

Бусад хүүхдийн асуудалтай болон/эсвэл хор хөнөөлт бэлгийн зан үйлд өртсөн байж болзошгүй хүүхдийн эцэг эх, асран хамгаалагчдыг дэмжих зорилгоор энэхүү мэдээллийг хүргэж байна.

Асуудалтай болон/эсвэл хор хөнөөлт бэлгийн зан үйл гэж юу вэ? What are problematic and/or harmful sexualised behaviours (PHSB)?

Асуудалтай болон/эсвэл хор хөнөөлт бэлгийн зан үйл" (PHSB) гэдэг нь аливаа хүүхэд, өсвөр насныхны өөрийн өсөлт хөгжлийн түвшинд нийцээгүй бэлгийн шинжтэй зан үйлдлийг тодорхойлоход хэрэглэгддэг нэр томъёо юм. Энэхүү зан үйл нь тухайн хүүхдэд өөрт нь, мөн бусад хүмүүст хор хөнөөл учруулж болзошгүй байдаг. Таны хүүхэд бусдын PHSB-д өртсөн тул танд энэхүү мэдээллийг хүргэж байгаа болно.

Гэр бүл болон сургууль хамтран ажиллах нь

Хүүхдийн эцэг эх, асран хамгаалагчид болон сургуулийн хоорондын харилцаа үүнд маш чухал юм. Хүн бүрийн аюулгүй байдлыг хангахын тулд сургуулийн ажилтнуудтай хамтран ажиллаж, төлөвлөгөө боловсруулах нь чухал. Мөн таны хүүхэд болон гэр бүлд хэрэгтэй дэмжлэг, үйлчилгээ юу байж болохыг бодолцох нь чухал юм.

Ийм нөхцөл байдал нь таны сэтгэлийг тун түгшээж байж болзошгүй. Эцэг эх, асран хамгаалагчийн хувьд та олон төрлийн сэтгэл хөдлөлийг мэдэрч байж магадгүй. Хэдий тийм ч хүүхэддээ тусламж дэмжлэг үзүүлэхдээ та тайван байх нь чухал юм.

Утсан Орчуулгын Үйлчилгээ

Хэрэв та сургуулийн ажилтнуудтай ярилцахад орчуулагчийн тусламж хэрэгтэй бол Утсан Орчуулгын Үйлчилгээ (Telephone Interpreter Service)-ний 131 450 дугаарт залгаж, өөрийн хэл дээр орчуулагч авах хүсэлт гаргана уу. Операторт та холбогдохыг хүсэж буй утасны дугаараа хэлснээр орчуулагч шугамд холбогдож, ярилцахад тань туслах болно. Энэхүү үйлчилгээ үнэ төлбөргүй.

Таны хүүхэд төрөл бүрийн хариу үйлдэл гаргаж магад.

- Тэр санаа зовох, ичгүүрлэх, яахаа мэдэхгүй төөрөлдөх, гунигтай, гэм буруутай, эсвэл ууртай болж магадгүй.
- Тэр сэтгэл түгшсэн байдал илэрхийлж болох бөгөөд эсвэл ямар ч сэтгэл хөдлөл гаргахгүй байж магадгүй.
- Тэр өөрт нь хэн ч итгэхгүй эсвэл намайг л буруутгана гэж санаа зовж байж магадгүй.
- Тэр энэ тухай хүн бүр мэдэх болно гэж санаа зовж магадгүй.
- Тэр өөрсдийгөө аюулгүй биш гэж мэдэрч магадгүй.
- Тэд буруутай хүүхдийн талаар эргэлзээтэй, янз бүрийн мэдрэмжтэй байж болох юм.

Та хүүхэддээ хэрхэн дэмжлэг үзүүлбэл зохих вэ?

Би хүүгээ/охиноо дэмжиж туслана



- Тэднийг дэмжихийн тулд та хүүхдийнхээ хажууд хамт байгаа гэдгээ хэлж урамшуулах.
- Мөн тэдэнд болсон явдлыг өөрийнхөө үгээр, тохиромжтой үедээ ярьж хэлэх боломжийг олгох нь чухал.
- Тэдний мэдрэмж болон санаа зовнилд хүндэтгэлтэй хандаж, хүлээн зөвшөөрөх.
- Та хүүхэд болон гэр бүлийнхээ хамт эерэг зүйлсийг хийж, цагийг өнгөрөөх.
- Сургуульдаа явах, спортын арга хэмжээнд оролцох гэх мэтээр өдөр тутмын үйл ажиллагаа, дадал хэвшлээ хадгалж хүүхэддээ дэмжлэг үзүүлэх.
- Хэрэв таны хүүхэд хөгжлийн бэрхшээлтэй бол тэдний мэдрэмжийг хамт хуваалцахад тань нэмэлт асаргаа, тэвчээр, дэмжлэг хэрэгтэй байж магадгүй.



Аюулгүй байгаа гэдгээ мэдрэхэд нь туслах

- Тайван байдлаар хүүхэдтэйгээ ярилцаж, тэднийг аюулгүй гэдгээ мэдрэхэд нь туслаарай.
- Болсон явдлын талаар бусдад мэдэгдсэн нь түүний зөв байсан гэдгийг, мөн болсон явдал нь түүний буруу биш гэдгийг тайвнаар ойлгуулах нь чухал.
- Дараагийн хийх алхмуудын талаар зөв мэдээлэлтэй болж, тэгсэнээрээ та хүүхэдтэйгээ хамтран тэдэнд ямар дэмжлэг хэрэгтэй байж болох талаар ярилцаж, шийдэлд хүрэх нь зөв.



Та ганцаараа биш

- Сургуультай хамтран ажиллаж, хүүхэддээ дэмжлэг тусалцаа үзүүлэх төлөвлөгөө боловсруул.
- Гэр бүл, найзуудаас нь дэмжлэг хүсэх.
- Таны болон таны хүүхэд, гэр бүлийн хувьд болсон үйл явдлыг дэмжиж, хамгийн сайн ирээдүйн замыг олоход туслах мэргэжлийн зөвлөгөө, тусламжийг авах.



Өөрөө өөртөө санаа тавих

- Өөрийнхөө санаа бодлыг удирдан нөхцөл байдлыг хэрхэн даван туулах тал дээр анхаараарай.
- Өөртөө санаа тавьснаар та гэр бүлдээ санаа тавьж чадна.
- Таныг өөрт таалагддаг зүйлсийг хийж, стрессийг удирдах арга хэмжээг аваарай.

Дэмжлэг үзүүлэгч байгууллагууд



Kids Helpline
1800 55 1800



1800RESPECT
1800 737 732



13YARN
13 92 76



Parent Line
1300 130 052



Lifeline
13 11 14



Q Life
1800 184 527

NSW-ийн Эрүүл Мэндийн Албаны [Сэтгэцийн Эрүүл Мэндийн Шугам](#) 1800 011 511 нь өдөр бүр 24 цагийн үйлчилгээ үзүүлдэг утасны үйлчилгээ юм. Энэ шугам нь хүмүүст NSW Эрүүл Мэндийн Албаны сэтгэл зүйн үйлчилгээтэй холбогдох боломжийг олгодог. Энэхүү үйлчилгээ нь үнэгүй юм.

Мэргэшсэн сэтгэл зүйн эрүүл мэндийн ажилтнууд уг үйлчилгээг үзүүлдэг ба тэд:

- Сэтгэцийн эрүүл мэндийн зөвлөгөө өгөх
- Товч үнэлгээ хийх
- Тохиромжот асаргааны талаарх зөвлөмж гаргах, үүнд NSW Эрүүл Мэндийн албаны Хүүхэд болон Өсвөр насныхны үйлчилгээтэй холбож өгөх

Сэтгэцийн эрүүл мэндийн мэргэжилтэн таны хүүхдийн хэрэгцээг ойлгохын тулд шаардлагатай асуултууд асууж, тохиромжтой үйлчилгээнүүдийг зөвлөх болно.

Энэхүү мэдээллийг уншихдаа болгоомжтой хандана уу. Энд агуулагдсан мэдээлэл таныг гунигтай, түгшүүртэй эсвэл сэтгэл санааг чинь зовооход хүргэж болзошгүй агуулга агуулж байж магадгүй.

Supporting parents and carers of children who may have been affected by another child displaying (PHSB)

Mongolian-2