สามสัมพันธ์ ห้าภูมิคุ้มกัน

สร้างสรรค์สมดุลให้ครอบครัว

Gender Equality in Family

ความเสมอภาคหญิงชายในครอบครัว

สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว
กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

ความเสมอภาค คือ ความสุข

เสมอภาค ไม่ใช่ เท่ากัน เสมอภาค ไม่ใช่ การเรียกร้องสิทธิ เสมอภาค ไม่ใช่ การยุยงให้ครอบครัวแตกแยก

แต่...ความเสมอภาคระหว่างหญิงชาย คือ เส้นทางสู่ความสุขของครอบครัว

ความเสมอภาคหญิงชายในครอบครัว ไม่ใช่เรื่องไกลตัว...แต่เป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับทุกคนที่เป็น..พ่อ...แม่...ลูกชาย...ลูกสาว... สามี...ภรรยา...หรือพูดง่าย ๆ ก็คือ...เป็นเรื่องของ "คนทุกคน" นั่นเอง

เพราะความเสมอภาคระหว่างหญิงชาย คือ การที่หญิงและชายในครอบครัว ต่างเรียนรู้ที่จะยอมรับและเข้าใจความแตกต่างของกันและกัน ห่วงใยและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เชื่อมั่นและไว้วางใจกันและกัน โดยลบอคติต่าง๑ ออกเสีย

เพียงเราก้าวข้ามความคิด/ความเชื่อเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของหญิงและชาย รวมทั้งความเป็นหญิงความเป็นชายได้ เราก็จะสามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างเสมอภาค

ตัวอย่างเช่น ...

เราเชื่อว่า "การทำงานบ้านเป็นหน้าที่ของผู้หญิง"

ครอบครัวของหนึ่งและสอง ต่างก็ทำงานประจำรับราชการทั้งคู่ แต่ทุกเย็นหลังเลิกงาน สองจะต้องกลับมา ทำกับข้าว กวาดบ้าน ถูบ้าน ในขณะที่หนึ่งไม่ได้ช่วยเหลือ เพราะเชื่อว่างานบ้านเป็นหน้าที่ของเมีย สองเหนื่อยจากงานราชการแล้วยังต้องกลับมาทำงานบ้านอีก สองจึงมักหงุดหงิดเสมอ๑ และระบายออกมาเป็นการบ่น

ในที่สุด สองก็กลายเป็นคนขี้บ่น หนึ่งไม่ชอบฟังสองบ่น และไม่เข้าใจว่าสองบ่นเพราะเหนื่อยจากการที่ต้องทำทั้งงานราชการและงานบ้าน ส่วนตัวสองเองก็ไม่รู้ตัวว่าที่ตัวเองขี้บ่น ก็เพราะตนเองเหนื่อยที่ต้องทำงานบ้านนั่นเอง ครอบครัวของหนึ่งและสองจึงมีเริ่มมีเสียงทะเลาะเบาะแว้ง และตำหอกัน เพราะหนึ่งเริ่มทนกับเสียงบ่นของสองไม่ไหวจึงต่อว่าสอง ในขณะเดียวกันสองเองก็เหนื่อยจนอดทนไม่ไหวที่ถูกหนึ่งต่อว่า จึงเถียงกลับ ครอบครัวที่เคยสงบสุข กลายเป็นครอบครัวที่แตกร้าว...

๓ สัมพันธ์

"ให้เกียรติและห่วงใย
ใส่ใจในหน้าที่
สื่อสารอย่างสุนทรี
ครอบครัวมีสมดุล"

๑. ให้เกียรติและห่วงใย ทำได้อย่างไร???

ยอมรับซึ่งกันและกัน
เคารพในการตัดสินใจของกันและกัน
มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน
ร่วมแบ่งปันความทุกข์ และร่วมยินดีในความสุข
เพราะทั้งให้เกียรติและห่วงใย คือ รั้วกันภัยของครอบครัว

๒. ใส่ใจหน้าที่ ทำได้อย่างไร ???

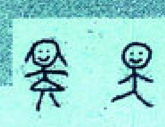
สมาชิกในครอบครัวรู้บทบาทและหน้าที่ของตนเอง เช่น

- การทำบทบาทหน้าที่ของตนเองที่ได้รับมอบหมาย
- การดูแลเอาใจใส่สมาชิกในครอบครัว ทุกรุ่น/วัย
- การอบรมเลี้ยงดูสมาชิกแต่ละช่วงวัยได้อย่างเหมาะสม
- การดูแลความปลอดภัยสมาชิกในครอบครัวอย่างถ้วนหน้า
- การปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีกับคนในครอบครัว
- การใช้คุณธรรมสำคัญในการดำเนินชีวิต

ความรับผิดชอบของสมาชิกในครอบครัว เช่น
การแบ่งงานกันทำในครอบครัว
การปรับเปลี่ยนบทบาทหน้าที่ตามสถานการณ์
การตัดสินใจในครอบครัว และการรับผิดรับชอบร่วมกัน

๓. สื่อสารดี ทำได้อย่างไร ???

การพูดอย่างสร้างสรรค์และการรับฟังอย่างตั้งใจ
การใช้เวลาร่วมกันอย่างมีคุณภาพ
การแสดงความรักระหว่างสมาชิกในครอบครัว
ทั้งกาย วาจา และใจ



๕ ภูมิคุ้มกัน

๑. รู้สิทธิและกฎหมายของหญิงชายที่เท่าเทียม

รู้และเข้าใจในกฎหมายที่สำคัญต่อการดำรงความสมดุลของครอบครัว รวมทั้งสิทธิพึงรู้ เพื่อสร้างสุข โดยเฉพาะสิทธิในฐานะสมาชิกของครอบครัว ที่ต้องเคารพในสิทธิของกันและกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว ทั้งหญิงและชาย

๒. รู้เพศศึกษาของหญิงและชาย

รู้และเข้าใจในเรื่องเพศศึกษาและอนามัยเจริญพันธุ์ของหญิงและชาย โดยรู้อย่างเท่าทัน และสามารถป้องกันตนเองและครอบครัวในเรื่องเพศได้ ทั้งไม่อายที่จะสื่อสารเรื่องเพศศึกษาระหว่างสมาชิกในครอบครัว

๓. เข้าร่วมเครือข่าย

ประโยชน์ของการเข้าร่วมเครือข่าย ก่อให้เกิดโอกาสในการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ เพื่อการพัฒนาศักยภาพตนเอง / ครอบครัว / ชุมชน

๔. มีหลักประกันของครอบครัว

ง่าย๑ ด้วย..กิจกรรมภายในครอบครัว เช่น การปลูกฝังตั้งแต่เด็กให้รู้จักออม ประหยัด ใช้จ่ายในเรื่องที่จำเป็น ไม่ฟุ่มเฟือย ด้วยการทำบัญชีครัวเรือน โดยเฉพาะแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง สอนให้มีทักษะในการดูแลและป้องกันตนเอง สอนให้รู้เท่าทันในสิ่งยั่วยุจากสื่อต่าง๑ เพื่อความอยู่รอดในสังคมยุคปัจจุบัน นอกจากนี้ ควรมีส่วนร่วมในการจัดสวัสดิการชุมชน เพื่อสร้างหลักประกันครอบครัว เช่น สหกรณ์ชุมชน ฌาปนกิจสงเคราะห์

๕. ดูสื่อให้สร้างสรรค์

สมาชิกในครอบครัวต้องรู้เท่าทันอิทธิพลของสื่อ ทั้งในเชิงบวกและเชิงลบ รู้เท่าทันกระบวนการผลิตซ้ำและตอกย้ำของสื่อ รู้ว่ามีทั้งสื่อที่สร้างสรรค์และไม่สร้างสรรค์ โดยเลือกบริโภคและใช้ประโยชน์จากสื่ออย่างสร้างสรรค์

ไม่เพียงแค่นั้น จากจุดเริ่มต้นเล็ก๑ นี้ นำไปสู่ปัญหาอื่น๑ ตามมามากมาย หนึ่งเริ่มเบื่อหน่ายสอง ไม่อยากอยู่บ้าน เริ่มไปคบหาผู้หญิงคนอื่น สองเริ่มเป็นผู้หญิงที่มีอารมณ์เกรี้ยวกราดในที่ทำงาน เนื่องจากปัญหา ในครอบครัวทำให้เพื่อนร่วมงานปฏิเสธที่จะคบหาด้วย ชีวิตของหนึ่งและสองที่เคยสงบสุข ก็กลายเป็นชีวิตที่ยุ่งเหยิง ปราศจากความสุข...

ถ้าเราเปลี่ยนความเชื่อ "การทำงานบ้าน...เป็นหน้าที่ของทุกคนในบ้าน"

ครอบครัวของหนึ่งและสองจะช่วยกันทำงานบ้าน เพราะหนึ่งเข้าใจดีว่าทั้งผู้หญิงและผู้ชายควรช่วยกันแบ่งเบาภาระงานของกันและกัน เพื่อที่ใครคนหนึ่งจะไม่เหน็ดเหนื่อยจนไม่มีความสุข ส่วนสองก็ไม่กลัวหรือเกรงใจที่จะออกปากขอร้องให้หนึ่งช่วยงาน เพราะเข้าใจดีว่าผู้ชายก็สามารถช่วยงานบ้านได้ ครอบครัวของหนึ่งและสองก็จะมีความสุข ไร้เสียงบ่น และทะเลาะเบาะแว้ง

เมื่อก้าวข้ามความคิด/ความเชื่อเกี่ยวกับบทบาทหน้าที่ของหญิงและชาย รวมทั้งความเป็นหญิงความเป็นชายได้ เราก็จะอยู่ร่วมกันได้อย่างเสมอภาค

และความเสมอภาคหญิงชายในครอบครัว ก็จะนำความสุขมาสู่ครอบครัว...

ความเสมอภาค คือ ความสุข
ความเสมอภาคในครอบครัว
.... คือ ความสุขของครอบครัว

เราจะสร้างความเสมอภาคหญิงชายในครอบครัว ...ได้อย่างไร ?

ความเสมอภาคหญิงชายในครอบครัว..สร้างได้ง่ายๆ เพียงมี ๓ สัมพันธ์ และ ๕ ภูมิคุ้มกัน !!!!

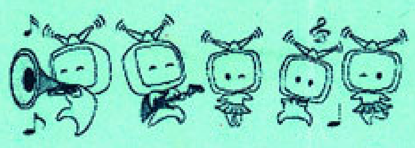
๓ สัมพันธ์ ที่จะเชื่อมโยงให้คนในครอบครัวมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน บนพื้นฐานความเสมอภาคหญิงชาย

๕ ภูมิคุ้มกัน ที่จะป้องกันไม่ให้คนในครอบครัวมีปัญหา หรือเกิดความขัดแย้ง อันเป็นผลกระทบมาจากการไม่มีความเสมอภาคระหว่างหญิงชาย

สามสัมพันธ์ ห้าภูมิคุ้มกัน

สร้างสรรค์สมดุลให้ครอบครัว

สามสัมพันธ์ :
ให้เกียรติและห่วงใย
ใส่ใจในหน้าที่
สื่อสารอย่างสุนทรี



ห้าภูมิคุ้มกัน : รู้สิทธิและกฎหมาย
รู้เพศศึกษา เข้าร่วมเครือข่าย
มีหลักประกันของครอบครัว
ดูสื่อให้สร้างสรรค์