



СЭТГЭЛИЙН ЦАР



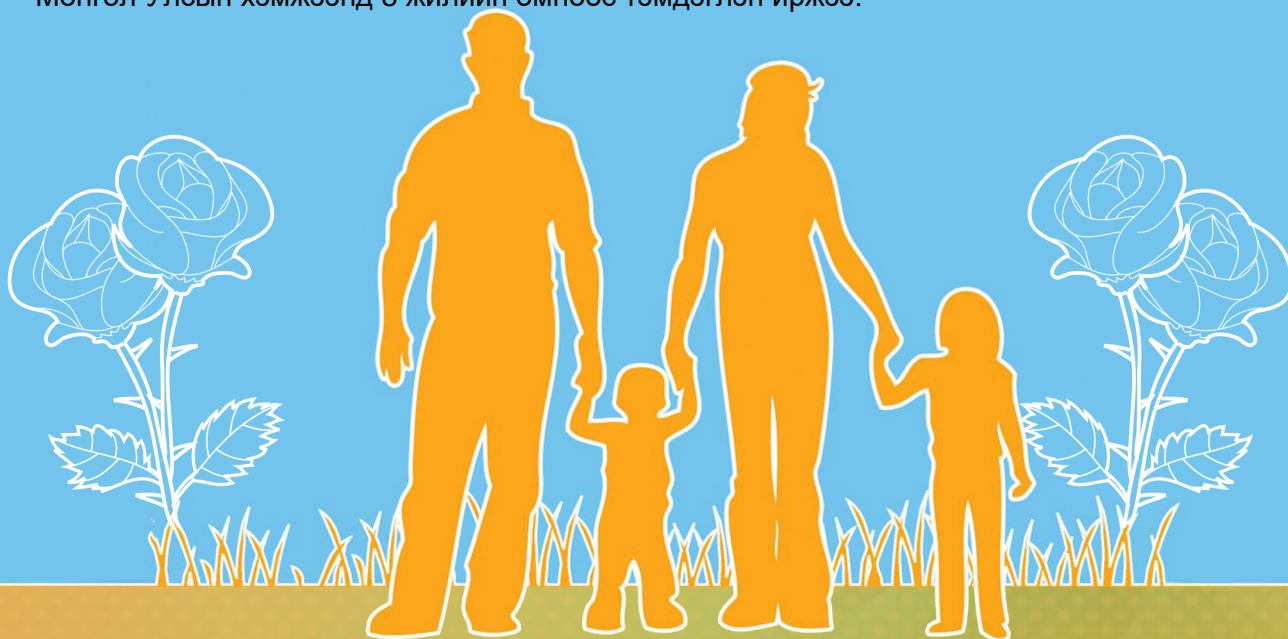
2018.05.15 / №05

Сар тутмын сэтгэл зүйн мэдээлэл

Улаанбаатар хот

ОЛОН УЛСЫН “ГЭР БҮЛИЙН ӨДӨР”-Т ЗОРНУЛАВ.

НҮБ-ийн Ерөнхий Ассамблей 1993 оны есдүгээр сарын 20-ний хэлэлцээрээр 1994 оноос эхлэн жил бүрийн 5 сарын 15-ний өдрийг ” Гэр бүлийн өдөр” болгон тэмдэглэж байх тогтоолыг баталсан байдаг. Энэхүү уламжлал Олон Улсад тогтоод 20 жил өнгөрсөн хэдий ч Монгол Улсын хэмжээнд 8 жилийн өмнөөс тэмдэглэн иржээ.



Монгол хүний эрхэмлэх ёсон:

МОНГОЛ АЙЛЫН ДӨРВӨН ЧУХАЛ ЁС:

1. Эцэг эх асралтай
2. Эх энэрэлтэй
3. Дүү бишрэлтэй
4. Хүү тахимдуу

ЭХНЭР НӨХРИЙН ЭРХЭМ ҮҮРЭГ:

Гадаах ажлыг эр нь мэднэ
Гарах орохыг эм нь мэднэ Саадаг
нумыг эр нь мэднэ Сааль савыг эм
нь мэднэ
Аян жинг аав нь мэднэ
Ааль аашийг ээж нь мэднэ
Ардаг догшинг аав нь мэднэ Авах
гээхийг ээж нь мэднэ

ЭЦЭГ ХҮНИЙ ТАВАН ЭРДЭМ:

1. Уужим ухаан
2. Хатан зориг
3. Бат журам
4. Өрх гэрийн түшиг
5. Үр хүүхдийн сүр сүлд

ЭЦЭГ ХҮНИЙ ЦЭЭРЛЭХ НАЙМАН ЗҮЙЛ:

1. Бор дарсанд үл шунах
2. Болчимгүй үгэнд үл автах

3. Болох болохгүй хэргийг сэдэх
4. Богд Чингисийн сургаалд үл тэрслэх
5. Үр хүүхдээ үл хараах
6. Үнэн ханийг үл гомдоох
7. Үйлийн хэцүүгээс үл шантрах
8. Өмсөхийн өнгөнд үл автах

ЭХ ХҮНИЙ ЕСӨН ЭРДЭМ:

1. Өнгөнд цэвэр
2. Үйлэнд уран
3. Үрд энэрэлтэй
4. Үргэлж цэмцгэр
5. Ханьдаа түшигтэй
6. Хадамдаа элэгтэй
7. Найранд дуутай
8. Настанд ерөөлтэй
9. Нартад буянтай

ЭХНЭР ХҮНИЙ ЦЭЭРЛЭХ ТАВАН ГЭМ:

1. Эр бусдыг сэтгэх
2. Атаа жетөө өвөрлөх
3. Муу санаа агуулах
4. Харамч байх
5. Зохилдохгүй үйл үйлдэх

ЭРХЭМ ЗУРГААН ЗҮЙЛ:

1. Үнэн бат журмыг үргэлж хичээж байх
2. Өвөг дээдсийн сургаалыг санаж сэргэж явах
3. Үйлийн дээд ачийг буцааж хариулж явах
4. Өгөх гээхийн хорвоог учирлан таниулж явах
5. Үргэлж мэргэн номыг тогтоон тунгааж явах
6. Үгээгүй дорд ардыг өргөн тэнхрүүлж явах

ГЭР БҮЛИЙН АМЬДРАЛД ҮЕЧЛЭЛ БАЙДАГ УУ

Гэр бүлийн амьдралын үе шат нь өөрийн гэсэн онцлог, цаг хугацааг тусгасан түүхийн үе юм. Залуу хүмүүс гэр бүл болж насан туршдаа хамт амьдрахыг мөрөөднө. Энэ хугацаанд янз бүрийн асуудлуудтай тулгарч болно.

Гэр бүлийн амьдралын үечлэлийг насны үечлэлтэй нь холбон дараах байдлаар ерөнхийд нь авч үздэг.

1. ГЭР БҮЛИЙН ЭХНИЙ ҮЕ ШАТ: Энэ үе нь гэрлэсэн залуу хосуудын хайр дурлалын оргил үе буюу тэнд амьдралыг бие биегүйгээрээ төсөөлөхөд бэрх мэт болдог бөгөөд дурлалдаа “сохрох ч гэж хэлэх нь бий. Учир нь тэд энэ шатанд бие биесийнхээ зөвхөн сайн сайхныг олж харж, түүндээ татагддаг. Тэд энэ үед бие биесээ жижигхэн өөө сэв олж харсан ч түүнийг нь байгаагаар нь хүлээж авч байх нь тэдний харилцаанд эерэг нөлөөтэй.

2. ҮР ХҮҮХЭДТЭЙ БОЛОХ ҮЕ: Амьдралын хэцүү бэрхийн зах зухаас мэдэрч эхэлдэг. Хүүхэдтэй болсноор урд нь зөвхөн бие биесээ хайрладаг байсан хайр нь хуваагдаж, нэгэндээ анхаарал тавих нь өмнөхөөс арай багасч үүнээс болж зөрчил үүсэх нь элбэг тохиолдоно. Түүнчлэн ажил төрөл, гэр бүлийн асуудлуудыг зохицуулах гээд олон бэрхшээлүүд урган гарч ирж өөрт ноогдох ачаалал ихсэж, халамж, анхаарал бүр ч багасна. Хосууд энэ үеэс эхэлж ханиа хайрлаж, дэмжин тусалж, урмын үгээр дутаахгүй байхыг эрмэлзэх нь хамгийн чухал.

3. ДУНД НАСНЫ ҮЕ: Эхнэр нөхөр хоёр нийгэмд тодорхой байр суурьтай болж, хүүхдүүд нь ч харьцангуй биеэ дааж эхэлдэг. Иймээс өмнөх үеийг бодвол арай завтай, өөртөө болон бусдад анхаарал тавих боломжтой болдог үе гэж хэлж болно. Харин эн үед хосууд хамт амьдраад багагүй хугацаа өнгөрөөсөн учир амьдрал нь хэн нэгэн хэвийн санагдаж, өөр ямар нэг зүйл сонирхож эхлэх нь бий.

Тиймээс хосууд аль болох шинэлэг, сонирхолтой байж ямар нэг шинэ зүйлийг хамтдаа сонирхсоноор тэдний амьдралын утга учир нэмэгдэнэ. Тухайлбал зарим хүмүүс энэ үед амьдралдаа шинэ өнгө аяс нэмэх үүднээс хүүхэд төрүүлэх нь ч бий. Энэ сайхан сана биш гэж үү?

4. АХМАД НАСНЫ ҮЕИЙН ГЭР БҮЛ: Хүмүүсийн амьдралынхаа зорилгодоо хүрсэн эсэхээ эргэн харах, дүгнэх үе шат юм. Энэ насны хүмүүс гавьяаны амралтаа авч гэр бүлдээ өнгөрүүлэх цаг хугацаа ихтэй болдог. Тэдний үр хүүхэд нь насан хүрч ээж, аав болцгоож, өөрсдөө эмээ, өвөө болдог. Энэ үед гэр бүл дэх эмээ өвөөгийн тус нэмэр, үүрэг нөлөө чухал хэрэгтэй байдаг. Тэдний амьдралын баялаг туршлага ач зээгээ асарч, өсгөхөд ихээхэн хэрэг болдог.

ӨТӨЛ НАСНЫ ҮЕ: Энэ үед хүмүүс нас дээр гарсан, эргээд нийгмийн харилцаа нь багасч, эрүүл мэнд, сэтгэл санааны хувьд доройтох байдал үүсдэг. Энэ нь гэр бүлийн хувьд амьдралын хань, найз нөхдөөсөө хагацах эрсдэлтэй үе байдаг. Тиймээс үр хүүхдүүдийнх нь анхаарал халамж маш чухал байдаг.

Ингэхэд та болон таны ойр дотнын хүмүүсийн амьдрал энэ гэр бүлийн үе шатуудын алинд нь явна вэ? Хэн нэгэндээ яг одоо тусалж, дэмжлэг үзүүлэх хэрэгтэй болсон юм биш биз? Та гэрийнхнийхээ болон өөрийнхөө амьдралын энэ үеүдэд ямар нэг зүйлийг хийж тусламж, дэмжлэг үзүүлж чадах вэ? Та дахин нэг өөрөөсөө асууж бодоод үзээрэй. Танай гэр бүлийн аз жаргалд таны дандаа хийдэг үйлдэл, хэлдэг үг ч гэсэн маш их нөлөөтэй байдаг шүү.