

กฎหมายน่ารู้...คู่รัก

สามีข่มขืนกระทำชำเราภรรยา ขู่ขืนใจ ใช้กำลัง

ต้องระวางโทษจำคุกตั้งแต่ 4-20 ปี และปรับตั้งแต่ 8,000 - 40,000 บาท หรือตามที่ศาลพิจารณา

ที่มา : มาตรา 276 พ.ร.บ.แก้ไขเพิ่มเติมประมวลกฎหมายอาญา ฉบับที่ 27 พ.ศ.2562

ถ่ายคลิป/ไลฟ์สดประจานสามี/ภรรยา/ขู่

มีความผิดฐานหมิ่นประมาท

- มาตรา 328 พ.ร.บ.ประมวลกฎหมายอาญา พ.ศ.2535 ผู้กระทำความผิดต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 2 ปี และปรับไม่เกิน 200,000 บาท

- มาตรา 14 พ.ร.บ.ว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ ฉบับแก้ไข พ.ศ. 2560 ผู้กระทำความผิดต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 5 ปี หรือปรับไม่เกิน 100,000 บาทหรือทั้งจำทั้งปรับ

สามี/ภรรยาต่อกันอีกฝ่ายต่อหน้าผู้อื่นในที่สาธารณะ

เข้าข่ายเป็นความผิดฐานดูหมิ่นหรือหมิ่นประมาทได้ ในทางกฎหมายระวางโทษจำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

ที่มา: มาตรา 326 พ.ร.บ.ประมวลกฎหมายอาญา พ.ศ.2535

สามี/ภรรยาตามกฎหมาย ไปอุปการะเลี้ยงดู ยกย่องคนอื่นอันสามี/ภรรยาไม่ชอบ

สามารถเรียกค่าทดแทนจากสามี/ภรรยาได้อีก... และถือว่าเป็นเหตุให้สามารถฟ้องหย่าได้

ที่มา: มาตรา 1523 วรรคสอง ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์

นอกใจ/มีชู้ กระทำความรุนแรงในครอบครัว...

ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกิน 6 เดือน หรือปรับไม่เกิน 6,000 บาท หรือทั้งจำ ทั้งปรับ

ที่มา: มาตรา 4 พ.ร.บ.คุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว พ.ศ. 2550

“3 พลัง” สร้างวัคซีนให้กับครอบครัว

วัคซีนครอบครัว

เป็นวัคซีนสังคมที่ต้องให้กับผู้เป็นแม่หรือหัวหน้าครอบครัว เพื่อนำไปแบ่งปันสู่คนในครอบครัว เมื่อวัคซีนครอบครัวพร้อม จะเปรียบเสมือนร่างกายที่มีภูมิคุ้มกัน ถึงแม้จะเจอวิกฤติซึ่งเปรียบเสมือนเชื้อโรค อาการก็จะไม่รุนแรงและกลับมาทำหน้าที่ได้อย่างราบรื่น

“พลังบวก”

ครอบครัวที่มองบวก มองเห็นทางออกในทุกปัญหาแม้ในภาวะวิกฤติ

“พลังยืดหยุ่น”

เมื่อเห็นทางออกแล้วครอบครัวต้องอาศัยพลังยืดหยุ่น เพื่อให้สามารถปรับเปลี่ยนบทบาททำหน้าที่ทดแทนกัน ช่วยกันแบ่งเบาภาระที่เกิดขึ้น

“พลังร่วมมือ”

ทำให้ครอบครัวปรองดอง เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันในการฟันฝ่าอุปสรรค

ติดตามต่อได้ที่:



สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์
www.new.camri.go.th



Baanpalangjai



กรมสุขภาพจิต
DEPARTMENT OF MENTAL HEALTH

รักรู้.. Together



กองส่งเสริมและพัฒนาสุขภาพจิต

สื่อสารด้วย “ภาษารัก”

การพูดหรือทำที่ต่างๆ ที่แสดงต่อกัน มีผลต่อความรู้สึก/หัวใจของคนใกล้ชิด ต้องสร้างวัฒนธรรมใหม่ ด้วยการสื่อสารเชิงบวก และใช้ภาษารักต่อกัน

“ภาษารัก”

คือ คำพูด การกระทำ การให้สิ่งใดสิ่งหนึ่งอย่างตั้งใจ ด้วยความปรารถนาดีที่จะให้อีกฝ่ายหนึ่งรับรู้ที่เราเห็นเขาเป็น คนสำคัญของเรา ในการใช้ชีวิตร่วมกันจำเป็นต้องมีการใช้ ภาษารัก ซึ่งจะทำให้ชีวิตครอบครัวหวานชื่น และมีสัมพันธ์ภาพที่ดีต่อกัน

สมการสื่อสาร



เชื่อมใจต่อกัน

ให้ความสำคัญ

ใช้คำกรพวล

= ภาษารัก

ส่งและรับภาษารักให้เป็น

ส่ง ภาษารัก

การส่งภาษารักให้ตรงใจ คือ การสังเกตว่าคนที่เรารักชอบอะไร แบบไหนและ ทำสิ่งนั้นให้เขา เช่น บางคนอยากให้ออด บางคนชอบให้ บอกรัก บางคนชอบเป็นคนฟัง บางคนอยากให้ทานข้าว ด้วยกันเป็นประจำ ฯลฯ

รับ ภาษารัก

เห็นคุณค่าของภาษารัก ที่อีกฝ่ายสื่อสารมา รับรู้ถึงความปรารถนาดี สัมผัสถึงเจตนาที่ดีของอีกฝ่าย และตอบสนอง ด้วยภาษารักเช่นกัน

8 คำห้ามใช้

กรณีที่เกิดความขัดแย้ง โกรธเคือง ชื่นช้อง หมองใจ หรือเริ่มมีปากเสียงกัน หลีกเลี่ยงการใช้คำพูด ดังต่อไปนี้ เพื่อป้องกันการเพิ่มอุณหภูมิความโกรธ และ ความรุนแรงให้กับสถานการณ์ปัญหา



คำสั่งเพด็จการ เช่น

“ทุบปาก!”

“เจียบไปเลย!”

“ถ้ายังไม่หยุด..มีเรื่องแน่!”



คำพูดประชดประชันเปรียบเทียบหรือ พูดถึงปมด้อย เช่น

“ถ้าไม่เลือกเธอชีวิตฉันคงดีกว่านี้”

“ก็เพราะมีปัญหาคิดได้แค่นี้ถึงไม่มีใครอยากอยู่ด้วย”



คำพูดทำลาย เช่น

“แน่จริงเก็บของออกไปเลย!”

“พูดแบบนี้เลิกกันไปเลยดีกว่า”



คำพูดเอาชนะ (จับถูกเสมอ) เช่น

“ความผิดเธอล้วนๆ บอกอะไรไม่เคยฟัง”

“บอกแล้ว.. ถ้าเป็นความคิดเธอ มันต้องไม่รอด”



คำพูดที่ขุดคุ้ยเรื่องเก่า เช่น

“ครั้งก่อนก็แบบนี้ พังทุกงาน ไม่เคยเห็นทำอะไรสำเร็จสักอย่าง”



คำพูดกล่าวหา กล่าวโทษ เช่น

“อย่ามาอ้างงานหาเรื่องออกจากบ้านมากกว่า!”



คำด่าหยาบคาย



คำพูดล่วงเกิน ถูกเหยียดหยาม พ่อแม่ ญาติพี่น้องของอีกฝ่าย



สัญญาณเตือน คู่สมรส ที่เสี่ยงต่อการหย่าร้าง

ในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา คู่สมรสมีพฤติกรรมดังต่อไปนี้หรือไม่

สัญญาณบ่งบอก	มี	ไม่มี
1 เริ่มมีการทำร้ายร่างกาย	☐	☐
2 มีพฤติกรรมนอกใจ/ติดพันคนอื่น/ ปิดบัง/ทำลับ ๆ ล่อ ๆ	☐	☐
3 แยกไปอยู่ที่อื่น/ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง กลับไปอยู่กับครอบครัวของตนเอง	☐	☐
4 ไม่เอาใจใส่ครอบครัว/ไม่ส่งเสียเงินทอง	☐	☐
5 ทะเลาะกันบ่อยมากขึ้น	☐	☐
6 ถูก/ไม่ให้เกียรติ/ข่มอีกฝ่ายหนึ่ง	☐	☐
7 ความประพฤติเปลี่ยนไป (กลับบ้านดึกบ่อยขึ้น ต้มสุรา ดิทยาเสพติด เล่นการพนัน สร้างหนี้สิน ไปหาเพื่อนบ่อย/ พูดโกหก ฯลฯ)	☐	☐
8 โกรธและไม่พูดกันนานเกิน 1 สัปดาห์	☐	☐
9 ระแวงและมักกล่าวหาอีกฝ่ายหนึ่ง	☐	☐
10 พ่อแม่ไม่ชอบอีกฝ่ายหนึ่ง	☐	☐

ถ้าตอบว่า “มี” ในข้อ 1-5

ควรขอคำปรึกษาและความช่วยเหลือจากผู้ใหญ่หรือ บุคคลที่ทั้งสองฝ่ายให้ความเคารพเชื่อฟัง แต่หากปัญหานั้น มากเกินกว่ากำลังความสามารถควรปรึกษาผู้เชี่ยวชาญ ด้านครอบครัวต่อไป

ถ้าตอบว่า “มี” ในข้อ 6-10

ถือว่าเป็นกลุ่มเสี่ยง ควรพูดคุย ตก ลง ทำความเข้าใจกันเองก่อนเพื่อช่วยกันแก้ไข ปัญหา หรือหาผู้ที่ไว้วางใจได้รับฟัง ปลอบใจ พูดคุยปรึกษา และเตือนสติ

