

## Хүчирхийлэл

# 22



Хүчирхийлэл нь хандлага ба үйлдэл бөгөөд ажилчин, тэдний гэр бүл, найз нөхөд, хамтран ажиллагчид, бас олон нийтэд биеийн болон оюун санааны зүгээс учруулах хохирол юм. Дарга нар заримдаа хандлагын болон биеийн, үг хэлний, сэтгэл зүйн хүчирхийлэл ашиглан үйлдвэрийн ажилчдыг айдастай, хүлцэнгүй байлгах, бас ажилчид өөрчлөлт хийхийг шаардахыг зогсоох гэж оролддог. Ажилчид, магадгүй бусад ажилтан эсвэл олон нийтийн зүгээс өөрсдийн хүчийг ашиглан бусдыг шахаж дарамталдаг хүмүүсээс болж хүчирхийлэлтэй нүүр тулж болно. Өөр ажилтан, ахлагч, мөнгө төлсөн дээрэмчид эсвэл цагдаа, цэрэг хэн ч үйлдсэн бай хүчирхийллийг нэг ажилтан зогсоож чадна гэдэг ховор. Зохион байгуулалтад орох нь бүхий л ажлын байрны хүчирхийллийн эсрэг тэмцэгч болгоны амжилтад хүрсэн хамгийн гол арга нь байдаг. Ажилчид эвлэлдэн нэгдсэн тохиолдолд дараах зүйлсийг хийж чадна:

- Ажилчид, үйлдвэрийн удирдлагын хооронд харилцан бие биедээ нөлөөлөх нөлөөллийг сайжруулж, удирдлагын зүгээс ажилчдыг удирдахын тулд орилж хашхирах, аргандаа оруулж удирдахын тулд олон нийтийн дунд доромжлох, биед нь халдах буюу цохих гэх мэт хүчирхийллийн үйлдлийг багасгах;
- Ажил олгогч нь ажилчдын эвсэл холбоо байгуулах, ажлын нөхцөлийг сайжруулах, цалин урамшуулал авах эрхийг хүндлэхийг шаардах;

- Эвсэл холбоо байгуулж, ажлаас бүлгээрээ гэртээ хамт харих, хүчирхийллийг бүртгэх болон шударга ёсыг шаардах, биеэ хамгаалахад сургах;
- Даргаас ажилчдад бэлгийн дарамт үзүүлэх эсвэл эрэгтэй, эмэгтэй ажилтан руу халдахыг зогсоох;
- Хүчирхийлэлгүй ажлын байр бий болгож, ажилчид болон удирдлагыг тэгш оролцуулж, зөрчилдсөн үед шийдлийг олох.

## Үйлдвэр дэх хүчирхийлэл

Олон төрлийн хүчирхийллийн хэлбэр байдаг. Заримдаа үүнийг хүчирхийлэл гэж ойлгодоггүй ба биед хүрээгүй л бол тэдэнд хэвийн мэт санагддаг. Гэвч хүчирхийлэл нь бидний сэтгэц болон биеийн эрүүл мэндэд муугаар нөлөөлөх тул бидний дасан зохицох, хүлээн зөвшөөрөх ёстой зүйл биш юм. Бид аюултай тоног төхөөрөмжөөс үүссэн гэмтлийг энгийн зүйл гэж боддоггүй шүү дээ. Үүнтэй адил яагаад бид хүчирхийлэх үйлдлийг хэвийн гэж бодох ёстой гэж?

### Өдөр бүр хэл амаар доромжлох

Тасралтгүй орилж, нэрийг нь дуудаж, бүдүүлэг үг хэлж, дайрч доромжилж байгаа нь сэтгэл санааны болон сэтгэцийн хүчирхийллийн хэлбэрүүд юм. Заримдаа ажилчид ойр ойрхон үүнийг гэрч болж байдаг учир тэр болгон үүнийг доромжлол гэж хүлээж авдаггүй. Тогтмол доромжлох нь ажлын нөхцөл байдал болон бусад хүчирхийлэлд дасаж, өөрийгөө хүндлэхгүй болоход хүргэдэг.



**Доромжлох дуртай ахлагч нь ажлын байрны аюул юм.**

## Бие махбодын хүчирхийлэл

Бие махбодын хүчирхийлэл гэж гол төлөв нүдэнд үзэгдэх хүчирхийлэл юм. Ажилтан зодуулсан, зүсүүлсэн, алгадуулсан, базуулсан, чимхүүлсэн, цохиулсан, түлэгдсэн байдаг. (Эдгээр гэмтлийг эмчлэх талаар Анхны тусламж, 272-274 дүгээр хуудсыг үзнэ үү.) Зарим ажил олгогч нар ил харагдахгүй хэсэгт цохидог учраас ажилтан мэдээлж эсвэл баталж чаддаггүй. Ажилчид ахлагчдаа тогтмол цохиулахаас айх байнгын айдастай амьдрах нь стресс болон сэтгэцийн бусад асуудлыг үүсгэдэг (27-р бүлгийг үз).

## Аллага

Олон оронд үйлдвэрийн эзэд гэмт хэрэгтнүүдэд мөнгө төлж (заримдаа бусад ажилчин эсвэл авлигад идэгдсэн төрийн ажилтан) ажилтан, өөрийнх нь эсрэг үйл ажиллагаа зохион байгуулсан хувь хүн, үйлдвэрчний эвлэлийн удирдагчдын илүү цалин хөлс олгох эсвэл ажлын байрны нөхцөлийг сайжруулах шаардлагыг зогсоохын тулд амь насанд нь хүрэхээр хөлсөлдөг. Заримдаа тэд цагдаа эсвэл цэрэгт хүртэл энэ ажлыг хийлгэхээр даалгасан байдаг. Илүү их айдас үүсгэж, хатуу хяналттай болгохын тулд тэд мөн ажилчдын гэр бүлийнхнийг хүртэл амь настай нь тооцоо хийнэ гэж сүрдүүлдэг.

## Дасгал

### Айдастай хамтдаа нүүр тулах

Дарга нар хүчирхийлэл ашиглан ажилчдыг бага багаар айдаст автуулж, эвлэл, үйлдвэрчний эвлэлийн удирдагчдыг дарж авдаг. Олон ажилчин өөрт тулгарсан хүчирхийллийн талаарх айдсаа ярих дургүй байдаг бөгөөд оронд нь хүчирхийлэл ямар байсан тэр хэвээр нь байлгах гэдэг. Үндсэндээ хүчирхийлэл нь хүмүүсийг эвлэлдэн нэгдэхэд оролцуулахгүй байлгах зорилготой байдаг. Хүмүүс хэсэг бүлгээрээ хүчирхийллийн эсрэг зогсохын тулд өөрсдийн айдсын тухай ярилцаж, түүнийг давах гарц олоход бие биендээ туслах нь чухал юм. Та “Хүчирхийллийн айдас” гэх уулзалт зохион байгуулах үедээ:



## 1. Хүмүүст тэдний зохион байгуулалтад орж байгаа шалтгааныг дахин сануулах.

- Асуудлууд: Бүх хүнд, ажилчдад яагаад эдгээр асуудлууд чухал болох, эвлэлдэн нэгдсэнээр бид юунд хүрэх вэ? гэдгийг дахин тодорхойлж харуул.
- Нэгдлийн хүч: Хүн бүрийн нүүр тулж байсан жижиг айдас нь тэднийг дэмжих нэг том бүлэгт нэгдсэн баг байснаар давж гаршгүй зүйл биш болдог.



Эр хүн айдаггүй гэдэг ч зарим эрчүүд айдастай байдаг учир том бүлгүүдтэй нэгддэггүй.

**2. Ажилчдад өөрсдийн айдсын талаар ярих орон зай өгөх.** Хүмүүсийг чөлөөтэй ярихыг нь зоригжуул. Ямар нэгэн нийгмийн эсвэл улс төрийн учир шалтгаанаас болж хүмүүс өөрсдийн айдсын талаар нээлттэй ярихаас татгалздаг. Энэрэнгүй байж, хүмүүсийг оролцуулах ухаалаг санаа хайж ол. Үүний зорилго нь айдсыг арилгах биш боловч айдастай нүүр тулж сурах ба эвлэлдэн нэгдэх оролдлогоо зогсоохгүй байх явдал юм.

**3. Бүлгийн бүх гишүүдэд адил байгаа айдсыг тодорхойлох.** Айдастай байгаа хүмүүсийг босгож, айдсын жагсаалт хийх ба аль нь хамгийн ноцтой эсвэл түгээмэл тархсан болохыг асуу.

**4. Эдгээр тодорхой айдас, хүчирхийлэл, заналхийллийн учрыг олох талаар төлөвлөгөө хийх.** Хамгийн түгээмэл хүчирхийллийн айдсыг ярилцсанаар ажилчид тэдгээрийн учрыг олох төлөвлөгөө гаргаж эхлэх, улмаар хийж чадах болно. Мөн

удирдагчид, зохион байгуулагчдыг илчлэгдэхээс урьдчилан сэргийлэх, ажилчид нь байгууллага болон хүчирхийллийн эсрэг үйл ажиллагаанаас авах дэмжлэгийг нэмэгдүүл.

Хэрвээ үйлдвэр доторх уур амьсгал хэт түрэмгий болж эхлэвэл бүлэг үүнийг анхаарч үйл ажиллагааныхаа хүчин чармайлтыг хэсэг зуур нуух хэрэгтэй байж болно. Энэ нь хүчирхийллийг зогсоохгүй боловч ажилчид дахин нэгдэж, илүү аюулгүй гэж санагдсан үед тэмцлээ үргэлжлүүлэх боломжийг олгодог.

## Бэлгийн хүчирхийлэл

Бэлгийн хүчирхийллийн шалтгаан нь ихэнхдээ эрчүүдийн бэлгийн дур хүслээс үүдэлтэй мэт байдаг боловч яг үнэндээ секс хийхийг хүссэнээс бус, бусдаас хүчээр илүү гарах гэсэн шалтгаантай байдаг. Эмэгтэйчүүд бэлгийн хүчирхийллээс болж зовж шаналж байгаадаа буруутгагддаг. Гэвч бусад төрлийн хүчирхийллийн адил хүнд хүч хэрэглэхээр шийдэж, хүчирхийлсэн хүн буруутай.

Хүчирхийлэлд мөн дараах холимог шинж ордог бөгөөд үүнд орилж хашхирах, доромжлох, зодох, амь насанд нь хүрэх, бэлгийн хүчирхийлэл хийх, хүсэхгүй байхад анхаарал татахыг оролдох, хүчиндэх болон амь насанд хүрэхээр хүчирхийлэх зэрэг нь багтана.

## Бэлгийн дарамт

Ахлах болон менежерүүд нь эрэгтэй, бас ихэнх ажилчид нь залуу эмэгтэйчүүд байдаг олон үйлдвэрийн газар бэлгийн дарамт газар авсан байдаг. Амьдарч байгаа газраа хүртэл эмэгтэй ажилчид бусдад дарамтлуулж байдаг. Үйлдвэрийн эргэн тойронд, ялангуяа ажил эхлэх, тарах үед эсвэл өдрийн цайны цагаар дарамт ихэвчлэн илэрдэг.

Хүмүүс бэлгийн дарамт гэж юу болох талаар тэр бүр нэгдсэн ойлголттой байдаггүй. Нэг эмэгтэй нь, магадгүй нөгөө эмэгтэйг инээлгэж байгаа онигоог доромжлол гэж хүлээж авдаг. Зарим эмэгтэйчүүд тэдний тухай гудамжинд ямар нэгэн үл таних эвгүй үг яриа гаргахад дарамт гэж боддог. Өөр бусад эмэгтэйчүүд энэ талаар нэг их санаа зовдоггүй. Хүн бүр дарамтлуулсан юм шиг мэдрэмж төрөхийг мэддэг ч түүнийг яаж хүлээн авч байгаа нь л чухал юм.



Аль ч төрлийн хүсээгүй, үндэслэлгүй байхад шаардах эсвэл бэлгийн харьцаанд орох гэсэн түрэмгийлэл нь бэлгийн дарамт юм. Бэлгийн дарамт нь дараах байдлаар байж болно:

- **Хүрэх:** зөөлөн алгадах, барих, чимхэх, тэврэх эсвэл нэг хүн нөгөө хүний бие рүү налах.
- **Үг эсвэл дуу чимээ:** санаагаа хэлэх, шүгэлдэх эсвэл секс санал болгосон дуу авиа.
- **Биеийн хэл:** хэт ойр зогсох, заах, нүүрний хувирал эсвэл биеийн аль нэг хэсэгт секс санал болгож буй байдлаар зангах.
- **Зураг:** хэн нэгнийг секс зураг руу харуулах, зураг эсвэл бичлэгийг олон нийтийн хэсэгт ил байлгах, хэн нэгэн бэлгийн хавьталд орж буй зураг эсвэл бичлэг үзүүлэх.
- **Бичих:** сексийн зураг олон нийтийн газар хананд байрлуулах, хэн нэгэн рүү тэмдэглэл, захидал эсвэл сексэд өдөөн хатгасан шүлэг илгээх.

Үйлдвэрт хэн нэгнийг оролдож байгаа хүн секс хийж, оронд нь ажилтай байлгах эсвэл тушаал дэвшүүлэхийг санал болгодог. Оролдож байгаа хүмүүс нь ихэвчлэн дарга нар эсвэл ахлагчид байдаг ба хэрвээ секс хийхээс татгалзах юм бол ажлаас халж эсвэл ажлыг нь илүү хүнд хүчир болгож чаддаг хүн байдаг. Өөрсдийгөө эмэгтэйчүүдээс илүү хүчтэй гэж боддог тул эрчүүд тэднийг оролддог. Гэвч эрэгтэйчүүд ч мөн онигоо, хэл амаар доромжлох, өөр эмэгтэйн оронд эрэгтэй хүн авна гэж айлгах зэргээр бие биенээ оролддог ба дарамтлахдаа илүү эрэгтэйлэг биш гэж үздэг.



**Эрэгтэйчүүд ч ажлын байранд бэлгийн дарамтаас болж шаналж байдаг.**

**Зарим хүмүүс “Бэлгийн дарамт бол асуудал биш” гэж хэлдэг.**



Эрэгтэйчүүд эмэгтэй хүний биеийг хүсэх нь байгалийн зүйл. Манай үйлдвэрт ажилладаг эдгээр залуу эмэгтэйчүүд тиймэрхүү анхаарал халамжид дуртай байдаг тул олон найз залуутай байдаг.



Хэрэв эрэгтэй хүн сексийг хүссэн бол эмэгтэй хүн түүний сэтгэлийг эзэмдэх ямар нэг зүйл хийснээс болсон.



Эмэгтэйчүүдийн ертөнц тэдний гэр бүл дотор байдаг. Эмэгтэйчүүд нөхөр, хүүхдэдээ үйлчлэх хэрэгтэй. Хэрвээ тэд гэр бүлийн хамгаалалтаасаа гарч эрэгтэйчүүдийн ертөнцөг орж ирвэл асуудалд орохоор ирсэн байгаа.

**Бид “Бэлгийн дарамтыг буруу зүйл” гэж үзэж байна.**



Таны охин, эсвэл эгч, ээжид хүмүүс ингэж хандаасай гэж хүсэж байна уу?



Дарамт нь эмэгтэйчүүдийн юу хийж, хэлж эсвэл харагдаж байгаатай нь огтхон ч халмаагүй. Энэ нь хэзээ ч үндэслэлтэй байдаггүй.



Бид гэр бүлдээ тус гэм болохын тулд ажилладаг. Хэрвээ бид ажиллахгүй бол бид амьдрах хангалттай мөнгөгүй болно. Амьдрахын төлөө яваа бидэнд ингэж муухайгаар хандахгүй байх хэрэгтэй.

### **Бэлгийн дарамтад үйлдвэрийн үзүүлсэн хариу үйлдэл**

Аполинар намайг ажил дээр дарамталсаар хэдэн сар боллоо. Эхэндээ тэрний надад юу хэлж байгааг үл тоох амархан байсан ч тэр ахлагч болж “Бид удахгүй хүүхэдтэй болж, миний хүүхдийг тээх болно” гэж хэлэх болсон. Би түүнийг тоохгүй байгаа нь илэрхий байсан ч тэр удалгүй бид хамтдаа байх болно гэж шахан хамт болзоонд явахыг сануулсаар байсан.

Нэг өдөр тэр намайг тусгаарлагдмал ажил руу шилжүүлэхийг оролдсон. Намайг эсэргүүцэх үед тэр маш их уурлаж, над руу хашхирч орилж эхэлсэн. Би түүнийг даргад нь мэдээлсэн ч тэр намайг Аполинарийг буруу ойлгосон байна гэж хэлсэн. Тэр надад туслахгүйг ойлгоод би боловсон хүчний менежер рүү явсан. Эхлээд тэр “Та түүний эсрэг зогсох хэрэгтэй” гэж хэлсэн. Тэгснээ тэр намайг Аполинарт найдлага төрүүлсэн гэж буруутгасан.

(үргэлжлэл)

Үүнээс хойш үйлдвэрийн орчинд надад хэн ч туслахаа больсон. Би Мексикийн Гуадалаяагагийн ажилчдад тусалдаг CEREAL-ын байгууллагад очсон. Тэд үйлдвэр рүү утасдсан боловч менежерүүд намайг дарамтлахыг зогсоох зүйл юу ч хийгээгүй. Тиймээс би бууж өгсөн. CEREAL-ынхан намайг ажлаасаа гарсныг хүмүүсээс сонсоод, үйлдвэрийн зохион байгуулагчтай дахин холбогдож, энэ удаад тэд ямар нэг зүйл хийсэн юм. Тэд Аполинарыг ажлаас нь халж, надад өөр нэг үйлдвэрт ажил санал болгосон.

### Тэр хийж чадлаа

Би тоглоомын үйлдвэрт 5 жил ажиллаж байна. Манай ахлагч над руу ойртож, бас миний гар болон нуруунд хүрэх гэдэг. Би үүнийг үзэн яддаг боловч би ажиллаж байдаг тул үүнээс нь мултарч чаддаггүй байв. Энэ нь намайг маш тааламжгүй болгож, бас их уурлуулдаг байв. Нэг өдөр тэр над дээр хүрч ирэн миний гарт хүрэх үед нь би гараа түүний хойгуур явуулж яг түүний нурууг зөөлөн алгадаж байгаа мэт болов. Намайг ажлаас халах болов уу гэж би маш их айж байсан ч түүний ард наасан “дарамтлагч” тэмдгийг тэр анзаараагүй юм. Гэвч бүх ажилчид болон ахлагчид тэмдгийг харж түүн рүү инээлдэх үед тэр маш их ичиж миний ажилладаг хэсэгт ирж надад дахин төвөг удахаа больсон юм.



### Хэрвээ та ажил дээрээ дарамтлуулж байгаа бол:

- Дарамталж байгаа хүнд шулуухан бөгөөд тодорхойгоор түүний анхаарлыг хүсэхгүй байгаагаа хэл. Хэрвээ та олон нийтийн газар дарамтлуулж байгаа бол дарамтлагч руу чангаар ярьж хариу өг.
- Хамтран ажиллагчдаасаа дарамтлагчдыг нэрлэсэн плакат байрлуулахад тусална уу гэж асуу.



- Хаана, хэзээ таныг дарамталсан талаар, мөн юу болсон талаар тэмдэглэл хөтөл. Дарамтлагч юу хэлсэн, та юу гэж хариулсан, танд ямар санагдаж байсан, бас үүнд ямар нэгэн гэрч эсвэл харсан хүн байгаа эсэхийг бич. Танд нотлох баримт болох, дарамтлагчийн танд өгсөн зүйлийг хадгал.
- Дарамтлагчийг дарга, ахлах, үйлдвэрчний эвлэлийн төлөөлөгч, ажилтан эсвэл эмэгтэйчүүдийн холбоонд мэдээл. Маш олон оронд, үйлдвэрүүд, бас байгууллагуудад бэлгийн дарамтын эсрэг хууль, журам байдаг ч хөдөлмөрийн хуультай адил та ихэвчлэн бусадтай хамтран зохион байгуулалтад орж байж л тэдгээрийг мөрдүүлэхийг шаардах ёстой болдог.

## Дасгал

### Дүрд тоглох нь өөртөө итгэх итгэлийг нэмэгдүүлдэг

Дарамтлагчийн эсрэг тэмцэж, түүнийг боль гэж хэлэх нь маш хэцүү байдаг. Та бусад хүмүүстэй байхдаа юу гэж хэлэхээ бэлдсэнээр илүү их өөртөө итгэлтэй байж чаддаг. Өөр нэг хүний дүр гаргахыг “дүрд тоглох” гэдэг. Та мөн “дүрд тоглох”-ыг ашиглан нөхөртөө, гэр бүлдээ, даргадаа эсвэл цагдаад дарамтлагчийн талаар хэрхэн хэлэхээ давтаж болох юм.



## Хүчиндэх

Олон журам үйлдвэрт байгаа эмэгтэйчүүдийг хүчиндүүлэх эрсдэлд оруулдаг. Үйлдвэрийн тусгаарлагдсан хэсэгт ганцаараа ажиллах, шөнийн ээлж эсвэл ажлаасаа орой тарах, үйлдвэрээс явах аюулгүй тээврийн хэрэгсэл байхгүй болон бусад дарангуйлал, хүчирхийллүүд нь эмэгтэйчүүдийг аюултай байдалд оруулдаг. Хүчиндүүлэх нь бэлгийн хүчирхийллийн хамгийн аймшигтай төрөл ба энэ нь эмэгтэй хүний бие, бэлгийн амьдрал, сэтгэл хөдлөл болон сэтгэл зүйд, тэдний гэр бүл, амьдрах орчинд нь нөлөөлдөг юм. Хүчиндэлт нь эрэгтэй хүн эмэгтэй хүнээс хүчээр илүүрхэх үед гардаг. Энэ нь түүний юу өмссөн, яаж ашигласан байгаа эсвэл юу хийснээс үл хамаардаг. Хүчиндүүлэх нь хэзээ ч эмэгтэй хүний алдаа байдаггүй.

Хэрвээ та хүчиндүүлсэн хэн нэгэн хүнийг мэддэг бол:

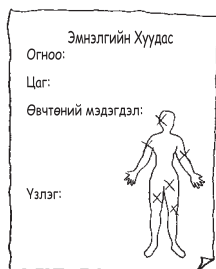
- **Энэ бол чиний алдаа биш гэж түүнийг уужруул.**
- **Тусалж дэмждэг бай.** Түүний мэдрэмжийг сонсож, түүнд юу хэрэгтэй байгааг сонс, цаашдаа үргэлжлүүлэн амьдарч чадна гэж тайвшруул, тусал.
- **Хэрвээ тэр хүсвэл түүнтэй хамт явж эмчид үзүүлж,** түүний хүчиндүүлснийг цагдаад мэдэгдэж, түүнийг сонсож дэмжихэд бэлтгэгдсэн хүнтэй ярилцаж, хуульчтай уулзаж, шүүх рүү хамт яв.
- **Хэрвээ та түүнийг мэддэг бол хүчирхийлэгчийг битгий хаацайл.** Тэр дахиад үүнийг хийж магадгүй юм.



## Хүчиндүүлсний дараа эрүүл мэндийн үзлэгт ор

Хүчиндүүлсэн хэн боловч хүчиндүүлснийхээ дараа, ялангуяа хүчиндүүлсэнээ цагдаад мэдэгдэх гэж байгаа бол аль болох хурдан эмчид үзүүлж, эрүүл мэндийн тусламж авч, аль болох их нотлох баримттай бол. Эмч түүний өвдсөн хэсэг бүрийг тэмдэглэх нь чухал юм. Энэ нь хүчээр бэлгийн хавьталд орсныг батлах ба биеийн

хэсэгт хөхөрсөн, гэмтсэн зураг нотлох баримт болно.



Яг үүнтэй адил биеийг зурснаар энэ нь эмч үзлэг хийж байх үед гэмтлийг тэмдэглэж авахад тус болж чадна. Эмч болон халдлагад өртсөн хүн хоёр хоёулаа нэг нэг хувийг хадгалах хэрэгтэй.

## Хүчиндүүлсний дараа үзүүлэх анхны тусламж

Хэрвээ та хүчиндүүлсэн эсвэл халдлагад өртсөн бол эрүүл мэндийн болон сэтгэл санааны тусламж ав.

Эхлээд өөрийн итгэлтэй хэн нэгэн эсвэл үүнийг ойлгох найзтайгаа ярь. Эмнэлгийн тусламж авахад хамт явахыг түүнээс гуй. Хэдий таны гэмтлүүд ноцтой биш байсан ч эмнэлгийн үзлэгээр баримтжуулах нь чухал, хожим хэрэг болно.



Анхны  
тусламж

Хүчиндүүлэх болон халдлагад өртсөний дараах шокийг ойлгох эмнэлгийн ажилтан эсвэл эмч дээр очвол үзлэгийг илүү хялбар болгох болно. Дараа нь та эрүүл мэндийн зөвлөх болон бэлгийн халдлагад өртсөн эсвэл хүчиндүүлсэн эмэгтэйчүүдэд туслах бүлгээс тусламж авч болох юм.

## Урагдалт бас зүсэгдэлт

Зарим тохиолдолд хүчиндүүлсэнээс болж эм бэлэг эрхтэн зүсэгдэх болон урагдаж болно. Эдгээр нь ихэвчлэн өвддөг ч удалгүй алга болдог. Хэрвээ их цус алдсан бол та эдгээр урагдалтыг оёход мэргэшсэн эмнэлгийн ажилтанд үзүүлэх хэрэгтэй. Жижиг урагдалт болон зүсэгдэлтэд:

- Өдөрт 3 удаа буцалгаж, хөргөсөн бүлээн усаар бэлэг эрхтнээ норгож дэвтээ. Алтан товчны (chamomile) навч усандаа хийснээр энэ нь таны урагдаж шалбарсан арьсыг тайвшруулж, эдгэхэд нь тусална. Эсвэл зүсэгдсэн болон урагдсан хэсэгтээ алое гель түрх.
- Шээх үедээ бэлэг эрхтэн дээрээсээ цэвэр ус гоожуулснаар хорсохгүй. Ахиухан ус ууснаар шээсний шүлтлэгийг илүү сул болгодог тул бага хорсоно.
- Халдварын шинж тэмдэг байна уу ажигла: халуу оргих, шар шингэн, идээ урагдаж шалбарсан хэсгээс гарах, муухай үнэртэх, бас өвдөлт илүү нэмэгдэх.



(ургэлжлэл)



Анхны  
тусламж

## Жирэмслэлтээс урьдчилан сэргийлэх

Хүчиндүүлсний дараа та шуурхай арга хэмжээ авбал жирэмслэлтээс урьдчилан сэргийлж чадна. Гэр бүл төлөвлөлтийн онцгой нөхцөл байдал (505-506 дугаар хуудсыг үз) хэсгийг хэрэглэх ба аль болох түргэн буюу бэлгийн хавьталд орсноос хойш 5-аас (120 цаг) илүүгүй хоногийн дотор хэрэглэ. Аль болох эрт үүнийг хэрэглэснээр илүү үр дүнтэй байх болно.

Зарим оронд хүчиндүүлсэн эмэгтэй эсвэл охин үр хөндүүлэх нь аюулгүй төдийгүй хуулиар үүнийг зөвшөөрдөг. Илүү дэлгэрэнгүй мэдээллийг эмчээс болон эмэгтэйчүүдийн байгууллагаас асуу.

## Давсагны халдвар

Хүчиндүүлсэний дараа эмэгтэйчүүд давсагны халдвар авах нь түгээмэл байдаг. Давсагны халдвар авснаа мэдсэн даруй аль болох түргэн эмчлэхгүй бол бөөрний халдвар болно. (542-р хуудаснаас илүү дэлгэрэнгүй мэдээллийг үзнэ үү.) Тэр даруй эмчид үзүүл:

- Ойр ойрхон шээх хэрэгтэй болно.
- Өвдөлт ялангуяа гэдэсний доод хэсгээр мэдрэгдэж эсвэл хорсож, халуу дүүгэх мэдрэмж төрнө.
- Шээхэд муухай үнэртэж, шээс булингартсан харагдах эсвэл цус, идээтэй байна.

## Бэлгийн замын халдварт өвчин (БЗХӨ)

Бэлгийн замын халдварт өвчин нь хүнээс хүнд хамгаалалтгүй бэлгийн хавьтлаар халддаг. Хүчирхийлэлд өртсөн бэлгийн хавьтлын дараа үтрээний эсвэл хошногоны нүхний арьс урагдаж болох ба ингэснээр халдварыг биед оруулах болно. Хүчиндсэн хүнийг БЗХӨ-тэй эсэхийг мэдэх боломжгүйгээс хойш тэр даруй заг хүйтэн, хламид болон тэмбүүний эсрэг эмчилгээ хийлгэ. Эдгээр халдвар нь ихэвчлэн ямар ч өвчний шинж тэмдэггүй байдаг ч эмчлэхгүй бол маш ноцтой эрүүл мэндийн асуудал үүсэх шалтгаан болно.

## ДОХ

Хэрэв хүчиндүүлснээр ДОХ-той болбол ДОХ-ын халдвараас урьдчилан сэргийлэх 1 сарын ретровирусийн эсрэг эмчилгээг (ART) эмч жороор олгож тусалж чадна. Эмчилгээг аль болох хурдан эхлүүл. Учир нь ДОХ 3 сарын турш ямар ч шинжилгээгээр илэрдэггүй тул та ДОХ-ын шинжилгээ өгөхөө азнах хэрэгтэй. Хэдий ART-г хэрэглэсэн ч бай яг халдвар аваагүй гэдгээ

шинжилгээгээр баталгаажуулах нь чухал юм. Хэрвээ бэлгийн хавьталд орлоо гэхэд хэн нэгэнд эсвэл ямар нэг халдвар дамжуулахгүй байх үүднээс бэлгэвч хэрэглэх хэрэгтэй.

### Гепатит В ба С вирус

Гепатит В ба С вирус нь элгийг өвчлүүлдэг халдвар юм. Аль аль халдвар нь бэлгийн хавьталд ороход халддаг. Та энэ хоёр вирусний аль нэгийг нь туссан ч өвдөхгүй байж болох юм. Гэвч зарим гепатит В ба С вирустэй хүмүүс өвчилж, элэгний ноцтой асуудалтай болдог. Тэр даруй шинжилгээ өгөөд 6 долоо хоногийн дараа дахин шинжилгээ өг. Хүчиндүүлсэн бол дараагийн 6 долоо хоногийн дотор та бэлгийн хавьталд орохдоо бэлгэвч хэрэглэ.



Анхны  
тусламж



### Хүчирхийлэл болон бэлгийн дарамтгүй амьдрах эрх



Хүчирхийлэл, бэлгийн дарамт нь хувь хүн, тэдний эвлэлдэн нэгдэх эрх чөлөө ба нэр хүндийг унагаадаг. Эрх тэгш байх эрхийг 404-р хуудаснаас үзнэ үү.

#### НҮБ-ын Хүний эрхийн түгээмэл тунхаглалд:

- Хүн бүр амьд явах, эрх чөлөөтэй байх, аюулгүй орчинд амьдрах эрхтэй.
- Хэнийг ч тамлан зовоох эсвэл хэрцгий, хүнлэг бус, дорд үзэх, шийтгэх эрхгүй.

Засгийн газар ажилчдыг биеийн, үг хэлний, бэлгийн, сэтгэл зүйн болон сэтгэл санааны бүх төрлийн хүчирхийллээс хамгаалах үүрэгтэй.

Бэлгийн дарамт нь дэлхий даяар эмэгтэйчүүдэд тэдний эрүүл амьдрах, хүндлэгдэх, хүчирхийллээс ангид амьдрах эрхэд хор учруулдаг гэж үздэг.

“Ажлын байран дахь бэлгийн дарамт, айлган сүрдүүлэлт”-ийг эмэгтэйчүүдийн эсрэг хүчирхийлэл гэж НҮБ тодорхойлдог. Энэхүү конвенцыг эмэгтэйчүүдийн ажлын байран дахь бэлгийн дарамтыг (treaties.un.org-оос үзнэ үү) зогсооход хэрэглэж болно.



## Хүчирхийлэл болон бэлгийн дарамтгүй амьдрах эрх (үргэлжлэл)



ОУХБ-д бэлгийн дарамтыг нэр хүнд, шударга байдал, олон өөр өөр нийгмээс гаралтай ажилчдын эрүүл мэнд, мөн эмэгтэйчүүд, хүүхдүүд, бэлгийн цөөнх, арьс өнгөний болон үндэстний цөөнхүүдийг ялгаварлан гадуурхах, гутаан доромжлох хэлбэр гэж үздэг. Бэлгийн дарамт нь ажилчдын ажлын байрандаа эрүүл, аюулгүй байх эрхийг мөн зөрчдөг.

### Эмэгтэйчүүдийг хүчирхийллээс хамгаалах Америк дундын конвенц (A61)-д:

- Эмэгтэйчүүд ажлын байрандаа хүчирхийллээс ангид байх эрхтэй.
- Засгийн газар нь дарамтлагчдыг шийтгэж, бэлгийн дарамтын хохирогчдод туслах ёстой гэжээ.

Олон Улсын Үйлдвэрчний Эвлэлийн Холбоо (ITUC) нь ажлын байран дахь бэлгийн дарамттай тэмцэх Хариу арга хэмжээ авах хөтөлбөрт нэгдсэн байдаг. Тэдний бүх гишүүд дараах зүйлийг хүлээн зөвшөөрдөг:

- Тэдний байгуулах гэрээнд бэлгийн дарамтын талаар оруулах;
- Мөрдөн шалгах болон санал хүсэлтийг хэрхэн зохицуулах талаар дүрэм гаргах;
- Хамтын гэрээнд бэлгийн дарамтын эсрэг хууль дүрмийг мөрдүүлэх тухай тусгах;
- Бүх гишүүдийг бэлгийн дарамтын талаарх сургалтаар хангаж, хөгжүүлэх.

Ажилчдын эрхийг дэмжих олон улсын байгууллага НҮБ, ОУХБ-ын үүргийг Хавсралт А-д тайлбарлав.

## **Сиудад Хуарэз дахь Каса Амига эмэгтэйчүүдийн эрхийг хамгаалахаар тэмцэж байна**

Мексикийн Сиудад Хуарэз хот буюу Америк, Мексикийн хил дээр байдаг хувцасны үйлдвэрүүдэд сүүлийн 20 жилд ойролцоогоор 400 орчим эмэгтэйг хүчиндэж, амь насыг нь хохироосон байна. Цагдаа нар эдгээр аллагын зарим хэсгийг л мөрдсөн юм. Энэ бүх гэмт хэргээс ердөө 3 эрэгтэй баривчлагдсан: нэг нь цагдаагийн гарт нас барсан бол нөгөө хоёр нь тэднийг эрүүдэн тамлах үед нас барсан байна.

Каса Амига хямралын төвийг үүсгэн байгуулагч Эстер Кано Чавез нь уг асуудлыг шийдвэрлэх засгийн газрын хүчин чармайлт дулимаг эсвэл энэ тухай урьдчилан хэлэх боломжтой гэрч-хохирогч эмэгтэйг хамгаалах оролдлого хийхгүй байснаас болж эдгээр аллага гарсан гэдэгт итгэлтэй байв. “Эмэгтэйчүүд үйлдвэрийн ажлыг авч, хараат бус болох үед эрэгтэйчүүд тэднийг нийгмийн хуулийг эвдэж байна гэж хүчирхийлэл хэрэглэн шийтгэсэн. Эмэгтэй зохион байгуулагчид ихэвчлэн бай нь болж байсан.” Эстер 2009 онд хорт хавдраар нас барахад Каса Амига төв хүчирхийллийн гэрч болсон эмэгтэйчүүдийг үргэлжлүүлэн дэмжиж, туслан ирээдүйдээ итгэх итгэлийг өгч байна.

Каса Амига төв нь бэлгийн хүчирхийлэлд өртөгсдөд шууд утас, эмнэлгийн үйлчилгээ, хуулийн зөвлөгөө, сэтгэл зүйн зөвлөгөө өгөх 24 цагийн үйлчилгээг санал болгож байна. Тэд мөн гэр бүлийн хүчирхийллээс урьдчилан сэргийлэх, тэгш бус байдал, ялгаварлан гадуурхлыг арилгахыг уриалдаг юм. Каса Амига төвөөс аюулгүй гудамж, аюулгүй олон нийтийн тээврийн хэрэгсэл, мөн эмэгтэйчүүд хулгайлагдаж хүний наймааны хохирогч болж байгаа хэсгүүдэд цагдаагийн эргүүл гаргахын төлөө аян зохион байгуулж байна.

## **Өөрийгөө болон бусдыг хамгаалах**

Ганцаараа битгий баригд. Олонх тохиолдолд гэмт хэрэгтнүүд ганцаараа байгаа ажилчныг бай болгодог. Үйлдвэрээс гарахдаа эсвэл автобусны буудал дээр бусадтай хамт яв. Хэрвээ боломжтой бол автобусны буудлаас хэн нэгэнтэй уулз. Хэрвээ та дарамтлуулж байгаа эсвэл зовж байгаа гэж бодож байгаа хүн харагдвал түүнийг ганцааранг нь байлгахгүй байх арга олж, хамт яв.

Хэрвээ ажилтан нь дарга, ахлах эсвэл өөр ажилтны заналхийлэлд өртсөн бол түүнийг тухайн сүрдүүлсэн хүнтэй ганцааранг нь битгий үлдээ. Хэсэг бүлэг

ажилчид хамтдаа байснаас илүүтэй ганц нэгээрээ явж байгаа ажилтан халдлагад өртөмтгэй байдаг.

Анхны тусламжийн багц хаана байгаа, яаж анхны тусламж үзүүлэх, хаанаас эмнэлгийн тусламж авч болохыг сурч өөртөө болон бусдад тусал. Хэрхэн анхны тусламж үзүүлэх тухай 272-274 дүгээр хуудаснаас үзнэ үү.

## Хүчирхийллийг бүртгэх, мэдээлэх

Тохиолдсон бүх хүчирхийллийн талаар аль болох их мэдээллийг тэмдэглэж ав. Юу болсон талаар дараах зүйлсийг багтаан дэлгэрэнгүй тайлбар хий:

- Хэзээ болсон (огноо, цаг)?
- Хаана болсон?
- Хэн, юу хийсэн?
- Хэн гэрч болсон?
- Та мэдээлсэн үү? Хэнд? Тэд юу хийсэн бэ?

Хэрвээ боломжтой бол тохиолдсон зүйлийн талаар зураг эсвэл бичлэг хийж ав. Энэхүү тэмдэглэлийг хадгалах нь даргадаа, цагдаад, аль эсвэл танд тусалж чадах өөр газарт мэдээлэхэд тус болох болно.

**Хэрвээ бусад ажилчид халдлагад өртөж байгааг мэдвэл, тэдэнд тусалж, халдлагыг бүртгэ.** Судалгаа, ажлын байрны зураг, аль эсвэл орон нутгийн газрын зураг ашиглан ямар ажилчин, эсвэл хохирогч халдлагад өртөж байгааг олоход туслах ба хаана халдлага гарсан, хэзээ болсон, хэн хүчирхийлэл үйлдсэн, ямар төрлийн хүчирхийлэл үйлдсэн зэргийг мөн олж мэд. Эдгээр нь ажлын байрны хүчирхийллийг мэдээлэх, урьдчилан сэргийлэх, сөрөн зогсоход илүү сайн мэдээлэл болох болно.



Орон нутгийн газрын зурагт зориулж мэдээлэл цуглуул



**Ажилчдын шийдвэрийг хүндэл.** Хэрвээ ажилчин өс хонзон болон цаашдын хүчирхийллээс айж, мэдээлэхийг хүсэхгүй байвал түүний шийдвэрийг хүндэл. Гэхдээ түүнээс үйл явдлын талаарх мэдээллийг нэрийг нь нууцалж бүртгэж болох уу гэж асуу. Энэхүү мэдээлэл нь хаана, хэр их тохиолддог, бас ямар нөхцөл байдалд хүчирхийлэл болж байгааг зурагжуулахад тус болно.

**Орон нутгийн цагдаагийн газар эмэгтэйчүүдийн ширээ хэмээх** өдөр, шөнийн ээлжид гарсан бэлгийн хүчирхийллийн хэргийг шалгах эмэгтэй цагдаа бүхий хэсэг ажиллуулж эхэлсэн байна.



**Ажилчдад халдахын эсрэг байж зүй ёсны нөхөн олговор шаардах,** хүчирхийлэгчийг шүүхэд өгөх, ирээдүйн хүчирхийллээс урьдчилан сэргийлэхийн төлөө тэмц.

## Дасгал

## Биеэ хамгаалж сурах

Багаараа бие хамгаалах урлагаар хичээллэх нь танд өөрийгөө халдлагаас хамгаалах аргад суралцахад тань тус болно. Өөрийн орон нутгийн тулааны урлагийн сургуулиас хэн нэгнийг үйлдвэртээ урьж, ажлын хэсэгтээ орох санал тавь. Хамгийн чухал зүйл нь хэн нэгнийг өөрөөсөө хангалттай зайд байлгаж,



**Түрэмгийлэгчийн хэвлий тушаа газар тохойгоороо чанга цохиод зугт.**



**Түрэмгийлэгчийн хөл дээр өсгийгөөрөө чанга дэвсээд зугт.**



**Түрэмгийлэгчийн эмзэг эрхтэн рүү аль болох хүчтэй өвдөглө.**



**Түрэмгийлэгчийн хамар луу хоёр гараа нийлүүлэн атгаж аль болох чанга цохь.**

түүнээс мултрах явдал юм. Хэрвээ та цаашид тулааны урлагаар хичээллэхээ үргэлжлүүлэх юм бол таны ур чадвар ямар хурдан сайжирч байгаад та гайхширах болно. Бие хамгаалах бүлэг нь олон хүнд хүрч, тэднийг өөртөө итгэлтэй болгох, түүнчлэн халдлагад өртөх боломжийг багасгах сайн арга юм.

Хэрвээ та халдлагад өртвөл халдагчийг бүхий л чадлаараа чанга цохь. Тэр таныг өвтгөх вий гэж айгаагүй байхад та айх хэрэггүй.

## Дарамтыг ажлын байрны тулгамдсан асуудал болгох

Хэрвээ танай үйлдвэрийн эмэгтэйчүүд бусдад дарамтлуулдаг ч ажилчдаас болон ажилчдын байгууллагаас тусламж авахдаа санаа зовдог байж болох юм. Танай бүлгийн гишүүд дарамтын эсрэг хамтдаа зогсож чадна.

Дарамтын талаар ярилцах нь олон хүнийг тавгүй болгодог ба ялангуяа холимог хүйсийн бүлэгт таагүй байдаг. Эмэгтэйчүүд өөрсдийнхөө туршлагын талаар нээлттэй байхад туслах үүднээс уулзалтыг тусад нь хий. Оролцогчдоос дарамт, хүчирхийлэлд байгаа эмэгтэйчүүдэд туслах арга зам бодож олохыг асууж, мөн түүнчлэн ажилчид хамтран орон нутгийн болон ажлын байрны дарамт, хүчирхийллийг зогсоох, түүнийг бууруулах төлөвлөгөө хий.



### Бүгдэд хэлэх

Манай үйлдвэрт асуудал байсан юм. Эмэгтэй ажилчдын ойролцоо зарим эрэгтэйчүүд секс онигоо дандаа ярьж, сексийг сануулсан зүйлс хийдэг байв. Энэ нь ердөө ганц нэг хүний асуудал биш. Ихэнхдээ хэлтсийн хэмжээний асуудал байв. Нэгэнт л бид хамт ажилладаг болохоор тэднийг асуудалд оруулахгүйн тулд бид өөрсдөө үүнд санаа тавихыг хүсэж байв.

Эрэгтэйчүүд энэ талаар хэлэлцэхээр уулзалтад ирэхгүйг ч бид мэдэж байв. Тиймээс бид дараагийн холбооны уулзалтыг хэлэлцэх асуудалгүйгээр хийхээр шийдэв. Учир нь бэлгийн дарамт нь ажилчдад маш олон замаар нөлөөлдөг тул өөр асуудал хэлэлцэж байх зуур энэ асуудлыг дэвшүүлэх арга

зам олж чадахаа мэдэж байв.

Би эхлээд эдгээр онигоо нь хэрхэн намайг уурлуулдаг, бас гунигтай болгодог талаар ярьж эхлэв. Өөр хоёр эмэгтэй ч бас өөрсдийн түүхийг бэлэн болгосон байв. Бид аль ч ажилчны нэрийг нь илчлээгүй юм. Бидэнд дарамт хувь хүн талаасаа хэрхэн нөлөөлж байгаа талаар, үл хүндлэл нь хэрхэн биднийг хөндийрүүлж, холбоог хүчгүй болгож байгаад анхаарлаа хандуулсан билээ.

Бид бүгд өөрсдийн түүхээ ярьж дууссаны дараа бүгд дарамтын талаар гэмшсэн байдалтай хоорондоо ярилцав. Зарим эрэгтэйчүүд сексийн талаар онигоо ярьж, тэднийг таагүй болгосноо хүлээн зөвшөөрөв. Бидний дийлэнх нь ямар асуудлууд үүсгэж байгаагаа ойлгож үйлдвэрчний эвлэлд зарга гаргахад бидний талд дэмжих болно гэдгээ илэрхийлэв. Бусад ажилчид эдгээр асуудлууд нэн чухал болохыг ойлгож, биднийг дэмжихээ мэдэгдэв.

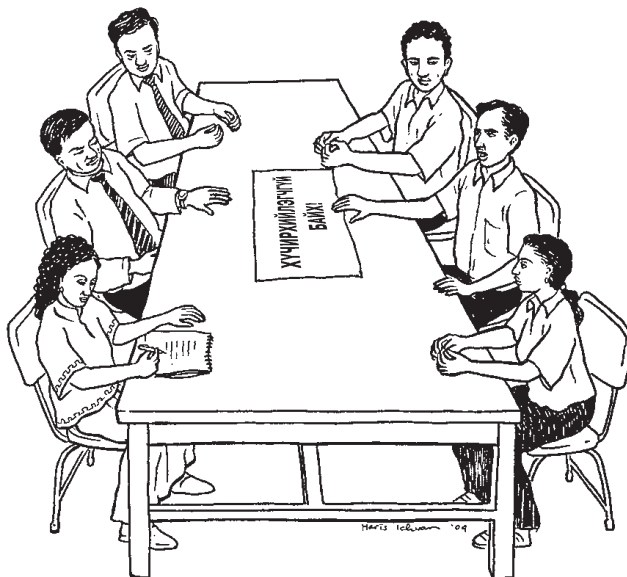
## **“Хүчирхийлэлгүй байх” журмын төлөө эвлэлдэн нэгдэх**

Зарим үйлдвэрт ажлын байрны хүчирхийллийг хориглосон журам байдаг ч хэрэгжүүлдэггүй. Танай үйлдвэрээс худалдан авалт хийж байгаа байгууллагуудад ажлын байрны хүчирхийллийг торгох эсвэл хориглох ёс зүйн дүрэм байж болох юм. Эдгээр дүрэм, журмаар танай үйлдвэрт хүчирхийллийн эсрэг юу зохицуулж болохыг олж мэдэхийг хичээ. Хүчирхийлэлгүй байх журамд дараах зүйлс багтсан байх хэрэгтэй:

- **Хүчирхийлэл** болон хандлагын тэвчишгүй хэлбэрийн талаар ойлгомжтой тодорхойлолттой байх;
- **Менежер, ажилчдад журмыг тайлбарлах боловсролын хөтөлбөртэй байх.** Бүх шинэ ажилчид болон менежерүүдэд журмын талаар хэлж ярьсан байх хэрэгтэй;
- **Хүчирхийлэлгүй байх журамд** ажилчдын санал гомдолд ажил олгогч хэрхэн хариу арга хэмжээ авах талаар тэмдэглэгээ ба зурагт хуудас байх;
- Ажилчид **нууцаар нөхцөл байдал, хандлага, хүчирхийллийг мэдээлэх** санал хүсэлтийн бүтэцтэй байх;
- **Санал хүсэлтийн дагуу даруй шударгаар хариу арга хэмжээ авах,** үйлдвэрийн аюултай хэсгүүдийг хаяглаж, ирээдүйд айлган сүрдүүлэлт болон хүчирхийлэл гарахаас урьдчилан сэргийлэх зохион байгуулалттай байх;

- **Аюултай хэсэг**, айдсын талаарх санал хүсэлт, заналхийлэл, хүчирхийллийн талаар мэдээлсэн ажилтныг өс хонзон санахаас хамгаалах.

Ердөө журамтай болчихлоо гээд хүчирхийлэл дахиж гарахгүй гэсэн үг биш юм. Бусад ажилчид, хөдөлмөрийн бүлэг болон засгийн газрын агентлагтай хамтран ажиллах нь Хүчирхийлэлгүй байх журмыг мөрдүүлэх хамгийн сайн аргыг олоход тусална.



## **Хүчирхийллийн эсрэг таны байр суурийг дэмжигчдийг олох**

Танай орон нутагт хүчирхийллийн эсрэг үйл ажиллагаа явуулдаг бүлгүүд нь ажлын байранд ажилчид болон үйлдвэрчний эвлэлтэй хамтарч хүчирхийллийн эсрэг үйл ажиллагаа явуулахад тус болно.

Бусад бүлгүүд хүчирхийлэлд өртсөн хохирогчид ба тэдний гэр бүлд тусалдаг. Тэднээс танд болон таны хамтран ажиллагчдад туслахыг гуй. Тэд магадгүй эмнэлгийн болон сэтгэл зүйн нөхөн сэргээлт, эрх баригчидтай хэрхэн ажиллах, ажилдаа эргэн ороход бэлдэх талаар зохих туршлагатай байж болно. Хувь хүнд сэтгэл санааны дэмжлэг санал болго. Тэдэнд магадгүй хүчирхийлэлтэй тэмцэж байгаа бүлгүүдийг дэмжих санаа байж болно.

## Бид хүчирхийллийг даван туулж чадна

Намайг Черкланг Крээта гэдэг. Би Тайландын хөдөө өссөн ч үйлдвэрт ажиллахаар Тайвань руу нүүсэн. Үйлдвэрийн ажлын байрны нөхцөл тийм ч сайн биш байсан. Бараг 3 жил тэнд ажиллахдаа би үйлдвэрийн бусад ажилчидтай нэгдэн бидэнд цалин өгөөгүй бүх илүү цаг, буцаан олгох татвар, хууль бусаар бидний цалингаас хасаж өөрийн хадгаламжид хийлгэдэг мөнгийг буцаан өгөхийг даргаасаа шаардсан. Бид ялах нь байна л гэж бодсон. Гэвч хэдэн өдрийн дараа хоолондоо орохоор үйлдвэрээс гарах үедээ бид бороохойгоор зэвсэглэсэн найман дээрэмчний халдлагад өртсөн. Бусад ажилчид зугтаж чадсан боловч би бүслэгдэн маш их зодуулсан. Тэд намайг ухаан балартсан байхад үйлдвэрийн урд байх гудамжинд хаяж орхисон.



Бусад ажилчид шоконд орж айсан ч үйлдвэрийн дарга тэдэнд ч бас ингэж хандах болно гэдэгт дотроо уурлан хилэгнэсэн байв. Тиймээс дараагийн өдөр нь тэд үйлдвэрийн үүдэнд жагсаж, “Хүчирхийлэлд үгүй гэж хэлье”, “Бид эрхээ эдлэхийг хүсэж байна” гэж хятад, англи, тай хэлээр бичсэн лоозон барин алхацгаав.

Үүнд дарга улам их уурлаж, биднийг хүчирхийлэхийг дахин оролдох болно гэдгийг бид мэдэж байв. Тиймээс бид Ажилчдын итгэл төвөөс тусламж гуйсан. Энэ төв Тайванийн цагаач ажилчдыг хамгаалж, дэмждэг. Тэд биднийг эсэргүүцлээ илэрхийлэх үеэр орон байраар хангаж, эрхээ шаардах ажлыг зохион байгуулахад бидэнд туслав.

Маш их шахалтын дараа компани биднийг ажилд эргүүлэн авч, бас гурван жилийн гэрээ дууссаны дараа тэд бидэнд буцаан төлөх ёстой мөнгө, татвар, бас биднээс авсан бүх хадгаламжийг буцаан өгсөн юм.

Би эдлэх ёстой эрхийнхээ төлөө амь насаа эрсдэлд оруулж чадахаар эр зориггүй гэж бодож байсан ч хамт ажиллагчид, олон нийт, төвийнхөн тусалж дэмжсэнээр би ганцаараа биш, бид хамтдаа ялж чадна гэдгийг ойлгосон.