

การป้องกันและแก้ไขปัญหาคำการใช้ความรุนแรงในครอบครัว

การป้องกันและแก้ไขปัญหาคำการใช้ความรุนแรงในครอบครัวนั้นคงต้องกระทำทั้ง 3 ด้าน คือ

- ด้านการให้ ความรู้ที่ถูกต้อง
- ด้านการเปลี่ยนแปลงทัศนคติ
- ด้านพฤติกรรม



การป้องกันและแก้ไขปัญหากการใช้ความรุนแรงในครอบครัว

การให้ความรู้

โดยการให้ความรู้แก่ชายหญิงที่ประสงค์จะแต่งงานกันให้ทราบล่วงหน้าเพื่อเตรียมการปรับตัวรับความเปลี่ยนแปลงจากการเป็นคู่รักที่มีแต่ความหวานชื่น มาเป็นคู่สมรสที่ต้องรับผิดชอบร่วมกัน ความรักที่หือหาวจะกลายเป็นความเคียดชังที่อาจกลายเป็นความเบื้อหน่ายและการที่จะต้องรับภาระต่าง ๆ ร่วมกัน

การป้องกันและแก้ไขปัญหาการใช้ความรุนแรงในครอบครัว

ทั้งด้านการเงิน การงาน และ การเลี้ยงดูลูก ๆ ให้เติบโต
เป็นคนดีของสังคมด้วย ชีวิตแต่งงานจึงแตกต่างจากชีวิต
เมื่อครั้งเป็นคู่รักอย่างสิ้นเชิง แต่ถ้าได้เตรียมตัว เตรียมใจ
รับเหตุการณ์ไว้ล่วงหน้าจะช่วยให้ปรับตัวได้ง่ายขึ้น



การป้องกันและแก้ไขปัญหากการใช้ความรุนแรงในครอบครัว

การเปลี่ยนทัศนคติ

โดยเฉพาะผู้ชายหลาย ๆ คน จะต้องเปลี่ยนความคิด จากที่ว่าชายชาตรีต้องถึงพร้อมด้วยสุรา นารี และการพนันต่าง ๆ เป็นผู้ชายที่ดี ต้องรักเดียวใจเดียว และต้องรับผิดชอบเรื่องฐานะ การเงินของครอบครัวให้ดีที่สุด

การป้องกันและแก้ไขปัญหาค่าการใช้ความรุนแรงในครอบครัว

- เปลี่ยนจากความคิดที่ว่างานบ้าน งานเลี้ยงลูกเป็นงานของผู้หญิง มาเป็นการร่วมแรงร่วมใจกัน ทำงานเพื่อแบ่งเบาภาระซึ่งกันและกัน ภรรยาจะได้ไม่หงุดหงิด และลูกจะได้ใกล้ชิดพ่อด้วย
- เปลี่ยนจากความเข้าใจผิดที่ว่าลูกเมียเป็นสมบัติส่วนตัว ที่คิดจะซ้อมจะทุบตีก็ทำได้เสมอเป็นความคิดที่ว่า ชายหญิงนั้นเท่าเทียมกัน และพ่อคือผู้ปกป้องคุ้มครองลูกเมีย ไม่ใช่ผู้ทำร้ายครอบครัวเสียเอง

การป้องกันและแก้ไขปัญหาค่าใช้จ่ายความรุนแรงในครอบครัว

- เปลี่ยนทัศนคติในเรื่องการรักษาอาการเจ็บป่วยทางจิต คือ ต้องไม่
อายที่จะมาขอรับการรักษาจากจิตแพทย์หรือ ขอคำปรึกษาจาก
ผู้เชี่ยวชาญทางสุขภาพจิต เพราะหากรีบทำการรักษาเสียตั้งแต่
อาการเริ่มแรกย่อมจะช่วยให้หายได้เร็วดีกว่าปล่อยไว้จน
อาการหนักเป็นอันตรายต่อตัวเองและบุคคลในครอบครัว อย่างที่
เกิดขึ้นในปัจจุบัน

การป้องกันและแก้ไขปัญหากการใช้ความรุนแรงในครอบครัว

การเปลี่ยนพฤติกรรม

โดยสามีภรรยาต้องปรับตัวเข้าหากัน เมื่อมีปัญหาต้องค่อย ๆ พูด ค่อย ๆ จากัน ใช้เหตุผล มากกว่าอารมณ์ ฝ่ายหนึ่งพูดอีกฝ่ายควรจะนั่งฟัง คนหนึ่งร้อนอีกคนหนึ่งต้องเย็น พยายามหลีกเลี่ยงการใช้กำลังทำร้ายกัน ต้อง ทำตัวรักใคร่สามัคคีปรองดองกัน เพื่อเป็นแบบอย่างที่ดีกับลูก เลี่ยงดูลูก ด้วยความรักความอบอุ่น ลูกจะได้มีสุขภาพจิตดีและสามารถสร้างครอบครัว ที่ดีได้เมื่อเขาเติบโตเป็นผู้ใหญ่ต่อไป

ปัญหาความรุนแรงในสังคม



ปัญหาความรุนแรงในสังคม

สาเหตุที่ก่อให้เกิดปัญหาความรุนแรงในสังคม อาจพอสรุปได้ดังนี้

1. มีค่านิยมและเจตคติที่ไม่เหมาะสมเกี่ยวกับความไม่เท่าเทียมกันระหว่างหญิงกับชาย เช่น แนวคิดที่ว่าภรรยาเป็นสมบัติของสามี หรือแนวคิดที่ว่าลูกเป็นสมบัติของพ่อแม่ เป็นต้น



ปัญหาความรุนแรงในสังคม

2. มีความเจริญด้านวัตถุ แต่ขาดการพัฒนาด้านจิตใจ ทำให้คนในสังคมเสื่อมศีลธรรม และยึดผลประโยชน์ส่วนตัวเป็นที่ตั้ง ส่งผลให้เกิดการแข่งขันทางวัตถุ ซึ่งนำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ และในที่สุดก็จะนำมาสู่สภาพของครอบครัวที่ล่มสลาย

3. ความไม่พร้อมที่จะมีครอบครัว โดยอาจมีสาเหตุมาจากสภาพร่างกาย จิตใจ อายุ สุขภาพ อนามัย และฐานะทางเศรษฐกิจ ส่งผลให้เกิดปัญหาความรุนแรง

ปัญหาความรุนแรงในสังคม

4. การได้รับประสบการณ์เกี่ยวกับความรุนแรง เช่น พ่อแม่ ครูทำโทษ ด้วยความรุนแรง เมื่อทำผิดทำให้มีทัศนคติว่าความรุนแรงเป็นเรื่องปกติ ที่ช่วยหยุดยั้งพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้
5. ปัญหาเศรษฐกิจต่ำ การเลิกจ้างงาน ธุรกิจล้มละลาย ค่าครองชีพสูง ทำให้เกิดความเครียดสูง และนำไปสู่การใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา

ปัญหาความรุนแรงในสังคม

6. ระบบการศึกษาที่สร้างความกดดันให้กับผู้เรียน เช่น กรณีของผู้เรียนที่ผิดหวังจากระบบการสอบเข้ามหาวิทยาลัยที่มีชื่อเสียง แล้วตัดสินใจฆ่าตัวตาย

7. อิทธิพลสื่อมวลชนที่นำเสนอข้อมูลข่าวสารให้เกิดผลลบแก่ผู้รับข่าวสารอย่างกว้างขวางและต่อเนื่อง เช่น ค่านิยมฟุ้งเฟ้อ การใช้ความรุนแรง การผลิตสื่อโฆษณา สื่อลามกอนาจาร ที่ก่อให้เกิดการเลียนแบบในทางที่ไม่ถูกต้อง

ปัญหาความรุนแรงในสังคม

8. ความเชื่อผิด ๆ เกี่ยวกับปัญหาความรุนแรง เช่นความรุนแรงในครอบครัวเป็นเรื่องส่วนตัว ความรุนแรงทางเพศเกิดขึ้นเพราะผู้หญิงเป็นฝ่ายผิด หรือสมยอมเอง ทำให้ผู้ประสบปัญหาพยายามปิดไว้เป็นความลับ และด้วยความเชื่อดังกล่าว ทำให้คนในสังคมไม่ต้องการเข้าไปยุ่งเกี่ยว และให้ความช่วยเหลือทำให้เกิดปัญหามากมาย



การป้องกันและแก้ไขปัญหามลพิษในสังคม

การป้องกันปัญหามลพิษในสังคม จะให้บังเกิดผล
อย่างสมบูรณ์และยั่งยืนได้นั้น ทุกระดับของสังคมต้องร่วมมือกัน โดยมี
แนวทางปฏิบัติ ดังนี้

1. ระดับบุคคลและครอบครัว

2. ระดับสังคม



การป้องกันและแก้ไขปัญหามรณแรงในสังคม

- 1) รัฐควรจัดให้มีหน่วยงานบริการแนะแนว และคำปรึกษา
ปัญหาชีวิตสมรส ปัญหาครอบครัวกระจายไปสู่ชุมชนมากขึ้น
- 2) รัฐต้องส่งเสริมให้ประชาชนทุกคนเกิดความรู้ความเข้าใจ และ
จิตสำนึก เรื่องสิทธิเด็ก สิทธิสตรี และสิทธิมนุษยชน



การป้องกันและแก้ไขปัญหามารยาทในสังคม



3) มีการแก้ไขกฎหมายให้มีความทันสมัยโดยเฉพาะกฎระเบียบที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว กฎหมายที่ก่อให้เกิดช่องว่างในเรื่องความไม่เสมอภาค และทำให้สตรีต้องตกอยู่ในภาวะจำยอมควรได้รับการแก้ไข และควรมีการบังคับใช้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งเผยแพร่กฎหมายดังกล่าวให้ประชาชนทราบ

การป้องกันและแก้ไขปัญหาคาความรุนแรงในสังคม

4) องค์กรวิชาชีพสื่อมวลชนต้องมีมาตรการในการป้องกันและควบคุมสื่อให้เสนอข้อมูลที่ถูกต้องเหมาะสม และผู้ผลิตสื่อต้องแสดงความรับผิดชอบในการนำเสนอสื่อทุกรูปแบบ

5) ระบบการศึกษา ต้องให้ความสำคัญในการบรรจุหลักสูตรการเรียนการสอนเรื่องจริยธรรมทางเพศ การเป็นพ่อแม่ที่ดี สิทธิสตรี สิทธิเด็ก และสิทธิมนุษยชน รวมไปถึงการสอนทักษะการแก้ไขปัญหาคาความขัดแย้งด้วยเหตุผลและสันติวิธี

แนวทางการแก้ปัญหาโดยไม่ใช้ความรุนแรง

ระดับบุคคล

1. เรียนรู้และฝึกฝนตนเองให้เป็นคนใจเย็น มีเหตุผล ฝึกสมาธิ
2. ยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น อย่ายึดตนเองเป็นใหญ่
3. ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกายสม่ำเสมอ



แนวทางการแก้ปัญหาโดยไม่ใช้ความรุนแรง

4. อยู่ร่วมกับคนอื่นได้อย่างมีความสุข ให้ความช่วยเหลือคนอื่น ๆ เท่าที่จะสามารถทำได้
5. ไม่ตัดสินปัญหาโดยการใช้กำลัง และหลีกเลี่ยงเมื่อถูกผู้อื่นใช้กำลัง
6. ไม่หมกมุ่นอยู่กับการเล่นเกมทางอินเทอร์เน็ตมากเกินไป โดยเฉพาะการสนทนาทาง **internet** หรือการ (**chat**) ซึ่งจะนำไปสู่การถูกหลอกลวงไปทำรุนแรงทางเพศได้ง่าย

แนวทางการแก้ปัญหาโดยไม่ใช้ความรุนแรง

ระดับครอบครัว

1. สร้างเสริมความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว พ่อ แม่ ผู้ปกครองควรมีข้อตกลงเรื่อง อำนาจการตัดสินใจเรื่องในครอบครัวโดยไม่ใช้ความรุนแรง
2. มีพฤติกรรมที่แสดงความรัก ความเอื้ออาทร และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ระหว่าง พ่อ แม่ ลูกและคนอื่น ๆ ในครอบครัวอย่างสม่ำเสมอ
3. มีการกำหนดเป้าหมายและแนวทางการดำเนินชีวิต ตลอดจนกติกาต่าง ๆ ภายในครอบครัว โดยสมาชิกทุกคนมีส่วนร่วม

แนวทางการแก้ปัญหาโดยไม่ใช้ความรุนแรง

4. สมาชิกในครอบครัวมีความยืดหยุ่น ยอมรับการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นกับสมาชิกในครอบครัวอย่างปกติ
5. สมาชิกทุกคนควรมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาของครอบครัว ตามสภาพที่ควรจะเป็นรวมทั้งการแก้ไขเหตุการณ์ที่อาจเกิดขึ้นอย่างไม่คาดคิดด้วย
6. พ่อแม่ ผู้ปกครองให้การอบรมเลี้ยงดูลูก ๆ ไปในแนวทางที่ถูกต้องโดยให้การเอาใจใส่ดูแลลูก ๆ อย่างใกล้ชิด

แนวทางการแก้ปัญหาโดยไม่ใช้ความรุนแรง

7. พ่อแม่ ผู้ปกครองต้องเป็นตัวอย่างที่ดีในการแก้ไข
ปัญหาโดยไม่ใช้ความรุนแรง

8. พ่อแม่ ผู้ปกครองต้องไม่ใช้ความรุนแรงกับลูก ๆ การ
ลงโทษเมื่อลูกกระทำผิดต้องทำอย่างมีเหตุผล

9. พ่อแม่ ผู้ปกครองต้องไม่ใช้ความรุนแรงให้กับลูก ๆ
จนกลายเป็นคนชอบใช้ความรุนแรง เมื่อมีโอกาส



วิธีการปฏิบัติตามหลักความปลอดภัย

คนทุกคนควรปฏิบัติตามหลักความปลอดภัยเพื่อป้องกันและ
แก้ปัญหามรณะรุนแรง ดังนี้

1. ไม่แก้ไขปัญหาโดยใช้ความรุนแรงทุกลักษณะ
2. ไม่เข้าไปในสถานการณ์หรือเหตุการณ์ที่เสี่ยงต่อการถูกกระทำรุนแรง เช่น
ไม่ไปในสถานที่เปลี่ยวในเวลากลางคืน เพราะอาจถูกปล้น จี๋ หรือ โดนทำ
ร้ายได้ เป็นต้น
3. ไม่พูดหรือกระทำการที่ยั่วแหย่ให้ผู้มีอำนาจเหนือกว่า เกิดความโกรธ และทำ
ร้ายเราได้

วิธีการปฏิบัติตามหลักความปลอดภัย

4. เมื่อพบเห็นเหตุการณ์หรือสิ่งผิดปกติที่อาจก่อให้เกิดความไม่ปลอดภัย หรืออันตรายในบ้านหรือในชุมชน ต้องแจ้งให้ผู้ใหญ่หรือตำรวจทราบ เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหาที่อาจเกิดขึ้น
5. ประพฤติปฏิบัติตามแนวทางที่ถูกต้อง ไม่ประพฤตินในทางไม่ดีหรือเกเร
6. ในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ต้องยึดหลัก ปลอดภัยไว้ก่อน ไม่ประมาท



