



International  
Labour  
Organization

# งานบ้าน – งานที่มีคุณค่า

คู่มือสำหรับแรงงานทำงานบ้านในประเทศไทย



ส่งเสริมศักดิ์ศรีและงานที่มีคุณค่า  
ของแรงงานทำงานบ้านในประเทศไทย

ลิขสิทธิ์ © องค์การแรงงานระหว่างประเทศ พ.ศ. 2552  
พิมพ์ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2552

สิ่งพิมพ์ของสำนักงานแรงงานระหว่างประเทศ สงวนลิขสิทธิ์ตามพิธีสารฉบับที่ 2 ของอนุสัญญาว่าด้วยลิขสิทธิ์สากล อย่างไรก็ตาม อาจสามารถนำเนื้อหาบางส่วนหรือสิ่งพิมพ์ไปใช้ได้ โดยไม่ต้องได้รับอนุญาต ภายใต้เงื่อนไขว่าต้องระบุแหล่งที่มาของเนื้อหา นั้น สำหรับการทำซ้ำหรือการแปลนั้น สามารถยื่นเรื่องขอสิทธิได้ที่ ILO Publications (Rights and Permissions), International Labour Office, CH-1211 Geneva 22, Switzerland หรืออีเมล: [pubdroit@ilo.org](mailto:pubdroit@ilo.org) โดยสำนักงานแรงงานระหว่างประเทศมีความยินดีต่อการยื่นขอสิทธิดังกล่าว

ห้องสมุด สถาบัน และผู้ใช้อื่นๆ ซึ่งจดทะเบียนกับองค์กรต่างๆ ที่ทำงานด้านสิทธิการทำซ้ำ สามารถถ่ายเอกสารสิ่งพิมพ์ได้ตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ในใบอนุญาตที่ออกไว้ให้กับองค์กรเหล่านี้ ท่านสามารถค้นหาองค์กรที่ทำงานด้านสิทธิการทำซ้ำในประเทศของท่านได้ที่ [www.ifpro.org](http://www.ifpro.org)

---

งานบ้าน – งานที่มีคุณค่า: คู่มือสำหรับแรงงานทำงานบ้านในประเทศไทย/ องค์การแรงงานระหว่างประเทศ;  
สำนักงานกลุ่มประเทศเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ - กรุงเทพฯ: ILO, 2552  
23 หน้า  
ISBN 9789228229783, 9789228229790 (web pdf)

สำนักงานกลุ่มประเทศเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ องค์การแรงงานระหว่างประเทศ

domestic worker / decent work / workers rights / working conditions / Thailand

13.11.6

พม่า (ISBN 9789228229707, 9789228229714 (web pdf)), กรุงเทพฯ, 2009,  
อังกฤษ (ISBN 9789221229704, 9789221229711 (web pdf)), กรุงเทพฯ, 2009,  
ลาว (ISBN 9789228229721, 9789228229738 (web pdf)), กรุงเทพฯ, 2009,  
ภาษาจอร์เจีย (ISBN 9789228229745, 9789228229752 (web pdf)), กรุงเทพฯ, 2009,  
กะเหรี่ยงสะกอ (ISBN 9789228231373, 9789228231380 (web pdf)), กรุงเทพฯ, 2009,  
ชาน (ISBN 9789228229769, 9789228229776 (web pdf)), กรุงเทพฯ, 2009.

*ILO Cataloguing in Publication Data*

---

รูปแบบการนำเสนอในสิ่งพิมพ์ของ ILO เป็นไปตามแนวปฏิบัติของสหประชาชาติ และการนำเสนอข้อมูลต่างๆ มิได้แสดงถึงความเห็นใดๆ ของสำนักงานแรงงานระหว่างประเทศเกี่ยวกับสถานะทางกฎหมายของประเทศ พื้นที่ หรือเขตการปกครอง หรืออำนาจการปกครองใดๆ หรือเกี่ยวกับการกำหนดแนวเขตชายแดนใดๆ

ผู้เขียนรับผิดชอบต่อความเห็นที่แสดงไว้ในบทความ การศึกษา และข้อเขียนที่ตีพิมพ์อื่นๆ แต่เพียงผู้เดียว การจัดพิมพ์สิ่งพิมพ์นี้ไม่ได้แสดงถึงการรับรองของสำนักงานแรงงานระหว่างประเทศต่อความเห็นต่างๆ ที่แสดงไว้ในสิ่งพิมพ์นี้

การอ้างถึงชื่อกิจการและผลิตภัณฑ์ทางการค้าและกระบวนการผลิตต่างๆ ไม่ได้หมายถึงการรับรองของสำนักงานแรงงานระหว่างประเทศ และการไม่ได้อ้างถึงกิจการ ผลิตภัณฑ์ทางการค้า หรือกระบวนการผลิตใดก็ไม่ถือว่าสำนักงานแรงงานระหว่างประเทศไม่ให้การรับรอง

ท่านสามารถหาสิ่งพิมพ์ของ ILO ได้จากร้านขายหนังสือชั้นนำ หรือสำนักงานประจำภูมิภาคของ ILO ในหลายประเทศ หรือติดต่อโดยตรงที่ ILO Publications, International Labour Office, CH-1211 Geneva 22, Switzerland หรือ สำนักงานแรงงานระหว่างประเทศ ประจำภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิก ชั้น 11 อาคารสหประชาชาติ ผู้ไปรษณีย์ 2-349 ถนนราชดำเนินนอก กรุงเทพมหานคร 10200 ประเทศไทย หรือ อีเมล: [BANGKOK@ilo.org](mailto:BANGKOK@ilo.org) อนึ่ง รายการหนังสือใหม่สามารถขอได้ฟรีจากที่อยู่ข้างบน หรือ อีเมล: [pubvente@ilo.org](mailto:pubvente@ilo.org)  
เว็บไซต์ของเราคือ [www.ilo.org/pubins](http://www.ilo.org/pubins) หรือ [www.ilo.org/asia/index.htm](http://www.ilo.org/asia/index.htm)

---

คุณเป็นแรงงานทำงานบ้านหรือเปล่า?  
หรือกำลังคิดจะเป็น?



มารู้จักความรับผิดชอบและสิทธิของเรากันเถอะ!

เราเป็นสมาชิกที่มีคุณค่าคนหนึ่งของครอบครัว  
เรามีสิทธิที่จะทำงานในสภาพการทำงานที่มีคุณค่า  
ได้ค่าแรงที่เป็นธรรมและได้รับการเคารพ

คนที่จะดูแลผลประโยชน์ของเราได้ดีที่สุดก็คือ ตัวเราเอง!  
ข้อมูลในคู่มือเล่มนี้จะช่วยให้แรงงานทำงานบ้านสามารถปกป้องดูแลตัวเอง

สังเกตเครื่องหมายที่แทรกอยู่ตลอดในหนังสือเล่มนี้



เครื่องหมายถูกสีเขียว หมายถึง เคล็ดลับที่มีประโยชน์



เครื่องหมายกากบาทสีแดง เตือนให้ระวังอันตราย

## ไม่ว่าจะเป็นแรงงานต่างชาติหรือแรงงานไทย ชายหรือหญิง เด็กหรือผู้ใหญ่ ทุกคนมีหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบ และมีสิทธิ!

**แรงงานทำงานบ้าน** (Domestic worker) คือบุคคล หญิงหรือชาย ที่ทำงานในบ้าน หรือรอบ ๆ บ้านตามที่ได้รับมอบหมายโดยได้รับค่าจ้างเป็นการตอบแทน แรงงานทำงานบ้าน อาจมีทั้งที่มีสัญชาติไทยหรือต่างชาติ (เช่น พม่า ลาว กัมพูชา)

> แรงงานทำงานบ้านจำนวนมากเป็นผู้หญิง และงานส่วนใหญ่ก็มักถูกมองว่าเป็น “งานของผู้หญิง” เพราะตามวัฒนธรรม ผู้หญิงส่วนใหญ่มีหน้าที่ทำกับข้าว ทำความสะอาดบ้าน ดูแลบ้าน ดูแลคนในบ้านโดยเฉพาะเด็ก ๆ ผู้ป่วยและคนชรา

> ในประเทศไทย มีผู้ชายทำงานเป็นลูกจ้างในบ้านเช่นกัน ส่วนใหญ่เป็นคนขับรถ ยามรักษาความปลอดภัย คนสวน และช่างซ่อมต่าง ๆ

> แรงงานทำงานบ้านมักถูกขอให้ช่วยงานที่เป็นธุรกิจหรือกิจการของครอบครัวด้วย

### ความรับผิดชอบของเรา

งานบ้านเป็นงานที่มีคุณค่ามาก เพราะแรงงานทำงานบ้านช่วยให้สมาชิกในครัวเรือนนั้น ๆ มีเวลาไปทำกิจกรรมอื่น

เมื่อนายจ้างได้ให้ค่าจ้างและสภาพการทำงานที่ยุติธรรมแก่เราแล้ว เขาย่อมมีสิทธิคาดหวังว่า เราจะต้องทำงานได้ดี มีความซื่อสัตย์ และตั้งใจทำงานของเราอย่างดีที่สุดเป็นการตอบแทน

นายจ้างอาจคาดหวังว่า เราสามารถจะใช้สามัญสำนึกและตัดสินใจในบางเรื่องด้วยตัวเองได้ เรื่องที่มีความสำคัญอันดับแรกสุด คือความปลอดภัย ทั้งของตัวเอง และของบ้านที่เราทำงานอยู่ หากเกิดมีโรครบาดเจ็บ ทรัพย์สินเสียหาย หรือเหตุการณ์อื่นใดขึ้น ต้องรีบรายงานนายจ้างทันที

## สิทธิของเราที่จะได้รับการเคารพ ได้รับค่าจ้างที่ยุติธรรม ได้ทำงานอย่างปลอดภัย มีเวลาพักผ่อน และมีพื้นที่ส่วนตัว:

เมื่อเราพูดถึง “สิทธิ” (rights) เราหมายถึงสิทธิมนุษยชน (human rights) ซึ่งเป็นสิทธิที่ทุกคนจะได้รับการปฏิบัติอย่างมีศักดิ์ศรี ทั้งในชีวิตส่วนตัวและในการทำงาน เท่าเทียมกับมนุษย์คนอื่น ๆ คนทุกคนมีสิทธิ์เหล่านี้ ไม่ว่าจะเป็นคนรวยหรือจน เด็กหรือผู้ใหญ่ ผู้ชายหรือผู้หญิง

เพื่อตอบสนองการขาดเหงื่อแรงงานของเรา เราขอมมีสิทธิที่จะคาดหวังว่าจะได้รับค่าจ้างที่ยุติธรรม ได้ทำงานในสภาพแวดล้อมที่ดี มีคุณค่า เรามีสิทธิที่จะติดต่อกับครอบครัวและเพื่อน ๆ และมีสิทธิที่จะออกจากบ้าน ไปพบปะคนอื่น ๆ หรือไปสถานที่อื่น ๆ ในช่วงวันหยุด



ไม่ว่าเราจะทำงานประเภทไหน เรามีสิทธิที่จะได้รับการเคารพ และได้รับการคุ้มครองตามหลักสิทธิมนุษยชน เรามีสิทธิที่จะมีชีวิตและทำงานอย่างมีคุณค่าและมีศักดิ์ศรี ปลอดภัยจากการถูกทารุณและแสวงหาประโยชน์!

### สิ่งที่ควรตกลงกับนายจ้าง:

#### ขอบเขตงานที่เราต้องรับผิดชอบและสัญญาจ้างงาน:

- > งานประจำวันของเราคืออะไรบ้าง? นายจ้างจะเพิ่มงานให้เราโดยไม่ถามเราก่อนได้หรือไม่?
- > เราต้องรับคำสั่งจากใคร? เรามีเจ้านายเพียงคนเดียวหรือหลายคน?
- > หากคุณเป็นคนต่างชาติ นายจ้างจะเป็นผู้จัดการเรื่องใบอนุญาตการทำงานและใบอนุญาตเข้าเมืองให้หรือไม่?
- > นายจ้างจะเขียนข้อตกลงทุกอย่างลงเป็นสัญญา และให้เราสามารถเก็บไว้กับตัวหรือไม่?



## ค่าจ้าง:

> เราจะได้รับค่าจ้างเท่าไร? ค่าแรงรายวันขั้นต่ำแตกต่างกันไปในแต่ละจังหวัด ลองถามแรงงานทำงานบ้านคนอื่น หรือโทรไปถามที่หมายเลขโทรศัพท์ 1506 ว่าค่าแรงขั้นต่ำล่าสุดคืออะไร



> เราจะได้รับค่าจ้างบ่อยครั้งแค่ไหน? เป็นรายสัปดาห์หรือรายเดือน? จะได้รับค่าจ้างในวันเดียวกันทุกครั้งหรือไม่? และนายจ้างจะให้เอกสารเป็นหลักฐานในการจ่ายเงินให้เราหรือไม่?

> เราจะได้รับค่าจ้างเป็นเงินสดเพียงส่วนเดียวหรือเปล่า? ค่าจ้างบางส่วนจะถูกนายจ้างหักเป็นค่าใช้จ่ายอื่น ๆ เช่น ค่าอาหารและที่พักหรือไม่? ถ้าหัก หักค่าอะไรบ้างและเป็นเงินเท่าไร?

> หากเราทำงานล่วงเวลา จะได้รับค่าจ้างเพิ่มหรือไม่? เท่าไร?

> เรายังต้องใช้นี้ให้กับนายจ้างหรือไม่? เป็นหนี้ค่าอะไรและเป็นเงินเท่าไร? เมื่อไรจึงจะใช้นี้หมด? และนายจ้างจะให้เอกสารเป็นหลักฐานการชำระหนี้ของเราให้เราเก็บไว้กับตัวหรือไม่?

## วันทำงานและวันหยุด:

> เราต้องทำงานวันละกี่ชั่วโมง? และได้หยุดพักกี่ชั่วโมง?

> วันหยุดของเราคือวันไหน? ได้หยุดสัปดาห์ละครั้งหรือเปล่า? เราสามารถเลือกวันหยุดเองได้หรือไม่?

> เรามีวันหยุดรวมทั้งหมดกี่วันในแต่ละปี? เราได้หยุดในวันหยุดราชการหรือวันสำคัญทางศาสนาหรือไม่? และยังสามารถรับค่าจ้างหรือไม่ในวันหยุด?



> นายจ้างอนุญาตให้มีคนมาเยี่ยมเราหรือไม่ในวันทำงาน? และในระหว่างพัก?



## หากอาศัยอยู่ที่บ้านนายจ้าง:



- > เราได้รับอนุญาตให้ออกจากบ้านหรือไม่เวลาที่ไม่ได้ทำงาน เช่น ในวันหยุด หรือ หลังเลิกงาน?
- > เรามีสิทธิที่จะมีพื้นที่ส่วนตัวในบ้านบ้าง เรามีห้องส่วนตัว (ที่สามารถล็อกประตูได้) หรือเปล่า? มีห้องน้ำและห้องส้วมเป็นส่วนตัวหรือไม่?
- > เราต้องทำอาหารให้ทุกคนในบ้านหรือไม่? เรากินอาหารตอนไหน? และกินอาหารแบบเดียวกับคนอื่น ๆ ในบ้านหรือเปล่า?
- > ตอนกลางคืน เรายังต้องเลี้ยงเด็กและนอนกับเด็กที่เป็นลูกของนายจ้างหรือเปล่า? ต้องดูแลคนป่วย คนพิการ หรือคนชราในครอบครัวหรือไม่?
- > เราต้องรับผิดชอบในการรักษาความปลอดภัยของบ้านตลอด 24 ชั่วโมงต่อวันหรือไม่? ตอนกลางคืน มีกฎห้ามออกนอกบ้านหรือไม่? ถ้ามีห้ามถึงตอนไหน? มี “กฎข้ออื่น ๆ ของบ้าน” ที่เราต้องทำตามอีกหรือไม่?
- > ในช่วงปิดเทอม นายจ้างบางคนอาจอนุญาตให้ลูก ๆ ของแรงงานทำงานบ้านมาเยี่ยมและพักอยู่ด้วยชั่วคราว เราให้ลูกมาเยี่ยมได้หรือไม่? หากได้ จะถูกหักค่าจ้างหรือเปล่า?



งานบ้านเป็นการทำงานในบ้านส่วนตัว ที่ปลอดภัยจากการรับรู้ของคนภายนอก แรงงานทำงานบ้านที่พักอยู่ในบ้านของนายจ้างจึงอาจรู้สึกโดดเดี่ยว ดังนั้น เราจึงควรได้มีพื้นที่ของตัวเอง เป็นที่สำหรับให้เราได้พักผ่อนหย่อนใจ และมีความเป็นส่วนตัว

## หากพักอยู่นอกบ้านนายจ้าง:



- > ชั่วโมงการทำงานของเราเป็นเวลาเดียวกันทุกวันหรือเปล่า? เราถูกคาดหวังว่าต้องทำงานวันละกี่ชั่วโมง?

> เรามีเวลาหยุดพักรับประทานอาหารหรือเปล่า และ เราได้กินอาหารแบบเดียวกับคนในครอบครัวคนอื่น ๆ หรือไม่?



> ในช่วงปิดเทอมหรือในกรณีฉุกเฉิน ลูก ๆ สามารถมาอยู่กับเราในตอนกลางวัน ระหว่างที่เราทำงานได้หรือไม่?



## สุขภาพกายและสุขภาพจิต:

> เราได้รับการอบรมเรื่องความปลอดภัยว่าจะ หลีกเลี่ยงอุบัติเหตุได้อย่างไรหรือไม่? เราได้รับคำแนะนำ หรือไม่ ว่าจะต้องทำอะไรถ้าเราหรือคนที่เราดูแล ประสบอุบัติเหตุ?



> หากเราป่วย สามารถไปรับการรักษาพยาบาลหรือไม่?

> หากเราจำเป็นต้องหยุดงานเพื่อพักผ่อนหรือพักผ่อนจากการป่วย เราจะได้รับค่าจ้าง ในวันที่ขาดงานหรือไม่?

> ใครคือเจ้านายของเรา? หากเรามีเจ้านายหลายคน ที่คอยสั่งงานเราในเวลาเดียวกัน คงทำให้เราเครียดมาก คุยกับนายจ้างเรื่องนี้ให้ชัดเจนโดยเร็วที่สุด เด็ก ๆ ไม่ควรได้สั่งงานผู้ใหญ่ เราควรเป็นตัวอย่งที่ดีให้เด็ก ๆ และพวกเขาเด็ก ๆ ควรได้รับการชี้แนะจากเราต่างหาก!



> นายจ้างจะทำประกันสุขภาพและอุบัติเหตุให้เราหรือเปล่า? ถ้าทำให้ เราต้องชดเชยเงินค่าประกันนี้คืนให้นายจ้างหรือเปล่า? (ถ้าคุณเป็นแรงงานต่างชาติที่จดทะเบียนแล้วและมีใบอนุญาตทำงาน จะมีประกันสุขภาพและอุบัติเหตุอยู่แล้ว)



> หากเราเกิดตั้งครรภ์ นายจ้างจะยอมให้เราทำงานต่อไปที่ราบที่เรายังรู้สึกจะทำไหวหรือเปล่า? นายจ้างจะลดงานของเราลงหรือไม่? นายจ้างจะอนุญาตให้ลาคลอดโดยไม่หักเงินค่าจ้างหรือไม่?





## การเดินทางและการหางานทำ

### การเดินทางอย่างปลอดภัยเพื่อหางานทำ:

**ทำความเข้าใจเส้นทางของเรา** ควรเริ่มทำความเข้าใจกับสภาพแวดล้อมใหม่ ๆ ของเรา ตั้งแต่ระหว่างการเดินทาง และทันทีที่มาถึงสถานที่ใหม่ ๆ หากรู้สึกอึดอัดหรือไม่สบายใจ ให้เชื้อสัญญาติญาณของตนเอง และรีบหาทางออกจากสถานที่นั้นในทันที คอยมองหาวัด สถานีตำรวจ หรือโรงพยาบาลที่อยู่ใกล้ที่สุด ที่เหล่านี้จะเป็นที่พึ่งพิงที่ปลอดภัย หากต้องการหลบหนีจากคนที่ทำร้ายหรือทำอันตรายต่อเราในด้านอื่น ๆ



**หาข้อมูลเกี่ยวกับนายจ้างและบ้านของนายจ้างให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ตั้งแต่ก่อนจะเริ่มงาน** ถ้าทำได้ อาจลองสอบถามถามคนที่ไว้ใจได้ว่า นายจ้างคนนี้มีชื่อเสียงที่ดีหรือไม่ดีในเรื่องสภาพการทำงานและการจ่ายค่าจ้าง? หากคุณได้งานผ่านนายหน้าพยายามหาข้อมูลเกี่ยวกับชื่อเสียงของนายหน้าคนนั้นด้วย เราจะต้องทำงานอยู่ในสภาพที่ตัดขาดจากโลกภายนอกแค่ไหน? มีเพื่อนหรือคนรู้จักอาศัยอยู่ใกล้เคียงที่เราจะไปขอความช่วยเหลือในยามจำเป็นหรือไม่? เราวิธีเดินทางจากที่ทำงานกลับบ้านหรือไม่?

### การติดต่อกับครอบครัวและเพื่อน:

**บอกให้ครอบครัวทราบข้อมูลเกี่ยวกับ** ชื่อ หมายเลขโทรศัพท์ และที่อยู่ของนายจ้าง (และนายหน้า หากมาทำงานผ่านนายหน้า) **ควรติดต่อกับครอบครัวหรือเพื่อนอย่างสม่ำเสมอเวลาที่ไปทำงานไกลบ้าน** ตกลงกันว่าหากพวกเขาไม่ได้ข่าวคราวจากเราภายในช่วงระยะเวลาหนึ่ง ต้องรีบขอความช่วยเหลือเพื่อหาทางติดต่อเราทันที (โปรดดูหมายเลขโทรศัพท์สำหรับติดต่อหน่วยงาน/องค์กรให้ความช่วยเหลือในหน้าหลังของคู่มือเล่มนี้)



**หาเพื่อนใหม่ ๆ** ในสถานที่ใหม่ พยายามคบหากับคนอื่น ๆ บ้าง เช่น แรงงานที่ทำงานบ้านเหมือนกัน หาโอกาสพบปะกับพวกเขาให้บ่อยที่สุดเท่าที่จะทำได้ สร้างเครือข่ายหรือรวมกลุ่มแรงงานทำงานบ้านด้วยกันไว้! อย่าลืมขอหมายเลขโทรศัพท์มือถือของเพื่อนไว้ด้วย และหมั่นส่งข้อความสั้น ๆ หากกันบ่อยๆ



## ข้อควรระวังที่สำคัญเรื่องการค้ามนุษย์:

**อย่าไว้ใจคนแปลกหน้า!** แม้ว่า

คน ๆ นั้นจะมีท่าทางเป็นมิตร ไม่ว่าจะเป็นหญิงหรือชาย คนจำนวนมากถูกคนที่รู้จักระหว่างเดินทางหลอก โดยการเข้ามาผูกมิตรด้วย และสัญญาว่าจะหา “งานสบาย ๆ และได้เงินดี” ในบ้านของใครสักคนให้ทำ คน ๆ นั้นอาจจะโกหกเรื่องค่าจ้างและสภาพการทำงาน เขาอาจทำงานเป็นนายหน้าหาคนงาน และจะได้รับเงินค่าหัวคิวจากเจ้าของบ้านเป็นค่าตอบแทนที่หาแรงงานทำงานบ้านใหม่ให้ แรงจูงใจของคน ๆ นั้น ก็คือ ต้องพาเราไปส่งให้นายจ้างอย่างรวดเร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้



แต่นายจ้างใหม่อาจพยายามหาเงินมาชดใช้ค่านายหน้าทีตนจ่ายไป โดยการหักเอาจากเงินค่าจ้างของเรานั้นเอง และ/หรือริบเอาเอกสารประจำตัว (เช่น พาสปอร์ต บัตรประชาชน) ของเราไปเก็บไว้ นายจ้างบางคนอาจถึงกับขังแรงงานไว้ในบ้านโดยไม่ให้ออกไปไหนในระหว่างนี้

ไม่ควรให้เอกสารสำคัญตัวจริงแก่นายหน้าหรือนายจ้างอย่างเด็ดขาด แม้ว่าเขาจะบอกเราว่าเพื่อเอาไปเก็บรักษาไว้ในที่ปลอดภัย ให้แต่ฉบับถ่ายเอกสารไปก็พอ เอกสารตัวจริงพวกนี้เป็นของเรา และเป็นเอกสารที่มีค่า หากสูญหายก็ไปทำใหม่ทดแทนได้ยากมาก หากไม่มีเอกสารเหล่านี้ เราอาจต้องกลายเป็นนักโทษเพราะทำผิดกฎหมายได้ เพราะเราต้องใช้เอกสารเหล่านี้เวลาเดินทางกลับบ้าน หรืออาจต้องใช้แม้แต่ตอนที่ออกจากบ้านของนายจ้าง ควรถ่ายเอกสารเก็บไว้อีกหลาย ๆ ชุด เผื่อทำเอกสารตัวจริงหาย

**ตอนนี้คุณต้องการความช่วยเหลืออยู่หรือเปล่า?  
หากใช่ โปรดพลิกไปหน้าหลังของหนังสือเล่มนี้**

ฉันเป็นแรงงานทำงานบ้าน

ฉันมีความรับผิดชอบ

แต่ฉันก็มีสิทธิด้วย...

ฉันสมควรได้รับการปฏิบัติที่ยุติธรรม...

เหมือนคนงานคนอื่น ๆ..

และขอเรียกร้องให้ทุกคน

เคารพศักดิ์ศรีของฉัน







เช้าวันรุ่งขึ้น...

นี่คือรายชื่องาน  
ที่เธอต้องรับผิดชอบนะ  
และอย่าลืมไป  
ตลาดด้วยล่ะ



พลัสดีจ๊ะ น้อย!

สวัสดีจ๊ะ  
โคก!

เจ้านายอธิบายงานที่ฉันต้องรับผิดชอบ  
ให้แล้วล่ะ แต่ฉันยังไม่รู้เลยว่ามีวันหยุด  
หรือเปล่า

ก็ถามดูสิ!  
วันหยุดวันอาทิตย์นะ  
เผื่อเราจะได้ไปเที่ยว  
ด้วยกัน

ตกลงจ๊ะ  
แต่ถ้านายไม่ให้ล่ะ?

เธอต้องต่อสู้เพื่อสิทธิ  
ของเรานะ! ทุกคนต้องการ  
วันหยุดทั้งนั้น



วันอาทิตย์...



## เมื่อไรที่ต้องขอความช่วยเหลือจากภายนอก



ในฐานะที่เป็นแรงงานทำงานบ้านคนหนึ่ง เรามีสิทธิที่จะขอความช่วยเหลือจากบุคคลภายนอกได้เมื่อ:

- > สิทธิข้อใดข้อหนึ่งของเราถูกนายจ้างละเมิด
- > ทำงานหนักเกินไป หรือไม่เคยมีเวลาได้พักผ่อน
- > งานที่ได้รับมอบหมายยากเกินไป เมื่อเปรียบเทียบกับค่าจ้างและการอบรมที่ได้รับ ตัวอย่างเช่น ต้องทำงานเหมือนเป็นพยาบาลหรือแม่ครัวมืออาชีพ
- > ถูกไล่ออกจากงานโดยไม่เป็นธรรม และ/หรือนายจ้างไม่ยอมจ่ายค่าจ้างให้
- > ถูกทำร้ายร่างกายหรือลวนลามทางเพศ โดยนายจ้าง สมาชิกคนใดคนหนึ่ง ของครอบครัว หรือคนอื่นที่ทำงานอยู่ในบ้านเดียวกัน
- > ถูกนายจ้างริบเอกสารประจำตัวหรือเอกสารเกี่ยวกับการทำงานไปเก็บไว้
- > ถูกนายจ้างหรือคนของนายจ้างบังคับให้ทำงานโดยไม่สมัครใจ หรือนายจ้างไม่อนุญาตให้เราออกจากบ้านในช่วงเวลาที่ไม่ได้ทำงาน

## ข้อควรคำนึงเป็นพิเศษสำหรับแรงงานต่างชาติ

- > ภายใต้กฎหมายไทย แรงงานทำงานบ้านที่เป็นแรงงานต่างชาติ สามารถเดินทางไปไหนมาไหนได้เฉพาะภายในจังหวัดที่ตนจดทะเบียนทำงานอยู่เท่านั้น
- > หากแรงงานไม่เคารพกฎหมายข้อนี้ รัฐบาลไทยสามารถถอนใบอนุญาตทำงานได้ทันที และแรงงานจะไม่สามารถอาศัยและทำงานอยู่ในประเทศไทยได้อีก และอาจต้องถูกส่งตัวกลับประเทศบ้านเกิด
- > แรงงานทำงานบ้านอาจเดินทางไปยังจังหวัดอื่น ๆ ได้ หากมีนายจ้างหรือคู่สมรสของนายจ้างเดินทางไปด้วยเท่านั้น





การย้ายจากพื้นที่ชนบทเข้ามาสู่เมืองใหม่อาจให้ผลตอบแทนที่ดีและเป็นประสบการณ์ใหม่ที่นำตื่นเต้น แต่ในขณะเดียวกันก็น่ากลัวด้วย ควรระวังตัวและควรคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองก่อนเรื่องอื่น ไม่ว่าสถานะของเราจะเป็นอย่างไร เรามีสิทธิที่จะได้รับความช่วยเหลือเมื่อตกอยู่ในอันตราย นี่เป็นสิทธิในฐานะเป็นมนุษย์คนหนึ่ง และเจ้าหน้าที่ราชการมีหน้าที่ปกป้องคุ้มครองเรา

## ข้อควรคำนึงสำหรับเด็กต่างชาติ



**เด็ก ไม่ว่าจะเด็กไทยหรือเด็กต่างชาติที่อายุต่ำกว่า 15 ปี ไม่ได้รับอนุญาตให้ทำงานเป็นแรงงานทำงานบ้านในประเทศไทย**

เด็กที่อายุมากกว่า 15 ปีแต่ยังไม่ถึง 18 ปีสามารถทำงานได้ แต่ทำได้เฉพาะงานเบา ๆ เท่านั้น ตามมาตรฐานแรงงานระหว่างประเทศขององค์การแรงงานระหว่างประเทศ และกำหนดไว้ในกฎหมายแรงงานของไทย

หากเรายังมีอายุอยู่ในช่วงนี้ ลองถามนายจ้างถึงโอกาสได้ไปโรงเรียนและเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ เนื่องจากเด็กต่างชาติมีความเสี่ยงมากที่จะตกเป็นเหยื่อการค้ามนุษย์ การแสวงหาประโยชน์ด้านแรงงานและทางเพศ รัฐบาลไทยจึงได้เตือนแรงงานต่างชาติที่อายุต่ำกว่า 18 ปีว่าไม่ควรเดินทางเข้ามาในประเทศไทยเพื่อหางานด้วยตัวเอง ยกเว้นว่าจะเดินทางเข้ามาพร้อมกับพ่อแม่ หรือผู้ปกครองที่ถูกต้องตามกฎหมาย (เช่น ไม่ใช่แค่เป็นเพื่อนหรือคนรู้จักที่เป็นผู้ใหญ่)

## ข้อควรระวังอื่น ๆ

นายจ้างส่วนใหญ่เห็นคุณค่าของงานที่แรงงานทำงานบ้านของตนทำให้ นายจ้างจำนวนมากให้ค่าจ้างที่ยุติธรรม ให้วันหยุดในแต่ละสัปดาห์ ให้เวลาพักระหว่างวันทำงาน ให้ความเป็นส่วนตัว (เช่น ห้องส่วนตัว) และประกันสุขภาพและการเดินทาง

แต่นายจ้างบางรายกลับหาประโยชน์จากสภาพการทำงานที่โดดเดี่ยวของแรงงานทำงานบ้าน ด้วยการไม่จ่ายค่าจ้าง ไม่ให้วันหยุด หรือไม่อนุญาตแม้แต่จะให้คนทำงานออกจากบ้าน แรงงานต่างชาติพบว่าตนเองเสี่ยงมากที่จะถูกทารุณในรูปแบบดังกล่าว หากพวกเขาไม่มีใบอนุญาตทำงานหรือใบอนุญาตให้อยู่ในประเทศไทย

## แล้วจะรู้ได้อย่างไรว่าเราถูกปฏิบัติอย่างไม่เป็นธรรม:



**ในกรณีที่ร้ายแรงที่สุด การทารุณกรรมอาจจะเชื่อมโยงกับแรงงานบังคับ และ/หรือแรงงานทาส** ตัวอย่างเช่น หากนายจ้างปฏิเสธไม่ยอมจ่ายค่าจ้างให้เรา หรือไม่อนุญาตให้เราออกจากบ้าน หรือใช้วิธีการกดดัน หลอกกลวง หรือบังคับ (โดยการข่มขู่ ทำร้าย และล่วงละเมิดทางเพศ) นายจ้างไม่ควรริบเอกสารสำคัญประจำตัว (บัตรประจำตัว พาสปอร์ต ใบอนุญาตทำงาน) ของเราไปเก็บไว้ สิ่งเหล่านี้เป็นทรัพย์สินส่วนตัวที่สำคัญต่อเรามาก



หากประสบกับการทารุณกรรมดังกล่าว คุณมีสิทธิที่จะแจ้งความต่อเจ้าหน้าที่ราชการไทย และพวกเขามีหน้าที่ที่จะต้องดำเนินการช่วยเหลือคุณ กลุ่มอื่น ๆ (เช่น กลุ่มที่เราให้รายชื่อไว้ในหนังสือเล่มนี้) ก็สามารถช่วยคุณได้เช่นกัน



**หากคุณถูกจับ (เพราะไม่มีวีซ่าหรือใบอนุญาตทำงาน) คุณก็ยังคงมีสิทธิที่จะได้รับค่าจ้างจากแรงงานที่คุณได้ทำไปแล้ว** หากมีข้อสงสัย ติดต่อกลุ่มที่มีรายชื่อไว้ในตอนท้ายหนังสือเล่มนี้เพื่อขอความช่วยเหลือเพิ่มเติม (เมื่อทำได้)

สำหรับความช่วยเหลือในการจดทะเบียนและขอใบอนุญาตทำงานสำหรับแรงงานทำงานบ้าน โปรดโทรไปที่หมายเลข [1506](tel:1506) (โทรได้เฉพาะโทรศัพท์ที่บ้าน/มือถือในประเทศไทยเท่านั้น)

หาคุณตกอยู่ในอันตรายหรือภาวะฉุกเฉิน โทรไปที่หมายเลข [1300](tel:1300) (โทรได้เฉพาะโทรศัพท์บ้าน/มือถือในประเทศไทยเท่านั้น) ไม่ต้องกังวลว่าสถานะของคุณจะ “ถูกกฎหมาย” หรือจดทะเบียนหรือไม่ คุณจะได้รับการช่วยเหลือ

## ความช่วยเหลือในประเทศไทย

### สหภาพแรงงานและองค์กรพัฒนาเอกชน (NGOs)

หากคุณต้องการความช่วยเหลือ แต่ไม่กล้าติดต่อเจ้าหน้าที่ราชการ สามารถติดต่อองค์กรเหล่านี้ได้โดย**ไม่ต้องกลัว**ว่าจะถูกจับส่งตัวกลับบ้าน

องค์กร	โทรศัพท์	ภาษา	ที่ตั้ง
มูลนิธิเพื่อคุณภาพและการเรียนรู้ของแรงงาน กลุ่มชาติพันธุ์ (MAP Foundation)	053 811 202 053 271 551	พม่า ฉาน ไทย อังกฤษ	ภาคเหนือ ของประเทศไทย
เครือข่ายส่งเสริมคุณภาพชีวิตแรงงาน (LPN)	034 434 267	พม่า ไทย	สมุทรสาคร
มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็ก (FCD)	02 435 5281	พม่า ลาว ไทย	สำนักงานในกรุงเทพฯ
คณะกรรมการรณรงค์เพื่อประชาธิปไตยใน พม่า (TACDB)	02 216 4463	พม่า ไทย	ภาคกลาง
มูลนิธิเพื่อสิทธิมนุษยชนและการพัฒนา (HRDF)	053 223 077, 081 595 7578	พม่า มอญ ฉาน ไทย อังกฤษ	ภาคเหนือ ของประเทศไทย
มูลนิธิเพื่อการพัฒนาแรงงานและอาชีพ (Homenet)	02 513 9242	ไทย อังกฤษ	สำนักงานในกรุงเทพฯ
มูลนิธิผู้หญิง	02 433 5149	ไทย อังกฤษ	สำนักงานในกรุงเทพฯ
สมาคมแรงงานทำงานบ้านกะเหรี่ยง (Karen Domestic Workers' Association)	081 348 3479	กะเหรี่ยงไป กะเหรี่ยงสะกอ ไทย	ทั่วประเทศ
สหพันธ์สหภาพแรงงานพม่า (FTUB)	081 642 2296	พม่า กะเหรี่ยง มอญ	ทั่วประเทศ
องค์กรลูกจ้างสภาแรงงานแห่งประเทศไทย (LCT)	02 758 3300	ไทย	สำนักงานในกรุงเทพฯ
สภาองค์กรลูกจ้างสมาพันธ์แรงงาน แห่งประเทศไทย (TTUC)	02 384 0438	ไทย	สำนักงานในกรุงเทพฯ
สภาองค์กรลูกจ้างอุตสาหกรรมเอกชน แห่งชาติ (NCPE)	02 932 9870	ไทย	สำนักงานในกรุงเทพฯ
สมาพันธ์แรงงานรัฐวิสาหกิจสัมพันธ์ (SERC)	02 537 8973	ไทย	สำนักงานในกรุงเทพฯ
คณะกรรมการสมานฉันท์แรงงานไทย (TLSC)	02 251 3173	ไทย	สำนักงานในกรุงเทพฯ

## หน่วยงานราชการ

หากคุณประสบอันตรายเฉพาะหน้า ควรติดต่อเจ้าหน้าที่รัฐในประเทศไทยต่อไปนี้เพื่อขอความช่วยเหลือ

หน่วยงาน	โทรศัพท์	Languages
สำหรับความช่วยเหลือเร่งด่วน	1300	ไทย
ตำรวจ	191	ไทย
ตำรวจท่องเที่ยว	1155	ไทย อังกฤษ
ความช่วยเหลือด้านการละเมิดสัญญาและใบอนุญาตทำงาน	1506	ไทย
สถานกงสุลประเทศ สปป. ลาวในกรุงเทพฯ	02 539 6667-8 ต่อ 109	ลาว ไทย อังกฤษ
สถานกงสุลกัมพูชาในกรุงเทพฯ	02 957 5851-2 (จันทร์ – ศุกร์)  02 957 5886 (ปัญหาแรงงาน)  081 826 8551 (นอกเวลาราชการ และกรณีฉุกเฉินเท่านั้น)	เขมร ไทย อังกฤษ



การโทรศัพท์กลับบ้าน: หากคุณอาศัยอยู่ในประเทศไทยและต้องการจะโทรศัพท์กลับบ้านเกิดที่อยู่ในประเทศอื่น ต้องกดรหัสสำหรับโทรทางไกลต่างประเทศก่อน (จากประเทศไทยกด 001) จากนั้นกดรหัสประเทศของตน (ประเทศกัมพูชากด 855 ประเทศ สปป. ลาวกด 856 และประเทศพม่ากด 95) ตามด้วยกดรหัสโทรศัพท์ประจำท้องถิ่นและหมายเลขโทรศัพท์)

หมายเลขโทรศัพท์ของครอบครัวและเพื่อน:

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

## บันทึก

องค์กรที่มอบคู่มือเล่มนี้ให้คุณ

อาจจะให้คำแนะนำและความช่วยเหลือเพิ่มเติมได้

คู่มือเล่มนี้เป็นส่วนหนึ่งของ

โครงการรณรงค์เรื่อง

“เดินทางอย่างฉลาด-ทำงานอย่างฉลาด”

(Travel Smart – Work Smart Campaign)

ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโครงการเรื่องงานที่มีคุณค่า

ขององค์การแรงงานระหว่างประเทศ

ในภูมิภาคเอเชียและแปซิฟิก

คุณเป็นแรงงานทำงานบ้านที่อาศัยอยู่ในประเทศไทยหรือเปล่า?  
ไม่ว่าจะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ คนไทยหรือต่างชาติ ชายหรือหญิง

เรามีความรับผิดชอบ – และมีสิทธิ!

การรู้เรื่องเหล่านี้ จะช่วยให้เราหลีกเลี่ยงจากการถูกทำร้าย  
และถูกหาประโยชน์จากการจ้างงาน

คู่มือเล่มนี้จะให้คำแนะนำว่า เราจะเดินทางและทำงาน  
อยู่ในเมืองไทยอย่างปลอดภัยได้อย่างไร จะหลีกเลี่ยงจากนายหน้าหางาน  
และนายจ้างที่เอารัดเอาเปรียบได้อย่างไร  
และจะไปฟ้องใครได้เมื่อต้องการความช่วยเหลือ

อย่าตระหนก แต่จงตระหนัก!

ไม่มีอะไรสายเกินแก้ แม้ว่าคุณกำลังเผชิญกับการทารุณกรรมอยู่ ณ ตอนนี้!



ทำงานอย่างฉลาด มีชีวิตอยู่อย่างปลอดภัย!

คู่มือเล่มนี้มีไว้สำหรับแจกให้แรงงานทำงานบ้าน  
และแรงงานต่างชาติโดยไม่คิดค่าใช้จ่าย โดยผ่านเครือข่ายองค์กรภาคี

Copyright © International Labour Organization 2009