

# คู่มือ ป้องกันความรุนแรงต่อเด็ก



มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก



ยุติความรุนแรง  
ต่อเด็กทุกรูปแบบ

 **Partage**  
avec les enfants du monde

# คำหา

## หยุดความรุนแรงต่อเด็ก

(Stop violence against children)

มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก จัดทำคู่มือป้องกันความรุนแรงต่อเด็ก ขึ้นเพื่อเป็นส่วนหนึ่งในโครงการ “รณรงค์ยุติความรุนแรงต่อเด็กทุกรูปแบบ” รณรงค์ให้บุคคลที่อยู่แวดล้อมเด็ก ทั้งพ่อแม่ผู้ปกครอง ครู คนในชุมชน และคนในสังคม เกิดความตระหนักต่อผลกระทบของความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับเด็กมาอย่างต่อเนื่อง และร่วมมือกันดูแลและปกป้องเด็กให้ปลอดภัยจากความรุนแรง

คู่มือเล่มนี้ รวบรวมเนื้อหาสาระเกี่ยวกับความรุนแรงต่อเด็ก ความหมาย ผลกระทบ และแนะนำวิธีการเพื่อป้องกันการใช้ความรุนแรงต่อเด็ก ทั้งในมิติของครอบครัว โรงเรียน ชุมชน และคนในสังคม ช่องทางและรายละเอียดของการแจ้งเหตุเมื่อพบเห็นเหตุการณ์กระทำความรุนแรงต่อเด็ก รวมทั้งข้อคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญด้านเด็กต่อการป้องกันความรุนแรงต่อเด็ก

มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือป้องกันความรุนแรงต่อเด็กเล่มนี้ จะช่วยให้เด็กๆ ทุกคนในสังคมได้รับการดูแล ปกป้องคุ้มครอง จากผู้ใหญ่ทุกคน และเติบโตขึ้นท่ามกลางสภาพแวดล้อมทางสังคมที่น่าอยู่ ปลอดภัยและเอื้ออาทรสำหรับเด็ก

มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

ผู้จัดทำ

กันยายน 2563

## สารบัญ

3

ความหมายและประเภท

7

ผลกระทบของความรุนแรง

10

“บ้านนี้ไม่มีความรุนแรง”  
หยุดความรุนแรง...เริ่มต้นที่บ้าน

14

“โรงเรียนปลอดภัยไร้  
ความรุนแรง” หยุดการรังแกกัน  
และความรุนแรงในโรงเรียน

21

“รวมพลังร่วมปกป้องเด็ก  
จากความรุนแรง”

27

หลากหลายมุมมอง ป้องกันปัญหา  
ความรุนแรงในเด็ก

31

รู้จักมูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก



# ความหมายและประเภท ของความรุนแรง

## ความรุนแรงต่อเด็ก

คือ การกระทำหรือละเว้นการกระทำในการเลี้ยงดูเด็กจนส่งผลให้เด็กเสียชีวิตหรือได้รับอันตรายด้านร่างกาย พัฒนาการ และสุขภาพจิต การล่วงละเมิดทางเพศ ตลอดจนการแสวงหาผลประโยชน์จากเด็ก ใช้ให้เด็กกระทำหรือประพฤตินในลักษณะที่น่าจะเป็นอันตรายแก่ร่างกาย จิตใจ พัฒนาการหรือขัดต่อกฎหมาย ศีลธรรมอันดี ไม่ว่าจะเด็กจะยินยอมหรือไม่ ทั้งนี้รวมถึงละเว้นการกระทำจนทำให้เกิดความเสี่ยงต่อภาวะดังกล่าวข้างต้นด้วย

## ประเภทของความรุนแรง

### ความรุนแรงทางด้านร่างกาย

คือ การกระทำใดๆ ก็ตามที่ทำให้เด็กเกิดการบาดเจ็บทางร่างกาย โดยตั้งใจ รวมถึงการฝึกวินัยที่มีการลงโทษทางกาย ทั้งการใช้และไม่ใช้วัตถุ เช่น การชกต่อย ตบตี ใช้ของร้อน การกดน้ำ การใช้สารพิษ การผูกมัด รวมถึงการเขย่าเด็กเล็ก

### ความรุนแรงด้านจิตใจ

คือ การที่ผู้ดูแลไม่ให้ความรัก ความเอาใจใส่ดูแล หรือมีการทำร้ายจิตใจหรืออารมณ์ของเด็ก รวมถึงการไม่สนับสนุนให้เด็กเติบโตได้อย่างมั่นคงทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณ ความดีงาม และการอยู่ร่วมในสังคม ตัวอย่างเช่น การมีปฏิสัมพันธ์หรือปฏิบัติต่อเด็กอย่างต่อเนื่อง ในลักษณะที่ทำให้รู้สึกต่ำต้อย ต้อยค่า ไม่มีตัวตน ต่ำหนิ ไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่ต้องการ แสดงท่าทีไม่ต้องการเด็ก ทำให้เด็กเป็นส่วนเกิน หรือทำที่ที่รังเกียจเด็ก การทำร้ายสัตว์เลี้ยง หรือทำลายของรักของเด็ก โดยตั้งใจให้เกิดผลกระทบต่ออารมณ์ ความรู้สึกของเด็ก การขู่ให้กลัวซ้ำๆ ขู่ทำร้าย ขู่ว่าจะทิ้ง ไม่ดูแล

## ความรุนแรงด้านเพศ

คือ การให้เด็กเข้าไปมีส่วนร่วมกับกิจกรรมทางเพศของผู้ใหญ่ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบใดก็ตาม ซึ่งตามพัฒนาการ

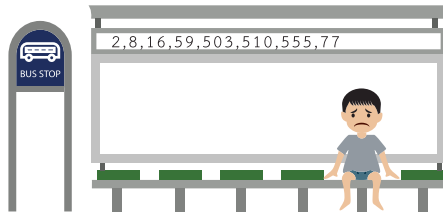
แล้วเด็กมักจะไม่มีความเข้าใจกับสิ่งที่เกิดขึ้น ผู้กระทำอาจเป็นผู้ใหญ่หรือเป็นเด็กที่โตกว่า ซึ่งสามารถใช้อายุ หรือพัฒนาการที่มากกว่าทำให้เด็กถูกควบคุม ชักนำ หรือใช้กำลังบังคับให้ร่วมกิจกรรมทางเพศ ทั้งนี้อาจมีหรือไม่มีการจับต้องเด็ก ในกรณีที่ไม่ได้จับต้องเด็ก เช่น การเปิดเผยอวัยวะเพศให้เด็กดู การแอบดู การถ่ายภาพเด็กเพื่อเป็นการโฆษณาการค้าทางเพศ รวมถึงการพูดจาที่สื่อไปทางด้านเพศกับเด็ก ส่วนกรณีที่มีการจับต้องเด็ก มีตั้งแต่การจับอวัยวะเพศ หน้าอก สะโพก ก้น หรือการให้เด็กจับต้องร่างกายของผู้กระทำบริเวณดังกล่าว จนถึงการสอดใส่อวัยวะเพศ หรือวัตถุทางช่องคลอด ทวารหนัก หรือการใช้อวัยวะเพศกับร่างกายส่วนอื่นของเด็ก



## การละเลยทอดทิ้ง

คือ การทอดทิ้งไม่ให้การดูแลหรือจัดหาสิ่งจำเป็นในการดำเนินชีวิต ให้เป็นปกติสุขแก่เด็ก

ทั้งที่อยู่ในฐานะที่สามารถจัดหาได้ อาจเกิดทุกด้านหรือเพียงบางด้าน เช่น อาหาร เสื้อผ้า ที่พิทักษ์ ความสะอาดร่างกาย สภาพแวดล้อม การรักษาพยาบาล การรับวัคซีนตามวัย การศึกษา การละเลยหรือไม่ปกป้องเด็กจากอันตราย ไม่ดูแลให้เด็กมีความปลอดภัยในชีวิตประจำวัน รวมถึงการละเลยด้านอารมณ์จิตใจ ไม่ตอบสนอง ไม่เป็นที่พึ่งพิง



## ความรุนแรงด้านอื่นๆ

ได้แก่ การแสวงหาผลประโยชน์ การค้าเด็ก การใช้แรงงานเด็ก การใช้ให้เด็กขอทาน ค้ายาเสพติด การให้เด็กขายบริการ หรือเป็นส่วนหนึ่งของการขายบริการทางเพศ การบังคับแต่งงาน การบังคับหรือชักจูงเด็กเข้าร่วมในการสู้รบหรือกิจกรรมอื่นๆ ที่ส่งผลกระทบต่อร่างกาย สุขภาพจิต การเรียนรู้ และจิตวิญญาณ รวมถึงการที่ผู้ดูแลมีปัญหาสุขภาพจิต เป็นโรคจิตเภทที่ควบคุมอาการไม่ได้ ผู้ดูแลไม่สามารถควบคุมอารมณ์หรือพฤติกรรมของตนเอง มีความบกพร่องทางสติปัญญา ผู้ดูแลติดแอลกอฮอล์หรือสารเสพติด ผู้ดูแลค้ายาเสพติด หรือทำงานผิดกฎหมาย หรือการเติบโตในครอบครัวที่ใช้ความรุนแรง



## ข้อมูลที่เราสงสัยว่าเด็กถูกระงับการกระทำรุนแรง



หรือได้รับการเลี้ยงดูที่ไม่เพียงพอต่อการเจริญเติบโตเป็นปกติสุข นอกจากนี้ประเด็นข้อมูลที่บ่งบอกถึงการถูกระงับการกระทำรุนแรงรูปแบบต่างๆ ดังที่กล่าวถึงข้างต้นแล้ว อาจสังเกตประเด็นอื่นๆ ร่วมด้วย ที่ควรตั้งข้อสงสัยการกระทำรุนแรงต่อเด็ก ได้แก่

☹️ เด็กมีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปจากการมีกิจวัตรที่เป็นปกติ เช่น กินน้อย ไม่ยอมกิน หรือกินมาก ไม่อึ การนอน นอนไม่หลับ ฝันร้าย ไม่เล่นของเล่นที่เคยชอบ มีปัญหาการเรียน ผลการเรียนตก

☹️ เด็กมีลักษณะที่แสดงให้เห็นว่าพักผ่อนไม่เพียงพอ

☹️ มีการเจ็บป่วย โรคเรื้อรัง โรคประจำตัว โดยไม่ได้รับการดูแล

☹️ ไม่มีความสุข หรือมีอาการซึมเศร้า หวาดกลัว ระแวง ทำร้ายตัวเอง

☹️ อยากฆ่าตัวตาย หรือปัญหาทางด้านอารมณ์ในรูปแบบอื่น

☹️ ไม่เห็นคุณค่าของตนเอง รู้สึกว่าเป็นคนไม่มีค่า ไม่มีใครต้องการ หรือไม่มีใครรัก

☹️ ไม่มีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น

☹️ ก้าวร้าว ทำร้ายเด็ก ทำร้ายสัตว์ ทำลายข้าวของ มีพฤติกรรมที่เป็นอันตรายต่อตนเอง หรือปัญหาพฤติกรรมรูปแบบอื่นๆ

☹️ ปัญหาพฤติกรรม เช่น ขโมย หนีออกจากบ้าน แยกตัว ตีแม่เหล้า ใช้สารเสพติด เล่นการพนัน

☹️ พฤติกรรมที่แสดงออกด้านเพศ หรือมีความรู้หรือการพูดถึงเรื่องเพศมากกว่าวัย

☹️ มีช่วงเวลาที่เด็กเล็กต้องอยู่ตามลำพัง หรือเด็กวัยรุ่นที่อยู่ลำพัง โดยไม่สามารถติดต่อขอความช่วยเหลือเมื่อต้องการ

## สาเหตุที่มีผลกระทบทำความรุนแรงต่อเด็ก

การที่บุคคลใดสามารถทำร้ายเด็กได้ เป็นเรื่องที่มีความซับซ้อน และไม่สามารถอธิบายสาเหตุอย่างง่าย ๆ ได้ มักเป็นผลรวมของการมีปัจจัยเสี่ยงที่หลากหลาย ได้แก่

☹️ การถ่ายทอดวิธีปฏิบัติที่รุนแรงต่อเด็กที่สืบทอดกันรุ่นต่อรุ่น ผู้กระทำที่เคยถูกทำร้ายในวัยเด็ก แม้ว่าส่วนใหญ่ของคนที่ถูกทำร้ายในวัยเด็กไม่ได้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ทำร้ายเด็ก แต่ทำให้มีความเสี่ยงเพิ่มขึ้นกว่าคนปกติมากกว่า 10 เท่า โดยเฉพาะถ้าเข้าใจผิดว่าตัวเองขณะเป็นเด็กมีความผิดสมควรถูกทำร้าย

☹️ ปัญหาส่วนบุคคลของผู้กระทำ ความรุนแรง ทั้งทางด้าน การติดสิ่งเสพติด ความผิดปกติทางสุขภาพจิต ปัญหาด้านบุคลิกภาพ และการขาดความสามารถในการจัดการปัญหา ไม่มีความภาคภูมิใจในตัวเอง

☹️ ปัญหาความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดู วิธีการเลี้ยงดู และปัจจัยจากตัวเด็ก ไม่มีสายใยผูกพัน การใช้วิธีการเลี้ยงดูด้วยความรุนแรง หรือการมีความคาดหวังต่อเด็กไม่เป็นไปตามวัยและพัฒนาการ การไม่รู้วิธีที่ถูกต้องที่จะเลี้ยงดูหรือสนับสนุนการเติบโตตามศักยภาพของเด็ก ปัญหาจากตัวเด็ก เช่น ปัญญาอ่อน พิการ เป็นต้น

☹️ ครอบครัวมีความเครียดสูง มีปัญหาเรื้อรัง มีความรุนแรงในครอบครัว มีการแยกตัวจากสังคมหรือการไม่มีแหล่งสนับสนุน การมีแหล่งสนับสนุนเป็นปัจจัยด้านบวกสำคัญที่จะช่วยลดความเสี่ยงในการทำร้ายเด็ก พ่อแม่อาจต้องการการสนับสนุนในด้านต่างๆ เพื่อให้สามารถดูแลครอบครัวและลูกได้ เช่น ด้านเศรษฐกิจฐานะ เวลา หรือแม้แต่ทางด้านอารมณ์จิตใจ ถ้าสังคมใดถือว่าการดูแลเด็กเป็นหน้าที่ร่วมกัน เช่น ชุมชนที่เพื่อนบ้าน ญาติ เพื่อน เข้ามาช่วยดูแลเด็ก เมื่อพ่อแม่ไม่สามารถทำหน้าที่ได้ จะเป็นสังคมที่มีอัตราการทำร้ายเด็กต่ำ

☹️ ปัจจัยทางสังคม เช่น การถูกกดดันจากทัศนคติสังคม สังคมยอมรับความรุนแรง ยอมรับการใช้ความรุนแรงลงโทษเด็ก รวมถึงความเชื่อว่าพ่อแม่เป็นเจ้าของและมีสิทธิและอำนาจที่จะทำอะไรกับลูกก็ได้ เป็นความเสี่ยงในการทำร้ายเด็ก

\* ที่มาข้อมูล : ความรุนแรงต่อเด็ก, รศ.พญ.วนิดา เปาอินทร์, เว็บไซต์ [www.thaichildprotection.com](http://www.thaichildprotection.com)

# ผลกระทบของความรุนแรง

ความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับเด็กทุกรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็ความรุนแรงทางด้านร่างกาย จิตใจ ทางเพศ หรือการปล่อยปละละเลย ล้วนส่งผลร้ายต่อเด็กในทุกด้าน

## ผลต่อด้้าร่างกาย จิต สังคมของเด็ก

- 1 กลุ่มอาการในระยะวิกฤต** เช่น กลัว วิตกกังวล ในบางรายมีอาการทางกาย เช่น ปวดท้อง ปวดศีรษะ อาเจียน ปัสสาวะบ่อย ใจเต้นแรง หน้าแดงหรือซีด หายใจเร็ว หายใจไม่อ่มี เจ็บหน้าอก ตกใจง่าย มีความโกรธ ความเครียด อาการทุกข์ทรมานใจ (Trauma) ซึมเศร้า มีอาการแสดง ได้แก่ ท่าทางเสียใจ เฉยชา อารมณ์หยุดหงิด ร้องไห้บ่อย ปฏิเสธอาหาร เลี้ยงไม่โต เบื่ออาหารหรือกินมากขึ้น น้ำหนักลด หรือเพิ่มขึ้น นอนไม่หลับหรือหลับยาก ไม่สนใจกิจวัตรประจำวันและสิ่งแวดล้อม อ่อนเพลียง่าย ไม่มีแรง แยกตัวออกจากกลุ่ม (Isolation) รู้สึกหมดหวัง ไม่มีทางออก ไม่สามารถแก้ไขปัญหาของตัวเองได้ รู้สึกไม่มีใครรัก ไร้ค่า รู้สึกผิดหวังอย่างมาก ความคิด การเคลื่อนไหวช้าลง ในเด็กพบช่นมากขึ้น สมาธิลดลง ตัดสินใจลำบาก ทำร้ายตัวเอง มีความคิดอยากตาย หรืออยากฆ่าตัวตาย
- 2 กลุ่มอาการในเรื่องของตัวเอง (Self)** ได้แก่ มีความรู้สึเกี่ยวกับตนเอง ในทางลบ มีความยอมรับนับถือตนเองต่ำ (Low self esteem) ขาดความเชื่อมั่น ในตนเอง (Lacking of self-confidence) การขาดรักมีอาการแสดง เช่น เรียกร้องความสนใจอย่างมากในรูปแบบต่างๆ ต่อด้้านบุคคลเฉพาะที่เด็ก มีความผูกพันเป็นพิเศษ การเข้าหาคนง่ายเกินไป หรือสนิทสนมคลุกคลี กับคนแปลกหน้าเสมือนคุ้นเคยกันมานาน ขาดความมั่นคงในจิตใจ (insecure) หวาดระแวงว่าผู้อื่นคิดร้าย (Paranoid) ภาวะรู้สึกลัวว่าตนอ่อนแอ (Powerlessness) มีมลทิน (Stigmatization) เรียกร้องความสนใจ (Attention seeking)
- 3 กลุ่มอาการความผิดปกติทางอารมณ์** ภาวะถดถอยทางจิตใจ (Withdrawal) ปราศจากความหวังในการพัฒนาชีวิตของตน (Hopelessness) อารมณ์แปรปรวน (Mood disorder) ก้าวร้าว (Aggressiveness)

**4** **กลุ่มอาการผิดปกติทางเพศ** ได้แก่ ยั่วยวนทางเพศ เสพติดทางเพศ ล้วงเกินทางเพศต่อผู้อื่น (Sex offender) ซ้ำเติมตนเอง (Victimization)

**5** **กระบวนการคิดผิดปกติ** (Cognitive disorder) ไม่สามารถคิดเป็นเหตุเป็นผล ไม่สามารถใช้หรือยอมรับเหตุผล ไม่สามารถเข้าใจกฎแห่งเหตุและผล เพื่อฝัน มีกระบวนการทางความคิดที่แตกต่างจากบรรทัดฐานทางสังคม ทฤษฎี (Betrayal) ก่อความเดือดร้อน หรือสร้างปัญหาให้แก่บุคคลที่ตนรักผูกพัน โดยมีความรู้สึก ว่าถูกทรยศ หลอกลวง พฤติกรรมแสดงอาการต่อต้านสังคม (Anti-social) กระทำการฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ ระเบียบ กติกา จารีต ประเพณี ศีลธรรม หรือกฎหมาย โดยไม่รู้สึกลผิด หนีออกจากบ้าน หนีเที่ยว โกหก ก้าวร้าว ใช้สารเสพติด ทำร้ายคนอื่น รังแกสัตว์ บุคลิกภาพผิดปกติ (Personality disorder) มีบุคลิกภาพหลายแบบที่เป็นปัญหาให้แก่ตนเองและผู้เกี่ยวข้อง ขาดหรือมีสติสัมปชัญญะ (Consciousness) น้อย ขาดสมาธิ เหม่อลอย ทำให้การสื่อสารกับผู้อื่น ไม่สามารถดำเนินการได้ตามปกติ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเรียนรู้

**6** **ปัญหาด้านครอบครัว** เช่น พ่อแม่ตามมารบกวน การดำเนินการช่วยเหลือ หรือขาดการกระตุ้น พัฒนาการของเด็ก

**7** **ปัญหาทางร่างกาย** ได้แก่ ขาดสารอาหาร ทำให้มีผลต่อระดับสติปัญญาและการพัฒนาสมอง พัฒนาการล่าช้า มีอาการบาดเจ็บทางกาย



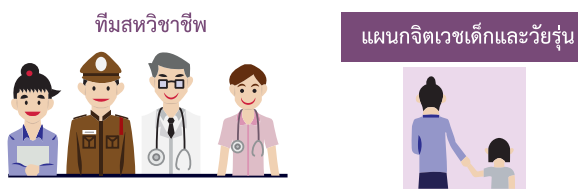
## ผลกระทบที่ตัวเด็ก โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อสมอง

ในเด็กที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงหรือถูกทารุณกรรมจะพบว่า สมองจะถูกทำลายไปบางส่วนโดยเฉพาะสมองส่วนหน้า

นอกจากนั้นยังเป็นการทำลายสมองที่จะเกิดขึ้นในอนาคตด้วย เพราะช่วงระหว่างที่เขาเป็นเด็ก สมองยังต้องพัฒนาอยู่ต่อไปอีก มีงานวิจัยจำนวนมากพบว่า ถ้าเด็กถูกทารุณกรรม ในช่วงเด็กอายุตั้งแต่แรกเกิดถึงไม่เกิน 2 ปี จะมีผลต่อสมองอย่างร้ายแรงเพราะจะไปทำลายโครงสร้างของการพัฒนาสมองอย่างทั่วด้าน ทำให้เกิดผลกระทบต่อเด็กกลุ่มนี้ที่ตามมา ได้แก่



- 1 กระบวนการเรียนรู้หรือความสามารถในการเรียนรู้ของเด็กมีปัญหา ทำให้การจัดการศึกษาให้เด็กเหล่านี้กระทำได้ยาก
- 2 ภาวะความไม่มั่นคงทางด้านจิตใจซึ่งเป็นผลมาจากถูกปล่อยปละละเลยทอดทิ้ง จนเกิดความไม่มั่นคงทางจิตใจ ว่าหากมีปัญหาหรือมีภัยจะมีใครมาปกป้องคุ้มครองดูแลหรือไม่ โดยเขาไม่อาจยึดถือผู้ดูแลเป็นที่พึ่งได้นั่นเอง
- 3 ความสามารถในการฟื้นตัว (Resilience) ต่ำ เมื่อมีภัยหรือภาวะวิกฤติหรือปัญหาที่เข้ามาเป็นผลโดยตรงจากการถูกปล่อยปละละเลยทอดทิ้ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งถูกปล่อยปละละเลยทางจิตใจ จนเกิดความไม่มั่นคงทางจิตใจแล้วเกิดความอ่อนแอทางจิตใจ ขาดความหวังที่จะผ่านพ้นวิกฤติ



มีงานวิจัยเกี่ยวกับเด็กที่ถูกทารุณกรรม เช่น เราพบว่าการกระทำความรุนแรงต่อเด็กก็มีผลต่อสมองทุกส่วน งานวิจัยในหลายๆ ประเทศพบว่าผลของ trauma (อาการทุกข์ทรมานใจ) รบกวนการทำงานของสมองอย่างมาก (Perry BD, 2001) เด็กก็จะมีภาวะอาการต่างๆ เหล่านี้เป็นเพราะว่าสมองไปจดจำ อย่างเช่นเด็กมีอาการกลัว เด็กมีอาการไม่มั่นคงต่างๆ เป็นเพราะสมองจำอย่างฝังแน่นในเรื่องที่ถูกกระทำ (Shore, 1997)

งานวิจัยของ Bremner และคณะ (1995) พบว่าสมองส่วนที่เรียกว่า hippocampus ซึ่งเป็นที่เก็บความจำทั้งดีและไม่ดี ในเด็กที่ถูกทอดทิ้ง ทารุณกรรมทำร้ายจิตใจ ล่วงเกินทางเพศ ส่งผลให้ปริมาตรของสมองส่วนนี้เล็กลง เราต้องดูว่าเขาเหลือสมองส่วนไหนที่จะช่วยให้สมองส่วนที่เสียไปทำงานได้ นั่นคือเราต้องเยียวยาสมองส่วนอารมณ์ให้เขาสงบ ให้เกิดความสุข

(ที่มาข้อมูล : คัดลอกบางส่วนจากงานวิจัย การประเมินผลนโยบายการจัดการศึกษาสำหรับเด็กด้อยโอกาส : กลุ่มเด็กถูกละเมิดสิทธิโดย นายสรรพสิทธิ์ คุ้มพ่ประพันธ์ และนางสาวพวงค์ศรี ชันธิกุล มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก เสนอต่อสภาการศึกษา พ.ศ.2553)

# บ้านที่ไม่มีความปลอดภัย

## หยุดความปลอดภัย..เริ่มต้นที่บ้าน

“เด็กทุกคนอยู่ดี มีสุข ปลอดภัยในครอบครัว ชุมชนและสังคมแวดล้อม ที่คุ้มครองและดูแล” ซึ่งเป็นไปตามวิสัยทัศน์ ยุทธศาสตร์การพัฒนาด้านการคุ้มครองเด็ก แต่การจะทำให้เด็กๆ มีชีวิตอย่างปลอดภัยไร้ความรุนแรงต้องเริ่มจากที่ “บ้าน” ทำอย่างไรจะที่บ้านปลอดภัยและไม่มีความรุนแรง มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก มีคำแนะนำสำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง ดังนี้

### ▶ เข้าใจพัฒนาการของเด็กแต่ละช่วงวัย เช่น

- วัยเด็กเล็ก วัยนี้จะสำรวจเรียนรู้สิ่งต่างๆรอบตัว ควรจัดสภาพแวดล้อมภายในบ้านให้ปลอดภัย และเด็กต้องอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง ในระยะเอื้อมมือถึงหรือในสายตาเสมอ เพื่อป้องกันอันตรายจากบุคคลและสิ่งแวดล้อมที่ไม่ปลอดภัย
- วัยประถม คอยแนะนำให้เด็กประพฤติปฏิบัติในเรื่องที่ไม่ก่ออันตรายแก่ตนเอง ไม่ควรให้ไปไหนตามลำพัง
- วัยมัธยม สอนให้เด็กประเมินสถานการณ์อันตรายจากบุคคลต่างๆ รู้จักระมัดระวัง หลีกเลี่ยงหรือหลบหลีก และขอความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ได้

### ▶ เข้าใจถึงพฤติกรรมของเด็ก หากมีปัญหาให้ค้นหาสาเหตุ และวิธีการแก้ไข

หากพบพฤติกรรมที่ผิดปกติจากพัฒนาการตามช่วงวัยของเด็ก เช่น เด็กมีความบกพร่องทางการเรียนรู้ เด็กมีสมาธิสั้น มีความผิดปกติทางอาการหรือโรคบางอย่าง ผู้ปกครองควรพาเด็กไปพบแพทย์เพื่อตรวจวินิจฉัยหาสาเหตุ และปรับวิธีการเลี้ยงดูเด็กให้สอดคล้องกับสิ่งที่เด็กเป็น ดึงว่าการคิดคาดเดาเองว่าเด็กคือต่อต้าน มีพฤติกรรมไม่น่ารัก ไม่เชื่อฟัง เพราะหากไม่เข้าใจอาจใช้วิธีการเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสมและรุนแรงกับเด็กได้



## ▶ ใช้วิธีการเชิงบวกดูแลเด็ก

การตี เป็นเพียงการหยุดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กเพียงชั่วขณะเท่านั้น ไม่สามารถปรับพฤติกรรมของเด็กได้ หากจะปรับพฤติกรรมหรือส่งเสริมพฤติกรรมดี ควรใช้วิธีการเชิงบวกกับเด็ก ให้เด็กได้รับรู้ผลของการกระทำนั้น และเด็กจะมีส่วนร่วมในการปรับพฤติกรรมนั้นๆ อย่างไร หรือบางครั้งการห้ามให้เด็กหยุดทำบางสิ่งบางอย่างที่พวกเขากำลังเล่นอย่างสนุกและยากที่จะหยุด อาจจะไม่ได้รับความร่วมมือ พ่อแม่ควรใช้วิธีการเชิงบวกกับเด็ก เช่น

- บอกถึงพฤติกรรมที่พ่อแม่อยากจะเห็นหรืออยากให้ลูกทำ ด้วยคำพูดเชิงบวกแทนการตะคอกใส่
- เรียกชื่อลูก และบอกให้ลูกทำสิ่งนั้นด้วยน้ำเสียงที่สงบแทนการตะโกนใส่ลูก เพราะการตะโกนจะทำให้ลูกและพ่อแม่เกิดความเครียด
- ให้คำชื่นชม ยกย่องลูกถึงบางสิ่งบางอย่างที่ลูกทำได้ดีมาก ลูกจะชอบมาก เพราะนั่นแสดงว่าพ่อแม่สนใจและสังเกตเห็นพวกเขาอยู่
- คำชมเชยเป็นหนึ่งในแรงเสริมทางบวก ซึ่งเป็นวิธีบำบัดทางจิตวิทยาที่ใช้ปรับพฤติกรรม แรงเสริมทางบวกคืออะไรก็ตามที่เมื่อเกิดขึ้นตามหลังพฤติกรรมใดๆ แล้วจะทำให้พฤติกรรมนั้นเกิดมากขึ้นในอนาคต คำชมเชยที่จะใช้เป็นแรงเสริมทางบวกที่ได้ผลมากที่สุด ควรจะต้องมีองค์ประกอบครบสามด้าน คือ 1. บอกพฤติกรรมที่เราจะชม 2. บอกความรู้สึกของเรา 3. บอกคุณลักษณะตัวอย่างเช่น วันนี้หนูล้างจานด้วยตนเอง แม่รู้สึกภูมิใจจัง อย่างนี้แหละเขาเรียกว่าเด็กที่มีความรับผิดชอบ

## ▶ ไม่ซ้ำเติมเด็ก

เพราะการซ้ำเติมจะทำให้เด็กคิดว่าตนเองทำไม่ได้ ทำไม่เก่ง และไม่อยากทำสิ่งนั้น หากเด็กทำไม่ได้ควรให้กำลังใจและคอยส่งเสริม พร้อมให้คำแนะนำที่ถูกต้อง เช่น หากพบว่าเด็กในบ้านทำน้ำหก ผู้ใหญ่ควรเชิญชวนให้เด็กได้คิดแก้ไขปัญหา ด้วยการตั้งคำถามชวนคิดว่า “ถ้าน้ำหกแบบนี้ เราจะทำอย่างไรกันดี”

หากเด็กยังเล็งกินไปไม่สามารถคิดและตอบเราได้ในขณะนั้น เราอาจพูดกับเด็กว่า “หยิบผ้าเช็ดที่อยู่ในครัว มาเช็ดน้ำที่หกด้วยกันนะคะ เดี่ยวแม่จะช่วยเหลือ”

จากนั้นก็ตั้งคำถามกับเด็กเพื่อให้เขาคิดแก้ไขปัญหา โดยถามเด็กว่า “ครั้งหน้า ถ้าเราไม่ยอมให้น้ำหนักอีก เราจะทำอย่างไรดีคะ”

การแนะนำแบบไม่ซ้ำเติมในข้อผิดพลาดของเด็ก เป็นการปลุกฝังให้เด็กแก้ไขปัญหาวัยการใช้เหตุและผล ไม่ใช่ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา

### ▶ **ไม่กล่าวโทษหรือลงโทษเด็ก แต่ควรหาวิธีการช่วยเหลือ**

การลงโทษโดยใช้อารมณ์ เช่น ต่ำทอ หรือทุบตี เป็นการทำร้ายทั้งร่างกายและจิตใจ ส่งผลให้เด็กจดจำและนำความรุนแรงเหล่านั้นไประบายออกสู่อื่นที่เขาไม่พอใจ ควรอธิบายด้วยเหตุผลว่าเด็กทำผิดอะไร และให้เด็กได้คิดทบทวนว่า ตัวเขาจะสามารถแก้ไขปัญหานั้นได้อย่างไร

ในกรณีที่เด็กทำผิดหรือมีปัญหาพฤติกรรม การแก้ไขปัญหานั้นผู้ใหญ่ควรทำความเข้าใจเด็กก่อนว่าเขาทำสิ่งนั้นไปเพราะอะไร ใช้ทั้งการสอบถามและการสังเกตพฤติกรรม พร้อมช่วยกันหาทางออกที่จะแก้ไขปัญหาด้วยกัน หากต้องการที่จะปรับพฤติกรรมโดยการลงโทษ ผู้ใหญ่อาจตั้งข้อตกลงหรือทำสัญญากับเด็กก่อน เช่น

“แม่เข้าใจว่าลูกชอบเล่นคอมพิวเตอร์ แต่เล่นเสร็จแล้วต้องมาช่วยแม่ล้างจานนะจ๊ะ จะเล่นกี่นาทีแล้วมาช่วยแม่ดีจ๊ะ” หรือ “แม่ให้ลูกเล่นคอมพิวเตอร์ 1 ชั่วโมงนะจ๊ะ แล้วมาช่วยแม่ล้างจาน ถ้าครบ 1 ชั่วโมงแล้วไม่มาช่วยแม่ ครั้งหน้าแม่จะลดเวลาให้ลูกเล่นคอมพิวเตอร์แค่ 30 นาทีนะจ๊ะ”

### ▶ **รู้เท่าทันอารมณ์ของตนเอง จัดการอารมณ์อย่างเหมาะสม เป็นตัวอย่างที่ดีให้กับลูก**

เป็นเรื่องปกติที่เด็กอาจมีช่วงเวลาที่พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เมื่อเขารู้สึกเหนื่อย หิว ง่วง หรืออ่อนล้าจากการเล่น ซึ่งอาจทำให้พ่อแม่รู้สึกหงุดหงิดโมโหได้ เมื่อต้องอยู่ที่บ้านกับลูกตลอดเวลาหากพ่อแม่ไม่สามารถระงับอารมณ์ตนเองได้ อาจกระทำความรุนแรงกับเด็กทั้งทางร่างกายและจิตใจได้ พ่อแม่สามารถรับมือได้ด้วยวิธี

- หยุดตัวเองชั่วคราว เมื่อพ่อแม่รู้สึกว่าตัวเองเริ่มมีอาการโกรธ หรือโมโห ให้หยุดตัวเอง 10 วินาที แล้วหายใจเข้าออกช้าๆ 5-10 ครั้ง แล้วค่อยพยายามจัดการพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กด้วยอาการที่สงบ

- สร้างข้อตกลงร่วมกันกับเด็ก พ่อแม่ควรมีการทำข้อตกลงร่วมกันกับลูกถึงพฤติกรรมหรือสิ่งที่ลูกทำ หากลูกสามารถทำได้ตามข้อตกลงจะได้รับรางวัล

- การให้เวลากับลูก ชื่นชมลูก ใช้วิธีการเชิงบวก จะช่วยลดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของลูกได้

\* ในขณะที่เดียวกันเมื่อลูกมีอารมณ์ความรู้สึก สิ่งที่เราต้องทำความเข้าใจคืออารมณ์ใดๆ ก็ตามที่เกิดขึ้น “เป็นเรื่องธรรมชาติ” พ่อแม่ควรช่วยลูกให้รู้จักอารมณ์และจัดการกับอารมณ์ที่เกิดขึ้น การจัดการกับอารมณ์ไม่ได้เกิดจากคำสั่ง “เงียบ” “หยุดเดี๋ยวนี้” “จะร้องทำไม” “ไม่เห็นน่ากลัวเลย” “เรื่องแค่นี้เอง” “เป็นผู้ชายต้องเข้มแข็งนะ” ฯลฯ

1. การช่วยให้ลูกรู้จักอารมณ์ของตนเอง ด้วยคำถาม หรือพูดสะท้อนอารมณ์ “ตอนนี้หนูรู้สึกยังไง” “ดูเหมือนหนูจะกำลังโกรธมาก” “หนูคงเสียใจมากที่พี่เค้ามาหยิบของโดยไม่ขอ”

2. แสดงความเข้าใจทำให้รู้สึกว่าการมีอารมณ์เป็นเรื่องเข้าใจได้ “หนูเสียใจได้นะ ใครๆ ก็เสียใจได้” “เป็นแม่ก็คงรู้สึกโกรธเหมือนกัน”

3. เสนอวิธีที่จะช่วยจัดการอารมณ์และพฤติกรรม

“เวลาโมโห เราไม่ตีคนอื่น หนูมาชิตๆ บนกระดาดชี่แทนมัย” “เวลาโกรธแม่ชอบเป่าเจ้าตัวโกรธออกไป” (สอนเรื่องลมหายใจ) “หนูสงบตรงนี้นักก่อน แม่นั่งอยู่ตรงนี้ ธิบหุคร์องให้แล้วมาคุยกับแม่นะ” “แม่กอดอยู่นะ หายเจ็บแล้วเราหุคร์องกันนะ”

การช่วยให้ลูกรู้จักอารมณ์ และสอนการจัดการอารมณ์ เป็นหน้าที่ของพ่อแม่ แต่การสอนที่ดีที่สุดคือ การสอนด้วยการเป็นตัวอย่างที่ดี

(\* ที่มา : เพจเลี้ยงลูกนอกบ้าน แพทย์หญิงจิราภรณ์ อรุณากูร กุมารแพทย์เวชศาสตร์วัยรุ่น คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี <https://www.bangkoklife.com/HappyLifeClub/th/SukRobDan/detail/1>)

### ▶ หลีกเลี้ยงการซื้อของเล่นที่รุนแรงให้เด็ก

เพราะอาจทำให้เด็กซึมซับพฤติกรรมความรุนแรงและได้รับอันตรายจากของเล่นได้ ควรจะหาของเล่นที่ส่งเสริมพัฒนาการและสอดคล้องตามวัยของเด็ก ของเล่นที่ดีที่สุดสำหรับลูก คือ การที่พ่อแม่นั่งเล่นกับลูก ใช้เวลาร่วมกับลูก

### ▶ หลีกเลี้ยงการเสพสื่อที่มีความรุนแรงทั้ง เกม วิดีโอ ทีวี ออนไลน์

ไม่ปล่อยให้ลูกใช้เวลาอยู่กับโซเชียลเน็ตเวิร์ค เกินความจำเป็น เพราะส่งผลเสียต่อเด็กมากมาย ไม่ว่าจะเป็นร่างกายไม่พัฒนาตามวัย ไม่มีสมาธิ ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ หงุดหงิดง่าย ขาดทักษะในการจัดการแก้ไขปัญหา ขาดความสัมพันธ์กับผู้อื่น หากจะให้เด็กเล่น ควรมีการทำข้อตกลง กำหนดเวลากติกาการเล่นที่ชัดเจน และมีกิจกรรมเสริมให้เด็กได้ทำ เช่น การออกกำลังกาย เล่นดนตรี ศิลปะ ฯลฯ

ศึกษาข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ [www.thaichildrights.org](http://www.thaichildrights.org)

# 66โรงเรียนปลอดภัยไร้ความรุนแรง66



## หยุดการรังแกกัน และความปลอดภัยในโรงเรียน

ทุกวันนี้ปัญหาการรังแกกันหรือกลั่นแกล้งของเด็ก เป็นปัญหาความรุนแรงอันดับต้นๆ ที่เกิดขึ้นในโรงเรียน ซึ่งผู้ใหญ่อาจคิดว่าเป็นเรื่องเล็กๆ แค่เล่น หรือหยอกกัน แต่สำหรับเด็กถือเป็นเรื่องใหญ่ที่พวกเขาต้องการความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่ให้ช่วยจัดการปัญหาอย่างทันที่และยุติปัญหาอย่างถาวร พ่อแม่ ผู้ปกครอง และคุณครู มีบทบาทสำคัญที่จะช่วยป้องกันให้ปัญหาความรุนแรงที่เกิดขึ้นภายในโรงเรียนนั้นหมดลงได้

### การรังแกมีหลายแบบและทำซ้ำๆ ต่อเนื่อง



การรังแก มีหลายรูปแบบ เช่น การชกต่อย ทำร้ายร่างกาย (การรังแกทางกาย) การแสวงล้อเลียน (การรังแกทางวาจา) การข่มขู่ บังคับ หรือการกีดกันไม่ให้เข้าร่วมกลุ่มทำกิจกรรมต่างๆ กับเพื่อน (การรังแกทางจิตใจ) และการส่งข้อความข่มขู่หรือล้อเลียนทางโทรศัพท์หรือทางคอมพิวเตอร์โดยใช้อีเมล (การรังแกทางอินเทอร์เน็ต) โดยปกติแล้วการรังแกจะกระทำซ้ำแล้วซ้ำอีกติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน บางครั้งอาจติดต่อกันนานถึงสองสามปี

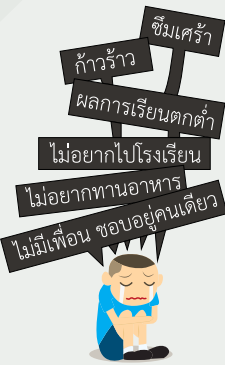
### สัญญาณเตือนภัย



สัญญาณซึ่งอาจบ่งบอกถึงการถูกรังแก มีดังต่อไปนี้

- ลูกกลับมาจากโรงเรียนโดยเสื้อผ้า สมุดหนังสือ หรือข้าวของฉีกขาด ขำรูด หรือสูญหายเป็นบางส่วน
- ร่างกายมีรอยบาดแผล ฟกช้ำ หรือถลอกที่ไม่ทราบสาเหตุชัดเจน
- มีเพื่อนน้อย หรือไม่มีเลย
- มีอาการกลัวการไปโรงเรียน กลัวการเดินทางไป-กลับโรงเรียน การขึ้นรถรับส่งนักเรียน หรือการเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อนๆ (เช่น การเข้าร่วมชมรมต่างๆ)

- ไป-กลับโรงเรียนโดยใช้ทางอ้อม ซึ่งดูแล้วไม่มีเหตุผลสมควร
- ไม่สนใจทำการบ้านและผลการเรียนตกต่ำอย่างกะทันหัน
- มีท่าทางเศร้า หงุดหงิดง่าย น้ำตาคลอ หรือหดหู่ หลังกลับมาจากโรงเรียน
- บ่นว่าปวดหัว ปวดท้อง หรือมีความเจ็บป่วยด้านอื่นอยู่บ่อยๆ
- มีปัญหานอนไม่หลับ หรือฝันร้ายบ่อยๆ
- ไม่เจริญอาหาร
- มีท่าทางกังวลหรือน้อยเนื้อต่ำใจ



### ผลของการถูกรังแก

การรังแกอาจก่อให้เกิดผลภายหลังที่ร้ายแรง เด็กที่ถูกรังแกอาจมีลักษณะดังต่อไปนี้มากกว่าเด็กคนอื่น

- หดหู่ เหนงา กังวลใจ
- น้อยเนื้อต่ำใจ รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า
- ขาดเรียน ผลการเรียนตกต่ำ
- รู้สึกไม่สบายทางร่างกาย
- มีความคิดที่จะฆ่าตัวตาย



### หากลูกถูกรังแก พ่อแม่จะทำอย่างไร?

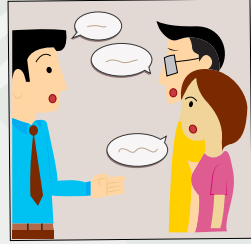
1. ให้ความสนใจดูแลลูกของตนเองเป็นพิเศษ ให้กำลังใจและรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการรังแกกันที่เกิดขึ้น
  - ฟังรายละเอียดจากลูกว่า การรังแกนั้นเกิดขึ้นอย่างไร ซักถามหรือขอให้ลูกเล่าว่ามีใครเกี่ยวข้องบ้าง และการรังแกแต่ละครั้งมีพฤติกรรมอะไรเกี่ยวข้อง
  - อย่าตำหนิหรือกล่าวโทษลูกที่ถูกรังแก ควรแสดงความเห็นอกเห็นใจลูก บอกเขาว่าการรังแกเป็นสิ่งที่ผิดและพ่อแม่ตั้งใจที่เขากล้าเล่าให้ฟัง ถ้ามองความเห็นเขาว่าควรดำเนินการอย่างไรจึงจะช่วยให้ ให้คำมั่นว่าเขาท่านจะคิดดูให้ดี ว่าควรจะดำเนินการอย่างไร และจะบอกเขาทุกครั้งก่อนที่พ่อแม่จะทำอะไรต่อไป

## 2. ติดต่อครูหรือครูใหญ่ของลูก

- พยายามควบคุมอารมณ์ แล้วให้เฉพาะข้อเท็จจริงเกี่ยวกับการถูกรังแกของลูก ใคร ทำอะไร เมื่อไหร่ ที่ไหน และอย่างไร

- ย้ำความตั้งใจ ว่าท่านต้องการร่วมมือกับบุคลากรของโรงเรียนหาทางออกเพื่อยุติการรังแกกัน ทั้งเพื่อลูกของท่านและเด็กคนอื่นๆ

- มีความคาดหวังให้การรังแกยุติลงเสมอ พูดคุยกับลูกและบุคลากรของโรงเรียนอย่างสม่ำเสมอเพื่อติดตามดูว่าการรังแกได้หยุดลงหรือไม่ หากยังไม่ยุติ ควรติดต่อผู้มีอำนาจหน้าที่ในโรงเรียนอีกที



## 3. ช่วยลูกให้มีการปรับตัวรับมือกับการถูกรังแกจากผู้อื่น

- ช่วยพัฒนาความสามารถพิเศษหรือพรสวรรค์ที่เขามีอยู่ให้เต็มที่ การทำเช่นนี้จะช่วยให้ลูกมีความมั่นใจมากขึ้น เมื่ออยู่ท่ามกลางหมู่เพื่อน (เพราะคนที่มั่นใจในตนเอง จะมีท่าทางที่ทำให้คนอื่นๆ ไม่อยากหรือไม่กล้ารังแก)



- สนับสนุนให้ลูกติดต่อกับเพื่อนนักเรียนที่เป็นมิตรในห้องเรียน ครูของลูกอาจแนะนำได้ว่านักเรียนคนไหนน่าจะคบเป็นเพื่อน นำใช้เวลาด้วยหรือทำงานร่วมด้วย

- สอนวิธีการสร้างความปลอดภัยให้ลูก สอนให้เขารู้วิธีขอความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่เมื่อเขารู้สึกว่าถูกคุกคาม พูดคุยกับลูกเกี่ยวกับบุคคลที่เขาสามารถขอความช่วยเหลือได้และซ้อมบทสนทนาว่าควรพูดอย่างไร ยืนยันกับลูกว่าการแจ้งเหตุรังแกกันนั้นไม่เหมือนกับกร ‘จี้ฟ้อง’

- หัวใจสำคัญคือ บ้าน โปรดทำให้แน่ใจว่าลูกได้รับบรรยากาศในบ้านที่เปี่ยมด้วยความรักและความปลอดภัย ซึ่งสามารถเป็นที่หลบภัยของเขาได้ทั้งทางกายและใจ สื่อสารกันอย่างสม่ำเสมอ

\* ที่มาข้อมูลจาก : คู่มือรับสถานการณ์เด็กรังแกกันในโรงเรียน สำหรับพ่อแม่ที่ลูกถูกรังแก : ลูกฉันถูกรังแก ทำอย่างไรดี ผู้เรียบเรียง ผศ.ดร.สมบัติ ตาปัญญา ผู้จัดทำมูลนิธิสาธารณสุขแห่งประเทศไทย (มสช.)



## คุณครูควรทำอะไรในวัยที่ซบเรี่ยผมหึ่งถูกกลั่นแกล้ง\*

คุณครูคืออีกหนึ่งคนสำคัญที่จะช่วยยุติเรื่องการรังแกกันของเด็ก สิ่งที่คุณครูสามารถทำได้ คือ



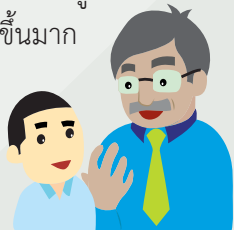
1) สิ่งที่คุณครูทำได้ทันทีก็คือ การรับฟังและแสดงความเห็นใจ โดยครูต้องเอาใจเด็กมาใส่ใจครู อย่ามองเพียงในมุมมองของครูอย่างเดียว ครูแสดงความเข้าใจและเห็นใจเด็ก แค่นั้นก็ทำให้เด็กรู้สึกดีขึ้นมากแล้ว

2) ครูควรต้องมีหลักการที่ถูกต้องในเรื่องของการกลั่นแกล้งรังแกกันในโรงเรียนก่อน นั่นก็คือ

“ไม่ยอมรับการกลั่นแกล้งให้เกิดขึ้นไม่ว่าจะในรูปแบบใดๆ และมองว่าเรื่องการกลั่นแกล้งเป็นเรื่องจริงจัง” อย่ามองว่าการกลั่นแกล้งรังแกเป็นเรื่องเล็กๆ ไม่มีอะไร

3) การจัดการต่อไป อยากให้แบ่งเป็นส่วนของเด็กที่ถูกแกล้ง กับเด็กที่ไปแกล้งเพื่อน

– “เด็กที่ถูกแกล้ง” ครูควรทำให้เด็กมีความรู้สึก “ปลอดภัย” จากการถูกแกล้ง ให้เขารู้สึกว่า เขามีที่พึ่ง อย่างน้อยก็พึ่งพาทางใจ เริ่มที่พูดคุยกับเด็ก ให้เด็กได้ระบายความรู้สึกแย่ๆ ที่ถูกเพื่อนแกล้งก่อน การที่ครูรับฟังโดยยังไม่ต้องรีบแนะนำอะไร แค่นั้นก็ทำให้เด็กรู้สึกดีขึ้นมาก ควรเรียกพ่อแม่เด็กมารัฐปัญหาาร่วมกัน เพื่อพ่อแม่จะได้เป็นกำลังใจให้เด็กด้วย



แล้วช่วยกันคิดถึงวิธีการจัดการ ตรงนี้ลองเปิดโอกาสให้เด็กคิดเองก่อน ถ้าเป็นไปได้การที่ให้เขาลองคิดวิธีการเอง แล้วไปลองทำดูว่าได้ผลเป็นอย่างไร ก็จะเป็นประสบการณ์ที่ดีและได้เรียนรู้



เด็กบางคนอาจมีผลกระทบจากการถูกแกล้ง เช่น วิตกกังวล ซึมเศร้า จนทำให้มีผลกับการใช้ชีวิต เช่น ไม่อยากไปโรงเรียน การเรียนตกลง เด็กก็อาจต้องรับการประเมินรักษาจากผู้เชี่ยวชาญ

– “เด็กที่ไปแกล้งเพื่อน” คนภายนอกมักจะมองเด็กกลุ่มนี้ด้วยสายตาตำหนิ แต่เมื่อครูเป็นผู้ใหญ่ สิ่งที่ต้องตระหนักคือ จะทำอย่างไรเพื่อปรับพฤติกรรมเด็กกลุ่มนี้ให้ดีขึ้น โดยสร้างแรงจูงใจให้เด็กเต็มใจจะปรับปรุงตัว ไม่ต่อต้าน หรือรู้สึกว่าการตำหนิหรือบังคับ ตรงนี้ก่อนที่ครูจะตั้งป้อมและตำหนิเด็ก ครูควรตั้งสติ พูดคุยกับเด็กด้วยการไม่ใช้อารมณ์

### มองหาสาเหตุที่มาที่ไปของการที่เด็กไปแกล้งเพื่อน



พบบ่อยๆ ที่เด็กที่ชอบแกล้งเพื่อนนั้นอาจมีภาวะทางจิตเวชบางอย่างอยู่ เช่น ความเครียดจากครอบครัว การกีดกันจากกลุ่มเพื่อน (เพื่อนชวนกันไปแกล้ง ไม่กล้าปฏิเสธตรงนี้) ต้องการหัวโจกที่เป็นคนเริ่มแกล้งก่อน) เด็กบางคนเป็นสมาธิสั้น (เลยชอบแหย่เพื่อน

ถ้ารักษาแล้วก็แกล้งเพื่อนน้อยลง) เด็กบางคนอาจยังเด็กหรือไม่ค่อยมีคนปลุกฝังเรื่อง “การเอาใจเขามาใส่ใจเรา” ดังนั้น ครูควรหาสาเหตุก่อน ไปจัดการที่ตรงนั้น

แน่นอนการเรียกพ่อแม่ของเด็กที่ไปแกล้งเพื่อนมารับทราบด้วยก็ดี (แต่อย่าทำให้พ่อแม่รู้สึกเหมือนเป็นการเรียกเพื่อมาต่อว่า แต่ควรสร้างความรู้สึกว่าเป็นการเรียกเพื่อให้เกิดการร่วมมือกันเพื่อช่วยไม่ให้เด็กไปแกล้งคนอื่นอีก)

นอกจากนั้นควรจะมีการทำโทษตามสมควร เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้การรับผิดชอบ และผลของการกระทำ แต่ควรเน้นให้เด็กรู้ว่าที่ทำโทษไม่ใช่ว่าเขาเป็นเด็กไม่ดี แต่การกระทำบางอย่างของเขาที่ไม่ถูกต้องและไม่เป็นที่ยอมรับ ทำให้เด็กรู้ว่าเขาก็มีโอกาสปรับปรุงตัว ไม่ใช่ว่าเป็นเด็กไม่ดี

4) ครูควรสร้างบรรยากาศในห้องเรียนและโรงเรียนให้เกิดความปลอดภัย ให้เด็กรู้ว่าถ้าเขาถูกแกล้ง เขาสามารถไปพูดคุยกับครูได้ ครูควรมีการปลุกฝัง ให้เด็กรู้จักเห็นใจคนอื่น เอาใจเขามาใส่ใจเรา คิดในมุมมองของคนรอบข้าง อาจจะเป็นการเล่นเกม การจำลองสถานการณ์จริง ว่าถ้าเขาอยู่ในบทบาทของคนที่ถูกแกล้ง บทบาทคนที่ไปแกล้งคนอื่น จะมีความรู้สึกอย่างไร

5) มีโปรแกรมในโรงเรียนที่สอนเรื่องของการจัดการกับอารมณ์ การแก้ปัญหา เฉพาะหน้าเวลาถูกเพื่อนแกล้ง ฯลฯ

6) ครูควรจะเป็นตัวอย่างที่ดี ไม่แกล้งเด็ก มีครูบางคนเรียกเด็กด้วยสมญานามต่างๆ ตามลักษณะเด็ก (เช่น เด็กคนหนึ่งสมมติว่าชื่อ “สุพร” แต่เด็กมีรูปร่างอ้วน ครูเรียกเด็กว่า “สุกร”) เพื่อนในห้องก็เลยล้อเลียนตามไปด้วยแบบนี้ก็ไม่ดี

(\* ที่มาข้อมูล: เพจเขินเด็กขึ้นภูเขา #หมอมินบานเย็น)

## \*\*\*บทบาทครู กับการช่วยเหลือเด็กที่ถูกกระทำความรุนแรง

1. เมื่อทราบว่าเด็กถูกทำร้ายไม่ว่าตัวเด็กมาเล่าเองหรือครูสังเกตเห็นความผิดปกติ สิ่งแรกคือครูต้องแสดงให้เด็กรับรู้ว่าครูเชื่อเด็ก แม้จะยังไม่สามารถสืบค้นว่าเป็นเรื่องจริงหรือไม่ก็ตาม และสร้างความมั่นใจให้แก่เด็กว่าจะได้รับความช่วยเหลือให้ปลอดภัย

2. สืบค้นข้อเท็จจริงเพิ่มเติมในประเด็น

- รายละเอียดของความเสียหายของเด็ก
- พยานหลักฐานที่สามารถบ่งชี้ว่าใครเป็นผู้กระทำ หรือร่วมกันกระทำ
- กระบวนการทารุณกรรมเด็กมีขั้นตอนอย่างไร ถูกกระทำกี่ครั้ง
- ผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อเด็ก ต่อครอบครัว



3. บันทึกคำพูดที่เด็กพูดเวลาสัมภาษณ์ ข้อมูลที่ควรบันทึก คือ

- วัน เวลา สถานที่ที่สัมภาษณ์เด็ก
- สิ่งที่เกิดขึ้น เช่น ร่องรอยบริเวณร่างกาย พฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงของเด็ก

- ถ้าสามารถถ่ายภาพได้ควรถ่ายภาพเก็บไว้เพื่อเป็นหลักฐาน โดยเฉพาะบาดแผลตามร่างกาย บางกรณีอาจบันทึกเทปคำพูดของเด็กไว้ แต่ต้องขออนุญาตจากเด็กก่อนเพื่อให้เด็กรับรู้ว่าจะนำไปทำอะไร

4. ประสานงานกับหน่วยงานภายนอกในการช่วยเหลือ และคุ้มครองเด็ก โดยแจ้งพนักงานเจ้าหน้าที่ หรือผู้มีหน้าที่คุ้มครองสวัสดิภาพเด็ก ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก พ.ศ.2546 หรือหน่วยงานเอกชนที่ทำงานด้านเด็ก โรงพยาบาล หน่วยงานของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่นั้นๆ

### สิ่งที่ครูต้องรายงานต่อพนักงานเจ้าหน้าที่ คือ

- ข้อเท็จจริงที่เกี่ยวกับตัวเด็กผู้เสียหาย ได้แก่ ชื่อ นามสกุล ชื่อเล่น วันเดือนปีเกิด ข้อมูลบิดา/มารดา/ผู้ปกครอง ที่อยู่ของเด็ก การศึกษาของเด็ก ครูประจำชั้น โรงเรียน และอื่นๆ



- ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับความเสียหาย ได้แก่ เด็กถูกทำอะไร เริ่มถูกกระทำตั้งแต่เมื่อไหร่ สถานที่เกิดเหตุ สภาพร่างกายเด็กเป็นอย่างไร (เช่น มีบาดแผลหรือไม่อย่างไร หรือมีอาการเจ็บป่วยหรือไม่อย่างไร) สภาพจิตใจของเด็กเป็นอย่างไร และอื่นๆ

- ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับผู้ต้องสงสัย ได้แก่ ชื่อ นามสกุล ความสัมพันธ์กับเด็ก และครอบครัว และอื่นๆ

- ข้อเท็จจริงอื่นๆ ได้แก่ ครูทราบเรื่องได้อย่างไร ทราบเมื่อไร หลังจากทราบเรื่องครูดำเนินการอะไรบ้าง ความต้องการของผู้แจ้งในการแจ้งเรื่อง และอื่นๆ

(\* \* ที่มาข้อมูล: มาตรฐานโรงเรียนคุ้มครองเด็ก  
โครงการโรงเรียนคุ้มครองเด็ก มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก)

# รวมพลังร่วมปกป้องเด็กจากความรุนแรง

## คหฬลั้งคคภัการปกป้องเด็กจากความรุนแรง

พระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก มาตรา 29 ระบุว่า “ผู้ใดพบเห็นเด็กตกอยู่ในสภาพ จำต้องได้รับการสงเคราะห์หรือคุ้มครอง สวัสดิภาพตาม หมวด 3 และหมวด 4 จะต้องให้การช่วยเหลือเบื้องต้นและ แจ้งตอพนักงานเจ้าหน้าที่ พนักงาน ฝ่ายปกครองหรือตำรวจ หรือผู้มีหน้าที่คุ้มครองสวัสดิภาพเด็กตามมาตรา 24 โดยมีชักร้า” หากเป็นทีปรากฏชัดหรือน่าสงสัยว่าเด็กถูกทารุณกรรมหรือเจ็บป่วย เนื่องจากการเลี้ยงดูโดยมิชอบ การแจ้งหรือการรายงานตามมาตรานี้ เมื่อได้กระทำ โดยสุจริตย่อมได้รับความคุ้มครองและไม่ต้องรับผิดชอบทั้งทางแพ่ง ทางอาญาหรือ ทางปกครอง



ประชาชนทั่วไป และรวมถึงตัวคุณเอง ถือเป็นพลังที่สำคัญ ในการปกป้องคุ้มครองเด็ก “เพียงคุณใส่ใจ สังเกต เผื่อระวัง และไม่เพิกเฉย” หากพบเห็นเหตุการณ์หรือเพียงสงสัยว่าเด็กถูกกระทำด้วยความรุนแรง ทุกรูปแบบ สิ่งที่คุณสามารถทำได้ คือ

1. ช่วยเด็กให้ปลอดภัย หากพบเห็นเด็กกำลัง ถูกใช้ความรุนแรงต่อหน้าต่อตา ให้เข้าไปช่วยเหลือเด็ก ได้ทันทีหรือบอกกล่าวให้หยุดการกระทำหรือขอความช่วยเหลือจากคนที่อยู่แถวนั้น เช่น ตำรวจ ผู้ใหญ่บ้าน แต่คุณต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของตัวเองและเด็กด้วย หากไม่ปลอดภัยให้โทรศัพท์แจ้งเหตุ



**2. แจ้งเหตุไปยังหน่วยงาน** เช่น ศูนย์ช่วยเหลือสังคม สายด่วน 1300 ซึ่งมีเจ้าหน้าที่รับเรื่องตลอด 24 ชั่วโมง (ดูรายละเอียดเพิ่มเติมที่ การแจ้งเหตุ) หรือบ้านพักเด็กและครอบครัวของแต่ละจังหวัด

**3. กรณีที่คุณสงสัยว่าเด็กข้างบ้าน** อาจจะถูกกระทำด้วยความรุนแรงจากผู้ดูแลหรือคนในครอบครัว เช่น มีเสียงร้องไห้ของเด็กดังตลอดเวลา หรือร้องไห้ในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่งเป็นประจำขณะที่ผู้ดูแลก็อยู่ด้วย เสียงผู้ดูแลดุด่า ทำร้ายเด็ก หรือกรณีที่เด็กถูกปล่อยปละละเลยให้อยู่คนเดียว หรืออยู่กับเด็กด้วยกันตามลำพังโดยไม่มีผู้ใหญ่ดูแล สามารถโทรศัพท์แจ้งไปยัง ศูนย์ช่วยเหลือสังคม 1300 ได้เช่นกัน

### แจ้งเหตุขอความช่วยเหลือ ต้องบอกอะไรบ้าง?

1. **ใคร?** : บอกข้อมูลส่วนตัวที่สำคัญ ทั้งของผู้ถูกกระทำ และผู้กระทำ เช่น ชื่อ-สกุล อายุ ที่อยู่ โรงเรียน เบอร์โทรศัพท์ กรณีที่ผู้แจ้งรู้ข้อมูล ข้อมูลส่วนนี้มีความสำคัญเพราะจะช่วยให้เจ้าหน้าที่สามารถลงพื้นที่เข้าไปช่วยเหลือเด็กได้อย่างทันที่ แต่หากไม่ทราบให้แจ้งพิกัดและรายละเอียดอื่น

2. **ทำอะไร/ ทำอย่างไร?** : บอกเล่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น ว่าผู้กระทำทำอะไรเด็กบ้างและทำอย่างไร เช่น พ่อทำร้ายร่างกายลูกด้วยความรุนแรง ใช้ไม้กวาดตีตามตัวเด็ก จนเกิดบาดแผล

3. **ที่ไหน?** : สถานที่เกิดเหตุ เช่น บ้าน โรงเรียน วัด ห้องน้ำ ฯลฯ

4. **เมื่อไหร่?** : วัน เวลา ที่มีการใช้ความรุนแรง

5. **ความประสงค์ของผู้แจ้งเหตุ** : บอกความต้องการกับเจ้าหน้าที่ว่าเราต้องการให้ช่วยเหลืออย่างไร เช่น ขอให้ลงพื้นที่ตรวจสอบ ขอให้เข้าไปช่วยเหลือเด็กทันที ขอคำแนะนำเพื่อไปบอกเพื่อนบ้าน

6. **บอกข้อมูลของผู้แจ้งเหตุ** : ให้ผู้แจ้งเหตุบอกชื่อ-นามสกุล ช่องทางการติดต่อกลับไปไว้กับเจ้าหน้าที่ กรณีที่เจ้าหน้าที่ติดต่อกลับเพื่อสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม ทั้งนี้ข้อมูลของผู้แจ้งจะถูกปิดเป็นความลับเพื่อความปลอดภัย



กรณีที่คุณได้รับแชร์คลิปวิดีโอ หรือ ภาพเด็กถูกกระทำความรุนแรง หรือได้รับการเลี้ยงดูที่ไม่เหมาะสม สิ่งที่คุณควรทำ คือ


1. **เช็คก่อนแชร์** ตรวจสอบว่าภาพหรือคลิปวิดีโอ นั้นเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและเด็กได้รับความช่วยเหลือแล้วหรือไม่ หรือเป็นเหตุการณ์ที่เพิ่งเกิดขึ้น และยังไม่มีความช่วยเหลือ
2. **ส่งต่อเจ้าหน้าที่** จากข้อ1 หากเป็นภาพหรือวิดีโอเก่า ให้แจ้งต่อผู้โพสต์ เพื่อหยุดการเผยแพร่หรือส่งต่อ แต่หากเป็นเหตุการณ์ใหม่ ให้ส่งภาพหรือคลิปวิดีโอ นั้นไปยังหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เพื่อแจ้งเหตุช่วยเหลือเด็กทันที
3. **บอกข้อมูล** รายละเอียดเช่นเดียวกับการแจ้งเหตุทางโทรศัพท์ (หากคุณรู้หรือมีข้อมูล) หากไม่มีข้อมูลให้แจ้งกับผู้โพสต์ภาพหรือคลิปวิดีโอ ให้เป็นผู้ส่งข้อมูลแจ้งเหตุแทนการโพสต์แชร์บนโซเชียล
4. **คิดก่อนโพสต์** บางครั้งคุณเห็นภาพและคลิปวิดีโอแล้วรู้สึกสงสารเด็ก และโกรธผู้กระทำ อาจทำให้คุณไม่ทันคิดเขียนโพสต์ต่อว่าผู้กระทำ คุณต้องระมัดระวังเรื่องการใช้ภาษาจะต้องไม่ส่อเสียด เปรียบเปรย ดูถูก ใช้คำหยาบคาย หรือทำให้เด็กและครอบครัวได้รับความอับอาย

## หน่วยงานที่รับแจ้งเหตุเด็ก ถูกกระทำทารุณกรรม



1. **ศูนย์ช่วยเหลือสังคม (SAC) สายด่วน 1300** กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

ให้บริการ สายด่วน 1300 ตลอด 24 ชั่วโมง 7 วัน

 10 ปัญหาเร่งด่วน : ความรุนแรงในครอบครัว การตั้งครุฑในวัยรุน การค้ามนุษย์ ปัญหาผู้ได้รับผลกระทบจากยาเสพติด คนเร่ร่อนไร้ที่พึ่ง คนขอทาน เด็กและเยาวชน บุคคลสูญหาย ผู้สูงอายุ คนพิการ



### ช่องทางการติดต่อ

ศูนย์ช่วยเหลือสังคม สายด่วน 1300 กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

#### อาคารกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ

เลขที่ 1034 ถนน กรุงเทพมหานคร แขวงคลองมอหานะ เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพมหานคร 10100

โทรศัพท์ : 1300

โทรสาร : 02 659 6352, 6535

Email : oscc1300.m@m-society.go.th

Facebook fanpage : สายด่วน 1300 พม.

Line ID : sac1300news



## 2. มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก



### ช่องทางการติดต่อ

ที่อยู่ 979 ซอยจรัญสนิทวงศ์ 12 แขวงวัดท่าพระ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพฯ 10600

โทรศัพท์ : 02 412 0739 02 412 1196

โทรสาร : 02 412 9833

Email : cpcrheadoffice1981@gmail.com

Facebook fanpage : มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

www.thaichildrights.org





## สื่อมวลชนกับการปกป้องสิทธิเด็ก

นอกจากพลังของประชาชนแล้ว พลังของสื่อมวลชนก็มีความสำคัญ เพราะบางครั้งเด็กที่ถูกกระทำรุนแรงได้รับความช่วยเหลือ เพราะการเผยแพร่ข่าวของสื่อมวลชน ทั้งนี้การเผยแพร่ข่าวควรกระทำอยู่บนพื้นฐานการคำนึงถึงสิทธิของเด็ก และผลกระทบที่จะเกิดขึ้นต่อการดำเนินชีวิตของเด็กและครอบครัวด้วย



จากคู่มือการรายงานข่าวสิทธิเด็กบนสื่อออนไลน์ ได้นำเสนอแนวทางการรายงานข่าวเด็กที่ถูกกระทำ ไว้ดังนี้

ด้าน	DO / ข้อควรปฏิบัติ	DON'T / ไม่ควรปฏิบัติ
ด้านอัตลักษณ์	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ปกปิดตัวตนของเด็กและคนใกล้ชิด โดยใช้นามสมมติที่ไม่เชื่อมโยงถึงตัวเด็ก</li> <li>- ใช้คำเรียกผู้ปกครองหรือคนใกล้ชิดที่ไม่เชื่อมโยงถึงตัวเด็ก เช่น เรียกว่า พ่อ แม่ คุณครู ฯลฯ โดยไม่ระบุชื่อ-นามสกุล</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- * เผยแพร่ชื่อ นามสกุล ที่อยู่ ที่เรียน ที่ทำงาน เสียฯ ของเด็ก ผู้ปกครอง หรือคนร้ายที่ทำให้ล่วงรู้ถึงตัวเด็ก ยกเว้นกรณีเด็กสูญหาย แต่ต้องไม่ส่งผลเสียต่อเด็ก</li> </ul>
ด้านภาพ	<ul style="list-style-type: none"> <li>- นำเสนอภาพวาดภาพการ์ตูน ปกปิดตัวตนของเด็ก หรือใช้คำบรรยายแทนภาพเด็ก</li> <li>- กรณีเด็กเสียชีวิตอาจเผยแพร่ภาพหน้าตรงขณะมีชีวิตได้ แต่ต้องไม่ก่อให้เกิดความเสียหายแก่เด็กและครอบครัว หรือแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- * เผยแพร่ภาพหรือคลิปที่ทำให้เกิดความเสียหายแก่เด็ก ครอบครัว ผู้กระทำความรุนแรงในครอบครัว และภาพหรือคลิปของเด็กที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ รวมถึงภาพใดๆ ที่จะทำให้รู้ถึงตัวเด็กได้</li> <li>- ** เผยแพร่ภาพหรือคลิปเกี่ยวกับเด็กที่ลามก อนาจาร โป๊เปลือย อูจาต สื่อถึงเรื่องเพศ</li> </ul>

ด้าน	DO / ข้อควรปฏิบัติ	DON'T / ไม่ควรปฏิบัติ
ด้านเนื้อหา	- นำเสนอรายละเอียด ข้อเท็จจริง หรือพฤติกรรมเฉพาะที่เป็นประโยชน์ ต่อตัวเด็ก ไม่ละเมิดสิทธิหรือสร้างความเสียหายแก่เด็กและครอบครัว	- * เผยแพร่ข้อมูลที่ทำให้เกิดความเสียหายแก่เด็ก ครอบครัว หรือแสวงหาประโยชน์โดยมิชอบ - เผยแพร่เรื่องราวที่ซ้ำเติมความทุกข์ของเด็ก และครอบครัว - นำเสนอข่าวหรือเรื่องราวโดยใส่ความคิดเห็นส่วนตัว ตัดสินตัวเด็ก และครอบครัวในเชิงลบ หรือ นำเสนอเกินกว่าข้อเท็จจริงที่ปรากฏ
ด้านการใช้คำ	- ระวังการใช้ภาษา คำนิ่งถึงสิทธิมนุษยชน จิตใจ ชื่อเสียงเกียรติคุณของเด็กและครอบครัว	ใช้คำบรรยายที่รุนแรงกระทบกระเทือนจิตใจ เช่น ถูกสอดใส่ อวัยวะเพศ ถูกข่มขืน เป็นต้น
ด้านอื่นๆ	- สัมภาษณ์เจ้าหน้าที่ตำรวจ เจ้าหน้าที่ที่ดูแลเด็ก นักจิตวิทยา แทนการสัมภาษณ์เด็ก - ประสานความร่วมมือกับเจ้าหน้าที่ ในการให้ข้อมูล เบาะแสโดยเน้นให้ความช่วยเหลือเด็กก่อนเป็นข่าวหรือเผยแพร่เรื่องราวสู่สาธารณะ	สัมภาษณ์เด็กโดยตรง

**บทลงโทษทางกฎหมาย**  
 \* จำคุก 6 เดือน ปรับ 60,000 บาท  
 \* \* จำคุก 5 ปี ปรับ 100,000 บาท

“เด็กวันนี้ คือ ผู้ใหญ่ในวันหน้า” พวกเราทุกคนจึงต้องหันมาช่วยกันดูแลลูกหลานของเราให้ปลอดภัยจากความรุนแรงต่างๆ เพื่อให้พวกเขาเติบโตไปเป็นผู้ใหญ่ที่ดี และมีคุณภาพของสังคมต่อไป



# หลากหลายมุมมอง ข้อกังขปัญหา ความรุ้บร้งในเด็ก

“..คนในสังคมถ้าจะมีส่วนร่วมให้เด็กปลอดภัย มี 2 อย่าง อย่างที่หนึ่งคือ เขาควรจะมีพฤติกรรมที่ระมัดระวังไม่ให้ตัวเองไปก่อภัยอันตรายให้แก่เด็กหรือบุคคลอื่น อีกอันหนึ่งที่เขาควรจะต้องตระหนักมากเลยก็คือ จะต้องรู้จักสังเกตถึงความผิดปกติ เช่น เด็กบางคนมีท่าทางหวาดกลัวผิดปกติมากกับผู้ใหญ่บางคน อาจจะไปสอบถามความสัมพันธ์ แล้วถ้าเห็นว่าผิดปกติมากจริงๆ หรือไม่ได้มีความสัมพันธ์มาก ก็ต้องแจ้งให้เจ้าหน้าที่ตำรวจเข้าไปดำเนินการดูแลคุ้มครอง เพราะว่าในหลายกรณี ผู้ใหญ่บางคนก็อาจจะไปลักพาตัวเด็กมา หรือล่อลวงเด็กมา เพื่อแสวงหาประโยชน์ หรือทำอะไรต่างๆ มากมาย สมัยก่อนมีลักษณะของการลักพาตัวเด็กทารกจากโรงพยาบาล เรื่องพวกนี้เราก็ควรจะสังเกต โดยเฉพาะถ้ามีเพื่อนบ้านที่มีลูกอยู่ในครอบครัว แล้วมีการด่าทอใช้ความรุนแรงก็ควรจะแจ้งพนักงานเจ้าหน้าที่คุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว โดยผ่านหมายเลขโทรศัพท์ 1300 เพื่อให้เจ้าหน้าที่เข้าไปดูแล จัดการและติดตาม

ผมอยากจะบอกว่า อย่าคิดว่าเด็กไม่ใช่ลูกหลานของเราแล้วเราไม่เอาใจใส่ เพราะว่าถ้าเด็กเหล่านี้เกิดเติบโตเป็นผู้ใหญ่ เขาก็จะมีพฤติกรรมที่เป็นอันตรายต่อสังคม เนื่องจาก

ในวัยเด็กเขาถูกกระทำมา แล้วเขาก็เติบโตขึ้นมา เขาก็มีลักษณะที่จะต้องคล้ายๆ กับทดแทนในสิ่งที่เขาถูกกระทำมา แต่ไม่ใช่แก้แค้น แต่หมายถึงว่าเป็นการกระทำทดแทนในสิ่งที่เขาถูกกระทำมากับคนอื่น ซึ่งจำนวนไม่น้อยเขาจะไปกระทำต่อเด็ก ให้เหมือนกับสมัยที่เขาเป็นเด็กที่ถูกกระทำมาแล้ว เพราะฉะนั้นเรื่องพวกนี้เราจะต้องติดตามสังเกต แล้วถ้าเห็นมีอะไรผิดปกติ ควรจะโทรแจ้ง 1300 ไว้ก่อน ให้เขามาช่วยติดตามดูแล เรื่องพวกนี้เรามีบทบาทในการเข้าไปช่วยเหลือดูแล ก็จะช่วยให้ปัญหานี้เบาบางลงไป แล้วก็สังคมของเราก็จะเป็นสังคมที่มีความเอื้ออาทรต่อเด็กทุกคน แล้วลูกหลานเราก็จะมีหลักประกันว่าจะไม่มีคนอื่นที่จะมารังแกลูกหลานเรา เพราะว่าเด็กทุกคนได้รับการดูแลดี แล้วก็ไม่มีพฤติกรรมที่ตี แล้วก็เป็นมิตรกับคนอื่น ..”

นายสรรพลสิทธิ์ คุมพ์ประพันธ์  
อดีตกรรมการสิทธิเด็ก  
แห่งสหประชาชาติ

“...ด้านหนึ่งคือการกลับไปทำงานในมิติของการก่อร่างสร้างครอบครัว ทำให้พ่อแม่เข้าใจลูกในลักษณะของการยอมรับ การค้นหา จุดแข็ง คุณค่า บางอย่างในตัวลูก การกลับมาทำงานกับทักษะบางเรื่อง ซึ่งเป็นทักษะที่พ่อแม่เอง ก็ควรจะได้รับการฝึกฝน เน้นไปที่เรื่องทักษะการสื่อสาร เพราะว่าบางทีพอเรา อยู่กับคนในบ้านเราก็ไม่ระมัดระวังการสื่อสาร เราก็มักจะสื่อสารแบบที่เอาตัวเอง เป็นตัวตั้ง แต่ถ้าเรามีความเข้าใจในเรื่องนี้มันก็จะทำให้เราพัฒนาตัวเองมากขึ้น คิดมากขึ้นว่าการสื่อสารลักษณะไหนที่มันจะส่งผลต่อสมาชิกในครอบครัว ของเรา คนที่เป็นพ่อแม่ต้องเรียนรู้ว่าเราจะต้องยอมรับลูกของเรา เป็นการยอมรับ ในภาวะที่เป็นจริงของเด็กๆ ไม่ใช่ไปคาดหวังหรือเปรียบเทียบจนกระทั่งเกิดการ ที่เรายอมรับลูกไม่ได้ ไม่ยอมรับอย่างเดียวไม่พอยังตำหนิประณาม เอาไป เปรียบเทียบ ลงโทษ เพราะฉะนั้นสิ่งเหล่านี้เด็กจะรู้สึกว่าการไม่มั่นคงปลอดภัย ในเวลาที่เด็กอยู่ในครอบครัว การป้องกันตั้งแต่ขั้นต้นก็คือการป้องกันตั้งแต่ จุดเริ่มต้นตั้งแต่การก่อร่างสร้างครอบครัวขึ้นมา อันนี้เป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญ

สื่อมวลชนเป็นตัวขยายรูปธรรมของความรุนแรงให้เกิดขึ้น แต่ว่าสื่อมวลชน เลือกหยิบประเด็นที่จะมาขยาย แทนที่จะเป็นประเด็นที่ทำให้คนในครอบครัว มีความเข้าใจต่อประเด็นความรุนแรง แล้วก็มีตัวอย่างที่เป็นตัวอย่างเชิงสร้างสรรค์ หรือตัวอย่างเชิงบวกในการแก้ไขปัญหาความรุนแรง สื่อต้องมีทางเลือกที่มากกว่า การนำเสนอข่าวที่เร็ว แต่เป็นการเสนอข่าวที่สร้างความรู้คิดทางปัญญา เป็นการนำเสนอ ที่ทำให้มีการใช้เหตุใช้ผล เพราะฉะนั้นสื่อมวลชนเองอาจจะต้องพลิกการนำเสนอ เป็นการนำเสนอที่ทำให้เห็นผลกระทบของความรุนแรงในครอบครัว ว่าส่งผล ต่อสมาชิกในครอบครัวคนนั้นอย่างไร และทำให้เห็นผลในระยะยาวด้วยว่า ผลในระยะยาวมันจะส่งผลให้ตัวผู้ที่ได้รับผลกระทบ พอไปมีครอบครัวของตนเอง ตนเองจะส่งผ่านเป็นวงจรของความรุนแรงไปที่ลูกของตัวเองอย่างไร แล้วลูก จะส่งต่อเป็น generation ต่อ generation..”

รองศาสตราจารย์อภิญญา เวชยชัย  
ประธานกรรมการมูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

“..จากประสบการณ์การทำงาน มาเกือบ 39 ปี เราพบว่าเด็กที่ถูกกระทำ ความรุนแรง ณ ปัจจุบันจะทวีความรุนแรง มากขึ้นเรื่อยๆ กรณีเด็กที่ถูกกระทำ ความรุนแรงทางร่างกาย ทางด้านจิตใจ ทางเพศ รวมถึงการเลี้ยงดูจากผู้ปกครอง ที่ไม่ดี มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็กได้รับ แจ้งทุกวัน เรารับรู้ถึงผลกระทบที่เกิดขึ้น และมันไม่ง่ายเลยที่บาดแผลในใจนั้น จะได้รับการฟื้นฟู ต้องใช้เวลาอย่างมาก เราอยากขอเชิญชวนท่าน ไม่ทำร้ายทุบตี ไม่รังแก ไม่ล่วงละเมิดทางเพศ เลี้ยงดูเขา อย่างเข้าใจ..”

นางสาววาสนา เก้านพรัตน์  
ผู้อำนวยการมูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก



“..เด็กทุกคนไม่ได้เติบโตกลางอากาศ เขาเติบโต อยู่ในบ้านหลังหนึ่ง เหมือนเราปลูกต้นไม้เราปลูก ต้นไม้ชนิดไหนเราก็จะได้ออกได้ผลที่เป็นแบบนั้น ดังนั้นเด็กที่เติบโตในบ้านที่เต็มไปด้วยความสุข ในบ้านที่เห็นคุณค่าเขา ในบ้านที่มีความยับยั้งชั่งใจ จะลงไม่ลงมืออะไรกับเด็กนี่คิดน่าดูเลย แล้วก็ เปลี่ยนไปเป็นเรื่องของการพูดคุยเจรจา เด็กที่ เติบโตในครอบครัวแบบนี้ เขาก็จะนำสิ่งที่เขาได้รับ ติดตัวเขาออกมา แล้วก็นำไปใช้กับคนอื่นต่อ”

“สิ่งที่เราต้องคิดต่อไปก็คือพ่อแม่คือใคร? ใน 22,800,000 ครอบครัวในประเทศไทยตอนนี้ พ่อแม่ไม่ใช่ว่ามีที่มาจากความพร้อม พ่อแม่ จำนวนหนึ่งก็แค่เป็นหญิงชายคู่หนึ่งที่บังเอิญ มาเจอกัน และทั้งสองคนก็อาจจะเคยมีบาดแผล ในวัยเด็กเยอะแยะเต็มไปหมด แล้วในที่สุด เขาก็มาเจอกัน กลายมาเป็นผัวเมียกัน และมาเป็น พ่อแม่ของเด็กผู้ชาย เด็กผู้หญิงคนหนึ่ง แล้วเขาก็เอาประสบการณ์ทั้งหมดที่เขาได้รับ ส่งต่อไป ให้กับเด็กคนนั้น นี่คือเส้นทางของคนที่เป็นพ่อแม่ คำถามก็คือว่าเราเห็นใครที่จะเข้ามาเกี่ยวข้องกับชีวิต พ่อแม่บ้างไหมในประเทศนี้ โดยส่วนตัวคิดว่ารัฐ จำเป็นอย่างมาก empower เปลี่ยนวิถีคิดของ พ่อแม่ ทำให้พ่อแม่ทำหน้าที่ของตัวเองได้อย่าง สมบูรณ์ หรืออย่างน้อยก็ที่ดีที่สุดในเวลาที่ดีที่สุดๆ กำลังประาะบาง กำลังอายุยังน้อย”

นางทิวา ณ นคร  
ผู้อำนวยการศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและ  
เยาวชนบ้านกาญจนาภิเษก

“..ถ้าเราตระหนักว่าเด็กมีความสำคัญ เราตระหนักว่าวัยเด็ก และประสบการณ์ในวัยเด็กนั้นเป็นส่วนที่มีความหมายอย่างมากในการหล่อหลอมบุคลิก และการเจริญเติบโตทางจิตใจ ความมั่นคงในชีวิตของเด็ก เราจะดูแลเด็กด้วยความไว ไหวที่จะมองว่า ถ้าเราทำเช่นนี้เด็กจะรู้สึกอย่างไร มันจะกระทบต่อความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย ความรู้สึกที่มีความสุขในชีวิตของเด็กี่เรีเปล่า พ่อแม่ควรจะมีวิธีดูแลความเครียดของตนเอง มีวิธีจัดการตัวเองโดยที่ทำการสร้างสรรค์ แทนที่จะใช้วิธีของการแก้ปัญหาโดยใช้ความรุนแรง หรือแสดงออกทางการใช้กำลัง หรือการใช้ความรุนแรงกับคนรอบข้าง

ในหน่วยงานและสิ่งแวดล้อม ในชุมชน ในบรรยากาศของเครือญาติ การช่วยดูแลซึ่งกันและกัน การที่ชุมชนมีหน่วยงานเมืองครที่เป็หนูเป็นตา ช่วยเหลือครอบครัว และเด็กที่มีการใช้ความรุนแรงอย่างจริงจัง ที่สำคัญคือมีการติดตาม ดูแลช่วยเหลือ เหนืออื่นใดเมื่อเราตระหนักว่าสิ่งเหล่านี้มีปัญหา อยากให้เราส่งเสริมสนับสนุนที่จะช่วยทำให้ครอบครัวมีความสามารถในการดูแลเด็กให้ง่ายขึ้น สนับสนุนให้ครอบครัวมีความสุขเพียงพอในการดูแลเด็ก มีทรัพยากร มีต้นทุนทางสังคมที่จะเป็นตัวช่วยให้การเลี้ยงดูเด็กคนหนึ่งไม่เกิดความเครียด แล้วก็ทำให้สิ่งแวดล้อมในสังคมมีสิ่งแวดล้อมที่สร้างสรรค์ ลดสิ่งแวดล้อมที่เป็นปัญหา เป็นอันตราย และสุ่มเสี่ยงต่อการที่จะทำให้เด็กๆ นั้นเข้ามาสู่การถูกใช้ความรุนแรงมากขึ้น..”

อาจารย์แพทย์หญิงปรีชวัน จันทศิริ  
ภาควิชาจิตเวชศาสตร์  
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์

“..วิธีการป้องกันปัญหาความรุนแรงในครอบครัว หมอคิดว่าควรจะมีตั้งแต่ระดับของภาคสังคมและประชาชน เราอาจจะต้องร่วมมือกันในเรื่องของการเป็นตัวอย่างที่ดีในเรื่องของการใช้ความรุนแรง และร่วมมือกันที่จะไม่เผยแพร่สื่อที่เกี่ยวข้องกับความรุนแรง หรือไม่เป็นตัวอย่างที่ไม่ดีในการเผยแพร่ความรุนแรงเท่านั้นเอง นอกจากนี้ในสังคม ในสื่อ จุดต่อมาที่เราจะช่วยให้ก็คือในครอบครัวของเราเอง พยายามที่จะหลีกเลี่ยงการใช้ความรุนแรงทั้งในเรื่องของร่างกาย และการใช้คำพูดที่รุนแรงต่อกัน พยายามคุยกันด้วยความมีสติและเหตุผล และพยายามหาวิธีการจัดการกับอารมณ์ และเรื่องของการให้ความรู้ตรงนี้ เพราะหลายๆ คนก็อาจจะคิดว่าความรุนแรงน่าจะเป็นเรื่องของการใช้กำลัง การทำร้ายทางร่างกายอย่างเดียว แต่จริงๆ ความรุนแรง มันก็เป็นเรื่องของความรุนแรงทางคำพูด หรือการใช้อารมณ์ ก็ถือเป็นความรุนแรงเหมือนกัน ในสังคมทั่วไป จะช่วยลดความรุนแรงที่จะเกิดขึ้นกับเด็ก เริ่มต้นที่ตัวเรา ตัวเราต้องเป็นตัวอย่างที่ดี ไม่ว่าจะเป็นผู้ใหญ่ จะเป็นพ่อแม่ หรือจะเป็นคนที่ไม่ใช่พ่อแม่ เริ่มต้นด้วยการไม่แสดงออกเป็นความรุนแรง และไม่ยอมรับรูปแบบของความรุนแรงทุกรูปแบบ..”

พญ.เบญจพร ดันตสูติ  
จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่น  
‘เพจเข็นเด็กขึ้นภูเขา’

# มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก เป็นองค์กรสาธารณกุศลลำดับที่ 581 เริ่มดำเนินกิจกรรม ตั้งแต่ปี พ.ศ.2524 ดำเนินการให้ความช่วยเหลือคุ้มครองเด็กที่ถูกกระทำทารุณ อายุตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 18 ปี ได้แก่ เด็กถูกกระทำทารุณร่างกาย เด็กถูกกระทำทารุณทางเพศ และเด็กได้รับการเลี้ยงดูโดยมิชอบ มูลนิธิฯ ดำเนินการสงเคราะห์และคุ้มครองสวัสดิภาพเด็ก เด็กได้รับการฟื้นฟูเยียวยา ได้รับการส่งเสริมพัฒนา ได้รับการช่วยเหลือทางกฎหมาย โดยมูลนิธิฯทำงานร่วมกับสหวิชาชีพ ซึ่งเป็นผู้ประกอบวิชาชีพทางการแพทย์ นักสังคมสงเคราะห์ บุคลากรในระบบการยุติธรรมและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการฟื้นฟูเยียวยาทั้งร่างกายและจิตใจ ส่งเสริมพัฒนา ให้ความช่วยเหลือด้านสังคมสงเคราะห์ ด้านกฎหมาย นอกจากนี้มูลนิธิฯยังดำเนินกิจกรรมเพื่อป้องกันปัญหาการละเมิดสิทธิเด็ก โดยทำงานกับเด็ก ครอบครัว โรงเรียน ชุมชน และอาสาสมัคร ให้มีส่วนร่วมในการปกป้องคุ้มครองเด็ก

ตลอดระยะเวลาการทำงาน มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก ตระหนักว่าการช่วยเหลือคุ้มครองและป้องกันปัญหาการละเมิดสิทธิเด็ก ไม่สามารถทำให้สำเร็จได้ด้วยองค์กรใดเพียงองค์กรเดียว จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วนในการสร้างให้เกิดสังคมที่เอื้ออาทรสำหรับเด็ก



## ช่องทางการติดต่อ

ที่อยู่ 979 ซอยเจริญสุขนิทวงศ์ 12 แขวงวัดท่าพระ เขตบางกอกใหญ่  
กรุงเทพฯ 10600

โทรศัพท์ : 02 412 0739 02 412 1196

โทรสาร : 02 412 9833

Email : [cpcrheadoffice1981@gmail.com](mailto:cpcrheadoffice1981@gmail.com)

Facebook fanpage : มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

[www.thaichildrights.org](http://www.thaichildrights.org)





มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

ที่อยู่ : 979 ซอยจรัญสนิทวงศ์ 12 แขวงวัดท่าพระ  
เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพฯ 10600

โทรศัพท์ : 02 412 0739 02 412 1196

โทรสาร : 02 412 9833

Email : [cpcrheadoffice1981@gmail.com](mailto:cpcrheadoffice1981@gmail.com)

Facebook fanpage : มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

[www.thaichildrights.org](http://www.thaichildrights.org)