

Гэр Бүлийн Хүчирхийлэл

Domestic and Family Violence

Mongolian

Гэр Бүлийн Хүчирхийлэл

WayAhead
Mental Health Association NSW
Building C, 33-35 Saunders St
Pyrmont 2209

1300 794 991
info@wayahead.org.au
www.wayahead.org.au

Агуулга

Гэр бүлийн хүчирхийлэл гэж юу вэ?

Гэр бүлийн хүчирхийллийн ямар төрлүүд байдаг вэ?

Бие махбодын хүчирхийлэл
Сэтгэл санааны хүчирхийлэл
Эдийн засгийн хүчирхийлэл
Үгэн хүчирхийлэл
Бэлгийн хүчирхийлэл
Мөрдөн мөшгилт
Оюун санааны хүчирхийлэл

Харилцаанд илрэх гэр бүлийн хүчирхийллийн ямар шинжүүд байдаг вэ?

Гэр бүлийн хүчирхийллийн үр дагавар

Гэр бүлийн хүчирхийллийн талаарх ойлголтыг нэмэгдүүлэх нь

Хүчирхийллийн мөчлөг

Хуримтлагдах үе
Тэсрэлтийн үе
Харамсах болон гэмших үе

Хохирогч орхин явахад хүчирхийлэл үйлдэгч ямар зан авир гаргадаг вэ?

Буцаан авах
Хүч хэрэглэх
Цөхрөл

Эрсдэлт хүчин зүйлс

Хэрэгцээт утасны дугаарууд болон вэб хуудсууд

Орчуулгын үйлчилгээ

Санамж

**“Хэрвээ хэн
нэгэн танд
хайртай бол
танд түүний
хайр мэдрэгдэх
ёстой”**

Зохиогч тодорхойгүй

Гэр бүлийн хүчирхийлэл гэж юу вэ?

Гэр бүлийн хүчирхийлэл нь эсрэг хүйстэнтэйгээ болон ижил хүйстэнтэйгээ үүсгэсэн гэх мэт аль ч төрлийн харилцаанд тохиолдож болох хүчирхийллийн нэг хэлбэр юм. Энэ нь бүх насны хүмүүст нөлөөлөх ба нийгэм, эдийн засгийн аль ч бүлэгт тохиолддог.

Энэ нь заримдаа дотно хамтрагчийн хүчирхийлэл гэж нэрлэгддэг. Харин өмнөх хамтрагч эсвэл гэр бүлийн бусад гишүүдийн хүчирхийллийг хамруулахгүй тохиолдол олон байдаг. Гэр бүлийн хүчирхийлэл нь гэр бүлийн гишүүд, өмнөх хамтрагч эсвэл одоогийн хамтрагчийн хооронд ч тохиолдож болно.

Гэр бүлийн хүчирхийллийн ямар төрлүүд байдаг вэ?

Гэр бүлийн хүчирхийлэл нь ганц бие махбодын хүчирхийллээс гадна олон хэлбэрээр илэрдэг.

Бие махбодын хүчирхийлэл

Энэ нь айлган сүрдүүлэлт, өвдөлт мөн гэмтэл учруулахуйц бие махбодын халдлага юм. Үүнд:

- Бие махбодын хохирол, гэмтэл тухайлбал цохих, алгадах, чимхэх, багалзуурдах, түлхэх, түлэх эсвэл нөгөө хүндээ зориудын бие махбодын гэмтэл учруулах бусад төрлийн халдлагууд орно.
- Тухайн хүнд шаардлагатай үед нь эрүүл мэндийн тусламж авахад нь эсэргүүцэх
- Тухайн хүний унтах эсвэл бусад амьдралын хэрэгцээт үйлдлийг нь хориглох
- Тухайн хүнийг хүсээгүй байхад нь мансууруулах бодис/согтууруулах ундаа хэрэглүүлэх

Сэтгэл санааны хүчирхийлэл

Энэ нь өөрөөр сэтгэлзүйн хүчирхийлэл эсвэл сэтгэцэд үзүүлэх хүчирхийлэл гэж нэрлэгддэг ба үүнд:

- Тухайн хүнийг ганцаараа байхад нь эсвэл олон нийтэд ил тодоор доромжлох
- Тухайн хүний хийж болох болон болохгүй үйлдлийг хянах
- Тухайн хүнээс мэдээлэл нуун дарагдуулах
- Тухайн хүнийг санаатайгаар өөрийгөө дорд үзэх мэдрэмж төрүүлэх эсвэл эвгүй байдалд оруулах үйлдэл хийх
- Тухайн хүнийг найз нөхөд болон гэр бүлээс нь тусгаарлах
- Тухайн хүн бие даасан байдлаа эсвэл баяр хөөрөө илэрхийлэх үед нь бусад хүмүүст хор хөнөөл учруулах замаар тухайн хүнийг далдуур айлган сүрдүүлэх
- Тухайн хүнийг мөнгөтэй харьцах эсвэл бусад энгийн хэрэгцээ болон нөөц боломжоо ашиглах боломжийг нь хаах

Эдийн засгийн хүчирхийлэл

Энэ бол нэг хамтрагч нь нөгөө хамтрагчийнхаа эдийн засгийн нөөцийг хяналтандаа байлгахыг хэлнэ. Эдийн засгийн болон санхүүгийн хүчирхийлэлд дараах зүйлс орж болно. Үүнд:

- Хамтрагчийнхаа санхүүгийн асуудлыг хатуу хянах
- Мөнгө эсвэл кредит картыг нь хураах
- Хамтрагчийнхаа дансыг хянан бүх зардалдаа хэрэглэх
- Хоол хүнс, хувцас, эм, эсвэл орон байр зэрэг амьдралын хэрэгцээг хязгаарлах
- Хамтрагчийнхаа тэтгэмж авах эрхийг нь хязгаарлах
- Хамтрагчийнхаа ажил хийх болон мэргэжлээ өөрөө сонгох эрхийг нь хязгаарлах
- Ажлыг нь таслуулах эсвэл ажил дээр нь очиж дарамтлах зэргээр хамтрагчийнхаа ажлын байрыг нь хорлон сүйтгэх
- Хамтрагчийнхаа мөнгийг авах эсвэл хулгайлах

Үгэн хүчирхийлэл

Энэ нь бусдыг сүрдүүлсэн эсвэл заналхийлсэн хорон үг хэллэгээр дайралт хийж илэрдэг хүчирхийллийн зан авирын нэг хэлбэр юм.

Бэлгийн хүчирхийлэл

Энэ нь харилцан зөвшөөрсөн хамтын харилцаанд ч тохиолдох боломжтой ба хүчээр эсвэл айлган сүрдүүлэх аргаар хэн нэгнийг хүсээгүй байх үед нь бэлгийн харилцаанд татан оролцуулахыг хэлдэг.

Мөрдөн мөшгилт

Энэ нь тухайн хүнийг хүсээгүй үед нь хэт их анхаарал хандуулахыг хэлэх бөгөөд хэн нэгний захиа, имейл эсвэл сошиал медиа дээрх мессежүүдийг нь унших зэрэг хувийн орон зайд халдах үйлдлүүд орж болно.

Оюун санааны хүчирхийлэл

Энэ нь хэн нэгний итгэл үнэмшил, шашны сонголтыг няцаах эсвэл элэглэн тохуурхах мөн хүсээгүй байхад нь ямар нэгэн шашны зан үйлд албадан оролцуулах гэх мэт байж болно.

Харилцаанд илрэх гэр бүлийн хүчирхийллийн ямар шинжүүд байдаг вэ?

Хэд хэдэн шинжүүд ажиглагдаж болох ба үүнд:

- Хамтрагчаасаа айх айдас
- Ямар нэгэн маргаан эсвэл зөрчилд орохоос зайлсхийн байнга хэлэх үгээ хянах
- Хамтрагчийн нэг нь нөгөөгөө дорд үзэх эсвэл өөрийн хяналтандаа байлгахыг зорих
- Өөрийгөө үзэн ядах мэдрэмжүүд төрөх
- Хүний гарт орсон мэт санагдах мөн цөхөрсөн байдалтай байх
- Сүрдүүлэлт болон үгэн хүчирхийлэл нэмэгдэх
- Бие махбод дээр илрэх хүчирхийллийн нотолгоо тухайлбал хөхрөлт, зүссэн ул мөр мөн ясны хугарал хүртэл ажиглагдаж болно.

Гэр бүлийн хүчирхийллийн үр дагавар

Гэр бүлийн хүчирхийлэл нь сэтгэл санааны болон сэтгэлзүйн ноцтой үр дагавруудтай. Хүчирхийлэлтэй гэр бүлийн харилцаа нь хэн нэгний өөрийгөө үнэлэх үнэлэмжийг үгүй хийж, яваандаа сэтгэл түгшилт, сэтгэл гутрал, хүний аминд хүрэх эсвэл амиа хорлох хүртэл үйлдэл гаргахуйц сэтгэцийн эрүүл мэндийн нөхцөл байдалд нөлөөлөх аюултай.

Хүчирхийлэлд хүүхэд оролцох нь сэтгэлзүйн гэмтэл авах аюултай. Учир нь тэдний бие махбод болон сэтгэл санаа их хэмжээгээр хохирч удаан хугацааны үр дагаварт хүргэдэг.

Гэр бүлийн хүчирхийллийн талаарх ОЙЛГОЛТЫГ НЭМЭГДҮҮЛЭХ НЬ

Гэр бүлийн хүчирхийлэл нь давтагдсан хэв маягтай ба танигдахуйц үе шатуудтай байдаг.

Хүчирхийлэл үйлдэгч нь хүчирхийллийн эдгээр үе шатуудыг олж харснаар өөрийн хүчирхийлэгч зан байдлаа ойлгож, үүндээ хариуцлага хүлээж эхлэхэд тусалдаг байна.

Энэхүү мөчлөгийг хохирогч мэдэж авснаар хүчирхийллийн үйлдэл нь мөчлөгтэйгөөр үйлдэгддэг мөн үүнд тэд юу ч хийсэн нөлөөлөхгүй гэдгийг ойлгоход тусалдаг.

Үе шат болгон нь урьдчилан таамаглах боломжгүй хугацаа болон давтамжтай байдаг.

Хүчирхийллийн мөчлөг

DV-Alert (Гэр Бүлийн Хүчирхийлэлд Үзүүлэх Хариу Үйлдлийн Сургалт) хүчирхийллийн мөчлөгийг дараах байдлаар тайлбарласан байдаг. Үүнд:

Хуримтлагдах үе

Хүчирхийлэл үйлдэгч нь мөнгө санхүү, хүүхдүүд, ажил төрөл гэх мэт гэр бүлийн нийтлэг асуудлуудаар зөрчил хуримтлуулж эхэлдэг. Энэ үед хүчирхийлэл үйлдэгч нь:

- Хорвоо ертөнц, юмсын талаарх өөрийн үзэл бодолдоо автсан байх
- Өөрийгөө хэт их чухалчлан үзэх
- Нийгмийн болон сэтгэл санааны үүрэг хариуцлагаас зайлсхийх
- Өөрийн хэрэгцээг хангахын тулд бусдаас хамааралтай байх
- Бурууг бусдад болон нөхцөл байдалд тохих
- Эргэн тойрны зүйлс, хорвоо ертөнц ийм байх ёстой гэсэн өөрийгөө зөвтгөсөн бухимдал, итгэл үнэмшил дүүрэн байх
- Өөрийгөө хэт хөөргөсөн бодлууд болон итгэл үнэмшилд автах

Энэ үе шат нь гадны нөхцөл байдлаас үл хамааран хурцдаж байдаг бөгөөд энэ үе шатад хамтрагчийн зан үйл огт нөлөө үзүүлдэггүй. Хохирогч хүчирхийллийг зогсоох оролдлого хийж болох ч тэдний үйлдэл зогсохгүй бөгөөд хуримтлагдах үе шатыг өөрчилж чаддаггүй.

Тэсрэлтийн үе

Энэ бол хамгийн аюултай үе шат ба энэ үед бие махбодын хүчирхийлэл эхэлдэг. Энэ нь тийм чухал биш ямар нэгэн гадны үйл явлаар сэдээгдэх эсвэл хүчирхийлэгчийн сэтгэл санааны байдлаас шалтгаалж болно.

Үйлдэл нь богино хугацаанд эсвэл хэдэн цагаар ч үргэлжилж болно.

Харамсах болон гэмших үе

Тэсрэлтийн дараа хүчирхийлэл үйлдэгч нь:

- Болсон явдалд харамсаж, гэмшиж мөн цөхөрсөн байдлаа илэрхийлж байгаа боловч хохирогч эсвэл гадны хүчин зүйлст бурууг тохсоор байдаг.
- Өөрийн үйлдэлд хариуцлага хүлээх болон хариуцлагыг бусад зүйлст тохих хоёрын хооронд бодол нь хувьсан өөрчлөгддөг.
- Хохирогчоос 'Хяналтаа алдсан байсан, юу хийж байгаагаа мэдээгүй' гэсэн шалтгаанаар уучлал хүсдэг. Энэ бол тэд өөрсдийн үйлдэлдээ хариуцлага хүлээхээс татгалзаж байгаагийн илрэл юм. Хүчирхийлэл үйлдэгч дахин ийм үйлдэл хийхгүй хэмээн өөрөө итгэж, хамтрагчаа ятгана.
- Хамтрагчийнхаа зан авираас хамаарсан түр өөрчлөлтийг амлах мөн зан авираа өөрчлөнө гэсэн биелэхгүй амлалууд өгдөг.
- Чин сэтгэлээ харуулах зорилгоор бэлэг авч өгөх эсвэл илүү анхаарал тавин халамжлах гэх мэт оролдлогууд хийдэг.

Мөчлөгийн энэ үе шатанд хүчирхийлэл үйлдэгч нь өөрсдийн гэмшлээр үндсэн асуудлыг шийдвэрлэж чаддаггүй.

Тэдний ярьж байгаа зүйлс болон хийж буй үйлдэл нь хүчирхийллийн үйлдэлтэй нь огт хамааралгүй санагдах ба энэ нь тэднийг өөрчлөгдсөн гэж итгэхийг хүсч байгаа хохирогчид эргэлзээ төрүүлдэг. Хохирогч айдас, бухимдлаа нуухыг хичээж бүх юм сайхан болно гэсэн итгэл найдвараар тэдний амлалтуудыг хүлээн авдаг.

Энэхүү харамсах болон гэмших үеийн дараа хүчирхийлэл үйлдэгчдэд дахин зөрчил хуримтлагдаж, эргээд 1-р үе шат руу очдог.

Хохирогч орхин явахад хүчирхийлэл үйлдэгч ямар зан авирууд гаргадаг вэ?

Зарим хүмүүс хүчирхийллийн мөчлөгийн үеэр хамтрагчаа орхин явдаг. Хамтрагч нь орхин явахад хүчирхийлэл үйлдэгч 3 ялгаатай зан авирын аль нэгийг нь гаргаж хариу үйлдэл үзүүлдэг ба үүнд:

- Буцаан авах
- Хүч хэрэглэх
- Цөхрөл

Хүчирхийлэл үйлдэгчид эдгээр 3 хэлбэрээс бүгд илэрч болох ба мөн харилцаан дундаа эдгээр зан авирууд ээлжлэн илрэх боломжтой.

Буцаан авах

Энэ нь хүчирхийлэл үйлдэгч бэлэг авч өгөх, амлалтууд өгөх, хайр сэтгэлээ илчлэх, уйгагүй уучлалт хүсэх мөн өөрчлөгдсөн гэдгээ харуулах оролдлогууд хийх замаар илэрдэг. Тэд магадгүй мэргэжлийн зөвлөгөө авна гэдэг амлалт өгөх эсвэл өөрчлөгдсөн гэдгээ батлахад туслах юуг ч хамаагүй хийдэг.

Буцаан авах зан авир нь сэтгэл гаргасан мэдрэмж, буруугаа мэдэрсэн байдал болон хамтрагчдаа итгэсэн итгэл найдвар дээр суурилдаг.

Хүч хэрэглэх

Хүчирхийлэл үйлдэгч хамтрагчаа айлган сүрдүүлэх эсвэл тэднийг болон хүүхдүүдээ эсвэл тэжээвэр амьтдаа алахыг завддаг.

Тэд үргэлжлүүлэн зовоох, мөрдөн мөшгих, гэр бүл болон найз нөхөдтэйгөө асуудал үүсгэх, эд зүйлсээ сүйтгэх, эсвэл Гэр Бүлийн Шүүхийн үйл явцад хүндрэл учруулах зэрэг үйлдлүүд хийдэг.

Хүчирхийлэл болон хүчирхийллийн сүрдүүлэг нь хүчирхийлэл үйлдэгч зорилгодоо хүрэхийн тулд хохирогчид айдас төрүүлэх зорилготой. Зарим хохирогчид энэ үед буцаж очихгүй бол тэдэнд болон хүүхдүүдэд нь юу тохиолдох бол гэсэн айдсаас болж аюултай байдал руугаа эргэн очдог.

Цөхрөл

Хүчирхийлэл үйлдэгч хамтрагчдаа түүнгүйгээр амьдарч чадахгүй гэсэн байдлаар өөрсдийгөө илэрхийлсэн зан авир гаргадаг. Тэд хоол унд идэж, унтаж, ажилдаа явж чадахгүй байгаагаа илэрхийлж магадгүй. Мөн тэд хүндээр өвдсөн эсвэл амиа хорлохыг завдсан тухай ч хэлж магадгүй.

Цөхрөлийн энэ арга нь хохирогчид үүрэг хариуцлага болон буруу тохох мөн тэдэнд хүчирхийлэл үйлдэгчийн сайн сайхан байдал болон өвчин зовлонд нь хариуцлага хүлээх ёстой мэт сэтгэгдэл төрүүлдэг. Энэ нь хүчирхийлэлтэй харилцаанд илэрч байдаг хэв шинж юм.

Эрсдэлт хүчин зүйлс

Гэр бүлийн хүчирхийллийг үүсгэж байдаг цорын ганц шалтгаан гэж байхгүй ч, хүчирхийлэл үйлдэгч болон гэр бүлийн хүчирхийлэлд өртсөн хүмүүстэй холбоотой хэд хэдэн эрсдэлт хүчин зүйлс байдаг.

Өмнө нь хүчирхийлэл үйлдэж байсан түүхтэй байх эсвэл дээрэлхсэн зан авиртай байх нь гэр бүлийн хүчирхийлэлд хүргэх магадлалтай. Хүчирхийлэл үйлдэгчийн мансууруулах бодис эсвэл согтууруулах ундааны хэрэглээ нь хүчирхийллийн үйлдлийг сэдээх боломжтой.

Хохирогч нь бага насандаа хүчирхийлэлд өртсөн эсвэл аюулгүй бус мэдрэмж авсан, түүнчлэн санхүүгийн асуудлаар санаа зовдог, хүчирхийлэгчийн орлогоос хамааралтай байх эсвэл сэтгэл түгшилт болон айдас үүсгэх бусад асуудлуудаас шалтгаалж эмзэг нөхцөл байдалд байж болно.

Хэрэгцээт утасны дуудлагууд болон вэб хуудсууд

Түргэн тусламжийн дугаар “000”

1800Respect- 1800 737 732

<https://www.1800respect.org.au/services/dv-line>

NSW мужийн Гэр Бүлийн Хүчирхийллийн дуудлагын тусламжийн утас - 1800 656 463

<https://www.facs.nsw.gov.au/domestic-violence/helpline>

Link2home Homelessness - 1800 152 152

<http://www.sydneyhomelessconnect.com/services/link2home/>

Хүүхэд Хамгааллын тусламжийн утас - 13 21 11

<https://www.facs.nsw.gov.au/families/Protecting-kids/reporting-child-at-risk>

WayAhead Directory - NSW муж дах сэтгэцийн эрүүл мэндтэй холбоотой тусламж, үйлчилгээний талаарх дэлгэрэнгүй жагсаалтыг багтаасан цахим мэдээллийн хэрэгсэл - <https://directory.wayahead.org.au/>

Сэтгэцийн Эрүүл Мэндийн

Мэдээллийн үйлчилгээ - 1300 794 991

<https://wayahead.org.au/>

Сэтгэл түгших эмгэгүүдийн талаар мэдээлэл өгөх тусламжийн утас - 1300 794 992

<http://understandinganxiety.wayahead.org.au/>

Beyond Blue - 1300 22 4636

<https://www.beyondblue.org.au/>

Австралийн Сэтгэл Судлалын Нийгэмлэг - 1800 333 497

<https://www.psychology.org.au/>

Хүүхдийн Тусламжийн Утас - 1800 55 1800

<https://kidshelpline.com.au/>



Interpreter

Орчуулгын үйлчилгээ

Хэрвээ танд орчуулагч хэрэгтэй бол Утсан Орчуулгын Үйлчилгээ болох 131 450 дугаараар холбогдоорой.



Санамж

Энэхүү мэдээлэл нь зөвхөн мэдлэг олгох зорилготой юм. Аль ч товхимол эсвэл вэб хуудсууд нь хүмүүсийг оношилж чадахгүй бөгөөд шаардлагатай тохиолдолд мэргэжлийн тусламж, зөвлөгөө авах нь маш чухал юм. WayAhead байгууллага нь өгч буй мэдээлэл, зөвлөмжтэй холбоотой санал гомдол болон шүүмжлэл хүлээн авахад нээлттэй байх болно. Энэхүү баримт хуудсыг WayAhead – NSW мужийн Сэтгэцийн Эрүүл Мэндийн Нийгэмлэгийн зөвшөөрөлтэйгөөр дахин шинэчлэн боловсруулж болно.

WayAhead - Mental Health Association NSW

Suite 2.01, Building C, 33 Saunders St,
Pyrmont, NSW 2009
info@wayahead.org.au

Last reviewed by TM - May 2021



