



สิ่งแวดล้อมทางเพศ  
ภัยร้ายใกล้ตัว

สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว  
กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์



## คำนำ

ไม่มีวันใดที่การรายงานทางหน้าหนังสือพิมพ์จะไม่ปรากฏข่าวการ  
ละเมิดทางเพศ นับตั้งแต่การปลุกปล้ำ ลวนลาม อนาจาร และรุนแรงถึงขั้นข่มขืน  
รวมโทรม เฉพาะเด็กและผู้หญิงที่ตกเป็นเหยื่อพากันไปแจ้งตำรวจมีถึงวันละ 13 ราย  
โดยเฉลี่ย และเชื่อว่าเหยื่ออีกจำนวนมากอับอาย กล้ากลืนเก็บไว้ไม่กล้าบอกใคร  
จึงยังไม่ได้จากกรณีของเด็กสาวคนหนึ่งเสียงดังกลิ้งตัวลงจากรถ เมื่อรู้ตัวว่าจะตก  
เป็นเหยื่อโรค และมิเด็กสาว อีก 4 คน ออกมาชี้ตัวผู้ก่อเหตุว่าเคยตกอยู่ในสภาพ  
เดียวกันมาแล้ว เหยื่อทางเพศหลายรายต้องสังเวغدวงชีวิตเพราะต่อสู้อย่าง  
ดกดำที่ รอดมาได้ก็เหมือนธาราบาปที่จากจะลบเลือน

ก่อนที่จะลงมือจะเห็นว่าเหตุการณ์เลวร้ายประจำวันเหล่านั้น เป็น  
เหตุการณ์ปกติ ดิ้นรน ที่เกิดขึ้นแล้วก็ผ่านไป คงไม่สาหัสเกินไปที่คนในสังคมจะ  
ร่วมมือกันปกป้องคุ้มครอง ผู้หญิงและเด็กของเรา ให้ก้าวพ้นจากความหวาดผว  
นับตั้งแต่การให้คุณค่าความเป็นมนุษย์ที่มีศักดิ์ศรีเท่าเทียมกัน ตลอดจนรู้เท่าทัน  
และเฝ้าระวังสื่อที่หลอกลวงที่แฝงพิษร้ายจู่โจมหลายรูปแบบ

สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัวจัดทำเอกสารเล่มนี้  
ขึ้นด้วยการเรียงบเรียงจากแนวคิด ข้อเสนอของผู้รู้ นักวิชาการ หน่วยงานด้านสังคม  
ตามที่ปรากฏรายงานมาทางเล่ม ซึ่งสำนักงานกิจการสตรีฯ  
ขอขอบพระคุณอย่างสูง มา ณ ที่นี้ด้วย และหวังความร่วมมือจากทุกภาคส่วนจะ  
ให้ความสำคัญกับประเด็นการละเมิดทางเพศ ที่จะป้องกันไม่ให้เกิดขึ้นกับเด็กและ  
ผู้หญิงของเรา... แม้แต่คนเดียว

สำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว

สิงหาคม 2549

# สารบัญ

|                                                               | หน้า |
|---------------------------------------------------------------|------|
| ส่วนที่หนึ่ง                                                  |      |
| การล่องลงระเบิดทางเพศ คือ อะไร                                | 1    |
| ส่วนที่สอง                                                    |      |
| การป้องกันภัยจากการถูกล่องลงระเบิดทางเพศ                      | 7    |
| ∴ เมื่ออยู่ในสถานการณ์ที่ไม่อาจหนีได้                         | 8    |
| ∴ เติร์จงมตัวอย่างไรเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกทำร้าย               | 9    |
| ∴ การเติร์จงความพร้อมเมื่อเดินทาง หรือ อยู่<br>ในสถานที่ต่างๆ | 10   |
| ∴ ทำอย่างไรถ้าถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์ หรือจะ<br>ถูกข่มขืน   | 15   |
| ส่วนที่สาม                                                    |      |
| การแก้ไขปัญหการถูกล่องลงระเบิดทางเพศ                          | 34   |
| ∴ ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้ถูกล่องลงระเบิดทางเพศ                 | 34   |
| ∴ การช่วยเหลือกรณีผู้ถูกล่องลงระเบิดเป็นเด็ก                  | 35   |
| ∴ การช่วยเหลือทางกฎหมาย                                       | 37   |
| ส่วนที่สี่                                                    |      |
| การดูแล บำบัดและฟื้นฟู                                        | 40   |
| ∴ การดูแลและฟื้นฟูจิตใจผู้ถูกล่องลงระเบิดทาง<br>เพศ           | 41   |
| ส่วนที่ห้า                                                    |      |
| กฎหมายที่เกี่ยวข้อง                                           | 43   |
| ∴ ความผิดฐานข่มขืนกระทำชำเรา                                  | 43   |
| ∴ ความผิดฐานอนาจาร                                            | 46   |
| ส่วนที่หก                                                     |      |
| คำแนะนำในการไปติดต่อสถานีตำรวจ                                | 49   |

## ← การล่องละเมิดทางเพศ

ระงับนี้สอง สามปีที่ผ่านมา มีเหตุการณ์ที่กระทบต่อชีวิตของลูกผู้หญิงอย่างเราๆ ที่น่าจับตามองเป็นอันดับแรก คือ **การถูกล่องละเมิดทางเพศ** โดยสถิติทางเพศ จากรายงานประจำปีของโครงการสุขภาพคนไทย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ได้สะท้อนภาพรวมของคดีที่ เกี่ยวข้องเพศว่าเพิ่มขึ้นทุกปี โดยเฉพาะจำนวนคดีที่ เกี่ยวกับการข่มขืน พบว่า ในรอบ 8 ปีที่ผ่านมา อัตราคดีข่มขืนสูงขึ้นถึง 35 % นี่ยังไม่ นับรวมการล่องละเมิดทางเพศในกรณีอื่นๆ อีก

เราในฐานะผู้หญิงที่มีสถานภาพเป็นผู้นำ จึงควรเร่งทำความเข้าใจกับสิ่งที่ กำลังเกิดขึ้นอยู่ ณ ขณะนี้ เพื่อที่จะได้ป้องกันผู้หญิงและเด็กของเราไม่ให้ต้องตกเข้าไปอยู่ ในวังวนทุกข์ และ ช่วงเหลือผู้ที่ตกอยู่ในกองทุกข์ให้พ้นหรือบรรเทาความเจ็บปวดลงได้ ทั้งนี้ทั้งนั้น ขึ้นอยู่กับความรู้ความเข้าใจของเราเป็นสำคัญ



### มารู้จักการล่องละเมิดทางเพศกับเกอะ

**การล่องละเมิดทางเพศ** หมายถึง พฤติกรรมที่ละเมิดสิทธิของผู้อื่นในเรื่องเพศ ไม่ว่าจะเป็นคำพูด ลามก และการใช้ท่าที่ รวมไปถึงจนถึงการบังคับให้มีเพศสัมพันธ์ การข่มขืน

นอกจากนี้



ต้องคำนึงถึงความรู้สึกของผู้หญิงเป็นหลัก การกระทำใดๆ ก็ตามที่ทำให้ผู้หญิงรู้สึกอับอาย เป็นการล่วงเกินความเป็นส่วนตัว และ ผู้หญิงไม่ยินยอมพร้อมใจให้ทำ ถือเป็นการล่วงละเมิดทางเพศทั้งสิ้น

เห็นหรือยังว่าการล่วงละเมิดทางเพศ เป็นการกระทำที่กว้างขวางกว่าที่เราคิดกันไว้แต่เดิม และจากคามหมายนั้น เราสามารถแยกประเภทของการล่วงละเมิดทางเพศเพื่อให้เข้าใจง่ายขึ้น เป็น 3 ประเภท คือ

## 1. การล่วงละเมิดทางเพศทางคำพูด ได้แก่

- ∴ การวิพากษ์วิจารณ์เกี่ยวกับรูปร่างหน้าตา การแต่งกาย ที่สื่อในทางลามก
- ∴ การเล่าเรื่องตลกลามก เรื่องสองแง่สองง่าม
- ∴ การตามจีบ ตามตื้อ เกี้ยวพาราสี ทั้งๆ ที่รู้ว่าอีกฝ่ายไม่ชอบ
- ∴ การพูดจาทะลึ่ง
- ∴ การใช้คำพูดเพื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ

ๆลๆ



ตัวอย่าง :



แอนต้องเดินผ่านอุ้งมรดกทุกวันหลังเลิกเรียน ช่วงเดินผ่านมักจะมีเสียงงเป่าปากบ้าง ตะโกนแซวชมว่าสวยบ้าง ร้องเพลง “เด็กมันจั่ว” บ้าง บางครั้งก็ใช้วิธีนับ 1,2,3 ตามจังหวะเดิน ทำให้แอนรู้สึกอับอายมาก

## 2. การล่องละเมียดทางเพศทางการกระทำที่ไม่ถูกเนื้อต้องตัว ได้แก่

- ∴ การจ้องมองของลวงน
- ∴ การโชว์ภาพโป๊ หรือ ภาพที่ส่งไปในทางเพศ
- ∴ การแอบดูตามห้องน้ำ (ถ้ามอง)
- ∴ การแอบถ่ายภาพ (ตามห้องลองเสื้อผ้า ห้องน้ำ)
- ∴ การโชว์อวัยวะเพศ
- ∴ การเผยแพร่ภาพต่างๆทางอินเทอร์เน็ต
- ∴ สื่อลามก
- ∴ คลิปวิดีโอโป๊



ตัวอย่าง :

วิทย์ชวนดาวไปเล่นอินเทอร์เน็ตที่ร้านใกล้ๆ โรงเรียนหลังเลิกเรียน วิทย์เรียงดาวให้เข้าไปดูที่หน้าจอของเขาพร้อมกับบอกว่า มีเรื่องน่าสนใจจะให้ ดู ลักดูก็ปรากฏภาพลามกขึ้นที่จอ ซึ่งเป็นภาพการร่วมเพศของชายหญิง ดาวตกใจและโกรธมาก



### 3. การล่องละเมิดทางเพศที่เป็นการกระทำซ้ำได้แก่

- ∴ การแตะต้องเนื้อตัวที่ไม่พึงประสงค์
- ∴ การกระทำอนาจาร (การกระทำต่อเนื้อตัว หรือ ต่อร่างกายของบุคคลอื่น เช่น กอด จูบ ลูบ คลำ ร่างกายของหญิง เป็น การแสดงความใคร่ทางเพศ)
- ∴ การข่มขืน
- ∴ การบังคับให้มีเพศสัมพันธ์
- ∴ การข่มขืน



ๆ

#### ตัวอย่าง :

➤ แสงดาวเรืองนอนอยู่ชั้น ม. 4 โรงเรียนมัธยมประจำจังหวัด พ่อของแสงดาวเป็นคนมารับมาส่งกลับบ้านทุกวัน วันหนึ่ง พ่อติดธุระสำคัญมารับไม่ได้ บอกให้แสงดาวนั่งรถสองแถวกลับบ้านเอง ระหว่างนั่งในรถสองแถว มีชาย คนหนึ่งขึ้นมานั่งอยู่ข้างๆ ติดกับด้านข้างของแสงดาว ลักพัก ชายคนนั้นได้ใช้มือขวาของเขามาวางบนต้นขาของเธอ แสงดาวตกใจมากหันไปมองหน้า ชายคนนั้นก็จิ้มให้

➤ ภูกับจินเป็นแฟนกัน ทั้งสองคบกันได้ 3 เดือนแล้ว จินรักภพมากและคิดว่าจะแต่งงานกับเขาเมื่อถึงเวลาอันสมควร วันหนึ่งมีข่าวเรื่องบ้านร้างที่มีผีอยู่มาก ภูชวนจินไปดูบ้านร้างหลังนั้น จินกลัวแต่ก็ยอมไปเพราะรักภพ และเชื่อว่าภพจะปกป้องเธอได้จากภัยทั้งปวง ภูแวะรับเพื่อนชายอีก 2 คนไปด้วย บอกว่าจะได้ช่วงกันจับผี พอไปถึงบ้านร้างหลังนั้น ภูกับเพื่อนชายทั้ง 2 ช่วงกันจับตัวจินไว้แล้วมัดกันมัดมัด จินเจ็บปวดทั้งกายและใจ



เมื่อทราบแล้วว่า การกระทำเช่นไรจึงจะเรียกว่า การล่วงละเมิดทางเพศแล้ว เราควรทราบต่อไปอีกเล็กน้อยว่า ทำไมจึงเกิดเรื่องเช่นนี้ขึ้นได้



ปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศ เป็นปัญหาที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์เชิงอำนาจ เป็นการใช้อำนาจในเรื่องเพศของผู้ที่เหนือกว่ากระทำกับผู้ที่มีอำนาจน้อยกว่า เช่น ผู้ชายทำกับผู้หญิง ผู้ใหญ่ทำกับเด็ก หัวหน้าทำกับ ลูกน้อง เป็นต้น

ข้อมูลจากเด็กและผู้หญิงที่ถูกทำร้ายเข้ารับการรักษาที่ศูนย์พึ่งได้ในโรงพยาบาลของกระทรวงสาธารณสุข พบว่า ส่วนใหญ่ ถูกกระทำจากคนใกล้ชิด รู้จักกัน และส่วนหนึ่งเป็นคนในครอบครัวเดียวกัน !!!!!

ปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศ จึงคงเกิดอยู่เสมอ เพราะคนในสังคมยังคิดว่า



?

∴ การล่วงละเมิดทางเพศมีเพียงรูปแบบเดียว คือ การล่วงเกินทางการกระทำเท่านั้น ปัจจุบัน การแอบถ่าย นางดลวิดีโอโป๊ ล้วนสร้างความอับอาย ต่อความอ่อนเยาว์อย่างคาดไม่ถึง

∴ การอับอายไม่กล้าบอก ไม่กล้าแจ้งความ กลัวไม่ปลอดภัย กลัวอิทธิพล กลัวเสียชื่อเสียง กลัวไม่ได้รับความเป็นธรรม ฯลฯ



∴ กฎหมาย การใช้กฎหมายยังไม่ครอบคลุมการกระทำ ความผิดเกี่ยวกับการล่วงละเมิดทางเพศทั้งหมด



ผลที่ตามมา คือ เด็กและผู้หญิงยอมรับสภาพการตกเป็นเบี้ยล่าง และ  
 สัมผัสความรู้สึกหวาดกลัว เจ็บแค้น รวมทั้งเกิดความรู้สึกโกรธเคืองไว้อดเวลา รอ  
 การระเปิดทางอารมณ์ บ้างก็ไปเสี่ยงแปลงตัวตนใหม่ให้ชาชิน หนีบกระด้าง แตกต่าง ไป  
 จากเดิม ทั้งหมด คือ การเจ็บป่วยที่ร้ายลึก ทั้งด้านจิตใจและร่างกาย

นี่เป็นเพียงส่วนเสี้ยวของความต้องการที่จะต่างทอดความรู้เพื่อให้เกิด  
 ความเข้าใจ เพราะเราตระหนักว่า ความเข้าใจของท่านมีค่าอย่างสูงต่อชีวิต และ ความ  
 ทุกข์ - สุขของผู้หญิงและเด็กที่อยู่ใกล้ชิดกับท่าน ไม่ว่าจะเป็นญาติพี่น้อง ลูกหลาน  
 เพื่อนร่วมงาน และผู้คนใน ชุมชนที่ท่านอาศัยอยู่



L A W

## ↑ การป้องกันภัยจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

### พ่อแม่สามารถปกป้องลูกได้โดย

1. ควรทราบอยู่เสมอว่าขณะนี้ลูกอยู่กับใคร ที่ไหน และทำอะไรอยู่
2. ให้อาสาสมัคร รับฟังทุกเรื่อง เมื่อลูกมีปัญหาจะกล้าปรึกษาพ่อแม่
3. แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับการล่วงละเมิดทางเพศกับลูก และ  
สอนให้รู้จักการ ระแวดระวังตนเอง

### สอนให้เด็กรู้จักป้องกันตัวเอง

1. ให้เด็กบอกผู้ใหญ่เสมอไม่ว่าจะไปไหนกับใคร ไปอย่างไร จะกลับเมื่อไหร่  
และอย่าเปลี่ยนจุดหมาย
2. ควรมีเพื่อนไปไหนด้วยเพื่อความปลอดภัย
3. อย่าใจอ่อน อย่าไว้ใจ อย่าเชื่อใจ หรืออย่ารับของจากคนแปลกหน้า  
แม้คนนั้นจะแสดงท่าทางเป็นมิตร
4. สอนให้เด็กรู้จักป้องกันตัวเองจากคนแปลกหน้า

### สอนให้เด็กใช้



“คำถาม 3 ข้อ สำหรับคนแปลกหน้า”

- 1 ฉันรู้สิทธิหรือไม่ที่ไปกับคนนั้น
- 2 พ่อแม่จะรู้หรือไม่ว่าฉันอยู่ที่ไหน
- 3 เมื่อมีความจำเป็น ฉันจะขอความช่วยเหลือจากใครได้หรือไม่ในที่นั้น

หากมีคำตอบในข้อใดข้อหนึ่งว่า “ไม่”

ก็ควรปฏิเสธแล้วรีบไปหาผู้ใหญ่ที่ไว้วางใจทันที

5. สอนให้เด็กป้องกันตัวเองจากบุคคลใกล้ชิด เมื่อบุคคลใกล้ชิด  
มาสัมผัสร่างกาย และเด็กรู้สึกอึดอัดให้ยึดหลัก

### “WHY NO GO TELL”

**WHY:** ทำไมเขาถึงมาสัมผัสร่างกายของเรา

**NO:** ปฏิเสธสัมผัส ที่ไม่ชอบหรือทำให้เราอึดอัด

**GO:** รีบหนีไปหาผู้ใหญ่ที่ไว้วางใจได้

**TELL:** เล่าเรื่องที่เกิดขึ้นให้ฟัง หากผู้ใหญ่ที่ไว้วางใจไม่เชื่อ

ต้องพยายามจนกว่าจะพบผู้ใหญ่ที่เชื่อและยอมช่วยเหลือ



### ถ้าอยู่ในสถานการณ์ที่ไม่อาจหนีได้

1. **อย่าอยู่กับผู้ชายสองต่อสอง** ไม่ว่าจะไปที่ใด
2. ถ้าพี่ผู้ชายชวนไปเที่ยวในที่เปลี่ยว หรือมีพี่ผู้ชายหลายคน และถ้าพวกเขาก็หลอกลวงด้วย ให้หาทางหลีกเลี่ยงออกมา
3. **อย่าเดินคนเดียวในทางเปลี่ยว** ไม่ว่าจะกลางวันหรือกลางคืน
4. ถ้าครูผู้ชายเรียกพบสองต่อสอง ไม่ว่าจะเรื่องอะไร หรือครูผู้ชายให้ช่วยถือของไปห้องน้ำหรือบ้านพัก **อย่าไปเด็ดขาด!**  
**ต้องมีพี่ไปด้วยอย่างน้อย 2 - 3 คน**
5. **อย่ารู้แจ้งขอระบบเด็ดขาด!** เพราะจะมีการทวงหนี้ด้วยการข่มขู่ต่างๆ  
หาหารวมถึงการบังคับให้ร่วมประเวณี
6. อย่าหลงเชื่อผู้ที่อ้างตัวว่าเป็น “ตำรวจ” หรือ “สารวัตรห้กเรียน”  
บอกว่าทำผิด...**อย่าไปกับคนเหล่านั้นเด็ดขาด!**
7. ใครให้เงินหรือของที่อยากได้ หรือขอความช่วยเหลือด้วย **อย่าช่วยเหลือเด็ดขาด!**



### ไม่ควรประมาทควรแต่งกายอย่างไร

ควรตระหนักว่าการแต่งกายอาจนำไปสู่อันตรายหรือเป็นอุปสรรค  
ของการหนีรอด **ฉะนั้นควรเลือกใส่เสื้อผ้าให้เหมาะสม** งดใส่เสื้อแขวนคอ

## เตรียมตัวอย่างไรเพื่อหลีกเลี่ยงการถูกทำร้าย?

\* ฝึกตนเองให้มีมนุษยสัมพันธ์ดี ไม่ดูถูกหรือเหยียดหยาม ศักดิ์ศรีเพื่อมนุษยชนทั้งด้วยกิริยา และวาจา

\* มีจิตสำนึกในเรื่องความปลอดภัย

\* ระมัดระวัง ไม่ประมาท และฝึกความมีสติให้สม่ำเสมอทุกวัน

\* ดูแลสุขภาพ และสมรรถนะร่างกายให้แข็งแรงและพร้อมอยู่เสมอ

\* สุขใจและติดตามปัญหาความรุนแรง และภัยอันตรายต่อสตรีและเด็ก

ในรูปแบบต่างๆ

\* ฝึกทักษะการเอาตัวรอด โดยเรียนรู้เรื่องราวต่างๆ เพื่อความปลอดภัย

## สถานที่อย่างใดไม่คว่ำไวใจ?

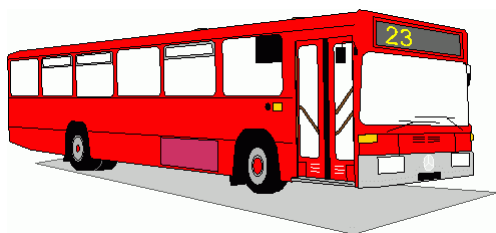
- ☐ ที่เปลี่ยวห่างไกลบ้านคน ☐ ดึกร้าง ☐ ป่าละเมาะ
- ☐ ที่มีฉาวชพอาศัยเป็พหล่งประทุษร้าย ☐ มุมตึก มุมมืด
- ☐ สถานที่รณรมย์ต่างๆ ☐ ที่ที่ไม่รู้จัก และไม่เคยไป ☐ ลาพจอตรถ
- ☐ ห้องสุขา ☐ สถานที่ขม่ง ☐ ทางห้ไฟ



## เวลาใดที่อาจเกิดอันตรายได้ง่าย?

- ☐ ยามวิกาล ยามค่ำคืน ☐ เช้ามืด
- ☐ ศีพวัณศุกร์ เฮอร์ณะณพตท

## การเตรียมความพร้อมเมื่อเดินทาง หรืออยู่ในสถานที่ต่างๆ



### ถ้าเดินทางด้วยรถโดยสาร

- ไม่ควรบอกคนแปลกหน้าว่าจะไปไหน
- ถ้าต้องเตรียมพร้อมอยู่เสมอ
- เตรียมพร้อมที่จะเปลี่ยนแผนเส้นทางได้เสมอ
- พยายามอยู่ในบริเวณ หรือห้องใกล้คนขับ
- หากสังเกตพบว่ามีคนติดตาม หลังจากลงจากรถ ให้เดินตรงไปในสถานที่ที่มีคนอยู่จำนวนมาก

### ถ้าเดินทางด้วยรถแท็กซี่

- ก่อนขึ้นรถถ้าสังเกตว่าคนขับรถไม่ไหว้วางใจ ควรยกเลิกทันที
- ก่อนขึ้นรถควรสังเกตชนิดของรถ ลักษณะรถ และจดหมายเลขป้ายรถ และทะเบียนรถ
- ทุกครั้งที่ขึ้นรถควรจดชื่อพาสงาลูกคนขับที่ติดป้ายอยู่ในรถ
- ตรวจสอบว่าที่ล็อคประตูอยู่ตรงไหน และเปิดออกได้อย่างไร
- ระมัดระวัง และดูอยู่เสมอว่ารถวิ่งในเส้นทางที่ควรจะไปหรือไม่
- ถ้ามีคนสังเกตว่ามีสถานการณ์ไม่ดี ให้รีบโทรศัพท์แจ้งเพื่อนที่ไปพบตำรวจโดยพูดว่าขอสายตำรวจ ให้แจ้งยศและชื่อ โดยขอให้ได้ในเส้นทางที่รถกำลังมุ่งไปข้างหน้า
- ขอให้คุณให้ปิดประตูรถ และลงจากรถทันที
- ระลึกเสมอว่าทุกครั้งที่เรามีโอกาสและคอยหาโอกาสให้
- ไม่รับเครื่องดื่มและของกินโดยเด็ดขาด



## ถ้าเกิดทางด้วยรถส่วนตัว

- การจอดรถควรจอดในที่ที่มีแสงไฟสว่าง มีรถวิ่งผ่าน หรือใกล้ทางขึ้นลง
- ตรวจสอบสภาพไฟรถ และรอบยาง รถก่อนขับปิดประตูเข้าไป เพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีใครซ่อนตัวอยู่ในรถ
- ปิดประตู ล็อคประตู และคาดเข็มขัดนิรภัยทุกครั้ง ก่อนสตาร์ทรถ
- ขณะนั่งในรถ ควรล็อคประตู และปิดหน้าต่างเล็กน้อยโดยที่ยังมีมือและแขนคนร้ายไม่สามารถสอดเข้ามาได้



- อย่ารับคนแปลกหน้าขึ้นรถ หรือคนแปลกหน้าขึ้นรถ
- หลีกเลี่ยงการจอดข้างถนนหรือที่เปลี่ยว
- ไม่ควรทิ้งของมีค่าไว้ในรถ
- ในกรณีหารถเข้าซ่อม ควรแจ้งพยานบุคคลข้างรถ
- เฝ้าระวังเรื่องเครื่องประดับที่แพง
- วางแผนและศึกษาแผนที่ก่อนออกเดินทาง
- หากถูกจี้ข่มขู่หรือขโมย ควรข่มขู่กลับหรือวิ่งหนีไปทางเดียว

### สิ่งที่มีประจำรถ

ไฟฉาย ชุดปฐมพยาบาล แผนที่ ถังดับเพลิง  
 ไม้ยาวสำหรับทำสัญญาณ เครื่องมือประจำรถ เข็มกลัดสำหรับลาก

### 10 “อย่า” คาทาปองภัย



- |                           |                                 |
|---------------------------|---------------------------------|
| อย่านั่งหลับ              | อย่ารู้แฉฉฉฉฉ                   |
| อย่าพึ่งพาคนแปลกหน้า      | อย่าคบหาที่เผลอเผลอ             |
| อย่าดื่มแอลกอฮอล์         | อย่าพาคนที่ไม่มีความรู้มาเที่ยว |
| อย่าเผลอและปล่อยให้คนอื่น | อย่าเผลอเผลอเผลอเผลอ            |
| อย่าเผลอเผลอเผลอเผลอ      | อย่าเผลอเผลอเผลอเผลอ            |

## เมื่ออยู่ในที่สาธารณะและพกโทรศัพท์

- ถ้าสังเกตว่ามีคนติดตามอย่างมีพิธีกรรม อย่างเข้าบ้านตนเอง (ผู้ร้ายจะรู้ว่าเราอยู่ไหน) ให้ไปหาเพื่อนบ้านที่ไว้ใจได้ หรือ สถานที่ที่มีคนมาก และโทรเรียกตำรวจ หรือ มุ่งตรงไปยังสถานีตำรวจ
- พึงระมัดระวังการใช้ตู้ ATM ในเวลากลางคืนหรือในสถานที่ที่เราไม่คุ้นเคย
- ไม่ควรติดพกเงินปลีเยว หรือซองปลีเยวโดยเฉพาะเวลากลางคืน
- บอกใครสักคนให้รู้ว่าเราจะไปไหน และเมื่อไหร่จะกลับ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อเดินทางกับคนที่ซึ่งคุณไม่รู้จักดี
- ไม่ควรพกสัมภาระมากเกินไป ถ้าถือของมากควรวางไว้ เพื่อให้มีของของตัวเองว่าและพร้อมป้องกันตัว
- ไม่ควรสวมชุดพิงวิทย์-เทพา นวมเหล็ก, ยีหรอธมล์ หรือยี่ห้ออื่น ๆ ถ้าหากมีคนเข้ามาถามทาง ควรยืนห่างอย่างน้อย 2 ก้าว พร้อมระมัดระวังตัว
- หากบริเวณไหนไม่เข้าใจ ควรหลีกเลี่ยงการยืนคนเดียว
- การรอรถเมล์ หากป้ายไหนไม่มีคนเลย ควรขึ้นรถสายอื่นไป เพื่อเปลี่ยนไปยังป้ายที่มีคนจําพวกมาก
- การส่งใครก็ตามกลับบ้าน ควรแน่ใจว่าเขาเข้าบ้านเรียบร้อยแล้วจึงออกรถ

### ผู้หญิงกับโทรศัพท์มือถือ

ควรมีติดตัวไว้เวลาฉุกเฉิน  
และบันทึกหมายเลขฉุกเฉินอย่าง  
เช่น หมายเลข 191 ด้วยเลย  
ตัวเดียวอย่างเลย 0 หรือ 1





## เมื่ออยู่ในบ้าน



- ประตูละรอบบ้านควรปิดไฟไว้เสมอ
- ก่อนออกตรวจจะเห็นว่าประตูหน้าต่างล็อกไว้เรียบร้อย
- ไม่ใช่ซื้อจริงหรือม้ามสกลติดหน้าต่างลงโปรชนย์หน้าบ้าน หรือในเครื่องตอบรับโทรศัพท์
- ไม่ควรบอกในเครื่องตอบรับโทรศัพท์ว่าทำไปไหน
- ไม่ควรให้คนแปลกหน้ารู้ว่าเราอยู่คนเดียว
- ควรมีเพื่อนบ้านที่สนิท และสามารถไว้วางใจได้
- ก่อนเปิดประตูทุกครั้งควรแน่ใจว่าผู้มาหาเป็นใคร และอย่าเปิดประตูถ้าไม่แน่ใจ
- ไม่อนุญาตให้คนแปลกหน้าเข้ามาใช้โทรศัพท์ในบ้าน

### ผู้หญิงกับการเคหะ

เวลาเคหะไปไหนมาไหน ให้คุณระวังระยะห่างระหว่างคุณกับคนแปลกหน้าเสมอ

## เมื่ออยู่ในลิฟท์

- หลีกเลี่ยงการขึ้นหรืออยู่ในลิฟท์สองต่อสองกับคนแปลกหน้า
- ให้สังเกตท่าทีของคนที่ยืนลิฟท์มาด้วย
- ควรยืนบริเวณที่ใกล้ประตูลิฟท์หรือตรงเบาะนั่งลิฟท์
- ถ้าคุณใช้ลิฟท์ที่ชั้น 25 และพอลงมาถึงชั้น 22



มีผู้ชายแปลกหน้าเข้ามา ก็ให้ออกจากลิฟท์และรอเรียกลิฟท์ใหม่



## เมื่อเผชิญเหตุการณ์ร้ายควรปฏิบัติอย่างไร

การเผชิญเหตุการณ์ร้ายเปรียบเสมือนเรื่องที่เกิดขึ้นได้โดยไม่รู้ล่วงหน้า เช่น การโดนจี้ การถูกทำร้ายร่างกาย หรือการถูกคุกคามทางเพศ สิ่งสำคัญที่ควรคำนึงถึงคือ



### ก. การแก้ไขปัญหาอย่างมีสติ

1. หยุดคิด และควบคุมอารมณ์ตนเองให้มั่นคง
2. สงบนิ่ง เพื่อพิจารณาเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และสถานการณ์แวดล้อม
3. คิดหาวิธีการแก้ปัญหาหลายๆ ทาง
4. คิดถึงผลที่จะเกิดขึ้นจากวิธีต่างๆ เหล่านั้น
5. ปฏิบัติวิธีแก้ปัญหาที่คิดว่าดีที่สุด

### ข. ถ่วงเวลา

นอกจากการแก้ปัญหาอย่างมีสติแล้ว การถ่วงเวลาก็เป็นกลยุทธ์อย่างหนึ่งในการป้องกันตัว ประวิงเวลาไม่ให้อีกทำร้าย เพื่อให้คนมาพบเห็น และช่วยเหลือมีวิธีการถ่วงเวลาที่น่าสนใจ และควรนำไปปฏิบัติ คือ

1. การใช้คำพูด ที่มีใช้คำพูดท้าทายหรือดูถูก
2. การโอ้อวดอวดตาม หรือหลอกล่อให้ตายใจเพื่อฉวยโอกาส
3. การใช้กลอุบายแสนสร้าง

เวลาต้องการความช่วยเหลือ หรือให้มีผู้มาพบเห็นควร ตะโกนว่า “ไฟไหม้”  
อย่าตะโกนว่า “ช่วยด้วย” เพราะไม่มีใครอยากเข้ามาช่วยคนที่เดือดร้อนเท่าไร แต่เรื่องไฟไหม้ใครๆ ก็สนใจ

\* คู่มือฝึกป้องกันตัว “เบตงไม่งามด้วยหามคม” สภาสตรีแห่งชาติในพระบรมราชูปถัมภ์และสำนักงานพัฒนาการกีฬาและสุขภาพการ กรุงเทพฯ : พิมพ์ครั้งที่ 2, 2543, หน้า 1 - 24

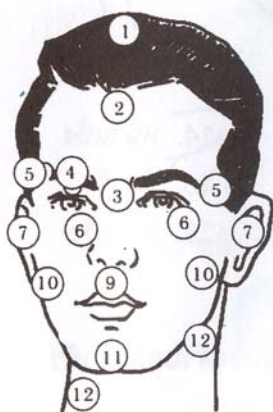
### ค. ทำอย่างไรถ้าถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์ หรือจะถูกข่มขืน

1. ตั้งสติ รวบรวมความคิด สงบนิ่ง และคิดหาทางเลือกในการจะหลีกเลี่ยงหรือต่อต้านที่ตัวเองจะปลอดภัย
2. พูดอย่างหนักแน่นว่า “ไม่” โดยไม่ต้องเกรงใจ
3. พูดว่า “หยุดนะ ที่จะข่มขืนฉันนะจ๊ะ” ซึ่งอาจทำให้ผู้ชายที่รู้จักคุ้นเคยกัน ชะงัก
4. มองหาหนทางหนี
5. หนีจากสถานการณ์อย่างรวดเร็วล่ะก็ไปได้ อย่าอยู่ในสถานการณ์นั้นนาน เพราะจะทำให้มีโอกาสพัวพันอันตรายน้อยลง

### จุดอ่อนในร่างกาย และอวัยวะที่ใช้ป้องกันอาวุธ

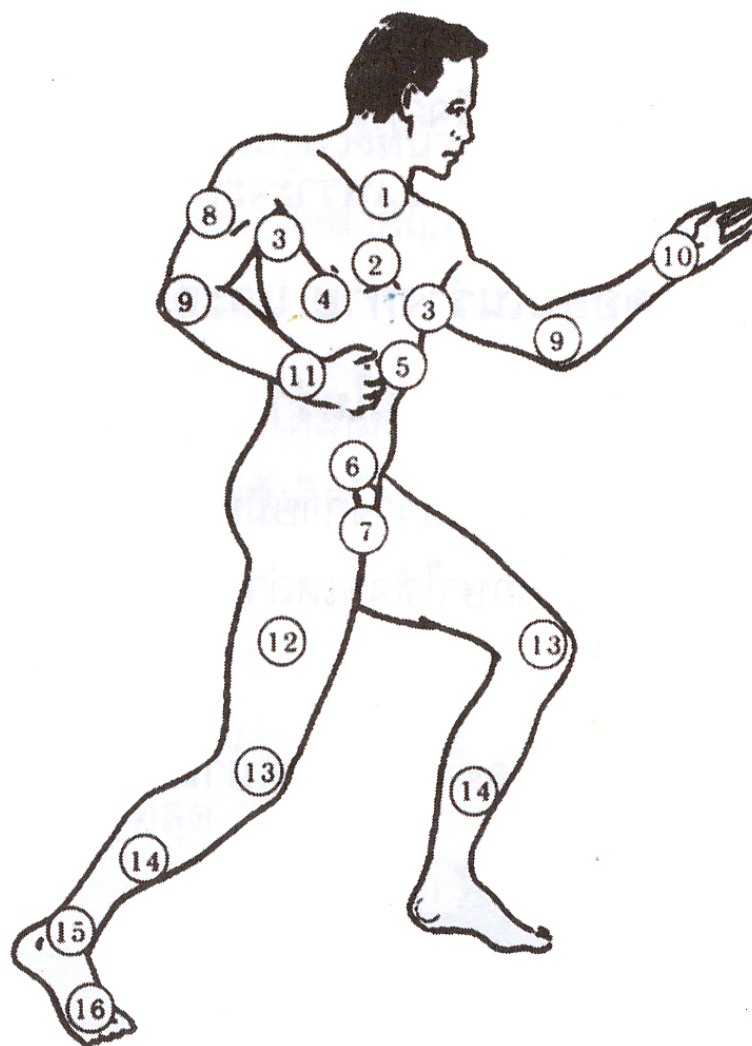
#### จุดอ่อนในร่างกาย

#### ก. จุดอ่อนบนใบหน้าและลำคอ



- |                      |                           |
|----------------------|---------------------------|
| 1. กึ่งกลางกระหม่อม  | 8. ใต้หู                  |
| 2. กึ่งกลางหน้าผาก   | 9. จุดกึ่งกลางระหว่างจมูก |
| 3. ระหว่างคิ้ว       | และริมฝีปากบน             |
| 4. เหนือลูกตา        | 10. กรามทั้งสองข้าง       |
| 5. ขมับทั้งสองข้าง   | 11. คาง                   |
| 6. ใต้ลูกตา          | 12. คอต่อคางข้างและหลัง   |
| 7. ใบหูและด้านหลังหู |                           |

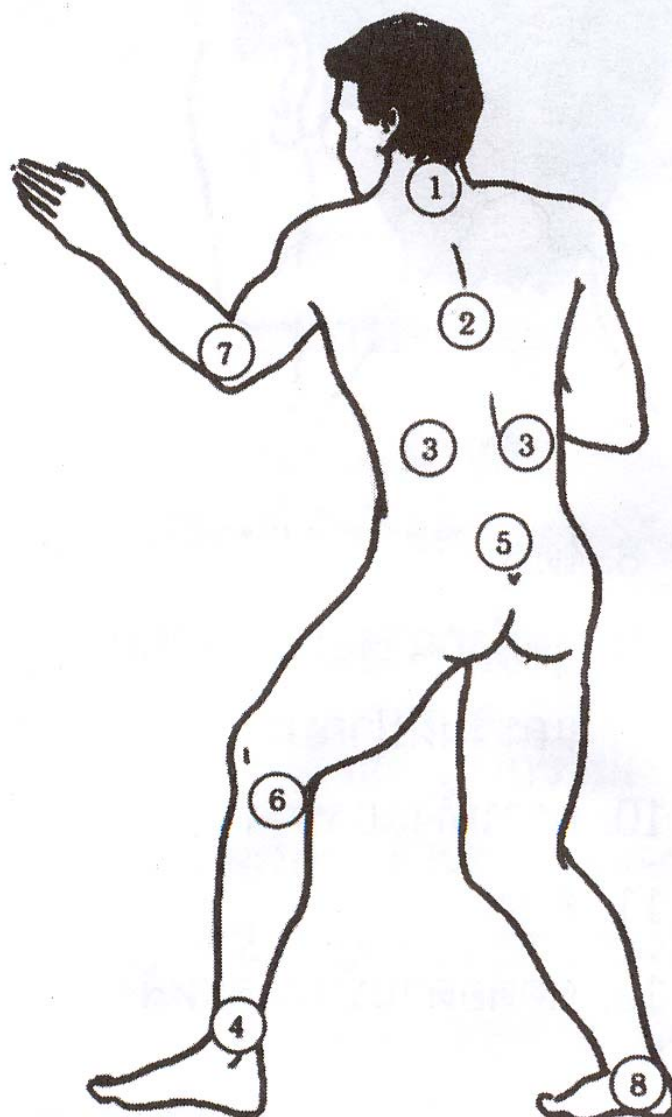
๗. จุดอู่ทางด้านหน้าลำตัว



1. จุดใต้ลูกกระเดือก
2. ลิ้นปี่
3. รักแร้
4. ใต้ราวนม
5. บริเวณชายโครง
6. ท้องห้อย
7. อวัยวะสืบพันธุ์
8. กึ่งกลางขาทั้งสองขา

๙. ข้อศอก
10. หลอดเลือดที่ข้อมือ
11. หลังมือ
12. กระดูกขาทั้งสองขา
13. หัวเข่า
14. ขาแข้ง
15. ข้อเท้า
16. หลังเท้า

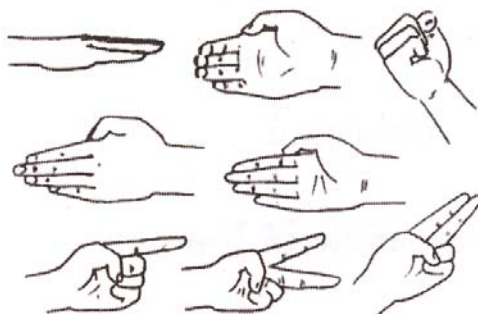
ค. จุดอู่ทางด้านหลังลำตัว



- |                            |                              |
|----------------------------|------------------------------|
| 1. คอต่อ                   | 5. กระดูกสันหลังไปจนถึงก้นกบ |
| 2. กระดูกซี่โครงด้านหลัง   | 6. ข้อพับที่เข่า             |
| 3. กระดูกซี่โครงซี่ล่างสุด | 7. ข้อพับที่ศอก              |
| 4. เอ็นร้อยหวาย            | 8. ส้นเท้า                   |

## อวัยวะที่ใช้เป็นอาวุธ

ก. มือ-ส้นมือ ฝ่ามือ หลังมือ และปลายนิ้ว



ข. เข่า-ส้นเข่า ปลายเข่า ฝ่าเข่า และหลังเข่า



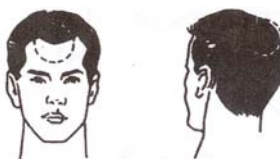
ค. เข่า



ง. ศอก



จ. ศีรษะ-หน้าผากกระโหลกศีรษะด้านหลัง



อวัยวะทั้ง 5 นี้จะใช้ได้มากน้อยอยู่กับการฝึกฝนหากฝึกมามากก็ใช้ได้  
คล่อง อาจจะมีอีกอย่างที่ทำมาให้ได้ เวลาถูกกด คือ ปาก โดยใช้นิ้วกัด

## ผู้หญิงกับออฟฟิศ

ไม่ว่าที่ทำงานคุณจะเป็นแบบไหน ออฟฟิศ ร้านค้า ฯลฯ คุณไม่ควรอยู่  
ให้คนอื่นกดขี่ตามลำพัง อาจจะมีคนคอยบอกคุณอยู่ และรู้  
กิจกรรมในชีวิตประจำวันของคุณ รวมถึงคุณไม่ควรทำ โอที อยู่คนเดียว..โดย  
ไม่บอกทางบ้านไว้ เพราะถ้าส่วนหนึ่งก็มาจากความรู้สึกของคุณ

## เทคนิคการใช้สิ่งของใกล้ตัวเพื่อป้องกันตัว

นอกจากการใช้อวัยวะเพื่อป้องกันตัวดังกล่าวแล้ว บางครั้งเราอาจหยิบขอยสิ่งของที่มีอยู่ เช่น ของใช้ใกล้กระเป๋ా หรือ ลูกกุญแจจ ปากกา ดินสอ ร่ม รองเท้า ฯลฯ เพื่ออาวุธป้องกันตัวได้

### 1. หัว ใช้ป้องกันตัวได้โดย :-



ใช้ด้ามหัวเบงทางบริเวณใต้คาง

ใช้หัวข่งข่ง



### 2. กุญแจ ใช้กุญแจป้องกันตัวได้โดย :-



ใช้กุญแจเบงทางบริเวณใต้ลูกกระเดือก

ใช้กุญแจเบงทางข่าที่ลูกตา



### 3. ปากกา ดินสอ ใช้ปากกาหรือดินสอป้องกันตัวได้โดย :-



ใช้ปากกาหรือดินสอที่มไปที่หลังมือ

### 4. ร่ม ใช้ร่มป้องกันตัวได้โดย :-



ใช้ถือร่ม

ใช้ทำระฆังระว้ง



ใช้ตัวร่มขวาง

กระเบงกไปที่ลำคอ



ใช้ปลายร่ม

เบงที่ลิ้นปี่

### ข้อควรระวัง

ไม่ควรใช้ร่มฟาดหรือตี เพราะจะทำให้คนร้ายเบงร้งมไปได้



## 5. รองเท้า ใช้ป้องกันตัวได้ โดย :-

ใช้ส้นรองเท้าเป็นอาวุธโดยไม่ต้องถอดรองเท้า เช่น เมื่อคนร้าย จะเข้ามาทำร้าย กระชกให้ยืนในช่วงที่ใช้เท้าได้ ยกเท้าขึ้นถีบไปยังจุดอ่อน ของคนร้าย กระชกให้ส้นรองเท้ากระแทกไปยังจุดที่ต้องการ เช่น เป้า ทางกง ชายโครง ใบหน้า ฯลฯ

ถ้าอยู่ในระยะประชิดตัว ถอดรองเท้าออกมาใช้ ตบ ตี โดยใช้ส้น รองเท้ากระแทกไปยังจุดอ่อนต่างๆ ของคนร้าย

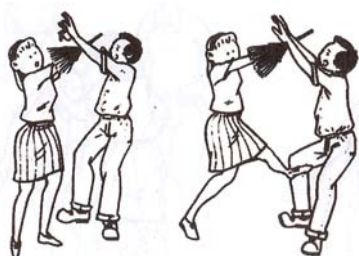


## 6. ไม้กวาด ใช้ป้องกันตัวได้ โดย :-



เมื่อคนร้ายเข้ามาใกล้

จับไม้กวาดด้วยมือทั้งสอง ใช้ด้ามเป็น อาวุธที่ม้วนงอ บริเวณเลี้ยวใต้คาง ท้องน้อย ฯลฯ



เมื่อคนร้ายจู่โจมส่วนบนของร่างกาย

จับด้ามไม้กวาดยกขึ้นเหวี่ยงออกให้ สูงพอ เพื่อปิดกั้นการจู่โจมของ คนร้าย ใช้เท้าเตะลงไปที่ขาคนร้าย



เมื่อคนร้ายจู่โจมส่วนล่างของร่างกาย

จับไม้กวาดไขว้มือกระแทกแบบทั้งสอง ของคนร้าย พร้อมกับเตะ ถีบที่ขา แล้วเปลี่ยนเป็นยกไม้กวาดขึ้น กระแทกที่คอหอย

นอกจากนี้ยังมีของใช้ในบ้านอื่นๆ อีกที่ใช้เป็นอาวุธได้ เช่น มีด ไม้ กรรไกร ขวด ฯลฯ

## เทคนิคการใช้วิธีขู่เพื่อหนีอันตราย

### 1. เมื่อคนร้ายจะเข้ามาทำร้าย

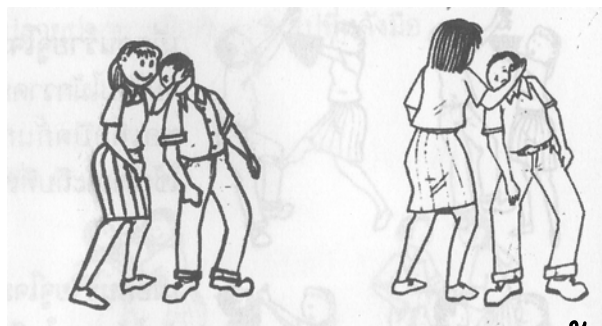


ระวังมิให้คนร้ายเข้าประชิดตัวเกิน 2 ก้าว  
ตั้งสติ และหาโอกาสป้องกันตัว

แต่ถ้าคนร้ายเข้ามาประชิดตัวเกิน 2 ก้าว  
ให้รีบเท้าซ้ายหรือขวา ไปที่กระดูกขาข้อ  
บน

หัวเข่าหรือข้อเท้าข้างของคนร้ายเพื่อหยุด  
คนร้ายไว้ก่อน

การป้องกันตัวในบางโอกาส ผู้หญิงก็สามารถเอาตัวรอดได้โดยใช้ไหว  
พริบคิดเชิงแก้ปัญหา เพื่อป้องกันตัว



ถ้าคนร้ายฉกฉวยเข้ามาถึงตัว ควรยับยั้งโดยใช้  
สีหน้าหนีไปที่ชอกคอ หรือหนีไปที่ริมฝีปาก ดึงแขน  
คอ ไหล่ปลาร้า กากงู

ใช้สีหน้ากระตือรือร้นค้างไว้ให้คนร้ายหงายหลัง  
แล้วรีบฉวยโอกาสหลบหนี หรือเรียกให้คนมาช่วย





## 2. เมื่อคนร้ายจับมือเราไว้ข้างหนึ่ง ขณะหนึ่ง ยื่นหรือเค้น



ใช้มือที่เหลือจับหัวข้อมือที่คนร้ายจับเราอยู่  
หักกลับขึ้นอย่างเบร้ง เบร้งเร็ว

จับข้อมือข้างซ้ายของคนร้ายเอาไว้ด้วยมือ  
ทั้งสองข้าง



จับหัวข้อคนร้ายหักกลับขึ้นอย่างเบร้งเบร้งเร็ว



ถ้าถูกจับมือข้างหนึ่งขณะยื่น หรือเค้น



ให้ใช้มือที่เหลือจับหัวข้อคนร้ายกระชาก  
หักกลับขึ้นอย่างเบร้งเบร้งเร็ว

### 3. คนร้ายเข้ามาจับมือทั้งสองข้าง-ตักหน้า



เราสามารถช่วยตัวเองได้ 2 วิธี คือ



#### วิธีที่ 1

1. ดึงมือกลับ โดยบิดข้อมือขึ้นให้ฝ่ามือหักงอหัก  
แล้วดึงมือเข้าหาตัว



2. เมื่อมือหลุดพ้นอิสระ ให้ตวัดมือข้างถนัดขึ้นสูง  
แล้วใช้สันมือฟาดลงบนดั้งจมูกคนร้ายอย่างเต็มแรง



3. ตะหลั่นบ้าง หรือหัวเราะคนร้ายอย่างรุนแรงอีกครั้ง  
แล้วรีบหนี



#### วิธีที่ 2

1. บีบงัดตัวออกโดยหักงอที่ข้อศอกเข้าหาคนร้าย

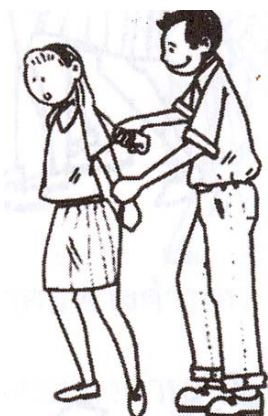


2. แล้วยกหรือถีบขาข้างของคนที่ร้ายอย่างแรงที่สุด  
เท่าที่จะทำได้



3. หากคนร้ายยังไม่ปล่อยให้ใช้ส้นเท้ากระแทกลงบน  
หัวเข่าของคนร้าย

#### 4. คนร้ายจับมือทั้งสองข้าง-ด้านหลัง



1. เมื่อถูกคนร้ายจับมือทั้งสองข้างด้านหลัง  
ให้เกร็งข้อมือแล้วดึงไปข้างหน้า



2. ให้เหยียดขาคู่ขาของคนร้ายแล้วถีบไปที่หัวเข่า  
อย่างแรง
3. วิ่งหนี

## 5. ដើម្បីគេរំខានប្រកបដោយអាក្រក់



1. បើគេរំខានប្រកបដោយអាក្រក់ បើគេរំខានបាន  
បង្កបញ្ហាដល់ខ្លួន ក៏គួរតែរំខាន  
បង្កបញ្ហាដល់គេ ឬបង្កបញ្ហាដល់គេ  
ឱ្យគេបង្កបញ្ហា ឬបង្កបញ្ហា ឬបង្កបញ្ហា



2. ដើម្បីគេរំខានបង្កបញ្ហា បើគេរំខានបាន  
បង្កបញ្ហាដល់ខ្លួន ក៏គួរតែរំខាន  
បង្កបញ្ហាដល់គេ ឬបង្កបញ្ហាដល់គេ  
ឱ្យគេបង្កបញ្ហា ឬបង្កបញ្ហា ឬបង្កបញ្ហា

ដើម្បីគេរំខាន ដើម្បីគេរំខានបង្កបញ្ហា



បើគេរំខានបង្កបញ្ហា បង្កបញ្ហាដល់ខ្លួន បង្កបញ្ហាដល់គេ ឬបង្កបញ្ហាដល់គេ  
ឱ្យគេបង្កបញ្ហា ឬបង្កបញ្ហា ឬបង្កបញ្ហា

ประมาณอัตราสูง 4 ใน 10 หัด ในระยะ 3 - 9 ฟุต ขณะที่ผู้ร้ายจะยิง  
ถูก 4 ใน 100 หัด... ดังนั้น โอกาสที่ผู้ร้ายจะพลาดเป้ามีมากกว่า

## 6. เมื่อคนร้ายบีบคอด้านหลัง



1. ใช้มือทั้งสองข้างจับหัวมือคนร้ายแล้วดึงออก  
เพื่อคลายความแน่น



2. บีบงัดตัวออกด้านหลังข้าง พร้อมกับยกส้นเท้า  
กระแทกไปที่หน้าแข้งหรือข้อเท้า



3. แล้วใช้กำปั้นทุบอย่างแรงที่บริเวณเป้ากางเกงคนร้าย

## 7. เมื่อคนร้ายรัดคอทางด้านหลัง



1. ถ้าถูกคนร้ายรัดคอทางด้านหลัง ให้ใช้มือ  
ทั้งสองดึงท่อนอกของมือคนร้ายลงต่ำ เพื่อคลาย  
การรัด



2. แล้วใช้ส้นเท้ากระแทกไปที่หลังเท้าคนร้าย

อย่างเบรง หรือใช้กำปั้นทุบไปที่เป้ากางเกง

อย่างเบรงอีกครั้ง

## 8. เมื่อคนร้ายจับคอเสื้อหรืออกเสื้อ



1. ถ้าถูกคนร้ายจับคอเสื้อหรืออกเสื้อด้วยมือขวา



ให้ใช้มือขวาของเราจับหลังมือคนร้าย โดยให้  
หัวหัวแม่มืออยู่ระหว่างง่ามหัวหัวแม่มือกับ  
หัวชี้ของคนร้าย แล้วพลิกมือหงายออก  
พร้อมใช้มือซ้ายดัดศอกคนร้ายพลิกกลับขึ้น  
อย่างรวดเร็ว



2. ดึงแขนคนร้ายหรือวิ่งไปทางขวาและกดลง  
กับพื้นอย่างรวดเร็ว

หมายเหตุ - ถ้าคนร้ายใช้มือซ้ายจับคอเสื้อควรใช้มือซ้ายจับมือคนร้ายและ  
ใช้มือขวาดัดข้อศอก

### ๙. เมื่อคนร้ายเข้ามาทอดทางด้านหลัง



1. ให้สอดแขนข้างหนึ่งค้ำขึ้นมา แล้วใช้ส้นมือ กระแทกใต้คางคนร้ายอย่างแรง พร้อมใช้เข่า กระแทกท้องน้อย หรือเข้าทางก้นของคนร้ายซ้ำอีกครั้ง



2. ใช้หัวมือที่มตาคนร้าย

### 10. เมื่อคนร้ายเข้ามาทอดทางด้านข้าง



1. ใช้ฝ่ามือซ้ายปลายคางคนร้ายให้แรงขึ้น



2. ใช้หัว ส้นมือ หรือกำปั้น กระแทกไปที่ ลูกกระดอกโดยเร็ว



3. หรือใช้มือบีบไปที่บริเวณลูกกระดอก



4. หรือใช้กำปั้นทุบไปที่บริเวณดั้งจมูกคนร้าย



# 11. เมื่อคนร้ายเข้ามาทอดทางด้านหลัง



1. ขณะที่คนร้ายเข้ามาทอดให้กระตุ้งศอกไปด้านหลัง บริเวณลิ้นปี่ หรือท้องคนร้าย

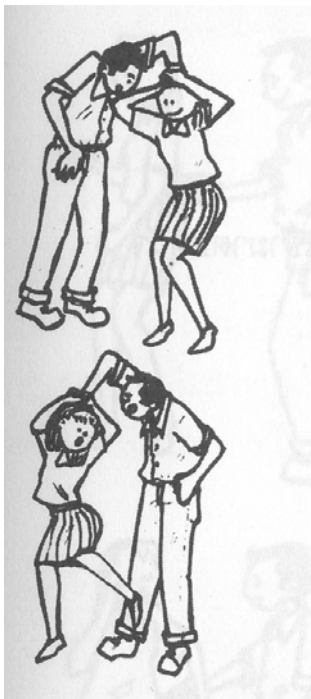


- หรือปีนงัดตัวออกด้านหลังข้างเอวเล็กน้อย ยกศอกกระแทกไปที่คาง หรือคอของคนร้าย



2. ถ้าถูกทอดหรือไขว่ ให้ใช้ศอกกระแทกไปที่ท้องของคนร้าย แล้วกระแทกซ้ำๆ ทำลงบนหลังแล้วทำคนร้าย

## 12. เมื่อคนร้ายจับกุมตัวแล้ว



คนร้าย

ถ้าถูกจับกุม และกระชาก

1. ประสานมือทั้งสองของเรา แล้วยกขึ้นวางทับบนมือคนร้ายที่จับกุมแล้วกดมือลง
2. กดมือคนร้าย พร้อมหมุนตัวทางขวาอย่างรวดเร็ว เพื่อปิดข้อมือคนร้าย
3. ใช้เท้ากระแทกที่หัวเข่าข้าง หรือหลังเท้า

อย่างแรง

## 13. เมื่อคนร้ายจับกุมตัวแล้ว



1. ประสานมือทั้งสองของเรา วางลงบนมือคนร้าย
2. กดมือคนร้าย ให้เข้กับศีรษะแล้วหมุนตัวอย่างรวดเร็ว เพื่อให้เข้กับคนร้ายปิดและอ้อมตัว

3. ใช้ส้อมทำหรือข้างเท้าด้าหลอก กระบะตกไปที่ข่า  
หรือหล้าขังคพร้ายอย่างบรลงบรลขร

#### 14. เมื่อคพร้ายจะข่ามาตบหล้า



ถ้าคพร้ายจะข่ามาตบหล้า



ให้ถอยหลั่งหลั่งก้าว      บลั้ใช้เท้าอีกข้าง



ถีบหล้าอก หรือท้องหล่อย หรือข่ากางเบง  
ของคพร้าย บลั้วี่งหลั้

### 15. เมื่อคนร้ายใช้ปืน หรือมีดจี้ทางด้านหลัง



1. เมื่อคนร้ายใช้ปืนหรือมีดจี้ที่ด้านหลังของเรา



2. ให้หมุนตัวกลับและเชิญหน้ากับคนร้าย โดย  
จะร้องบอกว่า ขอโทษกับใช้มือซ้ายปิดบัง  
คนร้าย ออกไปด้านหลัง



3. ใช้สันมือขวาวัดไปที่ศอกขวาของคนร้ายอย่างแรง

**คนร้ายเข้ามาจี้คุณในรถ (ในลานจอดรถ)**

กรณีที่คนร้ายบังคับให้คุณขับรถ - หากทางขับขทำอะไรก็ได้ ให้เร็วที่สุด



## → การแก้ไขปัญหการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

### 1. ข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศ

- ∴ กรณีถูกข่มขืน ควรรีบไปให้แพทย์ตรวจร่างกายอย่างเร่งด่วนภายใน 24 ชั่วโมงไม่ควรอาบน้ำหรือชำระล้างร่างกายหรือทำการใดๆที่อาจทำให้สภาพที่เป็นอยู่เปลี่ยนแปลงไปหลังจากที่ได้ถูกกระทำ เพื่อให้สามารถเก็บหลักฐานได้ชัดเจน ครบถ้วน
- ∴ การตรวจร่างกายอย่างเร่งด่วนไม่ว่าทัศนคติใจจะดำเนินคดีหรือไม่ จะเป็นผลดีในแง่การป้องกันการติดโรคจากเพศสัมพันธ์ ป้องกันการตั้งครรภ์ ซึ่งสามารถทำได้ถึงภายใน 48 ชั่วโมง และเมื่อทัศนคติใจที่จะแจ้งความร้องทุกข์เมื่อใด พิจารณาลักษณะทางการแพทย์ เหล่านี้จะเป็นประโยชน์ว่าถูกละเมิดทางเพศจริง เพราะการดำเนินคดีการละเมิดทางเพศในไทย ให้ความสำคัญกับผลการตรวจ ร่างกายของแพทย์
- ∴ หลีกเลี่ยงการอยู่คนเดียวตามลำพัง เพราะอาจนำไปสู่การตัดสินใจที่เป็น ผลร้ายกับตนเอง เช่น พยายามฆ่าตัวตาย
- ∴ ให้กำลังใจตนเอง ไม่ควรลงโทษตนเอง ไม่มีผู้ใดต้องการถูกข่มขืน เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจึง **ไม่ใช่ความผิดของตนเอง !!** แต่เป็นความผิดของชายที่มากระทำต่างหาก **รำลึกอยู่เสมอว่าคุณค่า อนาคต ความสามารถของเรามิได้สูญเสียบไปกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น**
- ∴ หาบุคคลที่ไว้ใจ เช่น พ่อแม่ เล่าเรื่องที่เกิดขึ้นเพื่อร่วมกันคิดแก้ไขปัญหานี้หรือแจ้งความนำคนผิดมาลงโทษ
- ∴ ไปแจ้งความร้องทุกข์ต่อเจ้าหน้าที่ตำรวจหรือกำนันผู้ใหญ่บ้านก็ได้เพราะตามกฎหมายถือเป็น เจ้าพนักงานเช่นกัน เล่าเรื่องที่เกิดขึ้นให้ฟัง ทั้งนี้ให้แจ้งความในทันทีที่สามารถจะทำได้ ในท้องที่ที่เป็นสถานที่เกิดเหตุ

- ∴ ตั้งสติและพิจารณาว่ามีผู้ใดที่จะเป็นพยานในเหตุการณ์นั้น พยายามจดจำเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นให้ได้ เพื่อเป็นประโยชน์ในการให้การกับเจ้าหน้าที่ตำรวจหรือในศาล



## 2. การช่วงเหลือกรณีผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศเป็นเด็ก

### II กรณีที่จำไม่ทราบแน่ชัดว่าเด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศหรือไม่

- ∴ **อย่าปฏิเสธเด็ก** จงเชื่อเด็กไว้ก่อน แม้ว่าเรื่องที่เด็กเล่าจะเชื่อจากเพียงใจ เพราะถ้าเด็กสร้างเรื่องขึ้นมา แสดงว่าเด็กกำลังมีปัญหาด้านอื่นที่ต้องการความช่วยเหลือเช่นกัน
- ∴ **รับฟังอย่างสงบ** เมื่อเด็กเล่าให้ฟังพยายามให้เด็กค่อยๆ เล่าลำดับเหตุการณ์ วัน เวลา สถานที่ ผู้กระทำ ถึงการซักถามประกอบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเหตุการณ์ก่อนที่เด็กจะถูกล่วงละเมิดทางเพศ เมื่อฟังเด็กเล่าอย่างแสดงกิริยาอาการใดๆ อย่างรัดกุม เพราะจะมีผลทำให้เด็กไม่กล้าเล่ารายละเอียดข้อเท็จจริงทั้งหมด



- ∴ **ปลอบใจน ให้กำลังใจ** และให้ความมั่นใจแก่เด็กว่าเราจะปกป้องคุ้มครองเขาให้ปลอดภัย บอกให้เด็กทราบว่า การที่เขาเล่าให้เราทราบเป็นเรื่องที่ถูกต้องแล้ว
- ∴ **วิเคราะห์ข้อมูลที่ได้รับจากเด็ก** หากเป็นเรื่องที่ไม่จริง เราจะไม่สนใจและข้อเท็จจริงจะไม่ชัดเจน ไม่ปะติดปะต่อ การเล่าหลายครั้งจะไม่ตรงกัน หากเด็กมีปัญหาด้านสุขภาพจิตและอารมณ์ ก็ให้พิจารณาช่วงเหลืออย่างเหมาะสมต่อไป

## II กรณีทราบแน่ชัดว่าเด็กถูกล่วงละเมิดทางเพศ

- ∴ **ควบคุมอารมณ์ให้ได้** รับฟังข้อมูลอย่างมีสติ ไม่แสดงอาการโง่งว้าง โกรธเคือง หรือวิตกกังวลให้เด็กเห็น เพราะอาจทำให้เด็กตกใจกลัวจนไม่กล้าบอกความจริง และ ไม่ให้ความร่วมมือ
- ∴ **ปลอบใจน ให้กำลังใจ** และยืนยันว่าเด็กเป็นผู้บริสุทธิ์ เป็นผู้ได้รับความเสียหายจากผู้กระทำ ผู้กระทำจะต้องได้รับโทษ และการที่เด็กเล่าให้ผู้ใหญ่ทราบเป็นสิ่งที่ถูกต้อง
- ∴ **พาเด็กไปไว้ในที่ปลอดภัย** และมีลักประกั้นเกี่ยวกับขนาดตาของเด็ก
- ∴ **เก็บรวบรวมหลักฐาน** เช่น เสื้อผ้าที่เด็กสวมใส่ขณะที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ ขนเพชร กิ่งปฐพี วัตถุบางอย่างๆๆๆที่ผู้กระทำควมผิดที่รับรองไว้ ตรวจร่องรอยความเสียหายที่ ร่างกายเด็ก ถ่ายภาพไว้ด้วย (ถ้าทำได้) ส่งตัวเด็กเข้ารับการตรวจรักษาในโรงพยาบาลของรัฐ ที่ใกล้ที่สุด ทันที อย่งชำระล้างร่างกายของเด็กก่อนตรวจรักษา จัดซื้อแพทย์ รวมทั้งวันเวลา สถานที่ที่ตรวจรักษาไว้ด้วย

∴ **แจ้งตำรวจ** กรณีที่ผู้ล่องละเมิดทางเพศต่อเด็กเป็นจนคนแปลกหน้าให้แจ้งตำรวจทันที เล่ารายละเอียดทุกอย่างเท่าที่ทราบ เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดปัญหากับเด็กอื่นต่อไป

∴ **แจ้งหน่วยงานทางสังคมที่เกี่ยวข้องกับเรื่องนี้** เพื่อขอความช่วยเหลือในด้านต่างๆ เช่น

- ๓ การบำบัดฟื้นฟูสภาพจิตใจและอารมณ์ให้เด็กและครอบครัว
- ๓ การให้ที่พักปลอดภัยแก่เด็ก
- ๓ การขอคำปรึกษาว่าควรจะทำเนนคดีกับผู้กระทำผิดหรือไม่ แม้ว่าควรจะต้องร้องทุกกรณี ทั้งนี้จะต้องพิจารณาความเสียหายที่จะเกิดแก่จิตใจและอารมณ์ของเด็ก ที่เป็นผลจากการดำเนินคดีเป็นสำคัญ

**หน่วยงานทางสังคม** เช่น

- ลาจอวน 1300 (โทรฟรีตลอด 24 ชั่วโมง)
- สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ทุกจังหวัด
- มูลนิธิเพื่อนหญิง ฯลฯ

### 3. การดำเนินการช่วยเหลือด้านกฎหมาย

## II กรณีที่ต้องพาเด็กไปแจ้งความที่สถานีตำรวจ

∴ **ถ้าควรดำเนินคดีอาญา** ต้องอธิบายรายละเอียดให้เด็กฟังว่าจะต้องไปที่สถานีตำรวจทำไม และเจ้าหน้าที่ตำรวจจะซักถามอะไรจากเด็กบ้าง เช่น หนูถูกใครทำอะไร เมื่อไหร่ ที่ไหน อย่างไร ถูกกระทำกี่ครั้ง

∴ **ปลอบเด็กไม่ให้วิตกกังวลหรือหวาดกลัวที่จะตอบคำถามอย่างตรงไปตรงมาตามความจริง** เพราะจะทำให้การดำเนินการเสร็จอย่างรวดเร็วไม่ต้องถูกซักถามในสิ่งที่ไม่ต้องการพูดถึงซ้ำอีก

∴ **การสอบสวน** ตำรวจจะต้องปฏิบัติตามประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความอาญา มาตรา 133 ทวิ ดังนี้

- ๗ ต้องมีผู้ปกครอง หรือผู้มีอำนาจปกครอง หรือบุคคลอื่นตามที่ผู้เสียหายร้องขอให้มีส่วนร่วมฟังการสอบสวน
- ๘ ต้องมีอัยการ นักจิตวิทยา หรือนักสังคมสงเคราะห์ ร่วมด้วย
- ๙ ตำรวจต้องส่งตัวผู้เสียหายไปตรวจหาร่องรอยการข่มขืน เช่น ครอบอสุจิ บาดแผล
- ๑๐ ถ้าเป็นไปได้ ควรขอให้มีนางตำรวจที่เป็นตำรวจหญิงทำการสอบสวนจะดีที่สุด
- ๑๑ หลังการสอบสวน ถ้าร้องเวรนำบันทึกสอบปากคำให้ผู้เสียหายลงชื่อ ผู้ปกครองต้องอ่านให้ละเอียดว่า ตำรวจลงข้อความครบถ้วนตามที่ผู้เสียหายบอกหรือไม่ ถ้าเห็นว่ายังไม่ถูกต้องก็บอกให้ตำรวจผู้สอบสวนให้ถูกต้อง ถ้าตำรวจไม่ทำ ก็กล่าวลงชื่อเดือดขาด และควรบอกผู้ที่ร่วมฟังให้รับรู้ทุกคน ถ้าผู้ที่เข้าร่วมรับฟังไม่ทักท้วง ให้ตำรวจไม่ลงข้อความตามที่เป็นอย่างจริง ก็ควรไปร้องกับหัวหน้าสถานีตำรวจทันที

∴ **กรณีที่เกิดยังไม่มีความพร้อมจะให้การ** หรือไม่สามารให้การได้จนจบความ เพราะปัญหาทางอารมณ์และจิตใจ ให้ขอพ่อแม่และน้องเด็กให้จิตแพทย์ที่โรงพยาบาลรัฐตรวจรักษา หรือส่งเด็กพบนักจิตวิทยาเด็ก

## II กรณีที่เด็กต้องการให้การต่อศาล

∴ **เตรียมความพร้อมของเด็ก** โฉงการอธิบายบทบาทหน้าที่ของพนักงานอัยการ ผู้พิพากษา ทนายจำเลย ทนายโจทก์ (ถ้ามี) พยานโจทก์ พยานจำเลย หรือบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้อง ถ้าเป็นไปได้ให้พาเด็กไปร่วมฟังการพิจารณาคดีอื่นๆของศาล เพื่อให้เด็กคุ้นเคยกับบรรยากาศในศาล

∴ **ปล่อยใจให้กำลังใจ** เพื่อให้คลายความกังวลจากบุคคลต่างๆที่ทำหน้าที่ในศาล

- ∴ **ประสานงานกับพนักงานอัยการหรือทนายโจทก์** เพื่อขึ้นคำร้องต่อศาลให้มีการพิจารณาคดีลับหลังจำเลย (ในกรณีจำเลยเป็นบุคคลใกล้ชิดเด็ก)
- ∴ **ในกรณีที่เด็กมีปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจอย่างรุนแรง** ไม่ว่าขณะที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศใหม่ๆ หรือในระหว่างพิจารณาคดีก็ตาม ควรประสานงานกับพนักงานอัยการหรือทนายโจทก์เพื่อแถลงให้ศาลทราบถึงสภาพเด็ก ถ้าเป็นไปได้ควรให้แพทย์ผู้รักษาพยาบาลมาเบิกความในฐานะพยานด้วย
- ∴ **กรณีที่ศาลพิพากษามีผลร้ายต่อจำเลยที่เป็นบุพการีหรือผู้ใกล้ชิดเด็ก** ต้องเอาใจใส่ ปรองดอง และชี้แจงต่อเด็กว่า จำเลยต้องรับผิดชอบต่อผลของการกระทำ และเด็กไม่ได้เป็นผู้กระทำผิดต่อใครทั้งสิ้น ในกรณีที่ศาลพิพากษายกฟ้องจำเลยที่เป็นคนแปลกหน้า ต้องอธิบายให้เด็กเข้าใจว่ากระบวนการยุติธรรมยังมีข้อบกพร่อง และให้เด็กได้รับการบำบัดฟื้นฟู

## ↓ การดูแล บำบัดและฟื้นฟู

เป้าหมายการรักษาร่างกายประกอบด้วย 2 ส่วนคือ ลดอาการบาดเจ็บทางกาย และพฤติกรรมที่อันตรายหนัก หวาดกลัว ผันร้าง รวมทั้งช่วยให้ผู้ป่วยควบคุมตนเอง ได้ดีขึ้น เป้าหมายในส่วนที่สอง คือ การปรับเปลี่ยนความคิดของผู้ป่วยที่มีต่อ เหตุการณ์ ได้แก่

1. สามารถมองเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และให้ความหมายได้ถูกต้องตามที่เป็นจริง
2. มีสัมพันธภาพกับคนรอบข้างดีขึ้น สามารถหาความสุขให้กับชีวิต และมีงานอดิเรกทำ
3. รู้สึกถึงคุณค่าในตนเอง รู้สึกปลอดภัย และสามารถไว้วางใจผู้อื่น
4. สามารถทบทวนคิดถึงเหตุการณ์ และเข้าใจความหมายของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นกับตนเองได้อย่างเหมาะสม
5. ได้รับความช่วยเหลือ และการสนับสนุนจากคนรอบข้าง
6. เปลี่ยนความรู้สึกจากการตกเป็นเหยื่อ หรือผู้เคราะห์ร้าย มาเป็นผู้รอด (ชีวิต) จากเหตุการณ์

## การบำบัดและฟื้นฟู

- ∴ **ด้านร่างกาย** ให้แพทย์ตรวจรักษาอย่างสม่ำเสมอ เช่น บาดแผล ความเจ็บป่วย หรือการ ติดโรคจากเพศสัมพันธ์
- ∴ **ด้านจิตใจและอารมณ์** ให้จิตแพทย์หรือนักจิตวิทยา ตรวจรักษาอย่างสม่ำเสมอ ทั้งนี้ต้องประสานงานกับนักสังคมสงเคราะห์และผู้ดูแลเด็กเพื่อจัดกิจกรรมบำบัด ฟื้นฟูควบคู่กับการพบจิตแพทย์ด้วย
- ∴ **ด้านครอบครัว** ค้นหาบุคคลในครอบครัวหรือญาติที่มีเจตนาและความพร้อมใน

การคุ้มครองเลี้ยงดูเด็กเข้าร่วมในกิจกรรมที่นักสังคมสงเคราะห์จัดเพื่อบำบัดฟื้นฟูเด็ก เช่น การเข้าพบและแจ้งมัจฉาเด็กตามกำหนด การเข้าร่วมค่ายครอบครัวด้วย เป็นต้น

## II การดูแลและฟื้นฟูจิตใจผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศ

- ∴ **แสดงความเห็นอกเห็นใจ** ให้ความหวังและอาสาระให้ความช่วยเหลืออย่างเต็มที่ รับฟังความคิดเห็นของเขา ถ้าเขาไม่ยอมจากแล้วไม่ควรไปเข้าชื่อจากภูมิลำเนาเดิม เพราะเขาจะอาจแฉะ รอคู้ใจมากขึ้น ส่วนความสงสัยไม่ควรทำ ไม่ควรพูด ป่นหรือพูดถึงเหตุการณ์นั้นว่าไม่ดี ไม่เหมาะสมต่างๆ เพราะจะทำให้ผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศทุกข์หนักมากขึ้น
- ∴ **ดูแลรักษาความเจ็บป่วยทางกาย** ตามขั้นตอนอย่างเหมาะสม เช่น ให้พบแพทย์ ตามนัด ให้ทานยา ทานยา รักษาบาดแผล
- ∴ **เป็นผู้ช่วยประสานงานกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องหรือญาติ** เพราะผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศจะมีความหวาดกลัว อาจ ไม่กล้า ผู้ใกล้ชิดจึงควรรับผิดชอบในการประสานงานกับครอบครัว หน่วยงาน ตำรวจ แพทย์ หรือผู้ที่เกี่ยวข้องอื่นๆ
- ∴ **มีท่าทีและทัศนคติที่เหมาะสม** เพื่อให้เขาเกิดกำลังใจและช่วยเหลือตนเองได้เร็วขึ้น
- ∴ **ให้ความเป็นมิตรที่เห็นอกเห็นใจอย่างถ่องแท้** เช่น แจ้งมัจฉาอย่างสม่ำเสมอ ให้ความหวัง รับฟังสิ่งที่เขาจากพูดออกจากแล้ว การพูดคุยควรมีการสบตาหรือสัมผัสอย่างเหมาะสม และแสดงให้รู้ว่ายังสามารเป็นมิตรต่อกันได้ในอนาคต
- ∴ **ในกรณีที่อาการทางจิตไม่ดี** เช่น ก้าวร้าว กังวลมาก เครียด ซึมเศร้ามาก ควรพาไปปรึกษา จิตแพทย์เพื่อลดความเครียด

### หมายเหตุ

A ในกรณีที่เด็กได้รับการบำบัดฟื้นฟูทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์จนคืนสู่สภาพปกติหรือใกล้เคียงปกติ ควรส่งเด็กกลับสู่ครอบครัวเดิม ซึ่งมีญาติที่สามารถ

ให้การคุ้มครองเด็กได้อย่างแท้จริง มีการติดตามแจ้งมแจ้งจนดูแลเป็นระงะอย่าง  
ต่อเนื่อง จนกว่าเกิดความมั่นใจว่าเด็กคนนั้นจะพ้นจากอันตราย สามารถ  
ปกป้องดูแลตนเองได้

A ในกรณีที่ไม่สามารถหาบุคคลเข้าร่วมฟื้นฟูได้ ไม่ว่าด้วยสาเหตุใดก็ตามให้  
ติดต่อหน่วยงานที่รับเด็กเป็นบุตรบุญธรรมหรือครอบครัวอุปถัมภ์ เพื่อหา  
ครอบครัวทดแทนให้เด็ก

A ในกรณีที่ส่งเด็กเข้าไว้ในสถานดูแลเด็ก (ทั้งของรัฐและเอกชน) ให้ตรวจสอบ  
ว่ามีกิจกรรมบำบัดฟื้นฟูหรือไม่ หากไม่มีให้เสนอความเห็นต่อผู้มีอำนาจ  
รับผิดชอบของหน่วยงานนั้น แล้วนำเรื่องปรึกษากับจิตแพทย์ นักจิตวิทยา  
หรือนักสังคมสงเคราะห์ที่ได้ประสานงานกันมาตั้งแต่แรก



## ○ กฎหมายที่เกี่ยวข้อ

**\*\*\*ความผิดฐานข่มขืนกระทำชำเรา\*\*\***

**แจกช่วงอายุของผู้ถูกระทำดังนี้**

1. ผู้ถูกระทำเป็นเด็กหญิง อายุไม่เกิน 15 ปี
2. ผู้ถูกระทำเป็นเด็กหญิง อายุเกินกว่า 15 ปี

## II กรณีผู้ถูกระทำเป็นเด็กหญิง อายุไม่เกิน 15 ปี

**อัตราโทษที่กฎหมายกำหนดไว้สำหรับผู้กระทำ**

**∴ ระวางโทษทั้งจำคุกและปรับ**

- ๓ ระวางโทษจำคุก ตั้งแต่ 4 – 20 ปี และปรับตั้งแต่ 8,000 – 40,000 บาท สำหรับกรณีทั่วไป
- ๓ ระวางโทษจำคุก ตั้งแต่ 15 – 20 ปี และปรับตั้งแต่ 30,000 – 40,000 บาท สำหรับการกระทำที่ทำให้ผู้ถูกระทำได้รับอันตรายสาหัส
- ๓ ระวางโทษจำคุก ตั้งแต่ 7 – 20 ปี และปรับตั้งแต่ 14,000 – 40,000 บาท หรือจำคุกตลอดชีวิต สำหรับการกระทำต่อเด็กหญิงอายุ ไม่เกิน 13 ปี (แม้จะยินยอมก็ตาม)

**∴ ระวางโทษจำคุกตลอดชีวิต**

**ถ้าลักษณะการกระทำเป็นการโทรมหญิง (ร่วมกระทำตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป)**

- ๓ การกระทำโดยมีอาวุธปืน มีวัตถุระเบิด ใช้อาวุธ

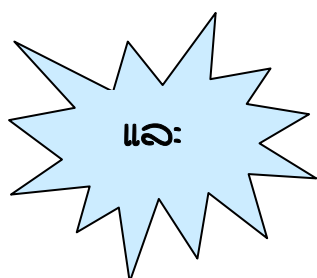
∴ ระวางโทษประหารชีวิต หรือ จำคุกตลอดชีวิต

ถ้าเป็นการโทรฆนึ่ง หรือ กระทำโดยมีอาวุธปืน ระเบิด หรือใช้อาวุธ  
ส่งผลให้ผู้ถูกกระทำได้รับอันตรายสาหัส

∴ ระวางโทษประหารชีวิต

๗ ถ้าการกระทำ ทำให้ผู้ถูกกระทำถึงแก่ความตาย

๗ ถ้าการโทรฆนึ่งหรือกระทำโดยมีอาวุธปืนมีวัตถุประสงค์ระเบิดหรือใช้อาวุธ  
ส่งผลให้ผู้ถูกกระทำถึงแก่ความตาย



ผู้กระทำจะได้รับโทษหนักขึ้น หากกระทำแก่บุคคลต่อไปนี้

- ∴ ผู้สืบสันดาน
- ∴ ศิษย์ผู้อยู่ในความดูแล
- ∴ ผู้อยู่ในความควบคุมตามหน้าที่ราชการ
- ∴ ผู้อยู่ในความปกครอง
- ∴ ผู้อยู่ในความพิทักษ์ หรือ อยู๋ในความอนุบาล

**\*\*\*การแจ้งความร้องทุกข์\*\*\***

1. เนื่องจากเป็นคดีอาญาแผ่นดิน จึงไม่จำเป็นต้องแจ้งความร้องทุกข์ภายใน  
ระยะเวลา 3 เดือน
2. แม้ไม่มีการแจ้งความร้องทุกข์เจ้าหน้าที่ตำรวจก็มีอำนาจดำเนินคดีแก่ผู้กระทำ  
ได้ แต่ทั้งนี้ต้องกระทำภายในอายุความ ตามมาตรา 95 เป็นต้นไป

## II กรณีผู้ถูกกระทำเป็นหญิงอายุกว่า 15 ปี

**อัตราโทษที่กำหนดไว้สำหรับผู้กระทำ**

∴ ระวางโทษทั้งจำคุกและปรับ

- ๓ ระวังโทษจำคุกตั้งแต่ 4 -20 ปี และปรับตั้งแต่ 8,000 – 40,000 บาท สำหรับกรณีทั่วไป
- ๓ ระวังโทษจำคุกตั้งแต่ 15 – 20 ปี และปรับตั้งแต่ 30,000 – 40,000 บาท หรือจำคุกตลอดชีวิต สำหรับการที่ผู้ถูกกระทำได้รับอันตรายสาหัส หรือสำหรับการกระทำในลักษณะโทรฆณิก ใช้อาวุธปืน มีวัตถุระเบิด

### ∴ ระวังโทษประหารชีวิต หรือ จำคุกตลอดชีวิต

- ๓ ถ้าการโทรฆณิก หรือใช้/มีอาวุธปืน วัตถุระเบิด และหญิงนั้นได้รับอันตรายสาหัส

### ∴ ระวังโทษประหารชีวิต

- ๓ ถ้าการข่มขืนทำให้ผู้ถูกกระทำถึงแก่ความตาย
- ๓ ถ้าการโทรฆณิก หรือใช้/มีอาวุธปืน วัตถุระเบิด ทำให้ผู้ถูกกระทำถึงแก่ความตาย

### การกระทำที่ไม่อาจขอความกันได้

- ∴ กระทำต่อเจ้าหน้าที่
- ∴ ผู้ถูกกระทำได้รับอันตรายสาหัสหรือถึงแก่ความตาย
- ∴ หากกระทำต่อบุคคลต่อไปนี้

- ๓ ผู้สืบสันดาน
- ๓ ผู้ที่อยู่ในความควบคุมตามหน้าที่ราชการ
- ๓ ผู้ที่อยู่ในความปกครอง
- ๓ ผู้ที่อยู่ในความพิทักษ์ หรือ อยู่ในความอนุบาล

### กรณีที่ผู้กระทำจะต้องรับโทษหนักขึ้น

กระทำต่อบุคคลข้างต้น



### การแจ้งความร้องทุกข์

∴ หากเป็นคดีที่อาจอมความกันได้

- ๓ ต้องแจ้งความร้องทุกข์ภายในระยะเวลา 3 เดือน
- ๓ หากไม่แจ้งความร้องทุกข์ภายใน 3 เดือน ก็ต้องฟ้องคดีเองภายใน 3 เดือน ถ้าไม่ปฏิบัติตามนี้ ถือว่าผู้ถูกกระทำไม่ประสงค์จะให้ผู้กระทำรับผิด และคดีขาดอายุความ เป็นเหตุให้สิทธินำคดีอาญามาฟ้องระงับ

∴ หากเป็นคดีที่ไม่อาจอมความกันได้ ไม่จำเป็นต้องแจ้งความร้องทุกข์ภายในระยะเวลา 3 เดือน

### \*\*\*ความผิดฐานกระทำความอาชาร\*\*\*

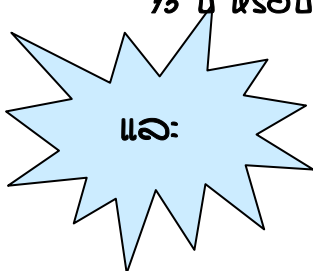
#### แจกพิจารณาช่วงอายุผู้กระทำได้อดังนี้

1. ผู้ถูกกระทำอายุไม่เกิน 15 ปี
2. ผู้ถูกกระทำอายุกว่า 15 ปี

## II ผู้ถูกกระทำอายุไม่เกิน 15 ปี

### อัตราโทษ

- ∴ อัตราโทษทั่วไปที่กฎหมายกำหนดไว้สำหรับผู้กระทำ คือ ระวังโทษจำคุกไม่เกิน 10 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ
- ∴ อัตราโทษที่กฎหมายกำหนดสำหรับการกระทำในลักษณะขู่เข็ญ ใช้กำลัง ไม่สามารถขัดขืน ให้เข้าใจผิดคิดว่าเป็นคนอื่น เช่นนี้ ระวังโทษจำคุกไม่เกิน 15 ปี หรือปรับไม่เกิน 30,000 บาท หรือ ทั้งจำทั้งปรับ



ผู้กระทำจะได้รับโทษหนักขึ้น หากกระทำแก่บุคคลต่อไปนี้

- ∴ ผู้สืบสันดาน
- ∴ ศิษย์ผู้อยู่ในความดูแล

- ∴ ผู้อยู่ในความควบคุมตามหน้าที่ราชการ
- ∴ ผู้อยู่ในความปกครอง
- ∴ ผู้อยู่ในความพิทักษ์ หรือ อยู่ในความอนุบาล

### \*\*\*การแจ้งความร้องทุกข์\*\*\*

เนื่องจากเป็นคดีที่ไม่อาจยอมความกันได้ จึงไม่อยู่ภายใต้บังคับว่า  
จะต้องแจ้งความร้องทุกข์ภายใน 3 เดือน

## II ผู้ถูกกระทำอายุกว่า 15 ปี

### อัตราโทษทั่วไป

- ∴ ระวังโทษจำคุกไม่เกิน 10 ปี หรือปรับไม่เกิน 20,000 บาท หรือทั้งจำ  
ทั้งปรับ

### การกระทำอนาจารที่สามารถยอมความกันได้

- ∴ ไม่ได้กระทำความผิดต่อหน้าธารกำนัล
- ∴ ผู้ถูกกระทำไม่ได้รับอันตรายสาหัส หรือ ถึงแก่ความตาย
- ∴ ไม่ได้กระทำความผิด

- ๓ ผู้สืบสันดาน
- ๓ ศิษย์ผู้อยู่ในความดูแล
- ๓ ผู้อยู่ในความควบคุมตามหน้าที่ราชการ
- ๓ ผู้อยู่ในความปกครอง
- ๓ ผู้อยู่ในความพิทักษ์ หรือ อยู่ในความอนุบาล

กรณีที่ทำให้ผู้กระทำต้องรับโทษหนักขึ้น  
กระทำต่อบุคคลข้างต้น



### \*\*\*การแจ้งความร้องทุกข์\*\*\*

∴ หากการกระทำสามารถขอมความกันได้

- ๓ จะต้องแจ้งความร้องทุกข์ภายใน 3 เดือน
- ๓ ถ้าไม่ร้องทุกข์ภายใน 3 เดือน ก็ต้องฟ้องร้องคดีต่อศาลภายใน 3 เดือน หากไม่ปฏิบัติตาม ถือว่า ผู้ถูกกระทำไม่ประสงค์จะให้ผู้กระทำผิดรับผิดชอบ และคดีขาดอายุความ สิทธินำคดีอาญามาฟ้องจะหมดระดับ

∴ หากเป็นกรณีที่ไม่อาจขอมความกันได้ ไม่จำเป็นต้องแจ้งความร้องทุกข์ภายในระยะเวลา 3 เดือน

### หมายเหตุ

I หากการกระทำทั้งต่อเด็กอายุไม่เกิน 15 ปี หรือบุคคลอายุกว่า 15 ปี และเป็นเหตุให้ได้รับอันตรายสาหัส ระวังโทษจำคุก 5 – 20 ปี และปรับ 10,000 - 40,000 บาท

I ถึงแก่ความตาย ระวังโทษประหารชีวิต หรือ จำคุกตลอดชีวิต

I กรณีผู้ถูกกระทำอายุกว่า 15 ปี ขอมให้กระทำโดยโง่เขลาเบาปัญญา หลงเชื่อมวงาย ทั้งไม่มีการบังคับขู่เข็ญ ไม่เป็นอนาจาร

## ± คำแนะนำในการไปติดต่อที่สถานี่ตำรวจ

### การแจ้งความต่างๆ

เพื่อความสะดวก รวดเร็วและถูกต้องตามกฎหมายและระเบียบของทางราชการ เมื่อท่านไปติดต่อที่โรงพัก ท่านควรเตรียมเอกสารที่จำเป็นติดตัวไปด้วย คือ

1. บัตรประจำตัวประชาชน หรือ ใบแทน หรือ
2. บัตรประจำตัวข้าราชการ หรือ
3. ใบสำคัญประจำตัวคนต่างด้าว หรือ
3. หนังสือเดินทาง (Passport) สำหรับชาวต่างประเทศที่เดินทางเข้ามาภายในประเทศ
5. ในกรณีที่ท่านจะไป **ร้องทุกข์ (แจ้งความ) โดยตัวแทนของผู้อื่น** ให้นำหลักฐาน ดังนี้ติดตัวไปด้วย
  - 5.1 ใบสำคัญแสดงความเป็นผู้แทนโดยชอบธรรมของผู้เยาว์
  - 5.2 ใบสำคัญแสดงความเป็นผู้อนุบาลของผู้ไร้ความสามารถ (ตามคำสั่งศาล)
  - 5.3 ในกรณีที่ผู้เสียหายถูกทำร้ายถึงตายหรือบาดเจ็บจนไม่สามารถจัดการเองได้ ให้ท่านนำ หลักฐานซึ่งแสดงว่าท่านเป็นบุพการีหรือผู้สืบสันดาน หรือสามี ภรรยา (ซึ่งได้จดทะเบียนสมรส) สูติบัตร ใบทะเบียนสมรส ฯลฯ มาแสดงต่อเจ้าหน้าที่ตำรวจ

## II แจ้งถูกข่มขืนกระทำชำเรา หลักฐานต่างๆที่ควรนำไปแสดงต่อเจ้าหน้าที่ตำรวจ คือ

- ∴ เลือดฉาของผู้ถูกข่มขืน ซึ่งมีคราบอสุจิ หรือร่องเปื้อนอย่างอื่นอันเกิดจากการข่มขืน และสิ่งของต่างๆของผู้ต้องหาที่ตกอยู่ในที่เกิดเหตุ
- ∴ ทะเบียนบ้านของผู้เสียหาย
- ∴ รูปถ่าย หรือ ที่อยู่ของผู้ต้องหาตลอดจนหลักฐานอื่นๆ (ถ้ามี)

## II แจ้งพรากผู้ เจว่ หลักฐานต่างๆควรนำไปแสดงต่อเจ้าหน้าที่ตำรวจ คือ

- ∴ สุธาบัตรของผู้เจว่
- ∴ ทะเบียนบ้านของผู้เจว่
- ∴ รูปถ่ายผู้เจว่
- ∴ ใบสำคัญอื่นๆ ที่เกี่ยวกับผู้เจว่ (ถ้ามี)

**หมายเหตุ** ในการไปแจ้งความหรือร้องทุกข์ต่อพนักงานสอบสวนนั้น นอกจากนำหลักฐานไปแสดงแล้ว ถ้าท่านสามารถพาพยานบุคคลที่รู้เห็นหรือเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ไปพบเจ้าพนักงานสอบสวนด้วยก็จะเป็นประโยชน์แก่ท่าน และพนักงานสอบสวนเป็นอย่างมาก เพราะจะสามารถดำเนินเรื่องของท่านให้แล้วเสร็จได้เร็วขึ้น



## หน่วยงานให้ความช่วยเหลือผู้หญิงที่ถูกล่วงละเมิดทางเพศ

ส่วนกลาง .:

### หน่วยงานราชการ

- .: สถานีตำรวจทุกแห่ง
- .: โรงพยาบาลของรัฐ
- .: ศูนย์บริการสาธารณสุข ในสังกัดกรุงเทพมหานคร
- .: ศูนย์ประชาบดี กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

โทร.1300

- .: บ้านพักเด็กและครอบครัว กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ

โทร. 0-2354-7580

- .: สำนักงานอัยการสูงสุด (ฝ่ายสิทธิเด็ก)

โทร. 0-2541-2843 , 0-2541-2940

- .: สภากาชาดไทย

โทร. 0-2281-8308 , 0-2281-6463

### หน่วยงานเอกชน

- .: มูลนิธิเพื่อนหญิง

โทร. 0-253-1001, 0-2513-2708 , 0-2513-2780

- .: มูลนิธิผู้หญิง

โทร. 0-2433-5149 , 0-2435-1246

∴ บัณฑิตฝึกงาน – ศูนย์กึ่งนิชฐานรี สماعيلล์เลียมลิตานภาพลิตารี

โทร. 0-2929-2222 , 0-2929-2301-6

∴ มูลนิธิพัฒนาเพื่อเด็กและสตรี

โทร. 0-2972-5489-90 , โทร.1134

∴ มูลนิธิศูนย์ฮอทไลน์

โทร. 0-2277-8811 , 0-2276-2950

∴ สมาคมบัณฑิตสตรีทางกฎหมาย

โทร. 0-2241-0737 , 0-2243-9050

∴ มูลนิธิทองใบทองเปา

โทร. 0-2541-6416 , 0-2541-6468

∴ มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก

โทร. 0-2412-196 , 0-2864-1421

∴ สหทัยมูลนิธิ

โทร. 0-2381-8834-6

∴ มูลนิธิมิตรมวลเด็ก

โทร. 0-2252-6560

### สถานีตำรวจที่มีพนักงานสอบสวนหญิง

|                  |                  |
|------------------|------------------|
| - สน.บางซื่อ     | โทร 0 -2278-4086 |
| - สน.บางนา       | โทร. 0-2396-1657 |
| - สน.ตลิ่งชัน    | โทร. 0-2448-6480 |
| - สน.ราษฎร์บูรณะ | โทร. 0-2427-7193 |
| - สน.บางขุนเทียน | โทร. 0-2415-0671 |
| - สน.หัวขวาง     | โทร. 0-2277-0630 |
| - สน.มีนบุรี     | โทร. 0-2540-7311 |
| - สน.โคตช้าง     | โทร. 0-2538-1599 |

|                          |                   |
|--------------------------|-------------------|
| - สน.ปทุมวัน             | โทร. 0-2215-2992  |
| - สภ.ต.ไทรงาม(เชิงมใหม่) | โทร. 0-5321-8444  |
| - สภ.ต.เมืองเชิงมใหม่    | โทร. 0-5327-6040  |
| - สภ.อ.นาถใหญ่           | โทร. 07425-7333   |
| - สภ.ต.เมืองพัทธนา       | โทร. 03842-0802-5 |

### ศูนย์ช่วยเหลือเด็กและหญิงในภาวะวิกฤต (OSCC)

#### กรุงเทพฯ

∴ โรงพยาบาลตำรวจ

โทร. 0-2253-0121

∴ โรงพยาบาลมงกุฎเกล้า

โทร. 0-2354-7711-19 , 0-2354-7600- 28 ต่อ 93776 , 93118

∴ โรงพยาบาลสมเด็จพระปิ่นเกล้า

โทร. 0-2475-2929

∴ โรงพยาบาลราชวิถี

โทร. 0-2354-8225

∴ โรงพยาบาลเลิดสิน

โทร. 0-2353-9798-99 ต่อ 2152

∴ โรงพยาบาลนพรัตนราชธานี

โทร. 0-2517-4270 ต่อ 1420 ,178

∴ โรงพยาบาลกลาง

โทร. 0-2221-6141-60

∴ โรงพยาบาลตากสิน

โทร. 0-2437-0116-30

∴ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์      โ

โทร. 0-2289-1153-8 , 0-2292-1848 - 52

∴ โรงพยาบาลโรงพยาบาลหลวงพ่อทวีศักดิ์ ชุตินาคราโร

โทร. 0-2429-3575-8

∴ โรงพยาบาลหนองจอก

โทร. 0-2543-1150 , 0-2543-1307 , 0-2543-2089

∴ โรงพยาบาลลาดกระบัง

โทร. 0-236-7232

∴ โรงพยาบาลวชิระ

โทร. 0-2241-4517 , 0-2243-0151, 0-2243-0220-39

∴ ศูนย์นารีรักษ์ โรงพยาบาลรามาริบัติ

โทร. 0-2201-1667

∴ โรงพยาบาลสถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี

โทร. 0-2354-8335 ต่อ 2231

∴ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพศูนย์อนามัยที่ 1

โทร. 0-2551-3824

## ส่วนภูมิภาค

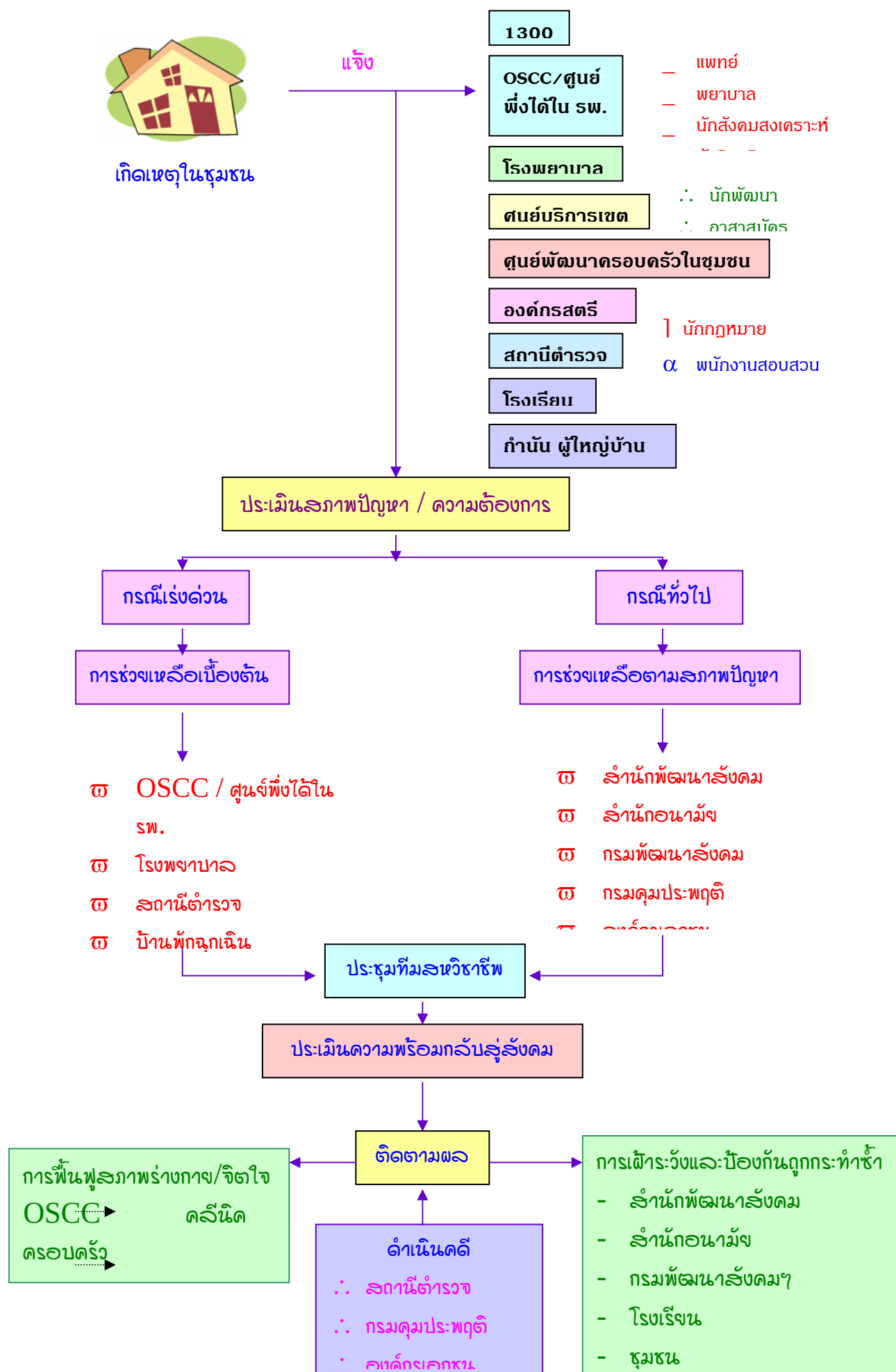
∴ สถานีตำรวจทุกแห่ง

∴ โรงพยาบาลของรัฐทุกแห่ง (โรงพยาบาลประจำจังหวัด , โรงพยาบาลประจำอำเภอ , สถานีอนามัย)

∴ สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด (สำนักงานประชาสงเคราะห์จังหวัดเดิม)

∴ สำนักงานอัยการจังหวัด

## แนวทางการให้ความช่วยเหลือและส่งเสริมเครื่องสำอาง



## เอกสารอ้างอิง



1. คณะกรรมการส่งเสริมสวัสดิภาพสตรี สภาสังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทยฯ. ผู้หญิงกับความรุนแรง. สมชายการพิมพ์ กรุงเทพฯ. 2546
2. .มูลนิธิเพื่อผู้หญิง. ผู้ชายเลิกเหล้า หัวใจไร้ความรุนแรง. (ม.ป.ท.).(ม.ป.ป)
3. ล่วงละเมิดทางเพศ (ผู้พิมพ์-อาจารย์) . (<http://www.thailawyer.net/>) (ม.ป.ป.)
4. สเปร์ยพริกไทย Online . คำแนะนำของสำนักงานตำรวจแห่งชาติ  
สาวบอกให้ “10 อย่าง” คากักขัง.  
(<http://www.thaibodyguard.com>) 3 สิงหาคม 2542.
5. องค์การยูนิเซฟ. ประเทศไทยและอิทธิพลของการล่วงละเมิดทางเพศต่อเด็ก.  
(<http://www.childthai.org/cic/c101.htm>) (ม.ป.ป.)
6. thaiyouths.org. การล่วงละเมิดทางเพศ.  
<http://www.thaimental.com/artical/htdocs/articledetail.asp>.  
5 สิงหาคม 2549
6. รณชัย คงสกนธ์. 100(ร้อย) เรื่อง รัก...รุนแรง. สหประชาพาณิชย์.  
กรุงเทพฯ

## คณะผู้จัดทำ

### ที่ปรึกษา

นางสุวิทย์ ชันธาโรจน์

: ผู้อำนวยการสำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว

นางกิ่งแก้ว อินทวาท

: รองผู้อำนวยการสำนักงานกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว

นางจิตราภา สุนทรพิพิธ

: ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมความเสมอภาคหญิงชาย

### ผู้จัดทำ

นางมาลสุรีย์ ศรีพรหมมา

นักพัฒนาสังคม 8ว

นางลาวลมาร ศรีศิริ

นักพัฒนาสังคม 8ว

นางอภิรดี สุสุทธิ

นักพัฒนาสังคม 7ว

นางลาวสุภาพร กลวิทย์

นักพัฒนาสังคม 4