

คู่มือปรรานาดี



Prathanadee Foundation
มูลนิธิกลุ่มปรรานาดี

คำนำ

ในโลกที่ผู้คนสามารถติดต่อสื่อสารถึงกันอย่างง่ายดายผ่านช่องทางการสื่อสารที่หลากหลายและเข้าถึงง่ายมากขึ้น ภัยอันตรายต่าง ๆ ได้ปรับเปลี่ยนรูปแบบไปด้วยเช่นกัน คู่มือเล่มนี้จึงเกิดขึ้นเพื่อรวบรวมภัยอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวัน และเพื่อปรับปรุงเนื้อหาจาก “คู่มือเอาตัวรอดสำหรับผู้หญิง” ที่มูลนิธิได้จัดทำก่อนหน้านี้ให้ทันสมัยมากยิ่งขึ้น

นอกจากข้อมูลเกี่ยวกับภัยอันตรายต่าง ๆ แล้ว คู่มือเล่มนี้ยังได้รวบรวมรายชื่อหน่วยงานที่สามารถขอความช่วยเหลือเมื่อเกิดภัยอันตราย รวมไปถึงสิทธิขั้นพื้นฐานตามกฎหมาย สิทธิแรงงาน และสิทธิเมื่อถูกกระทำด้วยความรุนแรงภายในครอบครัว

มูลนิธิกลุ่มปรรณชาติหวังเป็นอย่างยิ่งว่า คู่มือเล่มนี้จะก่อให้เกิดการเรียนรู้ เสริมสร้างความมั่นใจ และเป็นประโยชน์สำหรับทุกคนที่กำลังตกอยู่ในสถานการณ์อันตรายให้สามารถเอาตัวรอดได้อย่างปลอดภัย มูลนิธิยังเชื่อมั่นว่าการเรียกร้องสิทธิเป็นสิ่งที่สามารถทำได้ และการรู้สิทธิจะช่วยปกป้องจากการถูกเอาเปรียบและเคารพในสิทธิของผู้อื่น

มูลนิธิกลุ่มปรรณชาติขอขอบคุณสถานทูตไอร์แลนด์ ประจำประเทศไทย ผู้สนับสนุนในการจัดทำคู่มือเล่มนี้ค่ะ

ทีมงานมูลนิธิกลุ่มปรรณชาติ

สารบัญ

1 ภัยอันตรายต่าง ๆ

12 หน่วยงานที่ให้ความช่วยเหลือ

20 สิทธิควรรู้

24 สิทธิแรงงาน

28 สิทธิควรรู้เมื่อถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว

31 เอกสารอ้างอิง

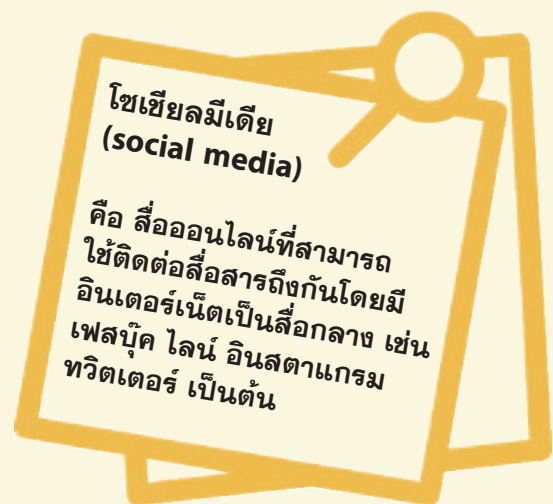
ภัยอันตรายต่าง ๆ

ภัย หมายถึง สิ่งที่เป็นอันตรายหรือน่ากลัวที่อาจเกิดขึ้นได้ทุกที่ทุกเวลา ในปัจจุบันภัยอันตรายสามารถพบเห็นได้ในหลากหลายรูปแบบมากขึ้น มลพิษฯ จึงได้รวบรวมภัยอันตรายที่อาจเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันโดยเฉพาะกับผู้หญิง แบ่งออกได้เป็น 3 หมวดหมู่ ดังนี้

1. ภัยจากเทคโนโลยี

ภัยทางเทคโนโลยีมักเกิดขึ้นจากการใช้เว็บไซต์ โซเชียลมีเดีย และแอปพลิเคชันต่าง ๆ ซึ่งหากใช้งานอย่างไม่มีความรู้ทางเทคโนโลยีหรือไม่ระมัดระวังก็อาจตกเป็นเหยื่อของภัยคุกคามได้ ตัวอย่างภัยที่เกิดจากการใช้เทคโนโลยี เช่น

ฟิชซิง (phishing) เป็นการหลอกลวงทางอินเทอร์เน็ตเพื่อขอข้อมูลที่สำคัญ เช่น รหัสผ่าน หมายเลขบัตรเครดิต เลขบัญชี เลขบัตรประชาชน เป็นต้น โดยมักส่งเป็นข้อความมาทางอีเมลหรือแอปพลิเคชันสำหรับส่งข้อความอย่าง เฟสบุ๊คแมสเซนเจอร์ (Messenger) ไลน์ (Line) วอทแอป (WhatsApp) หากผู้ใช้งานหลงเชื่อกดข้อความและเข้าไปยังเว็บไซต์ที่มักมีหน้าตาคล้ายกับเว็บไซต์จริงและกรอกข้อมูลสำคัญลงไป ข้อมูลเหล่านั้นก็จะถูกผู้หลอกลวงนำไปใช้ประโยชน์ เช่น สร้างบัญชีปลอม ทำธุรกรรมทางอินเทอร์เน็ต หลอกลวงผู้อื่น หรือก่ออาชญากรรมได้



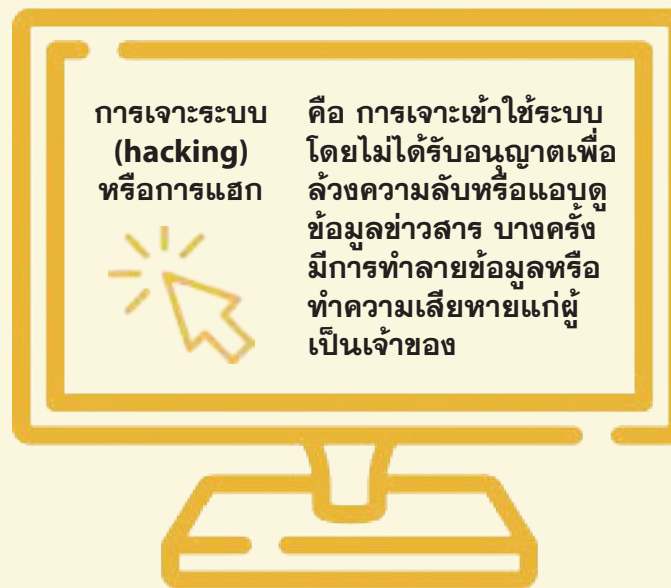
ไวรัสและมัลแวร์ (malware)

จะแฝงเข้ามาในระบบของมือถือและสามารถสร้างความเสียหาย เช่น สร้างความรำคาญ สร้างข้อความแปลก ๆ โดยที่เราไม่ได้พิมพ์ข้อความเอง แล้วส่งข้อความไปยังเพื่อนในโซเชียลมีเดีย รวมถึงทำลายไฟล์ข้อมูลและไฟล์รูป วิธีสังเกตว่ามีมือถือติดไวรัส เช่น แบตเตอรี่หมดเร็วกว่าปกติ การโทรออกโดยเจ้าของไม่ได้โทร มีค่าใช้จ่ายในการใช้โทรศัพท์เพิ่มมากขึ้นกว่าปกติ เป็นต้น

การหลอกลวงให้โอนเงินผ่านทางเฟสบุ๊คหรือไลน์

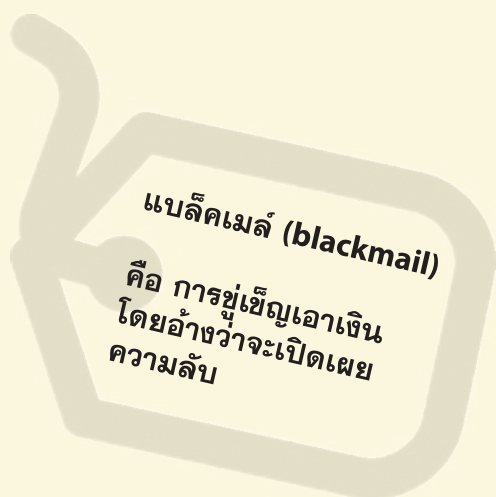
เช่น แยกเฟสบุ๊คหรือไลน์ของบุคคลอื่นเพื่อที่จะหลอกขอยืมเงินจากเพื่อนในเฟสบุ๊คหรือไลน์นั้น ๆ ทำเฟสบุ๊คปลอมแอบอ้างว่าเป็นบริษัทชื่อดังจากนั้นหลอกเหยื่อว่าได้รับรางวัลใหญ่แต่ต้องโอนเงินมาก่อนเพื่อยืนยันสิทธิ์ การปลอมเป็นร้านค้าขายของออนไลน์ หลอกให้ซื้อของราคาถูก หลอกขอรับเงินบริจาค หรือประกาศหาคนทำงานออนไลน์โดยหลอกให้ส่งสำเนาบัตรประชาชนและหมายเลขบัญชีธนาคารเพื่อคนร้ายจะนำเอาข้อมูลดังกล่าวไปใช้ในการรับเงินที่ได้จากการกระทำความผิดอื่น ๆ

นอกจากนี้ มีจฉาซีพอจมาในรูปแบบของชาวต่างชาติที่มักสร้างเฟสบุ๊คปลอมโดยใช้รูปโปรไฟล์หนุ่มสาวรูปร่างหน้าตาดีเข้ามาชวนคุย ตีสนิทและบอกว่าจะมาแต่งงานด้วย จากนั้นจะใช้สารพัดวิธีหลอกล่อให้โอนเงินเข้าบัญชี เช่น เรียกร้องความสงสาร ญาติเสียชีวิต และมีความจำเป็นต้องใช้เงินไปลงทุนในกิจการ หรือบางคนก็ถูกแบล็คเมลล์ ทำให้ผู้เสียหายใจอ่อนหรือจำยอมโอนเงินให้



การล่อลวงไปลวงละเมิด

ทางเพศ มักเริ่มต้นด้วยการแชทคุยผ่านทางโซเชียลมีเดียต่าง ๆ จนได้รับความไว้วางใจ จากนั้นคนร้ายจะหลอกล่อให้เหยื่อออกไปพบเจอ บางรายอาจถูกคุกคามทางเพศ ถูกข่มขืน หรือถูกกักขังหน่วงเหนี่ยวไว้ บางกรณีคนร้ายอาจอัดคลิปวิดีโอเพื่อแบล็คเมลล์หรือข่มขู่ผู้เสียหายที่ตกเป็นเหยื่อเพื่อไม่ให้ไปแจ้งความดำเนินคดีและไม่สามารถเลิกติดต่อกับผู้ต้องหาได้ รวมไปถึงเพื่อบีบบังคับให้เหยื่อมีเพศสัมพันธ์อีกครั้ง เหยื่อบางรายอาจถูกทำร้ายจนถึงแก่ชีวิต



เมื่อภัยทางเทคโนโลยีได้เกิดขึ้นอย่างแพร่หลายจึงมีการผลักดันให้เกิดพระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. 2560 หรือเรียกสั้น ๆ ว่า **พรบ. คอมพิวเตอร์** เพื่อให้การใช้อินเทอร์เน็ตเป็นไปอย่างถูกกฎหมายโดยมีสาระสำคัญดังนี้

- ✓ การฝากร้านในเฟซบุ๊ก อินสตาแกรม การส่งข้อความ SMS รวมถึงการส่งอีเมลล์ขายของโดยไม่ได้รับความยินยอมและผู้รับไม่สามารถปฏิเสธข้อมูลนั้นได้ ถือว่าเป็นสแปม มีโทษปรับ 200,000 บาท
- ✓ การโพสต์ด่าว่าผู้อื่น เผยแพร่ข้อมูลเท็จหรือติดต่อ ผู้ถูกกล่าวหาสามารถเอาผิดผู้โพสต์ได้ มีโทษจำคุกไม่เกิน 3 ปี ปรับไม่เกิน 200,000 บาท
- ✓ การให้ข้อมูลเกี่ยวกับผู้เสียชีวิตต้องไม่ทำให้เกิดความเสื่อมเสียชื่อเสียงหรือดูหมิ่นเกลียดชัง ญาติสามารถฟ้องร้องเอาผิดผู้โพสต์ได้
- ✓ การโพสต์เกี่ยวกับเด็กและเยาวชนต้องปิดบังใบหน้า
- ✓ ไม่โพสต์สิ่งลามกอนาจารและละเมิดลิขสิทธิ์ ไม่ว่าจะ เป็นข้อความ เพลง รูปภาพ หรือวิดีโอ
- ✓ การแชร์ (share) ข้อมูลที่ส่งผลกระทบต่อผู้อื่นหรือบุคคลที่ 3 อาจเข้าข่ายการทำความผิดตาม พรบ. ฉบับนี้เช่นกัน

2. ภัยจากการโจรกรรมและอาชญากรรม

การโจรกรรม หมายถึง วิธีการที่ผู้ร้ายใช้ในการเอาทรัพย์สินของผู้อื่นมาเป็นของตนโดยวิธีการโจรกรรมทำได้หลายลักษณะ ได้แก่ ลักทรัพย์ ชิงทรัพย์ ปล้นทรัพย์ กรรโชกทรัพย์ ริดเอาทรัพย์ ทำให้เสียทรัพย์ การบุกรุก ตลอดจนการยกยอกและฉ้อโกงทรัพย์และรับของโจร ขณะที่อาชญากรรม หมายถึง การกระทำความผิดทางอาญาที่สร้างความเสียหายในแก่เหยื่อในทางชีวิต ร่างกาย รวมถึงทรัพย์สินโดยปราศจากความยินยอมของเหยื่อ

การโจรกรรมและอาชญากรรมสามารถเกิดขึ้นได้ตลอดเวลาทุกสถานที่ การระมัดระวังตนเองและสังเกตสิ่งรอบข้างอยู่เสมอจะช่วยลดโอกาสการโจรกรรมและอาชญากรรมได้ ตัวอย่างภัยที่เกิดจากการโจรกรรมและอาชญากรรม



คนร้ายชิงทรัพย์นักเรียนกดเงินตู้กด ATM

แท็กซี่ที่เห็นจัสสาว 26 ข่มขืน-ชิงทรัพย์

5 โจรลงมือ 2 ปี 40 ครั้ง
แก๊งมิจฉาชีพยึดประตูน้ำกรีดกระเป๋

3. ภัยจากการถูกละเมิดสิทธิและเสรีภาพ

มนุษย์ทุกคนเกิดมาพร้อมกับสิทธิและเสรีภาพขั้นพื้นฐานและไม่มีใครสามารถพรากสิทธินี้ไปจากเราได้ ภัยจากการถูกละเมิดสิทธิและเสรีภาพจึงหมายถึงการกระทำที่บุคคลถูกข่มขู่หรือจำกัดไม่ให้กระทำตามสิทธิและเสรีภาพที่บุคคลควรได้รับตามกฎหมายและปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชน (The Universal Declaration of Human Rights)

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560 มาตรา 25 ได้ระบุถึงสิทธิและเสรีภาพของประชาชนไว้ว่า บุคคลย่อมมีสิทธิเสรีภาพที่จะทำการและได้รับการคุ้มครองตามกฎหมายตราบเท่าที่การใช้สิทธิและเสรีภาพของบุคคลนั้นไม่ละเมิดสิทธิเสรีภาพของผู้อื่น หากเกิด การละเมิดสิทธิหรือเสรีภาพจากผู้อื่น บุคคลย่อมมีสิทธิได้รับการคุ้มครองทางกฎหมาย สามารถใช้สิทธิทางศาลหรือต่อสู้คดีได้ และบุคคลย่อมได้รับการเยียวยาหรือได้รับการช่วยเหลือจากรัฐด้วย

สิทธิและเสรีภาพตามที่ระบุไว้ในรัฐธรรมนูญ เช่น บุคคลมีความเสมอภาคกันในทางกฎหมาย ชายและหญิงมีสิทธิเท่าเทียมกัน บุคคลมีสิทธิในร่างกายและชีวิตของตนเอง บุคคลอื่นจะมาคุมขัง ทำร้ายหรือลงโทษด้วยวิธีการโหดร้ายไม่ได้ รวมถึงสิทธิในความเป็นส่วนตัว การรักษาเกียรติยศชื่อเสียง การมีเสรีภาพในการพูด และแสดงความคิดเห็นตลอดจนสิทธิในการประกอบอาชีพ

การถูกละเมิดสิทธิและเสรีภาพจึงอาจส่งผลกระทบต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคมและการดำเนินชีวิตของผู้ถูกรักษา โดยการกระทำนั้นอาจมาจากตนเอง ครอบครัว ผู้อื่น รวมไปถึงสังคมชุมชนด้วย ซึ่งการกระทำที่มีเจตนาให้เกิดผลกระทบเหล่านี้องค์การอนามัยโลก (WHO) เรียกการกระทำนี้ว่า การใช้ความรุนแรง (violence) ที่แบ่งตามการแสดงผลออกถึงความรุนแรงได้ 4 รูปแบบ

1

ความรุนแรงทางร่างกาย (physical violence) หมายถึง การกระทำความรุนแรงในรูปแบบ การเยียนตี ตะ กัด หรือวิธีอื่นจนทำให้ผู้ถูกระทำได้ รับบาดเจ็บ เช่น กระตุกหัก เลือดออกภายใน ฟกช้ำ แผลไฟไหม้ ได้รับสารพิษ รวมถึงการทะเลาะวิวาท และเป็นเหตุการณ์ที่ไม่ซ้ำเกิดซ้ำ

หนุ่มชะอำรอกเกณฑ์ทหารได้เลือด ใจเจ้าถิ่นแทงชายโครง ทั้งที่ไม่ รู้จักกันมาก่อน

เครื่องมันแรง-เด็ก 13 เบิ้ลรถใส่ รุนพี่จนตามใช้ปืนจ่อหัวก่อน ชกหน้าไป 3 ที

ครูลงโทษเด็กชายให้อาย กล้องผมจนแห้วไปทั้งหัว

สาวลำปางกินยาฆ่าตัวตาย หนีอายถูกรุมโทรม โพสต์รูป ประจานทางโซเชียล

คลิปร่วง! สาวรุ่นแม่จิกหัว สะใภ้วัยเรียน ตบประจาน

2

ความรุนแรงทางจิตใจ (psychological violence) หมายถึง การทำร้ายจิตใจ ควบคุมบังคับ อย่างไม่มีเหตุผล ทำให้ได้รับความอับอาย รู้สึกด้อยค่าหรือลดคุณค่าความเป็นมนุษย์

เจ้านายหนุ่ม ไม่อายฟ้าดิน! เปลือยโชว์อวัยวะเพศให้ลูกน้องสาว

ฉาวโฉ่! ครูหนุ่มยะลาลวงศิษย์ ป.3 เปิดดูการ์ตูนโป๊-ใช้นิ้วทำอนาจาร

ไอ้ทีนบีบคอเด็กชายเข้าป่า บังคับอมจุกว่า 30 นาที

3

ความรุนแรงทางเพศ (sexual violence) หมายถึง การกระทำใด ๆ ที่มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ผู้ถูกระทำเป็น เครื่องมือตอบสนองความต้องการทางเพศ ของผู้กระทำ หรือตกลงยินยอมร่วมกระทำ อาจใช้กำลังบังคับ ช่มชู้ หรือหลอกล่อชักชวน ให้สิ่งตอบแทน

4

VIOLENCE

ความรุนแรงที่ก่อให้เกิดความสูญเสียหรือการละเลย/ทอดทิ้ง (deprivation or neglect) หมายถึง การไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่และคุ้มครองอย่างเหมาะสมเพียงพอ รวมถึงการทอดทิ้งทางกาย ซึ่งหมายถึง การไม่ให้อาหารอย่างเพียงพอ ไม่ดูแลสุขภาพ ไม่ดูแลยามเจ็บป่วย ไม่คุ้มครองจากอันตรายหรืออุบัติเหตุ เช่น

- ✦ ทอดทิ้งไว้กับบุคคลรับจ้างเลี้ยงเด็กหรือดูแลในที่สาธารณะ เช่น สถานรับเลี้ยงเด็ก สถานพยาบาล บ้านพักคนชรา เป็นต้น
- ✦ ละทิ้งโดยไม่จัดให้มีการป้องกันดูแลสวัสดิภาพหรือให้การเลี้ยงดูที่เหมาะสม
- ✦ จงใจหรือละเลยไม่ทำให้สิ่งจำเป็นแก่การดำรงชีพหรือสุขอนามัยจนน่าจะเกิดอันตรายแก่ร่างกายหรือจิตใจและ/หรือปฏิบัติต่อผู้ถูกกระทำในลักษณะที่เป็นการขัดขวางการเจริญเติบโตหรือพัฒนาการในแต่ละบุคคล โดยเฉพาะในเด็กและเยาวชน

คู่มือผู้วิจัยจับเด็ก
5 คนยังห้องใต้ดิน
ทรมานสารพัดร่วม
30 ปี

สาวหลงผิดใหม่ -
เปย์ไม่อัน ไม่สนใจลูก
2 ขวบ แถมจับลูกขัง
ห้องน้ำ 3 วัน จนตาย

ความรุนแรงเหล่านี้สามารถเกิดขึ้นได้จากคนในครอบครัวเช่นเดียวกัน และอาจกล่าวได้ว่าเป็นปัญหาที่เกิดขึ้น และยังคงดำรงอยู่ในสังคมไทยจวบจนปัจจุบัน ผู้กระทำความรุนแรงอาจกระทำความรุนแรงต่อร่างกาย เช่น การตบตี กักขังหน่วงเหนี่ยว ใช้อาวุธจนได้รับบาดเจ็บสาหัส และยังรวมไปถึงการมีพฤติกรรมล่าสอนทางเพศจนทำให้ภรรยาและลูกติดเชื่อโรคร้าย อีกทั้ง การกระทำความรุนแรงต่อจิตใจ จนทำให้ได้รับความอับอาย รู้สึกด้อยค่าหรือลดคุณค่าความเป็นมนุษย์ดังที่ได้กล่าวมาแล้วข้างต้น เช่น การพูดประชดประชัน ต่ำทอด้วยถ้อยคำหยาบคาย ประณามทำให้ขายหน้า ข่มขู่ โดดเดี่ยวไม่ให้คบหาสมาคมกับผู้อื่น มีภรรยาหลายคนในเวลาเดียวกัน การไม่รับผิดชอบเลี้ยงดูบุตร เป็นต้น

การกระทำความรุนแรงทางเพศอันเป็นผลมาจากกรอบคิดเรื่องเพศในสังคมไทยที่ถูกส่งต่อให้เชื่อและปฏิบัติตามกันมา เช่น ผู้หญิงต้องรักเดียวใจเดียว แต่งงานแล้วจึงต้องซื่อสัตย์กับสามี ผู้หญิงต้องไม่รู้และไม่แสดงออกเรื่องเพศ ผู้หญิงต้องดูแลและตอบสนองความต้องการของสามีและมีหน้าที่หลักในการเลี้ยงดูลูก เป็นต้น สิ่งเหล่านี้นำมาซึ่งการกระทำความรุนแรงทางเพศ เช่น

- ✦ สามีใช้กำลังบังคับภรรยาให้มีเพศสัมพันธ์ในลักษณะที่ภรรยาไม่ชอบและไม่ต้องการ
- ✦ การบังคับให้ภรรยาขายบริการทางเพศหรือมีเพศสัมพันธ์กับชายอื่น
- ✦ การมีเพศสัมพันธ์กับภรรยาโดยไม่คำนึงว่าภรรยาจะมีความสุขหรือไม่

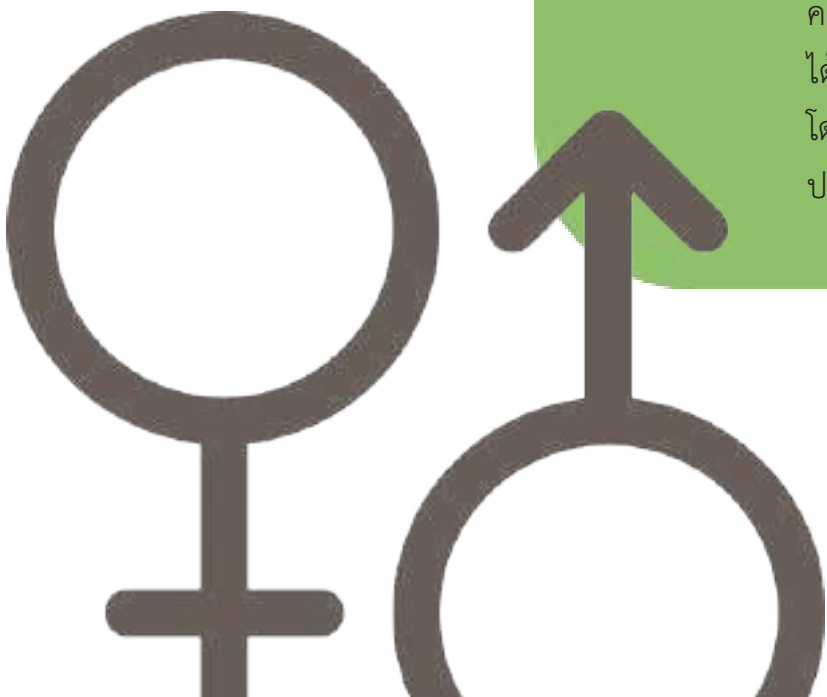
✦ คู่สมรส คู่สมรสเดิม ผู้ที่อยู่กินหรือเคยอยู่กินฉันสามีภรรยาโดยไม่ได้จดทะเบียนสมรส

✦ บุตร บุตรบุญธรรม

✦ สมาชิกในครอบครัว

✦ บุคคลใด ๆ ที่ต้องพึ่งพาอาศัยและอยู่ในครัวเรือนเดียวกัน

พระราชบัญญัติคุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว พ.ศ. 2550 จึงถูกบัญญัติขึ้นเพื่อลดความรุนแรงที่เกิดขึ้นภายในครอบครัว ความรุนแรงในครอบครัว หมายถึง การกระทำใด ๆ ที่บุคคลในครอบครัวได้กระทำต่อกันโดยเจตนาให้เกิดหรือในลักษณะที่น่าจะก่อให้เกิดอันตรายแก่ชีวิต ร่างกาย จิตใจ สุขภาพ เสรีภาพ หรือชื่อเสียงของบุคคลในครอบครัว หรือบังคับหรือใช้อำนาจครอบงำผิดครรลองคลองธรรมให้บุคคลในครอบครัวต้องการทำการ ไม่กระทำการ หรือยอมรับการกระทำอย่างหนึ่งอย่างใดโดยมิชอบพบ. คุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัวมีเป้าหมายให้ผู้ถูกกระทำความรุนแรงได้รับความคุ้มครองและช่วยเหลืออย่างเป็นธรรม โดยกฎหมายฉบับนี้ได้นิยามบุคคลในครอบครัวอันประกอบไปด้วย



สาเหตุของการเกิดภัยอันตราย จากปัจจัยภายใน

- ไว้เนื้อเชื่อใจ นิ่งนอนใจ
- หลงเชื่อคนง่าย ใจอ่อน จิตใจดี และเห็นใจผู้อื่น
- รู้เท่าไม่ถึงการณ์ ประมาท
- อ่อนแอ ง่ายต่อการจู่โจม
- ไม่กล้าขัดขืน ชี้กั้ว และขี้อาย
- ไม่กล้าแจ้งความหรือเอาเรื่องผู้กระทำความผิด เพราะกลัวเสียชื่อเสียงหรือกลัวการถูกทำร้าย
- ขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องสิทธิ และกฎหมายขั้นพื้นฐาน



สาเหตุของการเกิดภัยอันตราย จากปัจจัยภายนอก

- ไม่ระมัดระวังตัวจากบุคคลทั้งที่คุ้นเคยและไม่คุ้นเคย เช่น บุคคลภายในครอบครัว อันธพาล คนติดยาเสพติด คนโรคจิต เป็นต้น
- สภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัยไม่เหมาะสม เช่น ชุมชนแออัด สถานที่เปลี่ยว แหล่งมั่วสุมอบายมุข สถานเริงรมณ์ เป็นต้น
- สภาพแวดล้อมที่ทำให้ผู้ถูกกระทำถูกกลืนหรือมีอำนาจเป็นรองเนื่องมาจากปัจจัยทางวัฒนธรรม เช่น สถานที่ทำงาน ศาสนสถาน ครอบครัว เป็นต้น
- ผู้กระทำการถูกกระตุ้นจากสื่อ เช่น เกม ข่าว โซเชียลมีเดีย สื่อต่าง ๆ เป็นต้น
- สถานการณ์บีบบังคับ

ผลกระทบจากภัยอันตราย

- ได้รับบาดเจ็บทางร่างกายและจิตใจที่อาจส่งผลกระทบต่อเนื่องในระยะยาว เช่น โรคประจำตัว แผลเป็น โรคเครียดภายหลังภัยอันตราย (Post-traumatic stress disorder: PTSD)
- สูญเสียทรัพย์สิน
- ถูกล่วงละเมิดทางเพศและอาจนำมาซึ่งโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ การตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ หรืออาจเสียชีวิตจากโรคหรือการบาดเจ็บ
- ถูกละเมิดหรือกีดกันไม่ได้รับสิทธิและเสรีภาพตามกฎหมาย

วิธีป้องกันตัวจากภัยอันตราย

- มีสติ สังเกตความผิดปกติรอบตัว และตระหนักถึงภัยที่อาจเกิดขึ้นได้อยู่เสมอ
- อย่าไว้ใจคนแปลกหน้า ไม่หลงเชื่อคำมั่วแม้ว่าจะแสดงท่าที่เป็นมิตร
- ไม่ดื่มสุราจนเมเมาได้สติ
- หลีกเลี่ยงการเดินทางยามวิกาลเพียงลำพัง หรือไปในสถานที่เปลี่ยว ไม่คุ้นเคยและไม่เหมาะสม ควรมีคนที่ไว้ใจเดินทางไปด้วยหรืออย่างน้อยแจ้งให้คนที่ไว้ใจทราบว่าไปในสถานที่ใด
- กล่าวปฏิเสธอย่างจริงจัง ไม่พูดจาอ้อมแอ้ว ทำท่าย บันดาลให้เกิดโทษ
- พกพาอุปกรณ์ป้องกันตนเอง เช่น นกหวีด ปากกา สเปรย์น้ำหอมซึ่งสามารถใช้ป้องกันตนเองได้ พกพาโทรศัพท์มือถือที่มีแบตเตอรี่เพียงพอสำหรับโทรขอความช่วยเหลือหากเกิดเหตุอันตราย
- รวมไปถึงจดจำหรือตั้งค่าเบอร์โทรศัพท์ฉุกเฉินเป็นเบอร์ของบุคคลที่สามารถให้ความช่วยเหลือได้
- จดจำชื่อและเบอร์โทรศัพท์ของหน่วยงานที่สามารถให้ความช่วยเหลือได้ในกรณีฉุกเฉิน
- ติดตามข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับภัยอันตรายอยู่เสมอ
- หาความรู้ในเรื่องสิทธิและกฎหมายขั้นพื้นฐาน

โปรดจำไว้

เมื่อถูกทำร้าย

1 ตั้งสติ ไม่ตื่นตระหนก สังเกตสภาพแวดล้อมเพื่อหาอุปกรณ์ป้องกันตัวหรือช่องทางซ่อนตัวหรือหลบหนี

2 แจ้งตำรวจ 191

3 แจ้งศูนย์ช่วยเหลือสังคม 1300 (ได้ตลอด 24 ชั่วโมง)

4 ปรึกษาคนที่ไว้ใจ

5 รอรับความช่วยเหลือ
ในสถานที่ปลอดภัย

6 อัดเสียง อัดวิดีโอหรือถ่ายภาพเพื่อเก็บหลักฐานที่แสดงให้เห็นว่าถูกทำร้าย เช่น บาดแผล รอยขีด
เสียดผ้าฉีกขาดและส่งไปยังบุคคลที่ไว้ใจ

หน่วยงานที่ให้ความช่วยเหลือ

หากมีภัยอันตรายเกิดขึ้นกับตนเองหรือพบเห็นผู้อื่นถูกระทำความรุนแรง นอกเหนือจากวิธีป้องกันตัวจากภัยอันตรายที่ได้กล่าวไปในข้างต้นแล้ว การติดต่อขอรับความช่วยเหลือและรับคำปรึกษาจากหน่วยงานต่าง ๆ เป็นอีกวิธีหนึ่งที่สามารถช่วยป้องกันภัยอันตรายได้ มูลนิธิ ได้รวบรวมหน่วยงานที่ให้ความช่วยเหลือและช่องทางการติดต่อไว้ดังนี้


กรณีปัญหาความรุนแรงต่อเด็กและสตรี


ศูนย์ช่วยเหลือสังคม


การช่วยเหลือและขอเบรคการให้บริการ

ให้บริการประชาชนที่ประสบปัญหาสังคมในภาวะวิกฤติทั้งกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด เป็นศูนย์กลางรับเรื่องร้องทุกข์ ให้คำปรึกษา แนะนำ ประสานการส่งต่อ และให้ความช่วยเหลือในทุกประเด็นปัญหาทางสังคม

ช่องทางการติดต่อ

 โทร 1300 ให้บริการตลอด 24 ชั่วโมง

 สายด่วน 1300 พม.

 <https://1300thailand.m-society.go.th/index>






สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรี ในพระอุปถัมภ์ พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชทินนิตตามาตุ (บ้านพักฉุกเฉิน)

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

ช่วยเหลือสตรี เด็ก และเยาวชนที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์ ประสบปัญหาครอบครัว ถูกข่มขืน ติดเชื้อ HIV/AIDS สามีทิ้งหรือทำร้ายร่างกายและจิตใจ เป็นต้น โดยให้บริการบ้านพักฉุกเฉิน ให้ความช่วยเหลือด้านสุขภาพ ด้านกฎหมาย พัฒนาทักษะและฝึกอาชีพ และบำบัดฟื้นฟูจิตใจ

ช่องทางการติดต่อ

-  02 929 2301-3 บริการปัญหาตลอด 24 ชั่วโมง
02 929 2222 กรณีท้องไม่พร้อม ถูกข่มขืน ถูกล่วงละเมิด
-  สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรีฯ บ้านพักฉุกเฉิน ดอนเมือง
-  www.apsw-thailand.org



มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

ให้ความช่วยเหลือคุ้มครองเด็กที่ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 18 ปี โดยประสานความร่วมมือกับทีมสหวิชาชีพในการคุ้มครองสวัสดิภาพ การให้ความช่วยเหลือทางกฎหมาย การฟื้นฟูเยียวยาทางด้านร่างกายและจิตใจ การส่งเสริมพัฒนาและให้การสงเคราะห์ด้านต่าง ๆ เปิดให้บริการวันจันทร์ - ศุกร์ เวลา 9.00 - 17.00 น.

ช่องทางการติดต่อ

-  02 412 1196
02 412 0739 และ 02 864 1421
-  มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก
-  www.thaichildrights.org




มูลนิธิสายเด็ก

การช่วยเหลือและขอบเขตการให้บริการ

ให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์และช่องทางออนไลน์แก่เด็กและครอบครัวที่ต้องการคำแนะนำและขอความช่วยเหลือ รวมถึงเป็นตัวกลางประสานงานความร่วมมือกับองค์กรต่าง ๆ ในกระบวนการให้ความช่วยเหลือแก่เด็กและครอบครัวเป็นไปอย่างถูกต้องและได้รับความเป็นธรรม

ช่องทางการติดต่อ

 โทร 1387 ให้บริการตลอด 24 ชั่วโมง

 Childline Thailand Foundation

 <https://childlinethailand.org/th/>





มูลนิธิเพื่อนหญิง

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

พิทักษ์สิทธิและให้ความช่วยเหลือผู้หญิงที่ตกอยู่ในภาวะวิกฤติความรุนแรงจากภัยคุกคามทางเพศ การถูกทำร้ายโดยบุคคลในครอบครัวที่ส่งผลกระทบต่อร่างกาย จิตใจ สิทธิ เสรีภาพ และความมั่นคง การตั้งครรภ์ไม่พร้อม การใช้แรงงานที่ผิดกฎหมายจากกระบวนการค้ามนุษย์ ถูกเลิกจ้างโดยไม่เป็นธรรมหรือถูกเลือกปฏิบัติด้วยเหตุแห่งเพศ

ช่องทางการติดต่อ

 02 513 1001

 มูลนิธิเพื่อนหญิง

 www.fowomen.org




มูลนิธิเพื่อนหญิง
FRIEND OF WOMEN FOUNDATION

มูลนิธิผู้หญิง

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

ให้ความช่วยเหลือแก่ผู้หญิงที่ประสบปัญหาความรุนแรงในครอบครัวและความรุนแรงทางเพศ บริการให้คำแนะนำปรึกษาด้านกฎหมายและสังคมสงเคราะห์ ช่วยจัดหาที่พักพิงชั่วคราว การรักษาพยาบาล ประสานงานเพื่อขอความช่วยเหลือจากหน่วยงานต่าง ๆ ให้ข้อมูลสำหรับผู้หญิงที่ต้องการเดินทางไปต่างประเทศและข้อมูลอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับผู้หญิง รวมถึงโครงการช่วยเหลือเด็กและหญิงต่างชาติที่เข้ามาทำงานในประเทศไทยที่ถูกเอาเปรียบและถูกกระทำรุนแรงในรูปแบบต่าง ๆ ให้ได้รับการคุ้มครองตามหลักสิทธิมนุษยชน

ช่องทางการติดต่อ

 02 433 5149 และ 02 435 1246

 มูลนิธิผู้หญิง Foundation for Women

 <http://womenthai.org/>



กรณีร้องเรียน/ขอรับคำปรึกษาอื่น ๆ

ศูนย์คุ้มครองผู้ใช้บริการทางการเงิน ธนาคารแห่งประเทศไทย

การช่วยเหลือและขอเบ็ดการให้บริการ

รับเรื่องร้องเรียนหรือแจ้งเบาะแสเกี่ยวกับการใช้บริการทางการเงิน รวมถึงร้องเรียนเกี่ยวกับพนักงานของธนาคารแห่งประเทศไทยหรือ สอบถามข้อมูลด้านอื่น ๆ ผ่านทางเว็บไซต์ เวลาทำการ วันจันทร์ - ศุกร์ เวลา 8.30 - 12.00 น. และ 13.00 - 16.30 น. นอกเวลาทำการมีบริการตอบรับอัตโนมัติ 24 ชั่วโมง

ช่องทางการติดต่อ



โทร 1213



www.1213.or.th



สายด่วนกระทรวงยุติธรรม

การช่วยเหลือและขอเบ็ดการให้บริการ

ให้คำปรึกษาด้านกฎหมาย รับเรื่องราวร้องทุกข์ ส่งเสริมสิทธิผู้ต้องหาในการสอบสวนคดีอาญา ติดตามค่าตอบแทนผู้เสียหาย ขอข้อมูลคุ้มครองพยานในคดีอาญา

ช่องทางการติดต่อ



โทร 1111 กด 77 ฟรี 24 ชั่วโมง



ศูนย์ดำรงธรรม

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

รับเรื่องร้องทุกข์ร้องเรียน ให้บริการข้อมูลข่าวสาร ให้คำปรึกษา รับเรื่อง ปัญหาความต้องการและข้อเสนอแนะของประชาชน โดยสามารถติดต่อขอรับบริการได้ที่ศูนย์ดำรงธรรมอำเภอของทุกอำเภอ

ช่องทางการติดต่อ



โทร 1567



www.damrongdham.moi.go.th



แอปพลิเคชัน Spond

แอปพลิเคชัน MOI1567



สายด่วนเลิกเหล้า

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

ให้บริการการปรึกษาเพื่อเลิกสุราของผู้ที่ต้องการเลิกดื่มและครอบครัว หรือคนใกล้ชิดของผู้มีปัญหาการดื่มสุรา รวมถึงให้บริการความรู้เกี่ยวกับการเลิกสุราทั้งทางสายด่วนและทางเฟสบุ๊ก

ช่องทางการติดต่อ



โทร 1413



ศูนย์ปรึกษาปัญหาสุรา Alcohol Help Center



สถานีวิทยุร่วมด้วยช่วยกัน

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

เป็นสื่อกลางช่วยเหลือทุกความเดือดร้อนของประชาชน เป็นช่องทางประสานงานและให้บริการช่วยเหลืออย่างรวดเร็วตลอด 24 ชั่วโมง

ช่องทางการติดต่อ



โทร 1677





สายด่วนสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

ให้คำปรึกษาด้านสุขภาพจิต ฟรีตลอด 24 ชม. และผ่านทางกล่องข้อความ เฟสบุ๊ก

ช่องทางการติดต่อ

 โทร 1323


 1323 ปรึกษาปัญหาสุขภาพจิต

สภากายความ ในพระบรมราชูปถัมภ์

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

ให้คำแนะนำช่วยเหลือทางกฎหมายแก่ประชาชนทั่วไป ทั้งให้คำปรึกษา และทางคดี สามารถใช้บริการได้โดยไม่มีค่าใช้จ่าย วันจันทร์-วันศุกร์ เวลา 08.30 – 16.30 น. ณ ที่ทำการสภากายความ

ช่องทางการติดต่อ

 สายด่วน 1167 และ 02 522 7124-27

สมาคมบัณฑิตสตรีทางกฎหมายแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

ให้คำปรึกษาทางด้านกฎหมายแก่ประชาชนทั่วไป ดำเนินการผลักดันเพื่อให้เกิดการแก้ไขกฎหมายที่จำเป็น และช่วยเหลือการดำเนินคดีทางศาล

ช่องทางการติดต่อ


 02 241 0737 และ 02 243 5615

สายด่วนเพื่อผู้ใช้แรงงานและสายด่วนกระทรวงแรงงาน

การช่วยเหลือและขอเบ็ดเตล็ดการให้บริการ

รับเรื่องร้องทุกข์ด้านแรงงาน รวมถึงให้คำปรึกษาแก่หน่วยงาน เจ้าหน้าที่ นายจ้าง ลูกจ้าง และบุคคลทั่วไปให้ได้รับทราบและเข้าใจในปัญหาข้อกฎหมายอย่างถูกต้อง เพื่อนำไปสู่การปฏิบัติที่ถูกต้องที่จะทำให้การบังคับใช้กฎหมายเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

ช่องทางการติดต่อ

 โทร 1546 สายด่วนผู้ใช้แรงงาน

โทร 1506 สายด่วนกระทรวงแรงงาน

- กต 1 ติดต่อ สำนักงานประกันสังคม
- กต 2 ติดต่อ กรมการจัดหางาน
- กต 3 ติดต่อ กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน
- กต 4 ติดต่อ กรมพัฒนาฝีมือแรงงาน
- กต 5 ติดต่อ สำนักงานปลัดกระทรวงแรงงาน



สิทธิควรรู้

ทำไมต้องรู้เรื่องสิทธิ?



“การรู้ในสิทธิจะช่วยให้เราปกป้องตนเอง
จากการถูกเอาเปรียบและรู้จักเคารพใน
สิทธิของผู้อื่น”

สิทธิ (อ่านว่า สิ-ติ) ตามพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 หมายถึง อำนาจอันชอบธรรม ส่วนในภาษากฎหมาย สิทธิ หมายถึง อำนาจที่จะกระทำการใด ๆ ได้ อย่างอิสระโดยได้รับการรับรองจากกฎหมายแต่ต้องไม่กระทบกระเทือนถึงสิทธิของคนอื่น

คำว่า สิทธิ (อ่านว่า สิ-ด) มีความหมายเหมือนคำว่า สิทธิ แต่สิทธิมักใช้ในภาษากฎหมายหรือใช้ควบคู่กับคำอื่น เช่น สิทธิเสรีภาพ สิทธิและหน้าที่ ส่วนคำว่าสิทธิใช้ในภาษาทั่วไป เช่น สมาชิกของหมู่บ้านมีสิทธิใช้สระว่ายน้ำ คนภายนอกไม่มีสิทธิ

สิทธิจึงเป็นเรื่องของประโยชน์หรืออำนาจของบุคคลที่กฎหมายรับรองและคุ้มครอง ไม่ให้มีการละเมิด รวมทั้งบังคับการให้เป็นไปตามสิทธิในกรณีที่มีการละเมิดด้วย เช่น สิทธิในครอบครัว สิทธิความเป็นอยู่ส่วนตัว สิทธิในเกียรติยศ ชื่อเสียง สิทธิในการเลือกอาชีพ ถิ่นที่อยู่ การเดินทาง สิทธิในทรัพย์สิน เป็นต้น

ในขณะที่ เสรีภาพ หมายถึง การที่บุคคลสามารถมีอิสระในการทำสิ่งต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม สามารถที่จะกระทำหรือไม่กระทำก็ได้ให้เป็นไปตามความต้องการของตนเอง มีอำนาจในการกำหนดสิ่งที่ตนเองต้องการ แต่ทั้งนี้ต้องไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับผู้อื่นด้วย เช่นเดียวกัน

การคุ้มครองสิทธิและเสรีภาพตามเจตนารมณ์ ของรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย

รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560 มีขึ้นเพื่อให้ชาวไทยทุกคนได้มีสิทธิและเสรีภาพและได้รับการคุ้มครองตามกฎหมายอย่างเท่าเทียมกัน โดยรัฐธรรมนูญฉบับนี้ได้ระบุสิทธิและเสรีภาพที่ประชาชนสามารถทำได้ดังนี้

สิทธิของประชาชน

สิทธิและเสรีภาพในชีวิตและร่างกาย ที่จะไม่ถูกจับกุม คุมขัง คั่นตัวหรือถูกกระทำการที่กระทบกระเทือนต่อสิทธิเสรีภาพหรือต่อร่างกายหากไม่มีเหตุ คำสั่งหรือหมายศาล และการลงโทษด้วยวิธีการโหดร้ายหรือการทารุณกรรมเป็นสิ่งที่ไม่สามารถทำได้

สิทธิในความเป็นอยู่ส่วนตัว เกียรติยศ ชื่อเสียง และครอบครัว รวมไปถึงการไม่ถูกนำข้อมูลส่วนตัวของบุคคลไปใช้ประโยชน์ไม่ว่าในทางใด ๆ ไม่สามารถทำได้

สิทธิในการไม่ถูกเกณฑ์แรงงาน การเกณฑ์แรงงานจะทำได้ยกเว้นในกรณีฉุกเฉิน เช่น เพื่อป้องกันภัยพิบัติหรือในสภาวะสงครามหรือการรบ

สิทธิในทรัพย์สินและการสืบมรดก เพื่อประกันความมั่นคงในการถือครองทรัพย์สินและการได้รับมรดกตามกฎหมาย อีกทั้งการประกันสิทธิของผู้ถูกเวนคืนทรัพย์สินที่ต้องกำหนดค่าทดแทนที่เป็นธรรม

สิทธิในกระบวนการยุติธรรมทางอาญา การรับโทษจะต้องเป็นไปตามที่กฎหมายกำหนดเท่านั้น จะลงโทษหนักกว่าที่กฎหมายกำหนดไม่ได้ อีกทั้งการควบคุมหรือคุมขังผู้ต้องหาทำได้เท่าที่จำเป็น บุคคลยังมีสิทธิในการขอประกันตัวและการเรียกหลักประกันต้องไม่เกินควรแก่กรณีด้วย

สิทธิในการได้รับความช่วยเหลือจากรัฐ ของผู้เป็นมารดา บุคคลที่มีอายุเกิน 60 ปี และไม่มีรายได้เพียงพอแก่การยังชีพและบุคคลยากไร้

สิทธิของผู้บริโภค ในการรวมกันจัดตั้งองค์กรของผู้บริโภคเพื่อคุ้มครองและพิทักษ์สิทธิของผู้บริโภค โดยได้รับการสนับสนุนจากรัฐ

สิทธิในการได้รับบริการสาธารณสุข ประชาชนมีสิทธิได้รับการป้องกันและแก้ปัญหาโรคติดต่ออันตรายจากรัฐโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย รวมไปถึงคนยากไร้ที่มีสิทธิได้รับบริการสาธารณสุขโดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย

เสรีภาพในการนับถือศาสนา การปฏิบัติ หรือประกอบพิธีกรรมทางศาสนา ที่ไม่เป็น อันตรายต่อประเทศและไม่ขัดแย้งกับหน้าที่ของ ประชาชนตามรัฐธรรมนูญ

เสรีภาพในเคหสถาน การเข้าไปใน ที่อยู่อาศัยต้องได้รับความยินยอมจาก เจ้าของ การเข้าค้ำจะทำไม่ได้หากไม่มี คำสั่งหรือหมายศาล

เสรีภาพในการจัดตั้งพรรคการเมืองตาม วิถีทางการปกครองระบอบประชาธิปไตย อันมีพระมหากษัตริย์ทรงเป็นประมุข โดย ต้องไม่ถูกครอบงำหรือชี้นำโดยบุคคลที่ไม่ได้ เป็นสมาชิกของพรรคการเมืองนั้น

เสรีภาพในการประกอบอาชีพ รวมถึง เสรีภาพในการรวมกันเป็นสมาคม สหกรณ์ สหภาพ ฯลฯ เพื่อคุ้มครองประโยชน์และ ป้องกันการผูกขาด

เสรีภาพในการติดต่อสื่อสาร ติดต่อกัน ระหว่างบุคคลไม่ว่าในช่องทางใด ๆ การตรวจ กัก เปิดเผย หรือทำการอื่น ๆ เพื่อให้ได้ข้อมูล ที่บุคคลสื่อสารกันไม่สามารถทำได้

เสรีภาพ ของ ประชาชน

เสรีภาพในการแสดงความคิดเห็น การพูด การเขียน การพิมพ์ การ โฆษณา และการสื่อความหมาย โดยวิธีอื่น และเสรีภาพในทาง วิชาการ แต่ต้องไม่ขัดต่อหน้าที่ของ ประชาชนตามรัฐธรรมนูญ ต้องเคารพ และไม่ปิดกั้นความเห็นต่างของผู้อื่น

เสรีภาพในการชุมนุมโดยสงบ และปราศจากอาวุธ

เสรีภาพในการเดินทางและเลือก ถิ่นที่อยู่ การเนรเทศหรือห้ามบุคคล สัญชาติไทยไม่ให้เข้ามาในประเทศและ การถอนสัญชาติของคนที่มีสัญชาติไทย แต่กำเนิดก็ไม่สามารถกระทำได้

นอกจากนี้บุคคลและชุมชนยังมีสิทธิในการเข้าถึงข้อมูลข่าวสารสาธารณะ การร้องทุกข์ต่อหน่วยงานรัฐและการฟ้องหน่วยงานของรัฐ สิทธิในการอนุรักษ์ภูมิปัญญาและทรัพยากรในท้องถิ่น และสิทธิของผู้ประกอบอาชีพสื่อมวลชนที่มีเสรีภาพในการเสนอข่าวสารหรือแสดงความคิดเห็นตามจรรยาบรรณของอาชีพ

สิทธิแรงงาน

สิทธิแรงงาน (labor rights) หมายถึง สิทธิของผู้ใช้แรงงานที่เกิดขึ้นระหว่าง นายจ้างและลูกจ้างซึ่งเป็นทั้งสิทธิทางกฎหมายและสิทธิมนุษยชน โดยสิทธิแรงงานถูกระบุไว้ในปฏิญญาสากลว่าด้วยสิทธิมนุษยชนและถูกนำมาปรับใช้เป็นมาตรฐานในสิทธิแรงงานของไทยเพื่อการคุ้มครองแรงงานและจัดสวัสดิการแก่แรงงาน การคุ้มครองสิทธิขั้นพื้นฐานของแรงงาน เช่น

จำกัดชั่วโมงทำงานต่อวันไม่เกินวันละ 8 ชั่วโมง หรือตามที่ตกลงกันระหว่าง นายจ้างกับลูกจ้างสำหรับงานทั่วไป และจำกัดชั่วโมงทำงานไม่เกิน 7 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ สำหรับงานที่มีอันตราย

จำกัดชั่วโมงทำงานล่วงเวลาต้องไม่เกิน 36 ชั่วโมงต่อสัปดาห์

ลูกจ้างมีสิทธิในการหยุดพักระหว่างการทำงาน ไม่น้อยกว่า 1 ชั่วโมงหลังจากทำงานมาแล้ว 5 ชั่วโมง

ลูกจ้างต้องได้รับวันหยุดประจำสัปดาห์ไม่น้อยกว่า 1 วันต่อสัปดาห์ ได้รับวันหยุดตามเทศกาลประเพณีไม่น้อยกว่า 13 วันต่อปี ได้รับวันหยุดพักผ่อนประจำปีไม่น้อยกว่า 6 วันต่อปี สำหรับลูกจ้างที่ทำงานติดต่อกันมาครบ 1 ปี

การลาป่วยสามารถลาได้เท่าที่ป่วยจริง ส่วนการลาทำได้ปีละไม่น้อยกว่า 3 วัน

ลูกจ้างมีสิทธิได้รับเงินชดเชย หากนายจ้างมีเหตุต้องปิดกิจการไม่น้อยกว่าร้อยละ 75 ของค่าจ้างสุดท้ายก่อนหยุดกิจการตามระยะเวลาการทำงาน

ส่วนสวัสดิการแรงงานนั้นนายจ้างต้องจัดให้มีสถานที่ทำงานที่ปลอดภัย มีการจัดเตรียมอุปกรณ์ปฐมพยาบาล และสวัสดิการเพื่อความเป็นอยู่ของลูกจ้าง เช่น จัดทำประกันสังคม สหกรณ์ออมทรัพย์ ระบบบำเหน็จบำนาญ โครงการฝึกอบรมอาชีพ การให้การศึกษา และจัดกิจกรรมนันทนาการเพื่อสุขภาพ เป็นต้น



นอกจากสิทธิแรงงานโดยทั่วไปแล้ว สิทธิแรงงานของไทยยังครอบคลุมถึงการคุ้มครองแรงงานเด็กและสตรี โดย “เด็ก” ตามพระราชบัญญัติคุ้มครองเด็ก พ.ศ. 2546 หมายถึง บุคคลที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปีบริบูรณ์แต่ไม่รวมผู้ที่บรรลุนิติภาวะด้วยการสมรส ซึ่งเด็กได้รับการคุ้มครองจากกฎหมายเช่นเดียวกับประชาชนทั่วไป โดยมีอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก (Convention on the Rights of the Child) ซึ่งเป็นกฎหมายระหว่างประเทศที่ประเทศสมาชิกของอนุสัญญาต้องบังคับใช้อย่างจริงจัง อนุสัญญานี้ได้กำหนดขอบเขตของสิทธิเด็กพื้นฐานไว้ 4 ด้าน คือ

สิทธิที่จะมีชีวิตรอด เด็กทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับการดูแลสุขภาพอนามัยขั้นพื้นฐานเพื่อให้มีชีวิตรอด ดำเนินชีวิตอยู่ในชุมชนที่มีความปลอดภัย มีสันติภาพ และปราศจากความรุนแรง

สิทธิที่จะได้รับการพัฒนา เด็กทุกคนมีสิทธิที่จะได้เติบโตขึ้นในครอบครัวที่อบอุ่น ได้รับการศึกษาที่ดีมีคุณภาพ และมีภาวะโภชนาการที่เหมาะสมต่อพัฒนาการ

สิทธิที่จะได้รับการปกป้องคุ้มครอง เด็กทุกคนมีสิทธิที่จะได้รับการปกป้องคุ้มครองให้รอดจากการทำร้าย การล่วงละเมิด การละเลย การนำไปขาย การใช้แรงงานเด็ก และการแสวงหาผลประโยชน์ในรูปแบบอื่น ๆ

สิทธิในการมีส่วนร่วม เด็กทุกคนมีสิทธิในการแสดงความคิดเห็น แสดงออก ได้รับการตอบสนองจากผู้ใหญ่ และมีส่วนร่วมในการตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ที่มีผลกระทบต่อตนเอง

ประเทศไทยมีการใช้แรงงานเด็กมาเป็นระยะเวลานานและกระจายตัวอยู่ในภาคต่าง ๆ แต่ด้วยแรงงานเด็กมีการศึกษาไม่มากนักและส่วนใหญ่เป็นแรงงานไร้ฝีมือทำให้แรงงานเด็กมักถูกเอารัดเอาเปรียบและถูกชักจูงไปในทางไม่เหมาะสม กฎหมายจึงได้กำหนดสิทธิที่แรงงานเด็กซึ่งหมายถึงเด็กที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปต้องได้รับการคุ้มครอง เช่น

นายจ้างห้ามจ้างเด็กที่มีอายุต่ำกว่า 15 ปีเป็นลูกจ้าง

นายจ้างต้องจัดให้มีเวลาพัก 1 ชั่วโมงต่อวันภายใน 4 ชั่วโมงแรกของการทำงาน

ห้ามลูกจ้างเด็กทำงานระหว่างช่วงเวลา 22.00 – 6.00 น.

ลูกจ้างเด็กไม่สามารถทำงานล่วงเวลาได้ รวมไปถึงทำงานอันตราย เช่น งานหลอม เป่า รีดโลหะ งานเกี่ยวกับสารเคมีอันตราย วัตถุมีพิษ วัตถุระเบิด งานขับหรือบังคับรถยกหรือปั้นจั่น งานที่ต้องนั่งทำบนนั่งร้านสูง 10 เมตรขึ้นไป เป็นต้น

ห้ามนายจ้างจ่ายค่าจ้างของแรงงานเด็กแก่บุคคลอื่น
รวมถึงห้ามเรียก/รับเงินประกันจากลูกจ้างซึ่งเป็นเด็ก

สิทธิ แรงงาน สตรี

ส่วนสิทธิของแรงงานสตรีที่กฎหมายได้กำหนดสิทธิและความคุ้มครองให้แก่แรงงานหญิงเพิ่มเติมจากสิทธิแรงงานพื้นฐาน เช่น

สิทธิในการลาเพื่อคลอดบุตรไม่เกิน 98 วัน โดยนับรวมวันหยุดที่มีในระหว่างนั้นด้วยและรวมถึงวันลาเพื่อตรวจครรภ์ก่อนคลอดบุตรด้วย

นายจ้างไม่สามารถเลิกจ้าง
ลูกจ้างหญิงด้วยเหตุของการตั้งครรภ์ได้

ห้ามลูกจ้างหญิงที่ตั้งครรภ์ทำงาน
ในระหว่างช่วงเวลา 22.00 – 6.00 น. รวมถึงการทำงานล่วงเวลาและการทำงานในวันหยุด

หากนายจ้างไม่ปฏิบัติตามกฎหมายคุ้มครองแรงงาน กฎหมายได้กำหนดบทลงโทษให้ปรับขั้นต่ำไม่เกิน 5,000 บาท จำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 200,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ



สิทธิควรรู้เมื่อ ถูกกระทำด้วยความ ความรุนแรง ภายในครอบครัว

ผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงภายในครอบครัวได้รับสิทธิคุ้มครองตามพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว พ.ศ. 2550 ในพระราชบัญญัตินี้ “ความรุนแรงในครอบครัว” หมายถึง การกระทำใด ๆ ที่บุคคลในครอบครัวได้กระทำต่อกันโดยเจตนาให้เกิดหรือในลักษณะที่น่าจะก่อให้เกิดอันตรายแก่ชีวิต ร่างกาย จิตใจ สุขภาพ เสรีภาพ หรือชื่อเสียง ของบุคคลในครอบครัว หรือบังคับหรือใช้อำนาจครอบงำผิดครรลองคลองธรรมให้บุคคล ในครอบครัวต้องกระทำการ ไม่กระทำการ หรือยอมรับการกระทำอย่างหนึ่งอย่างใดโดยมิชอบ ผู้ถูกกระทำจะได้รับสิทธิตามพระราชบัญญัติคุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว พ.ศ. 2550 ดังนี้

1 สิทธิในการได้รับการบริการตรวจรักษา และให้คำปรึกษา



2 สิทธิในการร้องทุกข์ดำเนินคดีเพื่อดำเนินคดีต่อผู้กระทำผิดฐานกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว

3 สิทธิในการร้องขอรับการคุ้มครองสวัสดิภาพ

4 สิทธิในการดำเนินคดีต่อผู้กระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว

5 สิทธิในการมีจิตแพทย์ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ หรือบุคคลที่ร้องขอร่วมอยู่ด้วยในการสอบปากคำเพื่อให้คำปรึกษา



6 สิทธิในการร้องขอการบรรเทาทุกข์เบื้องต้นเป็นการชั่วคราวให้ผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว

7 สิทธิในการยอมความ

8 สิทธิได้รับความคุ้มครองในข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ถูกกระทำ ความรุนแรงและสามารถเอาผิดกับผู้เผยแพร่ข้อมูลได้



9 สิทธิในการยื่นอุทธรณ์คำสั่งของพนักงานเจ้าหน้าที่หรือศาลให้ทบทวนคำสั่ง กำหนดมาตรการ หรือวิธีการเพื่อบรรเทาทุกข์ของกรณีที่เกิดขึ้น

หากเราถูกกระทำ ด้วยความรุนแรง กฎหมายช่วยได้ อย่างไร

พ.ร.บ.คุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว พ.ศ. 2550 ได้ระบุไว้ว่า ผู้ถูกกระทำหรือผู้ที่พบเห็นการกระทำ ความรุนแรงในครอบครัวต้องแจ้งต่อเจ้าหน้าที่ เพื่อดำเนินการ ซึ่งสามารถทำได้หลายช่องทางไม่ว่าจะเป็นการแจ้งด้วยคำพูด ยื่นเป็นหนังสือ โทรศัพท์ แจ้งทางอีเมล หรือวิธีการอื่น ๆ ซึ่งผู้แจ้งโดยสุจริตจะได้รับการคุ้มครองและไม่ต้องรับความผิด

เอกสารอ้างอิง

- ชีวิตสดใส / Bright Side Thai. 2562. 9 สัญญาณที่บอกว่าโทรศัพท์ของคุณโดนไวรัสเข้าแล้ว. เข้าถึงจาก https://www.youtube.com/watch?v=l6PW_m9DJN8 (สืบค้นเมื่อ 30 กรกฎาคม 2563).
- โพสต์ทูเดย์. 2561. DSI เตือนระวังตกเป็นเหยื่อคนร้ายหลอกโอนเงิน ชี้ใช้สารพัดวิธีลวง. เข้าถึงจาก <https://www.posttoday.com/social/general/563790> (สืบค้นเมื่อ 30 กรกฎาคม 2563).
- มูลนิธิรักษไทย สำนักงานเชียงใหม่. 2557. คู่มือปฏิบัติการ การจัดการช่วยเหลือผู้ถูกกระทำ ความรุนแรงทางเพศและความรุนแรงร้ายกรณีในครอบครัวโดยชุมชน. เชียงใหม่: ประชากรธุรกิจ.
- เว็บสารสนเทศสุขภาพไทย. มปป. กรอบแนวคิดและนิยามการกระทำ ความรุนแรง. เข้าถึงจาก https://www.hiso.or.th/hiso/picture/reportHealth/report2_11_3.pdf (สืบค้นเมื่อ 30 กรกฎาคม 2563).
- ราชกิจจานุเบกษา. พระราชบัญญัติคุ้มครองแรงงาน (ฉบับที่ 7) พ.ศ. 2562.
- สำนักข่าวกรองแห่งชาติ. มปป. ผลการบรรยายภัยคุกคามความมั่นคงทางไซเบอร์ในยุค Thailand 4.0. เข้าถึงจาก <https://bit.ly/3fgQX8k> (สืบค้นเมื่อ 30 กรกฎาคม 2563).
- สำนักงานราชบัณฑิตยสภา. พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554.
- สำนักเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร สำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา. 2559. การป้องกันภัยคุกคามทางคอมพิวเตอร์. เข้าถึงจาก <https://bit.ly/2DLUXau> (สืบค้นเมื่อ 30 กรกฎาคม 2563).
- สำนักประชาสัมพันธ์ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. 2555. สิทธิเด็กตามบทบัญญัติของรัฐธรรมนูญ. กรุงเทพฯ: กลุ่มงานผลิตเอกสาร.
- สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. 2560. สรุปสาระสำคัญ รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช 2560. เอกสารออนไลน์ เข้าถึงจาก <https://library2.parliament.go.th/ebook/content-ebbas/2560-bas.pdf> (สืบค้นเมื่อ 13 สิงหาคม 2563).
- อรรถพล อนันตวรสกุล และคณะ. 2555. การวางแผนการทำงานด้านเด็กและเยาวชนของท้องถิ่น โดยเน้นสิทธิและผลประโยชน์ต่อเด็กเป็นพื้นฐาน. กรุงเทพฯ: ลักขมีรัฐ จำกัด. หน้า 2.
- อุทิศ สุภาพ. 2560. การป้องกันอาชญากรรมโดยการลดช่องโอกาสในการตกเป็นเหยื่อ. เข้าถึงจาก https://www.matichon.co.th/article/news_739425 (สืบค้นเมื่อ 30 กรกฎาคม 2563).

ติดต่อเราได้อย่างไร

สำนักงานกรุงเทพฯ

เลขที่ 39 ซอยสุขุมวิท 52
แขวงพระโขนงใต้ เขตพระโขนง กรุงเทพฯ
โทรศัพท์ 02 331 4731

สำนักงานอุบลราชธานี

เลขที่ 350 ถนนพรหมราช ตำบลในเมือง
อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี
โทรศัพท์ 093 408 1124

อีเมล staff@pratthanadee.org
เว็บไซต์ www.pratthanadee.org
เฟซบุ๊ก [Pratthanadee.Foundation](https://www.facebook.com/Pratthanadee.Foundation)

Project supported by



Ambasáid na hÉireann
Embassy of Ireland