

인권정보자료실
Ma1.14

내몸의 주인은

나

이주여성을 위한
성폭력 예방교육

한국어
English
Mongol

이주여성인권센터

이주여성인권센터
후원: 여성부

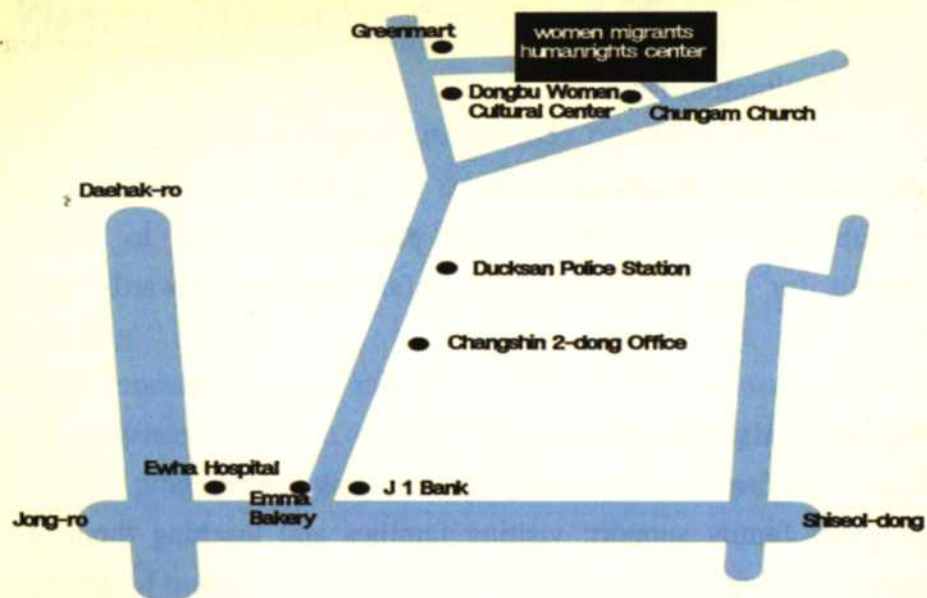


이주여성인권센터

이주여성

Ma1.14

이주여성인권센터
(110-542) 서울시종로구 창신동 23-597
02-3672-8988 wmigrant@yahoo.co.kr



Public transformation

Subway: Get off at Dongdaemoon Station line number 1 or 4 and get out of Exit No. 1.

Bus: Take No. 10,55-3,131,302,134,47,48,53,157,146,38,23, and 32 buses and get off at the Dongdaemoon Stop.

Direction

- Go to the road between J1 bank and Emma Bakery
- Pass the Chanshin 2-Dong office and Ducksan police station
- When you see the Green Mart, turn right onto the side street. You will see a red brick building. WMWHRC is located that building.



Гадаад амьдрагч
бүсгүйчүүдэд
зориулагдсан
бэлгийн амьдралын
талаарх сургалт

Women Migrants Human rights Center

Sponsored by



Ministry of Gender Equality

Санал асуулга

Дараах асуултаар бид бэлгийн харьцааны талаар ямар ойлголттой явдгийг мэдэж болно.

1. "Бэлгийн харьцаа" энэ үгийг сонсоод өөрт төрж буй сэтгэгдлээсээ 3 янзаар бичнэ үү.

- 1) _____ 2) _____ 3) _____

2. Солонгос улс болон өөрийн улсыг бэлгийн харьцааны талаар хэрхэн авч үздэг болохыг харьцуулан үзэж ялгаатай талыг бичнэ үү?

3. Бэлгийн харьцааны талаарх мэдлэг нь хэдэн наснаас эхлэвэл зүгээр гэж бодож байна вэ?

- 1) Төрөх цагаасаа 2) Хүүхэд наснаасаа
3) Шилжилтийн наснаасаа 4) Нас биенд хүрээд

4. Бэлгийн харьцааны талаарх мэдлэгт хамраагдах ёстой гэж бодсон зүйлээ тэмдэглэнүү.

Анагаах ухааны мэдлэг (), Сурах бичиг (), Гэрлэлт (), Жирэмслэлт (), Жирэмслэхээс сэргийлэх (), Бэлгийн замын халдварт өвчин (), Бэлгийн харьцааны ёс суртахуун (), Хүйсээр ялгаварлах (), Бэлгийн хүчирхийлэл (), Гэр бүлийн хүчирхийлэл (), Нийгмийн эрх тэгш байдал (), Үүрэг хариуцлага (), Бусад ()

5. Бэлгийн харьцаанд нөлөөлөх хүчин зүйл гэж бодсон зүйлээ тэмдэглэнэ үү.

Эцэг эхийн бэлгийн харьцааны талаарх биеэ авч явж байгаа байдал болон үйл хөдлөл (), Хамаатан садан болон хөршийн биеэ авч явж байгаа байдал болон үйл хөдлөл (), Багш болон

хичээлийн агуулга (), Шашны мэдлэг (), Олон нийтийн хэвлэл мэдлээлийн хэрэгсэл (), Хэл (), Уламжлал (), Бусад

6. "Эмэгтэй хүүхэд байж дөлгөөн томоотой бай, эрэгтэй хүүхэд байж юунд уйлсан юм бэ?" гэх мэтээр зэмлүүлж байсан уу?

- 1) Тийм 2) Үгүй

7. Хүүхэд байхад эцэг эхийн хүү болон охиндоо даалгадаг байсан ажил өөр байдаг гэдгийг мэдэрч байсан уу?

- 1) Тийм 2) Үгүй

8. Сургуульд байхдаа эмэгтэй сурагч байсан учраас ялгаварлан гадуурхагдаж байна гэж бодож байсан удаатай юу?

- 1) Тийм 2) Үгүй

9. Дараах шинж чанаруудын аль нь эрэгтэй эмэгтэй хүмүүст илүү тохиромжтой гэж бодож байна вэ?

(Аль алинд нь хамааралтай гэж бодож байвал хоёуланг нь тэмдэглэнэ үү)

		Эр	Эм		Эр	Эм
1	Зөв Хүмүүжилтэй		9	Хөдөлгөөнтэй		
2	Зөрүүд		10	Тусархаг		
3	Нийтгэч		11	Томоотой		
4	Үлгэр дууриалтай		12	Хамгаалагч		
5	Өөртөө итгэлтэй		13	Шинийг санаачлагч		
6	Үнэнч шудрага		14	Сэтгэл хөдлөмтгий		
7	Хүч чадалтай		15	Зарчимч		
8	Дайчин		16	Өөнтөгч		

10. Бэлгийн хүчирхийлэлд юу хамаарагддаг гэж боддог вэ?

- 1) Хүчиндэх 2) Өдөх 3) Оролдох
4) Тоглоом хийх 5) Бусад

Г. Бэлгийн харьцаа гэж юу вэ?

1) Бэлгийн харьцааг илэрхийлэгч хүчин зүйлүүд

- ① "Секс буюу биологийн бэлгийн харьцаа" гэдэг нь хүн төрөх цагаас эхлэн бие махбодийг бүтээгч(бэлэг эрхтэн) бөгөөд үүгээр дамжин жирэмслэх гэх мэт нөхөн үржихүйн биологийн харьцаа явагддаг.
- ② "gender буюу нийгмийн харьцаа " нь дээр дурдсан шинжийг үндэслэж бий болсон олдмол шинжтэй харьцаа бөгөөд нийгэмд шаардагдаж буй эрэгтэйчүүд, эмэгтэйчүүдийн үүрэг, биеэ авч явах байдлыг эзэмшүүлдэг соёлын чанартай зүйл юм.
- ③ "sexuality" энэ нь дээрх хоёр харьцаанд тулгуурлаж сексийн талаарх шунал тачаал, үнэ цэнэ, үйл хөдлөл, таашаал, сэтгэл хөдлөл, төсөөлөл зэргийг нэгтгэн илэрхийлдэг.

2) Бэлгийн харьцааны талаарх ойлголтууд

- ① Хуучинсаг буюу уламжлалт ойлголтууд Бэлгийн харьцааг "нуух ёстой зүйл", эсвэл "ичгүүртэй явдал" гэж боддог хүмүүс бэлгийн харьцааны талаар сонирхох нь аюултай зүйл гэж үздэг. Бэлгийн харьцаа нь нууцлаг бөгөөд гэрлэсэн хүмүүсийн хооронд байж болох хойч үеийг үйлдвэрлэгч багаж мэтээр ойлгодог. Түүнчлэн эмэгтэйчүүдийг цэвэр ариун байхыг онцгойлон авч үзэж сексийн талаар сонирхохыг асуудал болгон үздэг. Эрэгтэйчүүдэд хүлээн зөвшөөрөгдсөн "хоёрдмол

(давхар) хүйсийн ёс суртахуун" болон "хүйсээр ялгаварлах иде алог"-ийг онцгойлон үздэг.

- ② Бэлгийн харьцааны талаар өөрийн гэсэн байр суурьтай хүмүүс бэлгийн харьцааны талаар сонирхон авч үзэх, түүнийг чухал гэдгийг хүлээн зөвшөөрдөг. Гэвч анагаах ухааны талаарх мэдлэг юмуу бэлгийн хүчирхийлэлээс сэргийлэх гэх мэт биологийн талд голдуу анхаарлаа хандуулдаг учраас секстэй холбоотой асуудлыг үл анзаардаг. Үүнийг уламжлалт ойлголттой харьцуулахад нээлттэй юм шиг боловч сексийн талаарх эндүү ташаа ойлголтонд шүүмжлэлтэй хандах зэрэг асуудалд нээлттэй байж чаддаггүй.
- ③ Сексийн талаарх нээлттэй ойлголт Дээрх асуудалд нээлттэй байр суурьнаас ханддаг хүмүүсийн хувьд сексийг бүхэл амьдралдаа туулж өнгөрүүлэх зүйл хэмээн ойлгодог. Секс нь биологийн хэмжээнээс хальж зугаа цэнгэл, хайр сэтгэл гэх мэт хүн төрөлхтөний харьцааг хамруулдаг бөгөөд энэ нь хэл сурахтай адил зүйл юм. Мөн үнэнийг гуйвуулсан нийгэм ба соёлын үнэ цэнэ болон орчныг шүүмжилдэг. Энэхүү ойлголт нь хүйсээр ялгаварлах хүрээнээс гарч үнэн зөв бодлогыг дэмжин эрх тэгш хоёр талын харьцаа болон тэгш эрхт хүн төрөлхтөний харьцааг бий болгосноор нийгэмд тууштайгаар нөлөөлж нээлттэй бөгөөд хүмүүнлэг нийгмийг бий болгоно.

3) Дараах зүйлүүдийг мэдэж авснаар сексийн талаар зөв ойлголттой болно.

- ① Сексийн талаарх ойлголт бүрэн төгс байх хэрэгтэй.
– Секс нь биолог, сэтгэл зүй, нийгмийн ёс суртахууныг хамруулсан бүрэн төгс байх хэрэгтэй.

– Хүн төрөлхтөний боловсролын асуудлын нэг болох сексийн талаарх ойлголт нь төрх цагаасаа эхлэх ёстой бөгөөд насны ангилал бүрд тохирсон мэдлэг хэрэгтэй.

– Бүх хүн төрөлхтөн бэлгийн харьцаагаар оршин тогтнодог бөгөөд урьд үүнд хамаарагдаггүй байсан хүүхэд, өндөр настан, тахир дутуу хүмүүс ч бас мөн адил хамаарагдана гэдгийг ойлгох хэрэгтэй.

Сексийн талаар зөв ойлголттой байснаар өөрийн шийдвэр гаргахад онцгой нөлөөлнө.

– Өөрийн сэтгэл санаа, хэрэгцээ шаардлага, бие махбодийн мэдрэмжийг танин мэдэж ингэснээр энэ нь чухал, үнэ цэнэтэй болохыг мэдэж авдаг.

– Хүсээгүй харьцаа юмуу эсрэг хүйсийн харилцааны талаар товч тодорхой "үгүй" гэж хэлж чаддаг эрх үүрэгтэй байна.

– Бэлгийн хүсэл тачаалаа ухаалгаар захирч, хариуцлагатайгаар хандана.

– Эсрэг хүнийхээ байр суурь, саналыг хүндэтгэн санаа тавина.

– Сексийн талаарх ойлголт, биеэ авч явах байдалд олон байр суурь байдгийг танин мэднэ.

Сексийн талаарх ойлголтонд нөлөөлж буй эндүү ташаа ойлголтуудыг шүүмжилж чаддаг билгийн нүдтэй байх хэрэгтэй.

– Сексийн талаар тодорхой, шинжлэх ухааны чанартай мэдээлэл болон мэдлэгийг сурч түүнтэй холбоотой буруу ташаа ойлголтуудыг шийдвэрлэж чаддаг байх хэрэгтэй.

– Хоёрдмол бэлгийн харьцааны үндэс болж байгаа нийгмийн бүтэц болон хүйсээр ялгаварлан үзэх ойлголтийг даван туулж биеэ зөв авч явах ойлголтийг бий болгоно.

② Сексийн талаар анагаах ухааны мэдлэг хэрэгтэй.

– Эрүүл сексийн амьдралтай байхын тулд эрүүл ахуйн болон бэлгийн замын халдварт өвчний талаарх мэдлэгтэй байх хэрэгтэй.

– Гэрлэлт, хүүхэд, жирэмслэхээс сэргийлэх зэрэгтэй холбоотой

анагаахын мэдлэгийг эмэгтэйчүүд төдийгүй эрчүүд бас сурах хэрэгтэй.

4) Сексийн үүрэг болон сексийн талаарх ойлголтын харьцаа

Сексийн үүрэг нь хүн төрөлхтөн эрэгтэй, эмэгтэй хүнийхээ хувьд өөрийгөө ойлгох, сексийн талаар ойлголт авахад чухал үүрэгтэй. Үүнийг хэл сурахтай харьцуулан үзэж болно. Хүн төрхөөсөө сексийг сурах биологийн нөхцөл чадвартай төрдөг боловч нийгэмд нийтээр хэрэглэж байгаа хэл, биеэ авч явах байдал, мэдрэмж (gender) зэргийг сурах ёстой. Эдгээр хувь хүн өөрийн сэтгэл санаа, хэрэгцээ шаардлага, найдварыг илэрхийлж эсрэг хүнээ ойлгох харилцуурын гол үндэс болж өгдөг. Дараах нь нийгмийн чанартай бэлгийн харицааг ойлгоход чухал үүрэгтэй.

① Сэтгэхүйн өсөлт

Энэ нь хүн өөрийн биологын харьцааны тухай мэдэж авахыг илэрхийлдэг бөгөөд хүүхэд 2-3 настайдаа эргэн тойроны хүмүүсийнхээ хүйсийг мэддэг болж (голдуу гадаад төрх, хувцасаар нь) 4 настайдаа хүйс өөрчлөгддөггүй болхыг, 5-6 настайдаа бүрэн төгс хөгжсөн сэтгэхүйтэй болдог.

② Сексийн үүрэг

Нийгэмд дэх эрэгтэй, эмэгтэй хүмүүст зүй зохистой үйл хөдөлгөөн, биеэ авч явах байдал, үүрэг зэргийг хэлнэ.

③ Сексийн үүргийн

Эрэгтэйчүүд, эмэгтэйчүүдийн үүрэг хариуцлага, биеэ авч явах байдал, байр суурийн талаарх нийгмийн хэмжээсийг өөрийн болгож авхыг хэлнэ. Энэ нь тогтсон цагт бий болдоггүй төрхөөс

эхлэж насан туршид яригдах сэдэв гэж хэлж болно.

④ Сексийн үүргийн талаарх ойлголт

Энэ нь эрэгтэйчүүд эмэгтэйчүүдийн мөн чанар өөрөөр хэлбэл нийгэмд эрэгтэй эмэгтэй хүмүүс юугаараа ялгаатай вэ гэдгийг илэрхийлж байдаг. Тухайн нэг хүний үйл хөдлөлийг тэр хүний онцлог шинж гэж үзэхдээ биш ихэвчлэн тэр хүний хүйсийн ялгаанаас болж байна гэж үздэг. Сексийн үүргийн талаарх уламжлалт байр сууринд бие махбодийн ялгаа- биеийн бүтэц болон нөхөн үржихүй (жирэмслэлт, төрөлт) - гэс түүний үндсийг хайж ялгааг гарган эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийн хоорондох зан авир, шинж чанарын ялгаанд тохирсон үүрэг хариуцлага, нийгмийн байр суурь нь өөр байхаас аргагүй хэмээн дүгнэсэн байдаг. Эрэгтэй хүний үүрэг хариуцлага илүү чухал үнэ цэнэтэй зүйл бөгөөд эмэгтэй хүний үүрэг хариуцлагыг доогуурт үзсэнээр эрэгтэй, эмэгтэй хэмээн ялгаварлан гадуурхаж буй хүйсээр ялгаварлах идеалог юм. Эрэгтэй эмэгтэй хүмүүсийн бие махбодийн ялгааг ялгаварлан гадуурхахын үндэс болгодог. Үүнээс үүдээд эрэгтэйчүүдийг чадвартай, бие даасан, дайчин хэмээн үзэж эмэгтэйчүүдийг авъяаслаг, эелдэг дотно, бусдын сэтгэлийг сайн ойлгодог боловч чадал, биеэ даасан шинж зэрэг локиг талаасаа дутагдалтай гэж үздэг. Гэсэн хэдий ч байгалиас заяасан бие махбодийн ялгаанаас гаднах эрэгтэйчүүд эмэгтэйчүүдийн ялгаа нь эсэргээр эмэгтэйчүүдийн хоорондын ялгаа, эрэгтэйчүүдийн хоорондын ялгаанаас илүү бага байдаг байна.

5) Үр хүүхэдийн бэлгийн харьцааны хүмүүжлийн эхлэл нь эцэг эхчүүдийн биеэ хэрхэн авч яваагаас улбаална. Эцэг эхчүүдийн мэдлэг амьдралаар дамжин чөлөөтөйгөөр үр хүүхэддээ хүрдэг учраас эцэг эх нь хүмүүжүүлэгчийн үүрэг гүйцэтгэдэг.

(1) Эцэг эхийн ямар байдал хэрэгтэй вэ?

- ① Эцэг эхчүүд
- ② Илэн далангүй, чөлөөтэй байх хэрэгтэй.
- ③ Эцэг эхийн дамжуулах гэж буй мэдээлэл ба биеэ авч явах байдал нь нийтлэг байх хэрэгтэй. (үг хэлээр болон/үг хэлээр бус)
- ④ Сексийн талаарх шинжлэх ухааны мэдлэг хэрэгтэй.
- ⑤ Сексийн талаарх мэдлэг нь хөгжлийнхөө үе шаттай тохирч байх хэрэгтэй. Өөрөөр хэлбэл үр хүүхдийнхээ хөгжлийн явц болон шаардлагад нийцэн тодорхой хэрэгжих ёстой.
- ⑥ Хийсвэр тайлбараас илүү болж өгвөл тодорхой байх нь илүү сайн.
- ⑦ Эрэгтэйчүүд эмэгтэйчүүдийн талаарх өрөөсгөл ойлголтыг зөв ухааруулж өгч бие биенээ хүндэтгэн, туслах байдалд сургах хэрэгтэй.

(2) Сексийн талаарх асуултанд хэрхэн хариулах вэ?

- ① Асуулт тавьж байгаа хүүхдийн сэтгэлийг зовоож байгаа болон сонирхож зүйлд нийцүүлэн хариулна.
- ② Тухайн хүүхдийн мэдлэг, сэтгэл зүйд тохирсон байвал илүү анхааран сонсоно. Хүүхэд хэт нуршсан тайлбар сонсох дургүй байдаг.
- ③ Хүүхдүүд өөрийн асууж байгаа зүйлийн талаар түүний эцэг эх, ах эгч нар хэрхэн боддог талаар мэдхийг хүсдэг болхоос энгийн тайлбарууд сонсохыг хүсдэггүй. Жишээ нь "Хүүхэд яаж үүсдэг вэ?" гэж асууж байгаа хүүхдэд "Тэгэхээр, хүүхэд бий болхын тулд эрэгтэй эмэгтэй хүмүүс....." гэхийн оронд "ээж аав хоёр нь....." гэж тайлбарлавал илүү сонирхон сонсож
- ④ тухайн зүйлийн утгыг төдийгүй хүний харьцааны талаар ч гэсэн ойлгож мэдэх болно.

⑤ Хүүхэд өөртөө чухал гэж бодсон зүйлээ асууж үүндээ тохирсон хариултыг хүлээдэг. Шууд хариулахгүй тойруу замаар ярьж тайлбарлах юмуу тайлбар маань хэт нуршаа болвол сонсохоо болих юмуу анхаархаа больдог. Жирэмсэн эмэгтэйг хараад хүүхэд "Тэр хүний гэдэс яагаад том байгаа юм бэ?" гэж асуувал "Чи ээжийнхээ гэдсэнд байхад ээж нь бас ийм том гэдэстэй байлаа. Хүүхэд томрох тусам ээжийнх нь гэдэс ч бас томордог юм байхгүй юу" гэж хариулж болно.

⑥ Хүүхдэд мэдлэг олгохдоо биш түүний мэдэрч болох мэдрэмжийг хэлж өгч болно. Жишээ нь жирэмсэний талаар тайлбарлахдаа "Чи ээжийнхээ гэдсэнд томрох үед ээжийнх нь гэдэс бас томорч алхахад хүртэл хэцүү болж байлаа. Гэхдээ чиний гэдсэн дотроо хөдлөхийг мэдрэх үед ээж нь хичнээн аз жаргалтай болдгийг хэлхийн аргагүй. Чамайг хурдхан харахыг хүсдэг байлаа....."

⑦ Хүүхэд ямар нэг юм асуухад түүний талаар хэрхэн мэдэж байгаагаар өөрийн байр суурь илэрхийлэгдэнэ. Жишээ нь "Хүүхэд яаж гардаг вэ?" гэж асууж буй хүүхдэд "Чи юу гэж бодож байна?" гэж асуувал хүүхэд өөрийн мэдэж буй зүйлийг хэлэх болно. Гэхдээ эцэг эх бүгдийг мэдэх аргагүй. Хэрэв Тухайн асууж буй зүйлийн талаар сайн мэдэхгүй тохиолдолд "Ээж нь бас сайн мэдэхгүй байна. Хоёулаа номын санд очиж энэ тухай номноос олж уншъя" гэж хариулан хүүхэдтэйгээ хамт тэр номыг олж уншвал хүүхдийн хувьд эцэг эх бүгдийг мэдэх ёстой гэсэн бодол нь өөрчлөгдөж мэдэхгүй юм гарах тохиолдолд өөрөө мэдээллийг хайж олдог зуршилтай болно.

2. Бэлгийн хүчирхийлэл

1) Бэлгийн хүчирхийлэл гэж юу вэ?

Бид ихэнхдээ хүч хэрэглэж хурьцал үйлдхийг бэлгийн хүчирхийлэл хэмээн ойлгож ирсэн бөгөөд хохирогч нь эмэгтэйчүүд байсан. Солонгосын нийгэмд хүчирхийлэлийн талаар онцгойлон авч үзээд удаагүй байгаа билээ. 1980 оноос хойш хүчирхийлэл нь нийгмийн асуудал болон тавигдаж 1993 онд "Бэлгийн хүчирхийлэлийн онцгой хууль"-ийг боловсруулж 1994 оноос энэ хууль хэрэгжиж байна.

Эмэгтэйчүүдийн хувьд бэлгийн хүчирхийлэлийг хувь хүний чөлөөт сэдэлтээс үүдэлтэй гэмт хэрэг гэж ойлгож ирсэн. Өөрөөр хэлбэл бэлгийн хүчирхийлэл нь "Хүчиндэлт төдийгүй хүнд үйлдэх бүх л бие махбодийн, хэл зүйн, сэтгэл зүйн хүчирхийлэл"-ийг хамруулан авч үздэг. Бэлгийн хүчирхийлэлд өдөх, оролдох, бэлэг эрхтнээ харуулах, дагаж мөшгөх, бага насны хүүхдийг оролдох, эхнэртэйгээ хүчээр бэлгийн ажил хийх, хүчээр хурьцалын ажил хийх, утсаар шалиг зүйл ярих e-майл явуулах, шалиг зүйл харуулах, шалиг үг хэллэг болон харц зэрэг нь багтдаг. Түүнчлэн бэлгийн хүчирхийлэлттэй холбоотой зүйлээр тайван бус айдаст автах зэрэг нь шууд бус бэлгийн хүчирхийлэлд орно.

2) Бэлгийн хүчирхийлэлийн талаарх зүй бус ойлголтууд

- ① Бэлгийн хүчирхийлэлийг танихгүй хүн үйлддэг.
- ② Бэлгийн хүчирхийлэл нь эрэгтэй хүний өдөөлтөөс зайлах

аргагүй болсон тохиолдолд үүснэ.

- ③ Эцэст нь хүртэл тэмцэхийн бол хүчиндүүлэхгүй байх боломжтой.
- ④ Хүчиндэлтийг сэтгэцийн өвчтэй хүн үйлддэг.
- ⑤ Хүчирхийлэл нь залуухан бүсгүйчүүдэд ихээр тохиолдоно.
- ⑥ Эмэгтэйчүүдийн задгай хувцаслалт нь хүчирхийлэлд өртөхийн нэг шалтгаан болдог.
- ⑦ Надад тохиолдохгүй хэрэг.
- ⑧ Эмэгтэйчүүд өөрсдөө болгоомжтой байхаас өөр хүчирхийлэлээс сэргийлэх арга зам байхгүй.
- ⑨ Хүчиндүүлнэ гэдэг нь бэлгийн харьцаанд орсон гэсэн үг юм.

3) Бэлгийн хүчирхийлэлийн хэлбэр болон бодит байдал

- ① Бага насны хүүхдийн хүчирхийлэл
Бага насны хүүхдийн хүчирхийлэл нь 13 наснаас доош насны хүүхдэд хамаарагддаг бөгөөд хүчирхийлэлийн 80 хувийг ойр дотны хүмүүс үйлдсэн байдаг. Бага насны хүүхэд хүчирхийлэгч нь ойр дотны (хамаатаны, ах, авга ах, нагац ах, өвөө гэх мэт) хүн байх тохиолдолд "цусан төрлийн хүчирхийлэл" гэдэг. Түүнээс гадна тэдний асран хамгаалагч болон тэдний ойр дотныхон байх магадлал өндөр байдаг.
- ② Өсвөр насныхны хүчирхийлэл

Энэ нь 13 аас дээш 19 өөс доош насны өсвөр насны хүүхдүүдэд тохиолддог хүчирхийлэлийг хэлдэг. Бага насны хүүхдийн хүчирхийлэлийн асуудалтай харьцуулахад бүлэглэж үйлдэх, хувь нь өндөр байдаг бөгөөд эрэгтэй хохирогч ч байдаг. Мөн бусад насныхантай харьцуулахад ойр дотныхны хүчирхийлэлийн хувь нь өндөр байдаг. Бага насны хүүхдийн хүчирхийлэлийн асуудлыг гэмт хэрэгт тооцож шийтгэл хүлээлгэдэг бол өсвөр насныхны хувьд харилцан тохирсон бэлгийн харьцаа гэж авч үзэх ч бий. Энэ нь сүүлийн үед өсвөр үеийнхэн сексийн талаар нээлттэй болж ямар нэг хэмжээнд шийдвэр гаргах чадвартай гэж үздэг учраас юм.

③ Ажил доторх хүчирхийлэл

Энэ нь секстэй холбоотой наргианаас авхуулаад оролдох, хүчиндэх зэрэг олон янз байдаг. Хэрэг үйлдэгч нь голдуу хамтран ажиллагч, хэрэглэгч гэх мэт хүмүүс байдаг. 1991 онд Солонгосын эмэгтэйчүүдийн холбооноос ажил доторх хүчирхийлэлийн талаар судалгаа хийж үзэхэд 84 хувь нь хэл зүйн хүчирхийлэл, 15 хувь нь бэлгийн хүчирхийлэл, бусад гэсэн дүн гарчээ. Ажил доторх хүчирхийлэл нь эмэгтэйчүүдийн ажиллах хүчийг бууруулж эмэгтэйчүүдийн эрх төдийгүй хөдөлмөрлөх эрхэнд хүчтэйгээр нөлөөлдөг.

④ Зайны хүчирхийлэл

Зайны хүчирхийлэл гэдэг нь хүсээгүй шалиг үг хэллэг, имижийг ашиглан сүрдүүлэх, дайсагнах хэлбэрийн орчныг бүрдүүлж харилцагч этгээдийнхээ мэдээллийн хэрэгслийг ашиглан хохирол үзүүлэхийг хэлнэ. Өөрөөр хэлбэл интернет ярианы өрөөнөөс сексийн талаар хүсээгүй ярилцлага хийхийг шаардах юмуу, секстэй холбоотой мэдээ дамжуулах, секстэй холбоотой цахилгаан шуудан болон зурвас илгээх мөн секстэй холбоотой материалыг зарлалын самбарт гаргах юмуу эсвэл

өөр хүмүүстэй тантай холбоотой секс ярих зэргийг хэлнэ.

4) Бэлгийн хүчирхийлэлээс үүдсэн хохирол болон үр дагавар

① Сэтгэл зүйн : Айдас, гунигт автах, нойр муутай болох, хоолонд муу болох, өөртөө итгэлгүй болох, сэтгэц муудах, амиа хорлох, ууртай болох

② Өөрийн байгаа орчны талаар буруу ойлголттой болж үүнээс болж бодит бус үйл хөдөлгөөнийг хийдэг. Жишээлбэл "Өөрийгөө бохирдсон" гэж үзэх эндүү ташаа ойлголт нь өөрийгөө жигшин үзэхэд хүргэснээр амиа хорлохын эхлэл болдог. Амь насанд аюултай орчинд хүчирхийлэлд өртсөн тохиолдолд тухайн хүнд хортой үр дагавар авчирдаг.

③ Нийгэм

Олон нийтийн харьцаанаас тасран хөндийрч өөрийгөө хохирогч гэдгийг хүлээн зөвшөөрч чадахгүй тохиолдолд гэр бүл болон найз нөхөдтэйгөө харилцахаас зайлсхийж эцэст нь өөрийн шаналалаас болж ганцаардмал амьдралаар амьдрах болдог. Мөн эрчүүдийг жигшин үзэж тэднээс айн эсрэг хүйсийн харьцаанаас ямагт зайлсхийх болдог.

④ Бие махбод

Хүчирхийлэлээс үүдэн аарцаг өвдөх, толгой өвдөх, бэлгийн замын халдварт өвчний үрэвсэл, удаан хугацааны цус алдалт, сарын тэмдэг зогсох, жирэмслэх зэрэг үр дагаварууд илэрч бага насандаа өртсөн тохиолдолд цаашид жирэмслэхгүй болох гэх мэтээр бие махбодиороо хохирдог.

⑤ Бэлгийн харьцаа

Гэр бүлийн бэлгийн харьцаанаас зайлсхийх, сэтгэл хөрөх, бэлгийн харьцаанд орох тохиолдолд сэтгэл зүйн таагүй байдал үүсхээс гадна өөрийгөө аль хэдийн бохирдсон гэж бодсоноос өөрийгөө гаргуунд нь гаргадаг.

5) Бэлгийн хүчирхийлэлийн талаар арга хэмжээ авах болон тусламж үзүүлэх

① Хуулиар шийдэгдэх билгийн хүчирхийлэлийн гэмт хэрэг

– Хүчин: Хүч хэрэглэх мөн сүрдүүлэлтээр эсрэг хүнийхээ эсэргүүцлийг зогсоон хурьцал үйлдсэнээр гэрлэсэн эмэгтэй хүчингийн хэргийн хохирогч болдог. Бэлэг эрхтнээс өөр бусад үйлийг үтрээнд оруулах, хүйс солиулах мэс засал хийлгэсэн эрэгтэйн хүчирхийлэл, хүчээр анусанд хурьцал хийх нь хүчинд хамрагдахгүй хүчирхийлэлийн ангилалд ордог. Хүч хэрэглэж сүрдүүлээгүй хэдий ч нас биенд хүрээгүй хүнтэй бэлгийн ажил хийх, албан тушаал, эрх мэдлээ ашиглан бэлгийн ажил хийх, хуулиар хориотой гэрлэсэн эмэгтэйтэй бэлгийн ажил хийх нь хүчинд тооцогдож шийтгэл хүлээдэг.

② Арга хэмжээ авах

- Мэргэжлийн байгууллагатай холбоо барьж тусламж хүснэ.
- Гэр бүл, найз нөхөд зэрэг итгэж болох хүмүүстээ хэргийн талаар тодорхой ярьж мэдэгдэнэ.
- Баримтийг хадгална.
- Хэрэг үйлдэгчээр хүчирхийлэл хийснийг нь хүлээн зөвшөөрүүлж бурууг нь хүлээлгэнэ.
- Хэрэгтэн үүнээс татгалзсан тохиолдолд шүүхэд хандана.
- Хэргээс үүдсэн сэтгэлзүйн цохилтыг сэтгэлзүйн зөвлөгөө өгөх газар очиж эмчлүүлнэ.

③ Эрүүл мэндийн тусламж

- Хүчирхийлэлд өртсөн даруйдаа эмнэлэгт очиж эмчлүүлэх хэрэгтэй.
- Эмнэлэгт хурдан хандах тусмаа сайн.
- Хүчирхийлэлд дараа эмнэлэгт очихдоо дараах зүйлийг бэлдэх хэрэгтэй.
- Мэргэжлийн байгууллагатай холбоотой эмнэлэгт шинжилгээ хийлгэх нь сайн байдаг.
- Баримт болон шинжилгээ хийлгэхэд хохирогч болон түүний гэр бүлтэй зөвлөлдөнө.
- Жирэмсэн болсон байж болзошгүй тохиолдолд эмчийн зааврын дагуу 72 цагын дотор зулбуулах эм ууна.

④ Сэтгэл зүйн тусламж

- Хохирогчийг сэтгэл зүйн үүднээс эдгээх хэрэгтэй.
- Хохирогчийн сэтгэл зүйн зовлонг хамтдаа даван туулах бэлтгэлийг хийнэ.
- Хохирогчийн хэлж ярьж буй зүйлийг нь анхааран сонсож, хүндэтгэн авч үзэх хэрэгтэй.
- Хүчирхийлэлийн хохиролын тухай хүлээн авах байдал болон сэтгэл санааг шинжин сексийн талаарх үнэ цэнэ болон байр суурийг дахин бодож үзэх хэрэгтэй. Ялангуяа бэлгийн хүчирхийлэлийн талаар өрөөсгөл бодолтой байдаг бол хохирогчийн сэтгэлийг шархлуулж болно.
- Хохирогчид байгаа сайн талыг урамшуулан зоригжуулж, түүнийг үзэл бодлоо илэрхийлэхэд нь туслаж дэмжинэ.
- Хохирогчийн хүсэлтийг зөвөөр ойлгон тууштайгаар дэмжинэ.
- Тухайн зүйлийг тодорхой шийдвэрлэх арга замыг хайж нөхцөл байдлыг нэг нэгээр нь хянаж шалгана. Тухайн нөхцөл байдлаас гарч болох муу үр дагавар, аюултай байдлыг

урьдчилдан тооцоолж хохирогч өөрийн шийдвэрийг гаргахад туслана.

– Хохирогчийн ярьж буй халдлагын талаарх ярианд итгэж үнэмшинэ.

– Хохирогчийг өөрөө тэр байдлыг үүсгэн бий болгосон гэх юмуу асуудалд тоомжиргүй хандах, үл ойшоох, бэлэг авснаас болсон гэх мэтээр түүнийг буруутгасан утгатай зүйл ярихийг хориглоно.

– Үл ялих жижиг зүйл ч гэсэн хохирогчийн сэтгэлийг ихээр эмзэглүүлж болхыг ойлгох хэрэгтэй.

– Хүчирхийлэлээс үүдсэн сэтгэл цохилт нь яваандаа эдгэх учраас яарах хэрэггүй.

– Хохирогч халдлагаас үүдсэн үр дагаварыг даван туулж шинэ амьдралаар амьдрах эрхтэй гэдгийг түүнд ойлгуулах хэрэгтэй.

– Хохирогч уур уцаартай, гунигт автах, айдасд автах зэрэг нь байж болох зүйл учраас түүнийг энэхүү сэтгэлийн хөдөлгөөнөө илэрхийлэхэд нь зоригжуулж туслах хэрэгтэй.

– Түүнийг зовлонг хамтдаа хуваалцаж, тайвшруулах хүсэлтэй байгаагаа хэлэх хэрэгтэй.

– Хохирогч өөрийгөө ичгүүртэй, гэмтэй мэтээр бодож ингэснээр эргэн тойрныхоо хүмүүсээс харьцаагаа таслаж нууцлагдмал байдалд байхыг хүсдэг нь байж болох зүйл учраас үүнийг ойлгох хэрэгтэй.

⑤ Гомдол гаргах

Энэ нь гэмт этгээдийг хуулийн газар мэдэгдэж түүнд тохирсон шийтгэл хүлээлгэхийг хүсэж буй үйлдэл бөгөөд ингэхийн тулд өргөдөл бичиж хэрэг болсон газар, хэрэгтэн болон хохирогчийн гэрийн хаягтай газрыг хариуцсан цагдаагийн хэсэг болон цагдаагийн газарт өргөдөл гаргаж өгөх хэрэгтэй.

⑥ Гомдол гаргаснаар хүнд байдалд орж болно.

Мөрдөлтийн явц болон шүүх хуралдаанд хохиролын талаарх мэдүүлэг өгөх, хэрэг үйлдэгчтэй нүүр тулан уулзах зэрэг хэцүү байдал тулгарч болно. Халдлагийг нотлох баримт дутагдалтай тохиолдолд хэргийг хэрэгсэхгүй болгох, шүүх хуралдаан олон хоногоор үргэлжилэх зэргээс сэтгэл зүйн болон эдийн засгийн хувьд хохирох юмуу хэрэг үйлдэгч эсэргээр нэр хүндэд халдсан хэргээр гомдол мэдүүлж ч болно.

⑦ Хэрэг шалгалтын явц хэрэгтэний талаар мэдэх болсноос 1 жилийн дотор хийгдэх ёстой.

Гомдолыг хүчингүй болгох тохиолдолд дор хаяж шүүхийн анхан шатны шийдвэр гархаас өмнө хийгдэх ёстой бөгөөд түүнээс хойш хийгдсэн тохиолдолд ажилд нөлөө үзүүлж болно. Гомдолийг цуцласанаас хойш дахин гомдол мэдүүлэх боломжгүй. Мөрдлөгийн явц нь хэргийг ойр дотны хүмүүс үйлдсэн тохиолдолд доод 1 жилийн дотор хийгдэх ёстой бөгөөд тухайн хэргийн төрлөөс шалтгаалан дээд тал нь 10 жил ч явагдаж болно.

⑧ Иргэний зарга хэрэгтэний талаар мэдсэнээс хойш 3 жилийн дотор хийгдэх ёстой.

Иргэний шийдвэр гарсан ч хэрэгтэн төлбөрийн чадваргүй тохиолдолд хохирогч нэг төгрөг ч авч чадахгүй байх тохиолдол бий. Иргэний заргад хандахын өмнө хохирогч хэрэгтний эд хөрөнгийн талаар мэдсэний үндсэн дээр төлбөрийн талаар аюулгүй байдалын арга хэмжээг авсан байх шаардлагатай.

⑨ Хохиролыг мөнгөн хэлбэрээр хүсэж болно.

Иргэний шүүхээр дамжуулан хэрэгтэний мэдэх болсноос хойш 3 жил, хэрэг үйлдэгдснээс хойш 10 жилийн дотор хийгдэх ёстой.

Мөнгөн төлбөрийн тоо хэмжээ нь хэргийн явцаас шалтгаалан өөр байдаг бөгөөд арван саяаас тавин саяийн хооронд байдаг. Түүнээс гадна хохирогч эмчилгээний төлбөр болон тухайн үед хэрэглэсэн төлбөрийг нэхэж болох бөгөөд хэргээс үүдэлтэй хор уршгийн талаар нэхэн шаардах хэрэгтэй.

⑩ Хэрэгтэнтэй харилцан тохирч болно.

Эрүүгийн хуулийн шийдвэр гарахаас өмнө харилцан тохирч болно. Хэрэгтэнд өөрийн шаардаж буй зүйлийг тодорхой танилцуулж харилцан тохирсон бичиг үйлдэн баталгаажуулах хэрэгтэй. Хэлэлцээр нь иргэний хуулийн хэлэлцээр (төлбөр оногдуулах хэсэг) болон эрүүгийн хуулийн хэлэлцээр (эрүүгийн хуулийн шийтгэл ногдуулах хэсэг) бөгөөд харилцан тохирвол үүнээс хойш дахин нэхэмжлэх гаргах эрхгүй байдаг учраас хохиролын төлбөрийн асуудлын талаар ихээхэн нухацтай хандах хэрэгтэй. Ялангуяа ирээдүйд үүсч болох хор уршгийн талаарх асуудлын талаар заавал тусгасан байх хэрэгтэй.

б) Үр хүүхдээ сексийн талаар өрөөсгөл ойлголттой болох болон бэлгийн хүчирхийллээс хэрхэн хамгаалах вэ?

Өнөө үед хүүхэд залуучууд маань сексийн талаарх мэдээллүүдийг олон нийтийн хэвлэл мэдээллийн хэрэгсэл болон бусад зүйлээр дамжуулан авдаг хэдий ч энэ нь заримдаа тэдэнд эндүү ташаа ойлголт өгөх нь байдаг. Тиймээс эцэг эхчүүдийн заавал мэдэх ёстой зүйлийн нэг бол хэрэг үйлдэгчдийн ихэнх буюу 70 хувь нь хохирогчтой ойр дотно байдаг хүмүүс (гэр бүлийн гишүүн, хамаатан садан, хөрш) гэдгийг анхаарах хэрэгтэй.

① Үр хүүхдүүдээ багаас нь насанд нь тохирсон бэлгийн харьцааны талаарх мэдлэгийг олгох хэрэгтэй.

Бэлгийн харьцааны талаар эцэг эхтэйгээ илэн далангүй ярилцдаг хүүхдүүдийн хувьд энэ нь нууцлагдмал эсвэл уруу татагдах, нуух ёстой зүйл биш юм гэдгийг ойлгож авахын зэрэгцээ хүчирхийлэл гэдэг нь аюултай зүйл юм гэдгийг сайтар ойлгож авдаг. Харин эцэг эхтэйгээ илэн далангүй байж чаддаггүй хүүхдүүдийн хувьд танихгүй хүн ойртох тохиолдолд сандрах юмуу эсвэл сонирхол нь төрж ч болно. Мөн өөртөө тохиолдолж буй зүйлийг юу гэдгийг нь сайтар ойлгоогүйгээс эсэргүүцэх юмуу татгалзах үйлдлийг оройтон хийж ч болно.

② Өөрийн хүсэж байгаа үгүйг чөлөөтэйгөөр илэрхийлэх хэрэгтэй. Хүүхдүүдийн хүсэхгүй байгаа зүйлийг нас биенд хүрэгчид хүсэж байна гээд хүчээр хийж болохгүй. Дургүй хүндээ үнсүүлэх, тэврүүлэх зэргээс хүүхэд өөрөө хүсээгүйч томчуул хүсвэл дуугүй захирагддаг буруу зуршлыг сурах болно.

③ Өөрийнх нь бие түүнд эрхэм нандин хэн нэгэн дураараа эдлэх эрхгүй гэдгийг түүнд ухааруулж өөрийн биеийг захирах чадварыг олгох хэрэгтэй.

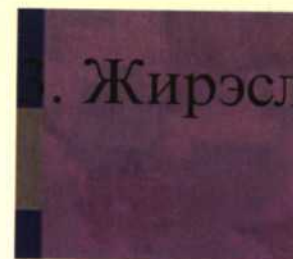
④ Танихгүй автомашин, орон байр, хүний хөлөөс зайдуу газар аваачих гэвэл дагаж явахгүй байх хэрэгтэй. Тухайн хүүхдэд анхаарал тавин халамжилж байгаа хүн бүр муу хүн биш боловч тэр дундаас тухайн хүүхдийг хайрладаггүй мөртлөө тэдний сонирхол татах (бэлэг, мөнгө...) зүйлийг харуулан ашиглах гэдэг хүн байдгийг бас анхаарах хэрэгтэй.

7) Үр хүүхдүүд чинь бэлгийн халдлагад өртсөн

тохиолдолд ямар арга хэмжээ авах вэ?

Олонх эцэг эхчүүд өөрийн хүүхдийг бэлгийн хүчирхийлэлд өртсөн тохиолдолд ямар арга хэмжээ авхаа мэдэхгүй сандарснаас болж туслалцаа хэрэгтэй байгаа хүүхэддээ эсрэгээр сэтгэл зүйн шаналал өгөх нь бий.

- ① Юун түрүүнд хүүхдийг тайвшруулах хэрэгтэй. Тайван орчинд тухайн хүүхдэд тохиолдсон хэргийн талаар яриулна.
- ② Түүнд "Үүнд чи ямар ч буруугүй" гэдгийг хэлж өгч тайвшруулах хэрэгтэй. Түүнийг өөрийгөө буруутгахгүй байх талаас нь анхаарна.
- ③ Тухайн хүүхэд хэрэгтэй холбоогүй дэмий зүйл ярих юмуу нэг зүйлээ давтан ярьсан ч гэсэн түүнийг тайвнаар сонсон хүлээн авах хэрэгтэй.
- ④ Хохирогчийн өмнө хэт санаа зовсон байдал харуулах нь түүнд сөргөөр нөлөөлнө.
- ⑤ Халдлагад өртсөн даруйдаа эмнэлэгт очиж тусламж (эмэгтэйчүүдийн эмчийн үзлэг болон эмчилгээ, жирэмсний төстийн шинжилгээ, үрийн шингэн болон умдагны үсийг түүж цэвэрлэх, хумсны доор шинжилгээ хийх, гадна үзлэг, бэлгийн халдварт өвчний үрэвсэл..... гэх мэт) аван биемахбодийн зовлонгоос юун түрүүн ангижрах хэрэгтэй.
- ⑥ Цагдаагийн газар очихдоо хэрэг болох үед өмсөж байсан хувцасны ул мөрийг арилгахүйн тулд цаасан уутанд хийж хадгалан биеийн шарх болон биеийн байдлын талаарх эмнэлгийн нотолгоог авчирч өгнө.



Жирэмслэлтээс хамгаалах

Жирэмслэлтээс хамгаалалт нь өндгөн эс болон эр бэлгийн эс хоорондоо уулзаад үр тогтох явцыг хааж байгаа үйлдэл юм. Янз бүрийн арга байдаг бөгөөд тэр дундаас 100 хувьтай хамгаалах арга байдаггүй бөгөөд өөрсдөө тохирох аргыг сонгох нь чухал. Жирэмслэлтээс хамгаалалт нь дараах байдлаас үүдэлтэй.

Төлөвлөөгүй үед жирэмслэх

Гэр бүлийн (насны ялгаа)

Жирэмслэлтээс хамгаалах арга

Жирэмслэлтээс хамгаалахад удаан хугацааны болон түр зуурийн гэсэн 2 төрөл байдаг.

Түр зуурийн арга нь эм, гондом, эмчилгээний лаа, сперил, хуанли хөтлөх, биеийн темпертураар хэмжих бэлгийн харьцаанд орсны дараа уудаг эм гэх мэт.

Удаан хугацааны арга нь эрэгтэйгийн үрийн сувгийг боох, эмэгтэйгийн савны амсарыг боох гэсэн 2 арга байна.

1) Түр зуурын хамгаалах арга

① Гондом

Гондом нь эрэгтэйчүүд хэрэглэхэд тохиромжтой. Хэрэглэх арга нь авсаархан бөгөөд янз бүрийн бэлгийн замын бэлгийн халдварт өвчнөөс хамгаалах чадвартай бөгөөд энэ нь жирэмслэлтээс хамгаалахад нэн их ач тустай. Гондомыг хэрэглээд жирэмсэн болсон тохиолдолд 2-5 хувьтай байдаг ба эмэгтэйгийн хувьд сарын тэмдэг нь ирэлгүй 7 хоног өнгөрөх юм бол жирэмсэн болсон эсэхээ шалгаж үзээрэй.

Хэрэглэх арга: Бэлгийн харьцаанд орохын өмнө

Бэлэг эрхтэн үтрээ рүү орохын өмнө хэрэглэнэ.

Зарим нь бэлэг эрхтэнээ үтрээ оруулаад үрийн шингэн гадагшлах үед гондом хэрэглэдэг бөгөөд энэ нь буруу зүйл юм.

Эрэгтэйгийн үрийн шингэн гадагшлах үед үрийн шингэний ганц нэг дуслаар жирэмсэн болох тохиолдолд байдаг.

Эр бэлэг эрхтэн хөвчирмөгц гондомыг хэрэглэнэ.

Үрийн шингэнийг авах зай үлдээнэ. Гондом хагарах тохиолдол ч байдаг. Хэрвээ гондом сайн тэлэгдэхгүй бол хаяад өөрийг хэрэглээрэй.

Бэлгийн харьцаанд орсны дараа

Бэлэг эрхтэн босож хөвчирсний дараа сугалж авна. Гондом нь үтрээ рүү урсан орж байгаа үрийн шингэнийг хааж өгнө. Гондом хагарах юмуу тайлах үед аль болох тос болон гел хийж өгөөрэй.

Анхаарах зүйл

Бэлгийн харьцаанд орох бүрдээ үргэлж шинийг хэрэглэнэ.

Гондомыг ямар нэгэн төрлийн тостой хамт хэрэглэхгүй (вазиллин, биений тос, манилтай тос, ургамалын гаралтай тос) эцэст нь гоо сайхны зориулалтай цацлаг ч хэрэглэж болохгүй. Хэрэглэхгүй гондомоо хүйтэн сэрүүн газар хадгалах хэрэгтэй. Карма болон түрийвчиндээ удаан хугацааны турш хадгалж болохгүй. Гондомыг хэрэглэхдээ эсрэг талынхаа хүнтэй харилцан тохироод хэрэглэвэл аль аль хүндээ таашаал өгдөг.

② Жирэмслэлтээс хамгаалах эм

Энэ хамгаалах эм нь эм эсний

голдуу залуу эмэгтэйчүүд хэрэглэдэг. 35-аас дээш болон тамхи хэрэглэдэг, тарган, толгой нь таллаж өвддөг, цусны даралттай юмуу зүрхний өвчтэй болон элэгний өвчтэй хүүхнүүдэд

тохирохгүй. Заримдаа энэ эмийг уувал сарын тэмдэг их гарч толгой өвддөг, даралт ихэсдэг, уйтгарлах, биений жин нэмэгдэх зэрэг шинж тэмдэг илрэх аюултай.

● Хэрэглэх арга

-21 ширхэг боодол болон 28 ширхэг боодолтой бөгөөд бүгдийг нь сарын тэмдэг ирээд дууссаны дараах 5 дахь өдрөөс эхлээд өдөрт 1 ширхэгийг ууна. -21 ширхэг боодолыг 3 долоо хоног уугаад 1 долоо хоног амраад дахиад 3 долоо хоног уух ёстой бөгөөд 28 ширхэг боодлыг байнга ууна. Тогтмол тогтсон цагт уух ёстой бөгөөд оройн хоолны дараа уувал үр дүнтэй. Хэрэв тогтсон цагтаа уугаагүй тохиолдолд нөхөж уух ёстой.

-Хэрэв 3 өдөр уугаагүй тохиолдолд үр дүнгээ өгөхгүй бөгөөд дахиж нөхөн уулгүйгээр өөр арга хэрэглэх хэрэгтэй.

● Анхаарах зүйл

-Эм нь жирэмснээс хамгаалах 99.5 хувьтай бөгөөд өөртөө тохирсон эмийг сонгож хэрэглээрэй.

-Архаг өвчин (толгой таллаж өвдөх, уйтгарлах өвчин, багатраа, цусны даралт, чихрийн шижин өвчин, савны улайлт, зүрхний өвчин, элэгний өвчин, цусны өвчин)- тэй бол биенд муугаар нөлөөлнө.

-4-ээс дээш жил уусан тохиолдолд арьсны хавдар үүсэх тохиолдол 2 хувь, савны хавдар үүсэх тохиолдол 3 аас 5 хувьтайгаар нэмэгдэж байна.

③ Спериал тавих

Саван дотор пластикаар хийсэн жижигхэн багажийг оруулаад бий болсон эсний бүрэлдлийг зогсоох арга юм. Эмэгтэйчүүдийн эмнэлэгт очоод хийлгэх ёстой бөгөөд 2 жилд 1 удаа солиулах ёстой. Спериалийг сарын тэмдэг ирсний 5 дахь өдөр тавих нь тохиромжтой. Сарын тэмдэг ирсэн үед савны

амсар үл мэдэг нээгддэг бөгөөд энэ үед спералийг тавих нь зохимжтой. Зулбах юм уу төрснөөс хойш 2 оос 3 өдөрт тавьж болно. Энэ арга нь 97 хувьтай байдаг боловч цус алдах хэвлийн хөндийгөөр өвдөх доошоо юм гарах зэрэг шинж тэмдэг байх бөгөөд сарын тэмдэг ирэх үед хэмжээ нь ихэснэ. Энэ арга нь гэрлээгүй юмуу дөнгөж хуримласан хүүхнүүдэд тохиромжгүй. Гэр бүлийн байдал тогтворжсон хүмүүст тохиромжтой. Хараахан төрөөгүй хүүхнүүдэд сперал тавих тохиромжгүй. Мөн савны өвчтэй хүмүүст хэрэглэх тохиромжгүй. Савны амсарт байрлах бөгөөд гадагшаагаа жаахан утас цухуйдаг ч гэсэн өөрт юмуу эсрэг талдаа ямар ч муу нөлөөгүй.

- Анхаарах зүйл

Өөрт мэдэгдэхгүйгээр сперал унах тохиолдол байдаг бөгөөд тавиулсны дараа эмчийн хяналтанд байх хэрэгтэй. Тавиулсны дараа нуруу болон хэвлийн хэсгээр жаахан өвддөгч хэд хоногтоо буцаад хэвийн байдалдаа орно. Хэрвээ сперал тавиулсны дараа нуруу юм уу гэдэсний доогуур өвдөж цус ихээр гарах юм бол заавал эмчилгээ хийлгээрэй.

- Хуанли хөтлөх арга

Энэ арга нь сарын тэмдэг ирэх өдрөө амьдралдаа хэрэгжүүлэх арга юм. Энэ аргын зарчим нь өндгөн эс гадагшлах өдөр болон өндгөн эсийн үржих хугацааг тооцоод жирэмслэсэн байж болох хугацааг тооцоолсны дараа энэ хугацаанд бэлгийн харьцаанд орсноо тооцоод жирэмсэн болсон эсэхийг шалгадаг. Энэ арга нь нэг их амжилттай биш юм. Өндгөн эс тогтсон цагт гадагшладаг бөгөөд гадагшласан эсний амьдрах хугацаа 24 цаг. Сарын тэмдгийн ирэх хугацаа нь хүн болгоных адилгүй байдаг бөгөөд дараах аргаар тооцно. Сарын тэмдэг ирсэн анхны өдрөөс эхлээд тонгоруулж тоолоод 12

оос 16 өдрийн хооронд өндгөн эс гадагшладаг бөгөөд эр бэлгийн эс умайд байрлах 3 өдрийг нэмж, тонгоруугаар тоолвол 12 оос 9 өдрийн хооронд 8 өдөр болно. Энэ хугацаанд бэлгийн харьцаанд орохоос татгалзах юм уу хамгаалах өөр арга хэрэглэх нь зохимжтой.

- Анхаарах зүйл

Сарын тэмдэгний хугацаа тогтмол биш бол энэ аргыг хэрэглэх боломжгүй. Ядаргаанаас болоод удаан хугацаанд ирэхгүй тохиолдол байдаг. Багаар бодоход 6 сараас дээш хугацаанд туршиж үзэх ёстой.

④ Биений температураар хэмжих арга

Орноосоо босохын өмнө халуун хэмжих багажийг хэлнийхээ доор тавиад 5 минут орчим байлгаад өдөр бүр биеийн халууныхаа өөрчилөлтийг тэмдэглэх ёстой. Сарын тэмдэг ирсний дараа биеийн халуун 0.5 градусаар өндөрсдөг нь 13 дахь өдөр юм. Биеийн өөрчилөлтөөс болоод саванд хуримтлагдсан ус болон гадаад байдлын өөрчилөлтийг байнга шалгаж байх ёстой.

⑤ Эмчилгээний лааны арга

Энэ арга нь үтрээн дотор лаа хийгээд эр эсийг үхүүлдэг. Ийм лааны төрөлд хөөс, гел, тос, лаа зэрэг зүйл орно. Дотогш ороод хайлахад цаг шаардагдах тул заавал бэлгийн харьцаанд орохын өмнө хийнэ. Ороод хайлах хугацаа нь 30 аас 1 цагийн хооронд бөгөөд хэрвээ бэлгийн харьцаа нь удаашрах юм уу дахиад бэлгийн харьцаанд орох тохиолдолд дахиад 1 ийг хийж өгнө. Дангаар нь хэрэглэх тохиолдолд биенд муугаар нөлөөлнө. Гондомтой цуг хэрэглэвэл үр дүн нь 90 хувьтай.

- Хэрэглэх арга

Долоовор хуруу болон дунд хуруугаараа уг лааг үтрээ рүүгээ хийсний дараа долоовор хуруугаараа цааш түлхэж

өгнө. Хэвтэж байгаад хийснээс зогсож байгаад хийсэн нь илүү дээр байдаг.

- Анхааруулах зүйл.

Оруулсны дараа буцааж гаргахгүйн тулд хэвтэж өөрийнхөө эрүүл мэндэд санаа тавиарай. Хэрэглэх явцад загатнах юм уу дотоод шүүрэл ихээр ялгарч өвчин үүсэх магадлал ихтэй тул хэрэглэхээ зогсоож эмчид хандаарай.

2) Урт хугацааны хамгаалах арга

Урт хугацааны хамгаалах арга нь эрэгтэйгийн үрийн сувгийг боох буюу эмэгтэйгийн савны амсарыг боох гэсэн 2 янз байна. Энэ аргыг хэрэглэхдээ сайтар тунгаан бодож, цаашид үр хүүхэд гаргахгүй гэсэн үүднээс энэ аргыг сонгоно. Энэ урт хугацааны турш хамгаалах хамгийн сайн арга бөгөөд, хэрэв хүссэн тохиолдолд нөхөн сэргээх хагалгаа хийж болно.

① Эрэгтэйгийн үрийн шингэнийг боох арга

Энэ арга нь эр бэлгийн эсний үр хөврөл явагдах явцыг зогсоож, эр бэлгийн эс гадагшлахыг боож өгдөг хагалгаа бөгөөд, энэ нь эмэгтэйчүүдэд хийх хагалгаанаас хялбар. Энэ хагалгаа нь 20 минут орчим үргэлжилнэ. Энэ хагалгааны дараа бэлгийн дур хүсэл болон бэлэг эрхтэнд ямар нэгэн нөлөө байдаггүй. Нөхөн сэргээх хагалгаа нь 50 хувьтай.

- Анхаарах зүйл

Энэ аргыг хэрэглэмэгц үр дүн нь гарахгүй. 3 орчим сарын дараа үрийн шингэнд эр эс байхгүй гэдэг баталгааг гарах хүртэл энэхүү аргыг хэрэглэнэ.

② Эмэгтэйчүүдийн савны амсарыг боох арга

Савны амсар боох аргыг хэрэглэснээр эр эс болон эм эсийн

нэгдэх явц зогсоно. Хагалгаа хийснээс хойш хэд хоногийн бие хэвийн байдалдаа эргэн орж өвчтөний биед зовиур өгөхгүй. Энэ арга нь бусад арганаас илүү үр дүнтэй. Гэхдээ тухайн хүний биеийн онцлогоос шалтгаан сарын тэмдэгт их бага хэмжээгээр нөлөөлдөг боловч гормоны ялгарал бэлгийн харьцааны дур хүсэл, бэлгийн харьцаанд орсны дараа ямар ч сөрөг нөлөө үзүүлэхгүй.

4. Гэр бүл салалт

1) Зөвшилцлийн үндсэн дээр салах

Солонгос улсад гэр бүл салахад доорх бичиг баримтыг бүрдүүлэх шаардлагатай байдаг.

① Зөвшилцлийн үндсэн дээр салах үе шат

Зөвшилцлийн үндсэн дээр салах → Хууль зүйн яаманд бүртгүүлж шүүгчээр хянуулах → 3 сарын дотор мэдэгдэх.

Доорх зүйлийг бүрдүүлнэ.

Ургын бичиг болон төрсөн газраа тодорхойлох

Эхнэр нөхөр тус тусын тамга, иргэний үнэмлэх

Иргэний үнэмлэх болон хорооны бичиг 1хувь

Мөн дээрхийн адил

Салах өргөдөл 3 хувь

Хорооны бичиг 3 хувь

Үнэмлэх 1 хувь

Салж буй нөхрийнхөө ургийн бичгийг 1 хувь

Ургийн бичиг өргөн барих газрынхаа баталгаажуулалтийг 2 хувь

② Харилцан тохиролцсоны үндсэн дээр гэр бүл салах өргөдөлийг цуцалахад энгийн оролцогч болон хуулийн зөвлөх, 4 үеийн доторх хамаатан садангууд оролцож энэ асуудлыг шийднэ.

③ Гэр бүл харилцан тохиролцсоны үндсэн дээр биш сүрдүүлэг дарамтнаас шалтгаалан өргөдөлийг цуцласан тохиолдолд гэр бүлийн шүүхэд хандаж болно.

2) Шүүхээр цуцлах

(1) Шүүхээр салах учир шалтгаан

- ① Гэр бүлийн хүний буруутай үйл ажиллагаанаас
- ② Хамтран амьдрагчийн хайр халамж дутсанаас
- ③ Хамтран амьдрагч болон үр хүүхдийнхээ дарамтнаас болж
- ④ Амьдралаа авч явах чадваргүй учраас
- ⑤ Цаашид хамтран амьдрах сонирхолгүй болсон тохиолдолд

(2) Салах өргөдлөө өгөхийн өмнө бэлдэх ёстой зүйл

- ① Баримт цуглуулах
- ② Хөрөнгийн баталгаа
- ③ Эд мөрийн баримт цуглуулах

Салах өргөдөл гаргах

Баталгаа болох материалаа аван хотын болон дүүргийн захиргаанд мэдэгдэж ургийн асуудлаа зохицуулана.

Ургийн мэдэгдэлийг баталгаажуулан шуудангаар явуулсан хойш 14 хоногийн дараа, салах өргөдөлийг шийдвэр гархаас 1 сарын дотор шийднэ. Хэрвээ салах өргөдөлийг тогтсон цагт өгөөгүй тохиолдолд торгууль хүлээлгэнэ.

2) Хохирол барагдуулах

Шүүхээс хохирол барагдуулхаар гаргасан зааврийг үл ойшоон хохиролыг барагдуулаагүй тохиолдолд иргэний хуулиар авч хэлэлцэнэ.

3) Хөрөнгө шилжүүлэх


Үл хөдлөх хөрөнгийн тохиолдолд: Шүүхийн шийдвэр болон түүнийг

баталгаажуулсан бичгийн хамтаар бүртгэлийн газар аваачиж шилжүүлнэ.

Бэлэн мөнгөөр хийх тохиолдолд: Шүүхээр гаргасан шийдвэрийн дагуу нөхөн барагдуулна.

4) Зардлын хөлс

Зардлын хөлсийг шүүхээс тогтоосон хэмжээний дагуу нэхэмжилж барагдуулна. Үүнд өмгөөлөгчийн хөлс, баталгаажуулсан тэмдэгтийн хөлс, илгээмжийн хөлс, гэрчийн хөлс гэх мэт



Хүчирхийлэлд өртөгчийн эдлэх ёстой эрх

Шүүх цагдаагийн зүгээс дараах эрхийг эдлэнэ.

Ажил, нас, бэлгийн харьцаанд орсон эсэх, халдлагад өртсөн нөхцөл, хэрэгч үйлдэгчтэй ямар нэг холбоогүйгээр хохирогч гэсэн үүднээс нь авч үзэх хэрэгтэй.

- Хэрэгтэй холбоотой асуултыг хүлээн авах эрхтэй.
 - Урьд бэлгийн харьцаанд орсон эсэх талаарх асуултанд хариулахгүй байх эрхтэй.
 - Хэргийг илчлэх буюу нуун далдлах эрхтэй.
 - Өөрийн аюулгүй байдлын талаар арга хэмжээ авхыг шаардах эрхтэй.
 - Мөрдөлт болон шүүхийн явцад тайван брчинд гэр бүл, өмгөөлөгч, зөвлөгчийн хамтаар байж мэдүүлэг өгөх хэрэгтэй.
 - Хувийн амьдрал болон сэтгэлзүйн талын аюулгүй байдлын үүднээс хаалттай хурал хийлгэх эрхтэй.
- Хэрэг үйлдэгчтэй хамт мэдүүлэг өгөх нь тухайн хүнд саад болж байвал хэрэгтнээс тусдаа мэдүүлэг өгч болно.
- Хэрэгтнээс шалтгаалсан сэтгэл зүйн болон эрүүл мэндийн хохирол мөн эдийн засгийн хохиролыг нөхөн төлүүлэх эрхтэй.

Эрүүл мэндийн салбарт

- Эмнэлэгт очиж шинжилгээ хийлгэх эрхтэй.
- Бэлгийн хүчирхийлэлийн талаар мэргэшсэн байгууллагад хандах эрхтэй.
- Бүх төрлийн шинжилгээ, бичиг баримт, арга хэмжээ авах талаар өөрт ойлгоход амархан үгээр тайлбар авах эрхтэй.
- Өөрийн өвчний талаар бүрэн төгс мэдэх эрхтэй.
- Найз нөхөд болон өөрийн дотно хүмүүстэй эмчилгээний өрөөнд

хамт байх эрхтэй.

– Бэлгийн хүчирхийлэлтэй холбоотой баталгаа болон баримтыг шаардан үзэх эрхтэй.

– Эмчлүүлсэн түүхээ авах эрхтэй.

Бусад эрх

– Бэлгийн харьцаанд орсон гэдэг утгаараа биш хүчирхийлэлд өртсөн хохирогч гэдгээр хүлээн зөвшөөрөгдөнө.

– Аль ч тохиолдолд гэмт хэргийн талаар илчлэхгүй байх эрхтэй.

– Хүчирхийлэлээс үүдэн бий болсон ааш зангийн өөрчлөлийг ил гаргах эрхтэй.

– Гэр бүл болон найз нөхөд орчин тойрныхоо хүмүүсээс дэмжлэг авах эрхтэй.

– Хохиролын талаар эргэн тойрныхоо хүмүүст ярих болон ярихгүй байх эрхтэй.

Бэлгийн хүчирхийлэлээс урьдчилан сэргийлэх

Жирийн үед өөрийн үзэл бодлоо чөлөөтэй илэрхийлэх

Спортоор хичээллэн биеэ чийрэгжүүлж, өөртөө итгэх итгэлтэй болно.

Сексийн талаарх бүрэн төгс ойлголттой байхаас түүний үнэ цэнийг мэдрэснээр өөрийн шийдвэрийг гаргах чадвартай болно.

Эргэлзэж тээнэглэсэн байдал гаргалгүйгээр өөрийнхөө бодлыг шууд илэрхийлэх хэрэгтэй.

Хүчирхийлэлийн талаар тодорхой мэдлэгтэй байх хэрэгтэй.

Аргагүй тохиолдолд аврал эрэн хашигарах юмуу богино хугацаанд зугатах хэрэгтэй.

Согтууруулах ундааны зүйл хэрэглэхдээ өөртөө тохируулах хэрэгтэй.

<List of the Helping Organizations>

газар	Байгууллагын нэр	телефон	Вэйб сайт
Орон нутаг	Эмэгтэйчүүдэд яаралтай туслалцаа өгөх байгууллага	1366	
Бэлгийн	Гадаад амьдрагч бүсгүйчүүдийн эрхийг хамгаалах төв	(02)3672-8988	www.wmigrant.org
	Солонгос эмэгтэй эрдэмтдийн холбоо Сүмийн зөвлөгөө өгөх газар	(02)2266-8275	www.8275.org
	Эмэгтэйчүүдийг асрах газар	(02)922-4909	www.cyberhumanlights.or.kr
	Бэлгийн хүчирхийлэлийн талаар зөвлөгөө өгөх газар	(02)3415-0182	www.hotline.jinbo.net
	Сеул дэх эмэгтэйчүүдийн газар	(02)2263-6465	
	Тахир дутуу эмэгтэйчүүдийн бэлгийн хүчирхийлэлийн талаар зөвлөгөө өгөх газар	(02)441-2387	www.was.or.kr
	Чонжу сүм дэх хүчирхийлэлийн талаар өлгөө өгөх газар	(02)825-1272	www.w-peace.catholic.to
	Солонгос дахь хүчирхийлэлийн эсрэг зөвлөгөө өгөх газар	(02)338-5801-2	www.sister.or.kr
	Солонгос дахь хүчирхийлэлийн эсрэг төв	(02)845-0077	www.rapel19.or.kr
	Эмэгтэйчүүд болон гэр бүлд зөвлөгөө өгөх газар	(02)739-8858	www.counsel.womenlink.or.kr
Хүйсээр ялгаварлан гадуурхахыг мэдэгдэх төв	(02)3477-4076-7	www.moge.go.kr	
Куанжу (063)	Бэлгийн хүчирхийлэлээс сэргийлэх төв	(063)282-9009 231-1366	
Пусан	Хүчирхийлэлийн талаар зөвлөгөө өгөх газар	(051)514-0182	www.wopower.or.kr