



“HeForShe”

ยุติความรุนแรง

ต่อเด็ก สตรี บุคคลในครอบครัว และความรุนแรงในสังคมทุกรูปแบบ

“พฤษจิกายน”

เดือนรณรงค์ยุติความรุนแรงต่อเด็ก สตรี
และบุคคลในครอบครัว



ไม่ยอมรับ ไม่นิ่งเฉย ไม่กระทำความรุนแรง
ต่อเด็ก สตรี และบุคคลในครอบครัว



กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว
กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

4 รูปแบบ ความรุนแรงต่อเด็ก

ความรุนแรงทางร่างกาย

- ทำร้ายร่างกาย
- ทารุณกรรม
- ลงโทษอย่างรุนแรง



ความรุนแรงทางอารมณ์และจิตใจ

- พุดจาประชดประชัน
- ดูว่าเด็กด้วยด้อยค่ารุนแรง
- นำเด็กไปเปรียบเทียบกับเด็กคนอื่นทำให้เด็กรู้สึกด้อยค่า
- ชมเชยให้เด็กหวาดกลัว



4 รูปแบบ ความรุนแรง ต่อเด็ก



ความรุนแรงทางเพศ

- ละเมิดทางเพศต่อเด็ก
- ทารุณกรรมทางเพศต่อเด็ก

การละเลยทอดทิ้ง

- ปล่อยปลละเลยไม่สนใจเด็ก
- ให้เด็กอยู่ตามลำพัง
- ขาดแคลนปัจจัยในการดำรงชีวิต หรือปล่อยให้เด็กต้องรับผิดชอบภาระเกินวัย



เลี้ยงดูไม่เหมือนกัน

ผลลัพธ์ย่อมแตกต่างกันแน่นอน



การสร้างวินัย คือ	การลงโทษ คือ
ให้ทางเลือกในเชิงบวกแก่เด็ก	บอกแต่ว่าจะอะไรที่ไม่ให้ทำ
ชื่นชมหรือให้รางวัล	โทษเกรี้ยวต่อพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์
เมื่อทำพฤติกรรมที่พึงประสงค์	
พูดคุยด้วยเหตุผล	ข่มขู่หรือตีสอนบนเพื่อให้ทำตามกฎระเบียบ
และตกลงกันเกี่ยวกับกฎระเบียบ	
ให้แนวทางปฏิบัติที่เสมอต้นเสมอปลาย	ใช้การควบคุม ทำให้รู้สึกผิดหรือละอาย
เคารพศักดิ์ศรีและมองเด็กในด้านบวก	ไม่เคารพศักดิ์ศรีและมองเด็กในด้านลบ
ปราศจากความรุนแรง	ทำร้ายรุนแรงทั้งทางวาจาและการกระทำ
ทั้งทางวาจาและการกระทำ	
มีการให้ผลกระทบที่เป็นเหตุผลและเกี่ยวข้อง	มีการให้ผลกระทบที่ไม่เป็นเหตุผลและไม่เกี่ยวข้อง
โดยตรงกับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็ก	กับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็ก
เมื่อเด็กต้องแสดงความเสียใจ	เมื่อเด็กถูกลงโทษเพราะทำร้ายผู้อื่น
และทำอะไรบางอย่างเพื่อทดแทน	มากกว่าแสดงให้เห็นว่า
หรือชดใช้ความเสียหาย	เมื่อทำผิดแล้วควรทำอย่างไร
ที่เกิดขึ้นจากการกระทำผิดของตนเอง	เพื่อแสดงความรับผิดชอบหรือความเสียใจ
การเข้าไว้ระดับความสามารถ ความจำเป็น	การปฏิบัติที่ไม่เหมาะสมกับระดับพัฒนาการ
สถานการณ์แวดล้อม และระดับพัฒนาการ	ของเด็ก ไม่คำนึงถึงสถานการณ์แวดล้อม
เฉพาะตัวของเด็กแต่ละคน	ระดับความสามารถและความจำเป็น
	ในชีวิตของเด็ก
ปลูกฝังการมีวินัยในตนเอง	สอนให้ทำดีเฉพาะตอนที่อาจถูกริบได้ว่าทำผิด
รับฟังและทำให้ดูเป็นตัวอย่าง	คอยจับผิดเรื่องเล็กๆ น้อยๆ อยู่ตลอดเวลา
ใช้การทำผิดเป็นโอกาสในการเรียนรู้	บังคับให้เด็กทำตามกฎระเบียบ
	เพียงเพราะ "พ่อแม่สั่งว่าอย่างนั้น"
จำกัดอยู่ที่พฤติกรรมของเด็ก	ตำหนิวิจารณ์ตัวเด็กมากกว่าพฤติกรรม
ไม่ใช่ตัวเด็กเอง - สิ่งที่ทำนั้นผิด	เธอมันไม่ เธอผิดไปแล้ว

หลักการบริหารหน้าจอ

เนื่องจากสื่อมีผลต่อความคิด ค่านิยม และพฤติกรรมของเด็กและวัยรุ่น ไม่ควรปล่อยให้เด็ก ใช้เวลาอยู่หน้าจอโทรทัศน์ เล่นคอมพิวเตอร์ และวิดีโอเกมมากกว่า ทำกิจกรรมอย่างอื่น พ่อแม่หรือผู้ดูแลเด็กควรให้ความใกล้ชิด ตรวจสอบเนื้อหา ควบคุมเวลาที่อยู่หน้าจอ และให้คำแนะนำเมื่อลูก เปิดรับสื่อประเภทต่างๆ

● เนื้อหาความรุนแรงในสื่อ

ความรุนแรงในละคร อาทิ ฉากตบตี ต่ำท้อ ทะเลาะวิวาท ทำสงครามสู้รบกัน ฉากข่มขืน เนื้อหาความรุนแรง หรือเรื่องทางเพศที่อยู่ในรายการโทรทัศน์ และรายการข่าว



● เกมที่มีเนื้อหารุนแรง

การเล่นเกมน หรือติตเกมที่มีเนื้อหารุนแรง

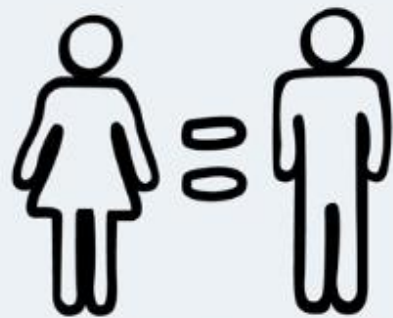
● ความรุนแรงในสังคมออนไลน์

การใช้คำพูดสร้างความเกลียดชัง การต่ำท้อ วาไรย การรังแกแก่งกันในโลกออนไลน์ การเผยแพร่คลิปทะเลาะวิวาทของเด็ก ซึ่งในโลกออนไลน์นี้มีทั้งเด็กที่กระทำรุนแรงต่อผู้อื่น และเด็กที่ตกเป็นเหยื่อถูกระทำรุนแรง

ปฏิบัติการความรักที่ไร้ความรุนแรง

= รัก + สติ + เท่าเทียม

การปรับเปลี่ยนความคิด ทศนคติ ค่านิยม เพื่อเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อให้เกิดความรักที่มีความเคารพ ให้เกียรติ ยอมรับกัน จะเป็นรากฐานความรักที่ยั่งยืนและครอบครัวที่มั่นคง



1. ตั้งสติ

เมื่อมีอารมณ์โกรธ หรือไม่พอใจ เช่น เห็นคนที่เรารักพูดคุยกับคนอื่น ให้ตั้งสติทบทวนว่าสิ่งที่เกิดขึ้นเราคิดไปเองหรือไม่ ถ้าเราคิดไปเองสิ่งที่เราคิดอาจถูกหรือผิดก็ได้ ไม่ควรกระทำการใดๆ ในขณะที่กำลังมีโทสะ เพราะอาจนำไปสู่การใช้ความรุนแรงได้

2. ไม่คิดว่าตนเองเป็นเจ้าของ

เพราะความรู้สึกรับความเป็นเจ้าของจะนำไปสู่การหึงหวง คิดว่าคนๆ นั้นเป็นสมบัติของตนเอง จะทำอะไรก็ได้ เช่น การบังคับหลับนอน

3. พูดคุยเปิดใจ

สร้างความไว้วางใจกัน

หาโอกาสพูดคุยอย่างเปิดใจเมื่อมีความไม่เข้าใจเกิดขึ้น ในบรรยากาศที่พร้อมด้วยกันทั้งสองฝ่าย ไม่เก็บงำเรื่องไว้ ไม่นำเรื่องเดิมๆ มาพูดซ้ำๆ อีกฝ่ายหนึ่ง การพูดคุยเปิดใจนอกจากจะเพิ่มพูนความเข้าใจแล้ว ยังทำให้เกิดความไว้วางใจกันมากขึ้นด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่งที่ปัจจุบันทั้งหญิงและชายต่างต้องออกมาหาเลี้ยงตนเองและครอบครัว ต้องพบปะผู้คนมากหน้าหลายตา



4. ฝึกถึงใจเขาใจเรา ซื่อสัตย์ รักเดียวใจเดียว

ให้ฝึกถึงเสมอว่าเรามีคนรัก สามี/ภรรยาและลูก
เพื่อเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวไม่ให้หลงใจคู่ครอง หากเรา
ไม่ชอบสิ่งใดก็ไม่ควรทำสิ่งนั้นกับคนที่เรารัก



5. ตั้งมั่นที่จะปฏิเสธการใช้ ความรุนแรง

ตั้งมั่น และระลึกอยู่เสมอว่าการใช้ความรุนแรง
แก้ปัญหาไม่ได้ กลับจะยิ่งซ้ำเติมปัญหา และฝังคิด
ถึงผลที่จะตามมา รวมถึงความผิดตามกฎหมาย

6. ปฏิเสธการใช้พาเครืองตีหม แอลกอฮอล์หรือยาเสพติด ทุกรูปแบบ

ฝึกถึงเสมอว่าการใช้เครืองตีหมแอลกอฮอล์
สิ่งมีนเมา หรือยาเสพติด ไม่ได้ช่วยแก้ไขอะไร
กลับทำให้สถานการณ์เลวร้ายลง และการเริ่มต้น
ตีหมหรือใช้สิ่งเสพติดเพียงหนึ่งครั้ง สามารถนำไปสู่
ครั้งต่อๆ ไปได้



7. ไม่ฮึดตนเองเป็นใหญ่ เคารพและให้เกียรติกัน

รับฟังความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ไม่ยึดถือ
ว่าความคิดตนเองเป็นใหญ่หรือคิดว่าตนเองเหนือกว่า
จากการที่เป็นผู้ชาย เป็นหัวหน้าครอบครัว หรือ
เป็นผู้หาเลี้ยงครอบครัว บ่มเพาะความคิดว่า
หญิงชายย่อมมีศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ที่เท่าเทียมกัน

8. สร้างกติกาการอยู่ร่วมกัน

ในฐานะหุ้นส่วนชีวิตควรมีการสร้างกติกาการอยู่ร่วมกัน ที่เป็นทั้งด้านสิทธิและหน้าที่ เช่น มีการแบ่งงานกันในครอบครัวตามความถนัด ความสามารถ ไม่ใช่เพศหรือความสามารถในการหาเงินมาเป็นตัวกำหนด



9. ถึงที่สุด...ไปต่อไม่ได้...จากกันด้วยดี

ถ้าถึงที่สุดแล้วถ้าไม่สามารถประคองความรักที่มีต่อกันไปได้ ก็ให้ ตั้งสติ ว่าไม่ใช่คู่ของเรา ให้อภัย ยอมรับข้อจำกัดของอีกฝ่าย เดินจากกันด้วยดี เพราะความรักไม่จำเป็นต้องลงเอยด้วยการเป็นคู่กันเสมอไป หากต้องการเปลี่ยนสัมพันธ์ภาพมาเป็นเพื่อนที่ดีต่อกันก็เป็นสิทธิของเรา

พบเห็น 
การกระทำความรุนแรง
ต่อเด็ก สตรี และครอบครัว
ช่องทางการติดต่อ

สำนักงานเทศบาลตำบลบ้านลาด

หมู่ที่ ๗ ถ.สายสุทธี ต.บ้านลาด อ.บ้านลาด จ.เพชรบุรี ๗๖๕๐

เบอร์โทรศัพท์ ๐๒๒-๕๖๒๓๖๖-๕ เบอร์โทรสาร ๐๒๒-๕๖๒๓๖๗ ต่อ ๑๕๕



สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดเพชรบุรี

Phetchaburi Province Social Development And Human Security Office



สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดเพชรบุรี



ศาลากลางจังหวัดเพชรบุรี ชั้น 1 ถนนราชวิถี ตำบลลาดฉ่องกระแชง อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี



โทรศัพท์ 032-426091 แฟกซ์ 032-410643



Facebook : สนง.พัฒนาสังคมฯ จังหวัดเพชรบุรี



Facebook Page : สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดเพชรบุรี



E-mail : phetchaburi@m-society.go.th



Website : www.phetchaburi.m-society.go.th



Website :

www.phetchaburi.m-society.go.th