคใต้ ของประเทศไทย

Counseling for Single Mothers in Thailand's Southern Border Provinces

ปัทวิกาญจน์ แก้วศรีหน่อ¹

Pattawikan Kaewsrinor¹

สุภารัตน์ ลิ้มดำรง²

Suparat Limdamrong²

มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาลัยสงฆ์ปัตตานี^{1,2}

E-mail: Pattawikan_K@gmail.com¹

E-mail: Suparat_L@gmail.com²

Received January 16, 2024; Revised March 12, 2024; Accepted April 25, 2024

บทคัดย่อ

คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ของประเทศไทยเป็นกลุ่มประชากรที่เผชิญกับความเปราะบางเชิงโครงสร้าง ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และความมั่นคง บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาบทบาทและความสำคัญของการให้คำปรึกษา (Counseling) ในการส่งเสริมสุขภาวะจิตใจและการเสริมพลังอำนาจให้แก่คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในบริบทสังคมพหุวัฒนธรรมชายแดนใต้ โดยใช้การทบทวนวรรณกรรมเชิงบูรณาการจากแนวคิดคอนเซ็ปต์ จิตวิทยาสังคม และการพัฒนาชุมชน ผลการศึกษาพบว่า การให้คำปรึกษาที่คำนึงถึงบริบททางวัฒนธรรม ศาสนา และประสบการณ์ความสูญเสีย สามารถช่วยลดปัญหาความเครียด เสริมสร้างความเข้มแข็งทางจิตใจ และเพิ่มศักยภาพในการดำรงชีวิตของคุณแม่เลี้ยงเดี่ยวได้อย่างมีนัยสำคัญ บทความเสนอแนวทางพัฒนาระบบคอนเซ็ปต์เชิงวัฒนธรรมเป็นกลไกสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสันติสุขในพื้นที่ชายแดนใต้

คำสำคัญ: คอนเซ็ปต์, คุณแม่เลี้ยงเดี่ยว, ชายแดนภาคใต้, พหุวัฒนธรรม, สุขภาวะจิตใจ

Abstract

Single mothers in Thailand's southern border provinces represent a socially vulnerable group facing structural challenges related to economic insecurity, cultural diversity, and prolonged unrest. This article aims to examine the role of counseling in promoting psychological well-being and empowerment among single mothers within a multicultural context. Using an integrative literature review of counseling theories, social psychology, and community development, the study finds that culturally sensitive counseling significantly reduces stress, enhances emotional resilience, and strengthens coping capacities among single mothers. The article proposes culturally responsive counseling as a critical mechanism for improving quality of life and fostering sustainable peace in the southern border region of Thailand.

Keywords: counseling, single mothers, southern border provinces, multicultural society, mental well-being

บทนำ

โครงสร้างครอบครัวในสังคมไทยร่วมสมัยมีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะการเพิ่มขึ้นของครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว ซึ่งเกิดจากปัจจัยด้านการหย่าร้าง การสูญเสียคู่สมรส และปัญหาทางสังคมและเศรษฐกิจ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2564) ในพื้นที่ จังหวัดชายแดนภาคใต้ การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวยิ่งทวีความซับซ้อนจากบริบทความไม่สงบ ความหลากหลายทางศาสนาและ วัฒนธรรม และข้อจำกัดในการเข้าถึงบริการสาธารณะ (McCargo, 2014) อีกทั้ง คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดนใต้ยังต้อง รับภาระทั้งบทบาทผู้หารายได้ ผู้ดูแลบุตร และผู้ประคับประคองครอบครัว ขณะเดียวกันยังเผชิญกับความเครียด ความโดดเดี่ยว และผลกระทบทางจิตใจจากความรุนแรงเชิงโครงสร้างและเหตุการณ์ความไม่สงบ (Joll, 2010) ดังนั้น การให้คำปรึกษาหรือคอน เซอร์จึงเป็นเครื่องมือสำคัญในการช่วยเหลือเชิงจิตสังคมและเสริมสร้างความเข้มแข็งให้แก่กลุ่มเป้าหมายดังกล่าว

อย่างไรก็ตาม การให้คำปรึกษา (Counseling) หมายถึงกระบวนการช่วยเหลือเชิงวิชาชีพที่มุ่งสนับสนุนให้บุคคลเข้าใจ ตนเอง แก้ไขปัญหา และพัฒนาศักยภาพในการดำเนินชีวิต ผ่านความสัมพันธ์ที่ตั้งอยู่บนพื้นฐานของความไว้วางใจและจริยธรรม วิชาชีพ (Corey, 2017) แนวคิดคอนเซอร์จึงที่สำคัญซึ่งเหมาะสมกับบริบทคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว ได้แก่ ทฤษฎีมนุษยนิยม (Humanistic Counseling) ที่เน้นคุณค่า ความหมายชีวิต และศักยภาพภายในของบุคคล (Rogers, 1961) คอนเซอร์จึงเชิงพหุวัฒนธรรม (Multicultural Counseling) ซึ่งให้ความสำคัญกับบริบททางวัฒนธรรม ศาสนา และอัตลักษณ์ของผู้รับคำปรึกษา (Sue & Sue, 2016) และ แนวคิดการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment Approach) ที่มุ่งสร้างความสามารถในการควบคุมชีวิตและตัดสินใจ ด้วยตนเอง (Zimmerman, 2000)

นอกจากนี้ พื้นที่จังหวัดชายแดนภาคใต้ประกอบด้วยประชากรที่มีความหลากหลายทางชาติพันธุ์ ภาษา และศาสนา โดย ประชากรส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม ขณะที่ชุมชนชาวพุทธอาศัยร่วมกันอย่างยาวนาน (อานันท์ กาญจนพันธุ์, 2559) คุณแม่ เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ดังกล่าวมักประสบปัญหารายได้ไม่มั่นคง การขาดเครือข่ายสนับสนุน และข้อจำกัดด้านการศึกษาและอาชีพ เนื่องจาก ประสบการณ์ความสูญเสียจากเหตุการณ์ความไม่สงบยังส่งผลกระทบต่อสุขภาพจิต เช่น ความหวาดระแวง ความเครียดเรื้อรัง และภาวะซึมเศร้า (Suwannarat et al., 2018) สถานการณ์ดังกล่าวสะท้อนความจำเป็นของการให้คำปรึกษาที่เข้าใจบริบทเชิง วัฒนธรรมและความเปราะบางทางจิตใจอย่างลึกซึ้ง

ดังนั้น การให้คำปรึกษามีบทบาทสำคัญในการช่วยให้คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในหลายมิติ ได้แก่ 1) มิติสุขภาพจิตใจ ช่วยลด ความเครียด ความวิตกกังวล และการจัดการอารมณ์จากบทบาทที่ซ้อนทับ (Corey, 2017) 2) มิติครอบครัว ส่งเสริมทักษะ การเลี้ยงดูบุตร การสื่อสารในครอบครัว และความสัมพันธ์เชิงบวก และ3) มิติสังคมและชุมชน เชื่อมโยงเครือข่ายการช่วยเหลือจาก ชุมชน ศาสนสถาน และหน่วยงานรัฐ (Sue & Sue, 2016)ซึ่งแนวทางดังกล่าวจะช่วยให้การให้คำปรึกษามีความเหมาะสม สอดคล้องกับวิถีชีวิต และสร้างความยั่งยืนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว โดยการพัฒนาระบบคอนเซอร์จึงในพื้นที่ ชายแดนใต้ควรยึดหลัก 1) ความอ่อนไหวทางวัฒนธรรมและศาสนา 2) การมีส่วนร่วมของชุมชนและผู้นำศาสนา และ3) การบูรณา การบริการด้านจิตสังคมกับนโยบายสวัสดิการรัฐ เป็นต้น สรุปได้ว่า คอนเซอร์จึงเป็นกลไกสำคัญในการช่วยเหลือและเสริมพลัง อำนาจให้แก่คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดนภาคใต้ การพัฒนารูปแบบการให้คำปรึกษาที่คำนึงถึงบริบทพหุวัฒนธรรมและ ประสบการณ์ความเปราะบาง จะช่วยยกระดับสุขภาพจิตใจ ความเข้มแข็งของครอบครัว และสนับสนุนกระบวนการสร้างสันติสุข ในสังคมอย่างยั่งยืน

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาการให้คำปรึกษา (Counseling) สำหรับคุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดนภาคใต้ จำเป็นต้องอาศัยกรอบ แนวคิดเชิงบูรณาการที่ครอบคลุมมิติด้านจิตวิทยา สังคม วัฒนธรรม และโครงสร้างอำนาจ ซึ่งแนวคิดและทฤษฎีที่นำเสนอสะท้อน ความจำเป็นของการให้คำปรึกษาเชิงบูรณาการ ที่คำนึงถึงจิตใจ บุคคล ครอบครัว ชุมชน และบริบทพหุวัฒนธรรมชายแดนใต้ ซึ่ง เป็นฐานสำคัญในการพัฒนาคุณภาพชีวิตและสันติสุขอย่างยั่งยืน ดังภาพที่ 1

แนวคิดและทฤษฎีการให้คำปรึกษาสำหรับคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว



ภาพที่ 1 แนวคิดและทฤษฎีการให้คำปรึกษาสำหรับคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว

1. แนวคิดทางจิตวิเคราะห์ (Psychoanalytic Theory)

แนวคิดทางจิตวิเคราะห์ซึ่งพัฒนาโดย Sigmund Freud เน้นย้ำถึงอิทธิพลของจิตไร้สำนึก ประสบการณ์ในวัยเด็ก และแรงขับทางสัญชาตญาณที่มีต่อพฤติกรรมของมนุษย์

แนวคิดหลัก เช่น 1) *จิตไร้สำนึก* เป็นที่เก็บรวบรวมความคิด ความรู้สึก ความทรงจำ และความปรารถนาที่อยู่ นอกเหนือการรับรู้ของบุคคล แต่มีอิทธิพลอย่างมากต่อพฤติกรรม 2) *โครงสร้างบุคลิกภาพ* ประกอบด้วย Id (แรงขับพื้นฐาน), Ego (ความเป็นจริง), และ Superego (ศีลธรรม) ซึ่งทำงานร่วมกันเพื่อควบคุมพฤติกรรม 3) *กลไกป้องกันตนเอง* เป็นกลไกที่ Ego ใช้ เพื่อป้องกันตนเองจากความวิตกกังวลและความขัดแย้ง เช่น การเก็บกด การปฏิเสธ และการโยนโย 4) *พัฒนาการทางเพศ* Freud เสนอว่าพัฒนาการของมนุษย์แบ่งออกเป็นช่วงต่าง ๆ ตามความสนใจทางเพศ ได้แก่ Oral, Anal, Phallic, Latency, และ Genital เป็นต้น

เทคนิคการให้คำปรึกษา เช่น 1) *การตีความ* นักจิตวิเคราะห์จะตีความความฝัน การพูดพลั้งปาก และพฤติกรรมอื่นๆ เพื่อเปิดเผยความขัดแย้งในจิตไร้สำนึก 2) *การวิเคราะห์การถ้อยแถลง* นักจิตวิเคราะห์จะวิเคราะห์ความรู้สึกที่ผู้รับคำปรึกษาถ้อยแถลงมาซึ่งนักจิตวิเคราะห์ ซึ่งมักสะท้อนถึงความสัมพันธ์ในอดีต 3) *การเผชิญหน้า* นักจิตวิเคราะห์จะเผชิญหน้ากับผู้รับคำปรึกษา เกี่ยวกับความขัดแย้งและความไม่สอดคล้องกันในพฤติกรรม เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป การให้คำปรึกษาเป็นกระบวนการช่วยเหลือเชิงวิชาชีพที่มุ่งส่งเสริมการเข้าใจตนเอง การแก้ไขปัญหา และการพัฒนาศักยภาพของบุคคล ผ่านความสัมพันธ์ที่ตั้งอยู่บนความไว้วางใจและจริยธรรม (Corey, 2017) ในบริบทของคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว การให้คำปรึกษามีบทบาทสำคัญในการช่วยจัดการความเครียด บทบาทซ้อนทับ และปัญหาทางอารมณ์จากการเลี้ยงดูบุตรเพียงลำพัง

2. ทฤษฎีมนุษยนิยม (Humanistic Theory)

แนวคิดมนุษยนิยมเน้นย้ำถึงศักยภาพของมนุษย์ในการเติบโตและพัฒนาตนเอง โดยมองว่ามนุษย์มีเจตจำนงเสรีและมีความสามารถในการตัดสินใจเลือกเส้นทางชีวิตของตนเอง

แนวคิดหลัก เช่น 1) *การตระหนักในตนเอง* ความปรารถนาของมนุษย์ที่จะพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างเต็มที่ 2) *การยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข* การยอมรับและให้คุณค่าแก่ผู้รับคำปรึกษาโดยไม่ตัดสิน 3) *ความเห็นอกเห็นใจ* ความสามารถในการเข้าใจความรู้สึกและมุมมองของผู้รับคำปรึกษา 4) *ความสอดคล้อง* ความซื่อสัตย์และความจริงใจของนักให้คำปรึกษา เป็นต้น

เทคนิคการให้คำปรึกษา เช่น 1) *การสะท้อนความรู้สึก* นักให้คำปรึกษาจะสะท้อนความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษาเพื่อช่วยให้พวกเขาเข้าใจความรู้สึกของตนเอง 2) *การให้ความกระจ่าง* นักให้คำปรึกษาจะช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาเข้าใจความคิดและความรู้สึกของตนเองอย่างชัดเจน 3) *การสนับสนุน* นักให้คำปรึกษาจะให้การสนับสนุนและกำลังใจแก่ผู้รับคำปรึกษา เป็นต้น

ข้อดี เช่น 1) เน้นย้ำถึงศักยภาพของมนุษย์ในการเติบโตและพัฒนาตนเอง 2) สร้างความสัมพันธ์ที่ตระหว่างนักให้

คำปรึกษาและผู้รับคำปรึกษา 3) ส่งเสริมการตระหนักในตนเองและความรับผิดชอบ เป็นต้น

ข้อเสีย เช่น 1) อาจไม่เหมาะสำหรับผู้ที่มีปัญหาทางจิตเวชที่รุนแรง 2) ขาดเทคนิคที่เฉพาะเจาะจงในการแก้ไขปัญหา 3) อาจเน้นหนักเกินไปในความรู้สึกส่วนตัว เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป ทฤษฎีมนุษยนิยมของ Rogers (1961) เน้นศักดิ์ศรี ความมีคุณค่า และศักยภาพภายในของมนุษย์ โดยเชื่อว่าบุคคลสามารถพัฒนาและแก้ไขปัญหาชีวิตได้ หากได้รับการยอมรับอย่างไม่มีเงื่อนไข ความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง และความจริงใจ แนวคิดนี้เหมาะสมกับการให้คำปรึกษาคุณแม่เลี้ยงเดี่ยวที่ประสบภาวะสูญเสียและความรู้สึกด้อยคุณค่า

3. ทฤษฎีคอนเซอริงเชิงพหุวัฒนธรรม (Multicultural Counseling Theory)

ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงพหุวัฒนธรรม เป็นกรอบแนวคิดที่เน้นความสำคัญของการตระหนักถึงความแตกต่างทางวัฒนธรรมและบริบททางสังคมในการให้คำปรึกษา โดยมีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมความเป็นธรรมและความเท่าเทียมในการบริการทางจิตวิทยาแก่ผู้รับบริการที่มีภูมิหลังทางวัฒนธรรมที่หลากหลาย ทฤษฎีนี้ตระหนักว่าวัฒนธรรมมีอิทธิพลอย่างมากต่อการรับรู้ ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคล ดังนั้น นักให้คำปรึกษาจึงจำเป็นต้องมีความเข้าใจในวัฒนธรรมที่หลากหลาย เพื่อให้สามารถให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับผู้รับบริการแต่ละราย

ความสำคัญของพหุวัฒนธรรมในการให้คำปรึกษา

ในสังคมโลกปัจจุบันที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมมากขึ้น การให้คำปรึกษาที่ไม่คำนึงถึงความแตกต่างทางวัฒนธรรมอาจนำไปสู่ความเข้าใจผิด การตีความที่ผิดพลาด และการให้บริการที่ไม่เหมาะสม ซึ่งอาจส่งผลเสียต่อผู้รับบริการได้ ดังนั้น การให้คำปรึกษาเชิงพหุวัฒนธรรมจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งในการ เช่น 1) *ลดอคติและความลำเอียง* ช่วยให้นักให้คำปรึกษาสามารถตระหนักถึงอคติและความลำเอียงของตนเอง และหลีกเลี่ยงการตัดสินผู้รับบริการจากมุมมองทางวัฒนธรรมของตนเอง 2) *สร้างความสัมพันธ์ที่ดี* ช่วยให้นักให้คำปรึกษาสามารถสร้างความสัมพันธ์ที่ดีและไว้วางใจกับผู้รับบริการจากวัฒนธรรมที่ต่างกันได้ 3) *ปรับวิธีการให้คำปรึกษา* ช่วยให้นักให้คำปรึกษาสามารถปรับวิธีการให้คำปรึกษาให้เหมาะสมกับความต้องการและบริบททางวัฒนธรรมของผู้รับบริการแต่ละราย 4) *ส่งเสริมความเป็นธรรมและความเท่าเทียม* ช่วยให้นักให้คำปรึกษาสามารถให้บริการทางจิตวิทยาที่เป็นธรรมและเท่าเทียมแก่ผู้รับบริการทุกคน โดยไม่คำนึงถึงภูมิหลังทางวัฒนธรรม เป็นต้น

ข้อจำกัดของทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงพหุวัฒนธรรม

แม้ว่าทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงพหุวัฒนธรรมจะมีประโยชน์อย่างมากในการส่งเสริมความเป็นธรรมและความเท่าเทียมในการบริการทางจิตวิทยา แต่ก็มีข้อจำกัดบางประการที่ควรพิจารณา 1) *การเหมารวม* การเน้นความแตกต่างทางวัฒนธรรมมากเกินไปอาจนำไปสู่การเหมารวมและมองข้ามความแตกต่างภายในกลุ่มวัฒนธรรม 2) *ความซับซ้อน* วัฒนธรรมมีความซับซ้อนและเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ การทำความเข้าใจวัฒนธรรมทั้งหมดเป็นไปได้ยาก 3) *การนำไปใช้* การนำทฤษฎีไปใช้ในทางปฏิบัติอาจเป็นเรื่องท้าทาย เนื่องจากต้องใช้ความตระหนักในตนเอง ความรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมอื่น และทักษะการให้คำปรึกษาเชิงพหุวัฒนธรรม

กล่าวโดยสรุป ทฤษฎีการให้คำปรึกษาเชิงพหุวัฒนธรรมเป็นกรอบแนวคิดที่สำคัญในการให้คำปรึกษาในสังคมที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมมากขึ้น นักให้คำปรึกษาที่ตระหนักถึงความสำคัญของพหุวัฒนธรรมสามารถให้บริการทางจิตวิทยาที่เป็นธรรมและเท่าเทียมแก่ผู้รับบริการทุกคน โดยไม่คำนึงถึงภูมิหลังทางวัฒนธรรม อย่างไรก็ตาม นักให้คำปรึกษาควรตระหนักถึงข้อจำกัดของทฤษฎี และพยายามหลีกเลี่ยงการเหมารวมและการตีความที่ผิดพลาด เพื่อให้สามารถให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับผู้รับบริการแต่ละราย โดยที่ Sue และ Sue (2016) เสนอว่าการให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพต้องตระหนักถึงความแตกต่างทางวัฒนธรรม ศาสนา ภาษา และอัตลักษณ์ของผู้รับคำปรึกษา ในพื้นที่ชายแดนภาคใต้ ซึ่งเป็นสังคมพหุวัฒนธรรม การใช้แนวคิดคอนเซอริงเชิงพหุวัฒนธรรมช่วยลดอคติทางวัฒนธรรม และสร้างความไว้วางใจระหว่างผู้ให้และผู้รับคำปรึกษา

4. แนวคิดการเสริมพลังอำนาจ (Empowerment Theory)

แนวคิดเกี่ยวกับการเสริมพลังอำนาจ ซึ่งเป็นแนวคิดที่มุ่งเน้นการเพิ่มความสามารถและศักยภาพของบุคคล ชุมชน หรือองค์กร ให้สามารถควบคุมชีวิตและตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองได้ โดยจะกล่าวถึงความหมาย องค์ประกอบ หลักการ และกระบวนการของการเสริมพลังอำนาจ รวมถึงตัวอย่างการนำไปประยุกต์ใช้ในบริบทต่าง ๆ

การเสริมพลังอำนาจประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญหลายประการ ได้แก่ 1) *การเข้าถึงทรัพยากร* การเข้าถึงทรัพยากรที่จำเป็น เช่น ข้อมูล ความรู้ ทักษะ เงินทุน และโอกาสต่าง ๆ เป็นสิ่งสำคัญในการเสริมพลังอำนาจ 2) *การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ* การมีส่วนร่วมในการตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง เป็นการเพิ่มความรู้สึกเป็นเจ้าของและควบคุมชีวิตของตนเอง 3) *การควบคุม* การมีความสามารถในการควบคุมชีวิตและสถานการณ์ต่าง ๆ เป็นการเพิ่มความเชื่อมั่นและความสามารถในการเผชิญหน้ากับความท้าทาย 4) *ความตระหนัก* การมีความตระหนักในสิทธิของตนเอง ความไม่เท่าเทียมในสังคม และปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตของตนเอง เป็นพื้นฐานสำคัญในการเสริมพลังอำนาจ 5) *ความเชื่อมั่นในตนเอง* การมีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองในการบรรลุเป้าหมาย เป็นแรงผลักดันสำคัญในการลงมือทำและสร้างความเปลี่ยนแปลง

การเสริมพลังอำนาจมีหลักการสำคัญที่ควรคำนึงถึง ได้แก่ 1) *การเคารพศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์* การให้ความสำคัญกับศักดิ์ศรีและความเป็นมนุษย์ของทุกคน เป็นพื้นฐานสำคัญในการเสริมพลังอำนาจ 2) *การมีส่วนร่วม* การส่งเสริมให้บุคคล ชุมชน หรือองค์กร มีส่วนร่วมในการวางแผน การตัดสินใจ และการดำเนินงาน เป็นการเพิ่มความรู้สึกเป็นเจ้าของและรับผิดชอบ 3) *การเรียนรู้* การส่งเสริมการเรียนรู้และพัฒนาทักษะ เป็นการเพิ่มความสามารถในการเผชิญหน้ากับความท้าทายและสร้างความเปลี่ยนแปลง 4) *ความยั่งยืน* การสร้างความเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืน โดยคำนึงถึงผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม สังคม และเศรษฐกิจ 5) *ความเท่าเทียม* การลดความเหลื่อมล้ำและความไม่เท่าเทียมในสังคม โดยให้ความสำคัญกับกลุ่มคนที่ด้อยโอกาสและถูกกีดกัน

กระบวนการของการเสริมพลังอำนาจสามารถแบ่งออกเป็นขั้นตอนต่าง ๆ ได้ดังนี้ 1) *การระบุปัญหาและความต้องการ* การระบุปัญหาและความต้องการของบุคคล ชุมชน หรือองค์กร เป็นขั้นตอนแรกในการเสริมพลังอำนาจ 2) *การสร้างความตระหนัก* การสร้างความตระหนักในปัญหาและความต้องการ รวมถึงปัจจัยที่ส่งผลกระทบ เป็นการกระตุ้นให้เกิดความต้องการที่จะเปลี่ยนแปลง 3) *การพัฒนาทักษะและความรู้* การพัฒนาทักษะและความรู้ที่จำเป็นในการแก้ไขปัญหาและตอบสนองความต้องการ เป็นการเพิ่มความสามารถในการลงมือทำ 4) *การสร้างเครือข่ายและการสนับสนุน* การสร้างเครือข่ายและการสนับสนุนจากบุคคล กลุ่ม หรือองค์กรต่างๆ เป็นการเพิ่มความเข้มแข็งและความสามารถในการเผชิญหน้ากับความท้าทาย 5) *การลงมือทำและการสร้างความเปลี่ยนแปลง* การลงมือทำเพื่อแก้ไขปัญหาและตอบสนองความต้องการ เป็นการสร้างความเปลี่ยนแปลงในชีวิตและสังคม 6) *การประเมินผลและการเรียนรู้* การประเมินผลของการดำเนินงานและการเรียนรู้จากประสบการณ์ เป็นการปรับปรุงและพัฒนาการเสริมพลังอำนาจให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

กล่าวโดยสรุป แนวคิดการเสริมพลังอำนาจเป็นแนวคิดที่สำคัญในการพัฒนาบุคคล ชุมชน และองค์กร ให้สามารถควบคุมชีวิตและตัดสินใจในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเองได้ การเสริมพลังอำนาจไม่ใช่แค่การให้อำนาจ แต่เป็นการสร้างความเชื่อมั่นและความสามารถในการใช้อำนาจนั้นอย่างมีประสิทธิภาพ การนำแนวคิดการเสริมพลังอำนาจไปประยุกต์ใช้ในบริบทต่าง ๆ จะช่วยสร้างสังคมที่เข้มแข็งและยั่งยืน อีกทั้ง Zimmerman (2000) ได้อธิบายการเสริมพลังอำนาจว่าเป็นกระบวนการที่ช่วยให้บุคคลมีความสามารถในการควบคุมชีวิต ตัดสินใจ และเข้าถึงทรัพยากรทางสังคม สำหรับคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว การเสริมพลังอำนาจผ่านการให้คำปรึกษาช่วยเพิ่มความเชื่อมั่นในตนเอง และลดการพึ่งพิงเชิงโครงสร้าง

5. ทฤษฎีระบบครอบครัว (Family Systems Theory)

แนวคิดที่มองว่าครอบครัวเป็นระบบที่มีความซับซ้อนและเชื่อมโยงกัน โดยสมาชิกแต่ละคนมีบทบาทและความสัมพันธ์ที่ส่งผลกระทบต่อกันและกัน การทำความเข้าใจพลวัตภายในครอบครัวนี้มีความสำคัญอย่างยิ่งในการแก้ไขปัญหาและส่งเสริมสุขภาพที่ดีของสมาชิกทุกคนในครอบครัว บทความนี้จะสำรวจแนวคิดหลักของทฤษฎีระบบครอบครัว, หลักการสำคัญ, และการประยุกต์ใช้ทฤษฎีนี้ในการบำบัดและให้คำปรึกษา

6. แนวคิดความเครียดและการเผชิญปัญหา (Stress and Coping Theory)

แนวคิดเรื่องความเครียดและการเผชิญปัญหา ซึ่งเป็นหัวข้อที่สำคัญในด้านจิตวิทยาและสุขภาพ ความเครียดเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน แต่การจัดการกับความเครียดอย่างมีประสิทธิภาพเป็นสิ่งสำคัญต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี เราจะพิจารณาถึงนิยามของความเครียด สาเหตุของความเครียด รูปแบบการตอบสนองต่อความเครียด และกลไกการเผชิญปัญหาต่าง ๆ ที่บุคคลใช้เพื่อรับมือกับความเครียด

สาเหตุของความเครียด หรือที่เรียกว่า ตัวก่อความเครียด สามารถแบ่งออกได้เป็นหลายประเภท ได้แก่ 1) *เหตุการณ์ในชีวิต* เหตุการณ์สำคัญที่เกิดขึ้นในชีวิต เช่น การแต่งงาน การหย่าร้าง การเสียชีวิตของบุคคลอันเป็นที่รัก การย้ายบ้าน หรือการเปลี่ยนงาน 2) *ความเครียดในชีวิตประจำวัน* เหตุการณ์เล็ก ๆ น้อย ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่น การจราจรติดขัด การทะเลาะกับเพื่อนร่วมงาน หรือปัญหาทางการเงิน 3) *ความเครียดจากการทำงาน* ความเครียดที่เกิดจากสภาพแวดล้อมในการทำงาน เช่น ภาระงานที่มากเกินไป ความขัดแย้งกับเพื่อนร่วมงาน หรือความไม่มั่นคงในงาน 4) *ความเครียดทางสังคม* ความเครียดที่เกิดจากความสัมพันธ์ทางสังคม เช่น การถูกเลือกปฏิบัติ การถูกกีดกัน หรือการขาดการสนับสนุนทางสังคม เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป ความเครียดเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต แต่การจัดการกับความเครียดอย่างมีประสิทธิภาพเป็นสิ่งสำคัญต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี การทำความเข้าใจสาเหตุของความเครียด รูปแบบการตอบสนองต่อความเครียด และกลไกการเผชิญปัญหาต่างๆ จะช่วยให้บุคคลสามารถพัฒนาวิธีการจัดการความเครียดที่เหมาะสมกับตนเอง และนำไปสู่ชีวิตที่มีความสุขและสุขภาพที่ดีขึ้น อีกทั้ง Lazarus และ Folkman (1984) เสนอว่า ความเครียดเกิดจากการประเมินสถานการณ์และทรัพยากรที่บุคคลมีในการเผชิญปัญหา คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดนใต้ต้องเผชิญความเครียดจากหลายมิติ การให้คำปรึกษาจึงช่วยพัฒนากลยุทธ์การเผชิญปัญหาอย่างเหมาะสมและยั่งยืน

7. แนวคิดบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรง (Trauma-Informed Approach)

แนวคิดบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรง ซึ่งเป็นแนวทางที่ตระหนักถึงผลกระทบที่บาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงมีต่อบุคคลและพยายามที่จะสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและสนับสนุนเพื่อส่งเสริมการฟื้นตัว โดยจะครอบคลุมถึงหลักการสำคัญของแนวทางนี้ การนำไปประยุกต์ใช้ในบริบทต่าง ๆ และประโยชน์ที่ได้รับจากการนำแนวทางนี้มาใช้

แนวคิดบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรง คือแนวทางที่ตระหนักถึงผลกระทบที่บาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงมีต่อบุคคล ทั้งในด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพฤติกรรม แนวทางนี้มุ่งเน้นไปที่การสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและสนับสนุนเพื่อส่งเสริมการฟื้นตัวและความเป็นอยู่ที่ดีของผู้ที่ได้รับผลกระทบจากบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรง โดยที่ความสำคัญของแนวคิดนี้อยู่ที่การตระหนักว่าบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงเป็นประสบการณ์ที่แพร่หลายและส่งผลกระทบต่อวิถีชีวิตของผู้คน การนำแนวทางนี้มาใช้จะช่วยให้เราเข้าใจพฤติกรรมและความต้องการของผู้ที่ได้รับผลกระทบจากบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงได้ดีขึ้น และสามารถให้การสนับสนุนที่เหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

แนวคิดบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงมีหลักการสำคัญ 6 ประการ ได้แก่ 1) *ความปลอดภัย* สร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อให้ผู้ที่ได้รับผลกระทบจากบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงรู้สึกมั่นใจและได้รับการปกป้อง 2) *ความไว้วางใจและความโปร่งใส* สร้างความสัมพันธ์ที่ไว้วางใจได้และเปิดเผยข้อมูลอย่างโปร่งใส เพื่อให้ผู้ที่ได้รับผลกระทบจากบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงรู้สึกได้รับการเคารพและเข้าใจ 3) *การสนับสนุนซึ่งกันและกัน* ส่งเสริมการสนับสนุนซึ่งกันและกันระหว่างผู้ที่ได้รับผลกระทบจากบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรง เพื่อให้พวกเขาสามารถแบ่งปันประสบการณ์และเรียนรู้ซึ่งกันและกัน 4) *การทำงานร่วมกันและความเสมอภาค* สร้างความสัมพันธ์ที่เท่าเทียมและทำงานร่วมกันระหว่างผู้ให้บริการและผู้รับบริการ เพื่อให้ผู้รับบริการมีส่วนร่วมในการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลของตนเอง 5) *การเสริมสร้างพลังอำนาจ การให้เสียง และทางเลือก* สนับสนุนให้ผู้ที่ได้รับผลกระทบจากบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงมีอำนาจในการควบคุมชีวิตของตนเอง และให้พวกเขามีเสียงในการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลของตนเอง 6) *ความตระหนักถึงวัฒนธรรม ประวัติศาสตร์ และเพศ* ตระหนักถึงความแตกต่างทางวัฒนธรรม ประวัติศาสตร์ และเพศ ที่อาจส่งผลกระทบต่อประสบการณ์ของบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรง และให้การสนับสนุนที่เหมาะสมกับความต้องการเฉพาะของแต่ละบุคคล

กล่าวโดยสรุป แนวคิดบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงเป็นแนวทางที่สำคัญในการทำความเข้าใจและตอบสนองต่อผลกระทบที่บาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงมีต่อบุคคล การนำแนวทางนี้มาใช้สามารถช่วยสร้างสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัยและสนับสนุน ซึ่งสามารถส่งเสริมการฟื้นตัวและความเป็นอยู่ที่ดีของผู้ที่ได้รับผลกระทบจากบาดแผลทางจิตใจจากความรุนแรงได้ อีกทั้ง แนวคิดการให้คำปรึกษาที่ตระหนักถึงบาดแผลทางจิตใจ (Trauma-Informed Care) ให้ความสำคัญกับความปลอดภัย ความไว้วางใจ และการไม่กระตุ้นความทรงจำเชิงลบ (Herman, 1992) เหมาะสมอย่างยิ่งกับบริบทชายแดนใต้ที่มีประสบการณ์ความ

สูญเสียและความรุนแรงยึดเชื้อ

8. แนวคิดชุมชนและทุนทางสังคม (Community and Social Capital Theory)

แนวคิดเรื่องชุมชนและทุนทางสังคม โดยจะอธิบายความหมาย ความสำคัญ และความสัมพันธ์ระหว่างสองแนวคิดนี้ นอกจากนี้ จะมีการพิจารณาถึงประโยชน์และข้อจำกัดของแนวคิดเหล่านี้ รวมถึงการนำไปประยุกต์ใช้ในบริบทต่าง ๆ

ประโยชน์และข้อจำกัดของแนวคิดชุมชนและทุนทางสังคม มีประโยชน์หลายประการ เช่น 1) ช่วยให้เราเข้าใจถึงความสำคัญของความสัมพันธ์ทางสังคมในการพัฒนาสังคมและเศรษฐกิจ 2) ช่วยให้เราสามารถระบุและวัดทุนทางสังคมได้ 3) ช่วยให้เราสามารถออกแบบและดำเนินโครงการเพื่อส่งเสริมทุนทางสังคมได้ เป็นต้น อย่างไรก็ตาม แนวคิดชุมชนและทุนทางสังคมก็มีข้อจำกัดบางประการ เช่น 1) ความหมายของชุมชนและทุนทางสังคมยังไม่เป็นที่ชัดเจนและเป็นสากล 2) การวัดทุนทางสังคมเป็นเรื่องที่ยากและซับซ้อน 3) ทุนทางสังคมอาจมีผลกระทบเชิงลบได้ เช่น การกีดกันคนนอกกลุ่ม หรือการส่งเสริมการทุจริต

การประยุกต์ใช้แนวคิดชุมชนและทุนทางสังคม เนื่องจากแนวคิดชุมชนและทุนทางสังคมสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในบริบทต่าง ๆ ได้มากมาย เช่น 1) *การพัฒนาชุมชน* การส่งเสริมทุนทางสังคมสามารถช่วยให้ชุมชนเข้มแข็งขึ้นและสามารถแก้ไขปัญหาต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง 2) *การพัฒนาเศรษฐกิจ* ทุนทางสังคมสามารถช่วยส่งเสริมการลงทุน การสร้างงาน และการเติบโตทางเศรษฐกิจ 3) *การพัฒนาการศึกษา* ทุนทางสังคมสามารถช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ การพัฒนาทักษะ และการเข้าถึงโอกาสทางการศึกษา 4) *การพัฒนาสุขภาพ* ทุนทางสังคมสามารถช่วยส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิต และ 5) *การพัฒนาการเมือง* ทุนทางสังคมสามารถช่วยส่งเสริมการมีส่วนร่วมทางการเมือง การตรวจสอบการทำงานของรัฐบาล และการสร้างประชาธิปไตยที่เข้มแข็ง

กล่าวโดยสรุป แนวคิดชุมชนและทุนทางสังคมเป็นแนวคิดที่สำคัญและมีประโยชน์ในการทำความเข้าใจและพัฒนาสังคม อย่างไรก็ตาม เราควรตระหนักถึงข้อจำกัดของแนวคิดเหล่านี้ และนำไปประยุกต์ใช้อย่างระมัดระวัง เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อสังคม อีกทั้ง ทุนทางสังคมหมายถึงเครือข่าย ความไว้วางใจ และบรรทัดฐานทางสังคมที่เอื้อต่อความร่วมมือ (Putnam, 2000) การให้คำปรึกษาที่เชื่อมโยงคุณแม่เลี้ยงเดี่ยวกับชุมชน ศาสนสถาน และกลไกท้องถิ่น จะช่วยเสริมสร้างความเข้มแข็งและการพึ่งพาตนเอง

ความท้าทายของคุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดนภาคใต้

คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดนภาคใต้ของประเทศไทยเผชิญกับความท้าทายที่ซับซ้อนและหลากหลาย ซึ่งรวมถึง 1) *ความยากจนและปัญหาทางเศรษฐกิจ* หลายคนต้องเผชิญกับปัญหาการว่างงานหรือการมีงานทำที่ไม่มั่นคง ทำให้มีรายได้ไม่เพียงพอต่อการเลี้ยงดูบุตร 2) *ความไม่มั่นคงและความรุนแรง* สถานการณ์ความไม่สงบในพื้นที่ส่งผลกระทบต่อความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ทำให้เกิดความเครียดและความวิตกกังวล 3) *การขาดการสนับสนุนทางสังคม* คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวหลายคนรู้สึกโดดเดี่ยวและขาดการสนับสนุนจากครอบครัว ชุมชน หรือหน่วยงานภาครัฐ 4) *ข้อจำกัดทางวัฒนธรรมและศาสนา* ในบางชุมชน คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวอาจเผชิญกับการตีตราทางสังคมและการเลือกปฏิบัติ 5) *ปัญหาด้านสุขภาพจิต* ความเครียด ความวิตกกังวล และความรู้สึกโดดเดี่ยวอาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพจิต เช่น ภาวะซึมเศร้า

แนวทางการให้คำปรึกษาที่เหมาะสม

เพื่อให้การให้คำปรึกษาแก่คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดนภาคใต้มีประสิทธิภาพ ควรคำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ ดังนี้ 1. *การสร้างความสัมพันธ์และความไว้วางใจ* เริ่มต้นด้วยการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้รับคำปรึกษา โดยแสดงความเข้าใจและเห็นอกเห็นใจต่อสถานการณ์ที่พวกเขากำลังเผชิญ สร้างบรรยากาศที่ปลอดภัยและเป็นกันเอง เพื่อให้พวกเขาสามารถเปิดใจและพูดคุยได้อย่างอิสระ พร้อมกับรักษาความลับและความเป็นส่วนตัวของผู้รับคำปรึกษา 2. *การประเมินความต้องการและปัญหา* ใช้เครื่องมือและเทคนิคการประเมินที่เหมาะสม เพื่อระบุความต้องการและปัญหาที่แท้จริงของผู้รับคำปรึกษา พิจารณปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผลต่อชีวิตของพวกเขา เช่น ปัญหาทางเศรษฐกิจ สุขภาพ ความสัมพันธ์ และความปลอดภัย พร้อมทั้งให้ความสำคัญกับมุมมองและความรู้สึกของผู้รับคำปรึกษา 3. *การกำหนดเป้าหมายและวางแผนการแก้ไขปัญหา* ร่วมกับผู้รับคำปรึกษากำหนดเป้าหมายที่ชัดเจนและเป็นไปได้ พัฒนากลยุทธ์และแผนการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสมกับสถานการณ์และความสามารถของพวกเขา พร้อมทั้งให้ความสำคัญ

กับการเสริมสร้างศักยภาพและความเข้มแข็งของผู้รับคำปรึกษา 4. *การให้ความรู้และทักษะ* ให้ความรู้เกี่ยวกับสิทธิและสวัสดิการที่พวกเขามีสิทธิได้รับ สอนทักษะที่จำเป็นสำหรับการจัดการกับปัญหาต่าง ๆ เช่น ทักษะการเลี้ยงดูบุตร ทักษะการจัดการการเงิน และทักษะการสื่อสาร พร้อมทั้งส่งเสริมการเรียนรู้และการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง 5. *การสนับสนุนทางอารมณ์และจิตใจ* รับฟังและให้กำลังใจแก่ผู้รับคำปรึกษา ช่วยให้พวกเขาสามารถจัดการกับความเครียด ความวิตกกังวล และความรู้สึกเชิงลบอื่น ๆ พร้อมทั้งส่งเสริมการสร้างความภาคภูมิใจในตนเองและความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง 6. *การเชื่อมโยงกับแหล่งสนับสนุน* เชื่อมโยงผู้รับคำปรึกษากับแหล่งสนับสนุนต่าง ๆ ในชุมชน เช่น กลุ่มช่วยเหลือตนเอง องค์กรพัฒนาเอกชน และหน่วยงานภาครัฐ ให้ข้อมูลเกี่ยวกับบริการต่าง ๆ ที่มีอยู่ เช่น บริการด้านสุขภาพ บริการด้านการศึกษา และบริการด้านกฎหมาย พร้อมทั้งสนับสนุนให้พวกเขาสร้างเครือข่ายทางสังคมและได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่น 7. *การคำนึงถึงความแตกต่างทางวัฒนธรรมและศาสนา* ให้ความสำคัญต่อความเชื่อและค่านิยมทางวัฒนธรรมและศาสนาของผู้รับคำปรึกษา ปรับวิธีการให้คำปรึกษาให้สอดคล้องกับบริบททางวัฒนธรรมและศาสนา พร้อมทั้งทำงานร่วมกับผู้นำทางศาสนาและผู้นำชุมชนเพื่อส่งเสริมการสนับสนุนคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว

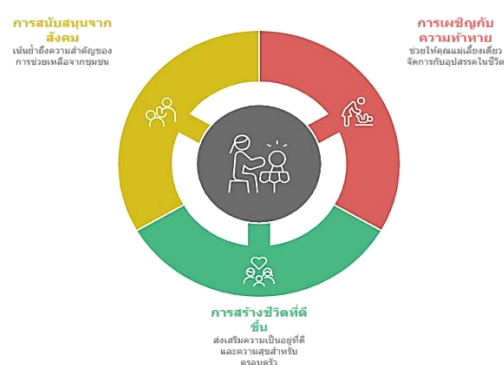
เทคนิคการให้คำปรึกษาที่เหมาะสม

การให้คำปรึกษาที่มีประสิทธิภาพต้องอาศัยทักษะและความเข้าใจที่หลากหลาย การสร้างความสัมพันธ์ที่ดี การฟังอย่างตั้งใจ การตั้งคำถามที่กระตุ้นความคิด และการให้ข้อเสนอแนะที่สร้างสรรค์ ล้วนเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถแก้ไขปัญหาและพัฒนาตนเองได้อย่างยั่งยืน นอกจากนี้ การจัดการกับความท้าทายและคำนึงถึงจริยธรรมในการให้คำปรึกษาเป็นสิ่งสำคัญเพื่อให้การให้คำปรึกษาเป็นไปอย่างมีอาชีพและมีจริยธรรม ดังนี้ 1. *การให้คำปรึกษาแบบรายบุคคล* เป็นการให้คำปรึกษาแบบตัวต่อตัว ซึ่งช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถเปิดเผยปัญหาและความรู้สึกได้อย่างอิสระ 2. *การให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม* เป็นการให้คำปรึกษาแก่กลุ่มคุณแม่เลี้ยงเดี่ยว ซึ่งช่วยให้พวกเขาสามารถแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เรียนรู้จากกัน และสร้างเครือข่ายสนับสนุน 3. *การให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์หรือออนไลน์* เป็นการให้คำปรึกษาผ่านช่องทางต่าง ๆ เช่น โทรศัพท์ วิดีโอคอล หรือแชท ซึ่งช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถเข้าถึงบริการได้ง่ายขึ้น 4. *การใช้ศิลปะบำบัดหรือดนตรีบำบัด* เป็นการใช้กิจกรรมทางศิลปะหรือดนตรีเพื่อช่วยให้ผู้รับคำปรึกษาสามารถแสดงออกทางอารมณ์และจัดการกับความเครียด

บทสรุป

การให้คำปรึกษาแก่คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดนใต้เป็นกระบวนการที่ซับซ้อนและต้องใช้ความเข้าใจและความละเอียดอ่อน การให้คำปรึกษาที่เหมาะสมสามารถช่วยให้พวกเขาสามารถเผชิญกับความท้าทายต่าง ๆ และสร้างชีวิตที่ดีขึ้นสำหรับตนเองและบุตร การสนับสนุนจากทุกภาคส่วนในสังคมเป็นสิ่งสำคัญในการส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีของคุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดนภาคใต้ของประเทศไทย ดังภาพที่ 2

การให้คำปรึกษาแก่คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดน



ภาพที่ 2 การให้คำปรึกษาแก่คุณแม่เลี้ยงเดี่ยวในพื้นที่ชายแดน

เอกสารอ้างอิง

- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2564). *สถานการณ์ครอบครัวไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- อนันท์ กาญจนพันธุ์. (2559). *พหุวัฒนธรรมกับการอยู่ร่วมกันในสังคมไทย*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย.
- Bourdieu, P. (1986). *The forms of capital*. In J. G. Richardson (Ed.), *Handbook of theory and research for the sociology of education* (pp. 241–258). Greenwood Press.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Coleman, J. S. (1988). *Social capital in the creation of human capital*. *American Journal of Sociology*, 94(Supplement), S95–S120. <https://doi.org/10.1086/228943>
- Corey, G. (2017). *Theory and practice of counseling and psychotherapy (10th ed.)*. Cengage Learning.
- Durkheim, É. (1893/1984). *The division of labor in society* (W. D. Halls, Trans.). Free Press. (Original work published 1893)
- Herman, J. L. (1992). *Trauma and recovery*. Basic Books.
- Joll, C. M. (2010). *Religion and conflict in Southern Thailand*. Singapore: NUS Press.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- McCargo, D. (2014). *Tearing apart the land: Islam and legitimacy in Southern Thailand*. Ithaca: Cornell University Press.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Houghton Mifflin.
- Sue, D. W., & Sue, D. (2016). *Counseling the culturally diverse: Theory and practice (7th ed.)*. Wiley.
- Tönnies, F. (1887/2001). *Community and civil society* (J. Harris & M. Hollis, Trans.). Cambridge University Press. (Original work published 1887)
- Zimmerman, M. A. (2000). Empowerment theory: Psychological, organizational, and community levels of analysis. *American Journal of Community Psychology*, 28(1), 43–63. <https://doi.org/10.1023/A:100699951>