

เมื่อบ้านไม่ใช่ที่ปลอดภัย : ความรุนแรงในครอบครัวจากการต้องกักตัวในช่วงโควิด - 19



ที่มารูป : <https://www.siam-legal.com/thailand-law/domestic-violence-law-in-thailand/>

“ไม่มีที่หนีดีเท่าบ้านเราแล้ว” “บ้านคือที่ที่ดีที่สุด” เป็นสิ่งที่เรามักจะได้ยินมาตั้งแต่เด็กจนโต แต่ในปัจจุบันคำว่าบ้านสำหรับบางคนก็ให้ความรู้สึกที่แตกต่างออกไป บ้านเป็นที่ที่ให้ความรู้สึกปลอดภัยสำหรับหลายๆคน แต่ก็อาจจะไม่ใช่กับทุกคน

ในช่วงที่มีการเกิดโรคระบาดโควิด - 19 มีการรายงานจากมูลนิธิชายหญิงก้าวไกลว่าในช่วงโรคระบาดโควิด - 19 ครึ่งปีแรกของปี 2563 ที่ผ่านมามีความรุนแรงในครอบครัวที่เพิ่มมากขึ้นอย่างน่าเป็นห่วงถึงร้อยละ 12 เมื่อเทียบกับปี 2561 โดยความรุนแรงที่เกิดขึ้นมาจากความเครียดในการต้องปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ การถูกให้ออกจากงานทำให้เกิดการขาดรายได้ ความกดดันที่มากเกินไป การไม่สามารถจัดการกับความเครียดหรือปัญหาที่เกิดขึ้น และมักจะมีเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือยาเสพติดเป็นปัจจัยที่กระตุ้นให้เกิดการแสดงพฤติกรรมความรุนแรงออกมา โดยเฉพาะอย่างยิ่งกับครอบครัวที่มีปัญหาหรือความขัดแย้งภายในบ้านอยู่แล้วอาจทำให้ความขัดแย้งที่มีอยู่รุนแรงมากขึ้น ความรุนแรงในครอบครัวที่เห็นได้ชัดเจนมักเป็นความรุนแรงทางกาย แต่นอกจากนี้ยังมีความรุนแรงที่อยู่ในรูปแบบอื่น ๆ เช่นเดียวกัน โดยความรุนแรงที่เกิดขึ้นสามารถแสดงออกมาได้ 4 รูปแบบคือ

- **ความรุนแรงทางกาย** การทำร้ายร่างกายอีกฝ่ายทำให้เกิดความเจ็บปวดทางร่างกาย เช่น ตบ ตี ต่อย
- **ความรุนแรงทางเพศ** เป็นการกระทำที่ทำให้อีกฝ่ายตอบสนองความต้องการทางเพศของตนเอง โดยไม่ได้รับความยินยอมจากอีกฝ่าย อาจทำได้โดยการบังคับ ช่มชู้ หรือหลอกล่อ
- **ความรุนแรงทางจิตใจ** การกระทำที่ทำให้อีกฝ่ายได้รับผลกระทบทางจิตใจ ถูกทำร้ายความรู้สึก รู้สึกด้อยคุณค่า
- **ความรุนแรงที่ทำให้เกิดความรู้สึกถูกละทิ้ง/สูญเสีย** การกระทำที่ทำให้อีกฝ่ายรู้สึกถูกทอดทิ้ง ไม่ได้รับการใส่ใจหรือการดูแล

เห็นได้ว่าความรุนแรงสามารถแสดงออกมาได้หลากหลายรูปแบบไม่เฉพาะความรุนแรงทางกายเท่านั้น หากใครที่กำลังตกเป็นเหยื่อการใช้ความรุนแรงในครอบครัวสามารถปฏิบัติเบื้องต้นได้ ดังนี้

1. **การป้องกันตัวเองและเตรียมพร้อมอยู่เสมอ** รู้จักที่จะบอกปฏิเสธในการให้ผู้อื่นสัมผัสร่างกายโดยที่เราไม่ได้ยินยอม อาจมีการเตรียมสิ่งของจำเป็นหรือวางแผนการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ชั่วคราวก่อนได้
2. **ไม่โทษตัวเอง** การใช้ความรุนแรงไม่ใช่การแก้ปัญหาที่ดี ดังนั้นหากเราตกเป็นเหยื่อ จงอย่ารู้สึกผิดต่อตัวเอง และอย่าโทษตัวเองสำหรับเรื่องที่เกิดขึ้น
3. **ขอความช่วยเหลือจากคนสนิท** อาจเล่าเรื่องราวให้คนที่เรารู้สึกไว้วางใจได้ พยายามให้คนอื่นได้รับรู้ความรุนแรงที่เกิดขึ้น หรือขอความช่วยเหลือในการให้ที่พักอาศัยชั่วคราว
4. **ขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานต่าง ๆ** สามารถติดต่อขอความช่วยเหลือได้หลากหลายหน่วยงานทั้งภาครัฐ และเอกชนที่คอยให้ความสนับสนุนและช่วยเหลือผู้ที่ได้รับความเดือดร้อน

- **มูลนิธิสายเด็ก 1387 (Childline Thailand Foundation)** สายด่วนที่คอยช่วยเหลือเด็กที่อายุไม่เกิน 18 ปี มีบริการให้คำปรึกษาหรือประสานงานระหว่างหน่วยงานรัฐและเอกชน **ติดต่อได้ที่เบอร์ 1387 (24 ชั่วโมง)**

- **สายด่วน 1300 ของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์** สายด่วนที่คอยให้บริการประชาชน ให้คำปรึกษา หรือการให้ความช่วยเหลือในทุกเรื่อง **ติดต่อได้ที่เบอร์ 1300 (24 ชั่วโมง)**

- **มูลนิธิชายหญิงก้าวไกล** มูลนิธิที่ส่งเสริมความเท่าเทียมทางเพศ มีส่วนร่วมกันระหว่างเพศชายและเพศหญิง มีบริการการให้คำปรึกษาแก่ผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศและความรุนแรงในครอบครัว **ติดต่อได้ที่เบอร์ 0-2513-2889**

การเกิดความรุนแรงในครอบครัว ทำให้บางคนที่ไม่ได้รู้สึกผูกพันหรือรู้สึกปลอดภัยเมื่อต้องอยู่บ้าน เกิดความรู้สึกไม่สบายใจ หรือวิตกกังวลเมื่อจะต้องกักตัวในช่วงโรคระบาด ทำให้ส่งผลถึงบรรยากาศและความสัมพันธ์ภายในครอบครัว สมาชิกต้องช่วยกันสร้างบรรยากาศที่ดีในการอยู่ร่วมกันด้วยการหมั่นพูดคุยถามไถ่กัน การหากิจกรรมทำร่วมกัน รู้จักการให้และเคารพพื้นที่ส่วนตัว รู้จักการจัดการอารมณ์ของตนเองให้เหมาะสม เป็นกำลังใจให้กันในการผ่านพ้นปัญหาหรืออุปสรรคต่าง ๆ ให้ได้ ปัญหาความรุนแรงภายในครอบครัวไม่ใช่ปัญหาที่ใหม่สำหรับสังคมไทย การที่คนเริ่มตระหนักรู้และคอยดูให้ความช่วยเหลือคนที่ตกเป็นเหยื่อ ก็เป็นก้าวเล็ก ๆ ในการขับเคลื่อนประเด็นความรุนแรงในครอบครัวให้มีความสำคัญมากยิ่งขึ้น ดังนั้นในช่วงโรคระบาดแบบนี้มาช่วยกันทำให้บ้านน่าอยู่และเป็นที่พักพิงปลอดภัยสำหรับการกักตัว รักษาสุขภาพกายให้แข็งแรงอยู่เสมอแล้วก็อย่าลืมรักษาสุขภาพใจด้วยเช่นเดียวกัน

แหล่งอ้างอิง :

กรมสุขภาพจิต. (2563). อึ้ง ! ผู้หญิงถูกกระทำความรุนแรงครึ่งปี 2563 พุ่งกระฉูด 12 %. สืบค้นเมื่อ 25 มกราคม 2564, จาก <https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=30401>

world health organization (WHO). (2564). Definition and typology of violence. สืบค้นเมื่อ 25 มกราคม 2564, จาก <https://www.who.int/violenceprevention/approach/definition>

สุดารัตน์ พรหมสีใหม่. (2563). เมื่ออยู่บ้านไม่ปลอดภัย ความรุนแรงในครอบครัวช่วงโควิดและการเข้าถึงความช่วยเหลือ. สืบค้นเมื่อ 26 มกราคม 2564, จาก <https://adaymagazine.com/domestic-violence-during-pandemic/>

พบแพทย์. (ม.ป.ป.). ความรุนแรงในครอบครัว วิธีรับมือและช่วยเหลือให้เหยื่อปลอดภัย. สืบค้นเมื่อ 26 มกราคม 2564, จาก

<https://www.pobpad.com/%E0%B8%84%E0%B8%A7%E0%B8%B2%E0%B8%A1%E0%B8%A3%E0%B8%B8%E0%B8%99%E0%B9%81%E0%B8%A3%E0%B8%87%E0%B9%83%E0%B8%99%E0%B8%84%E0%B8%A3%E0%B8%AD%E0%B8%9A%E0%B8%84%E0%B8%A3%E0%B8%B1%E0%B8%A7-%E0%B8%A7%E0%B8%B4>

