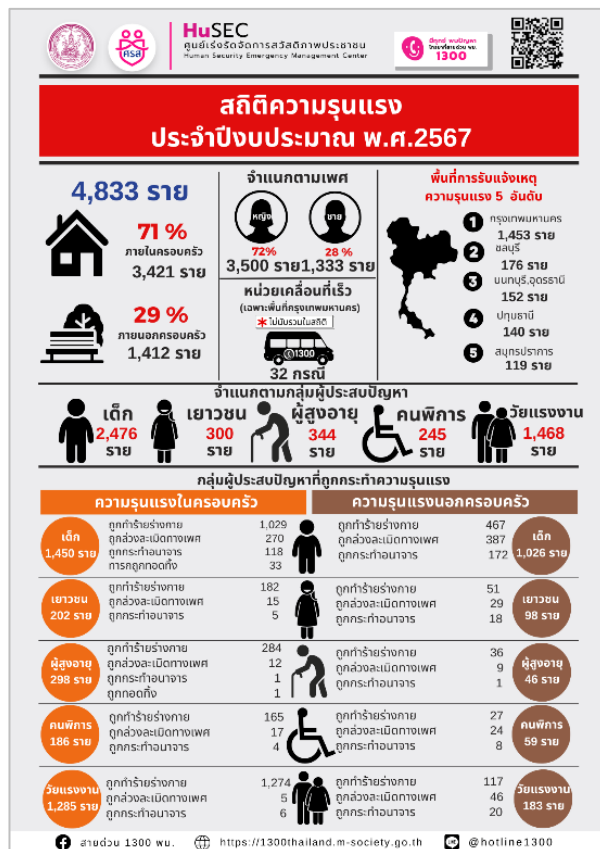


## เรื่อง ปัญหาสังคม

### 1. หาปัญหาสังคมมาคนละเรื่อง และให้หาสถิติมาสนับสนุน หรือหากรณีศึกษาประกอบ

หนึ่งในปัญหาสังคมที่เกิดขึ้นทุกปี นั่นคือ ปัญหาความรุนแรงในสังคมไทย ทั้งที่เกิดขึ้นภายในครอบครัวและภายนอกครอบครัว และสามารถเกิดขึ้นได้กับทุกเพศทุกวัย และทุกสถานการณ์ โดยปัญหาความรุนแรงนั้นไม่เพียงเป็นการถูกทำร้ายร่างกายเพียงอย่างเดียว ยังรวมไปถึงการถูกล่วงละเมิดทางเพศ การทำอนาจาร และการถูกทอดทิ้ง

จากสถิติประจำปีศูนย์ช่วยเหลือสังคม(สายด่วน 1300) ของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ได้สรุปมานั้นจะเห็นว่าในช่วงปีที่ผ่านมาการโทรแจ้งเหตุความรุนแรงเข้ามาถึง 4,833 ราย พื้นที่การรับแจ้งสูงสุด คือ จังหวัดกรุงเทพมหานคร รองลงมาเป็นจังหวัดชลบุรี เป็นการเกิดขึ้นภายในครอบครัวถึง 71% คิดเป็น 3,421 รายจากทั้งหมด สามารถจำแนกผู้ประสบปัญหาเป็น 5 กลุ่ม ประกอบด้วย เด็ก เยาวชน ผู้สูงอายุ คนพิการ และวัยแรงงาน สูงสุดเป็นเด็กคิดเป็น 51%



รูปสถิติประจำปี ศูนย์ช่วยเหลือสังคม(สายด่วน 1300) กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

## 2. อธิบาย ทำไมมันเป็นปัญหาสังคม

ขอยกตัวอย่างความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับเด็ก ผลกระทบจากการที่เด็กได้รับความรุนแรง เริ่มต้นผลกระทบต่อสมอง เมื่อเด็กมีประสบการณ์ความรุนแรง ความหวาดกลัวจะประทับอยู่ในสมอง เป็นความทรงจำที่น่าหวาดกลัว ส่งผลต่อวิธีการแก้ปัญหา การอยู่ในสังคม กับความเชื่อมั่นในคุณค่าของตัวเอง หรือความเชื่อมั่นที่มีให้คนอื่น และอาจมีปัญหาในการที่จะเข้าหาผู้อื่น ปัญหาในการสร้างความสัมพันธ์ หรือความรู้สึกหวาดหวั่นต่อความสัมพันธ์

เมื่อสิ่งเหล่านี้ถูกเก็บไว้ในสมอง กลายเป็นแผลใจ เมื่อเกิดเรื่องหรือเหตุการณ์ที่คล้ายกัน อาจทำให้มีปฏิกิริยาที่รุนแรงกว่าปกติ เช่น เรื่องอารมณ์ที่หงุดหงิดง่าย ชักง่าย มีความเครียด สับสน ทำให้เด็กดูไม่มีความสุข มีความเศร้า และหลายครั้งเด็กรู้สึกผิด เด็กคิดว่าตัวเองเป็นเด็กที่มีปัญหา ส่งผลให้เด็กปรับอารมณ์ได้ยาก เป็นเด็กที่อารมณ์แปรปรวนง่าย ขึ้น ๆ ลง ๆ ควบคุมอารมณ์ได้ไม่ดี ด้วยเหตุนี้ อาจถูกคนอื่นไม่ชอบ มีปฏิกิริยาในทางลบกับเด็กเหล่านั้น เด็กๆ อาจมองตัวเองทางด้านลบ ไม่เห็นความเป็นไปได้ในตัวเอง เลยมีพฤติกรรมด้านลบ ต่อต้าน ไม่เชื่อฟัง บางคนตอบโต้ด้วยวิธีการใช้ความรุนแรง ก้าวร้าว อันธพาล ใจไม่ไว้ใจ บางคนก็ถอยหนี ไม่เชื่อมั่น หรือคาดแต่ด้านลบว่าจะเกิดขึ้นกับตัวเอง ปัญหาทางจิตใจ อาจจะกลายความผิดปกติได้ เช่น การเป็นโรควิตกกังวล ซึมเศร้า ทำร้ายตัวเอง ใช้สารเสพติด ใช้ความรุนแรง

เมื่อเด็กโตขึ้นและมีครอบครัว พฤติกรรมความรุนแรง ความนึกคิดในแง่ลบเหล่านั้นก็อาจถูกส่งต่อกับคนในครอบครัว และเด็กๆ คนอื่นต่อไป

### 3. อธิบาย มีแนวทางแก้ไขปัญหอย่างไรให้มันเกิดประสิทธิภาพ

ขั้นแรกของการแก้ปัญหาดังกล่าวควรเริ่มต้นจากสภาพแวดล้อมรอบตัว สร้างบรรยากาศภายในบ้าน ให้รู้สึกอบอุ่น ปลอดภัย ปลุกฝังความเมตตากรุณาต่อกัน แก้ปัญหาต่างๆ ในครอบครัวร่วมกันด้วยความสุขุม รอบคอบ มีเหตุผล สงบสันติ ไม่ก้าวร้าวหรือใช้คำพรูสวาทตาทอต่อกัน และไม่ทำร้ายร่างกายกัน

หาโอกาสพูดคุยกันในครอบครัว ศึกษาเพื่อแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ให้กำลังใจซึ่งกันและกัน แต่ถ้าไม่สามารถควบคุมหรือแก้ปัญหาวุฒิกรรมนี้ได้ ควรไปพบจิตแพทย์ หรือนักจิตวิทยาเพื่อรับฟังคำแนะนำและนำมาปรับปรุงแก้ไข เช่น เรียนรู้การสื่อสารโดยตรงกับคนในครอบครัวด้วยความรัก ความเข้าใจและด้วยเหตุผล เรียนรู้เรื่องการจัดการอารมณ์ รวมถึงการฝึกทักษะการรับฟังอย่างเข้าใจ คือ เปิดใจรับฟัง ไม่มีอคติแอบแฝง เมื่อมีปัญหาขัดแย้งก็ร่วมกันแก้ไขอย่างใจสงบ สืบหาสาเหตุเพื่อแก้ไขข้อขัดแย้งได้ตรงจุด

หลีกเลี่ยงปัจจัยที่อาจทำให้เกิดความรุนแรง เช่น การดื่มสุรา เสพสิ่งเสพติด เป็นต้น ทั้งนี้ ถ้าหากมีการโต้เถียงกันขึ้น ควรมีฝ่ายหนึ่งหยุดและหลีกเลี่ยงคำพูดยั่วยุส่อเสียด ทั้งทางวาจา สายตา เพราะอาจจะทำให้อีกฝ่ายโกรธมากยิ่งขึ้น ถ้าถึงขั้นขว้างปาสิ่งของหรือจะเข้ามาทำร้ายร่างกาย ควรหลบหนีออกจากสถานการณ์ตรงนั้นไปก่อน

เมื่อเกิดการกระทำความรุนแรงในครอบครัว ควรพาผู้บาดเจ็บไปรับการรักษาโดยแพทย์ และหากได้รับความกระทบกระเทือนทางจิตใจควรพามาพบจิตแพทย์เพื่อบำบัดฟื้นฟูสภาพจิต ทั้งนี้ผู้ใช้ความรุนแรงควรพบจิตแพทย์เพื่อรับการประเมินปัญหาทางจิตเวชและได้รับการบำบัด เช่นเดียวกัน

