

**ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ, ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ, ՄՇԱԿՈՒՅԹԻ ԵՎ ՍՊՈՐՏԻ
ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ**



**ՋԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ԿԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ
ԴԱՍԸՆԹԱՑ 2023**

ՋԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

**Թեմա՝ Բուլլինգ. Ինչպե՞ս պայքարել դրա դեմ դպրոցում
Կատարող՝ Թումանյան Մելինե**

Առարկա՝ Հայոց լեզու և գրականություն

**Ուսումնական հաստատություն՝ Հրազդանի Հ.Օրբելու անվան թիվ 13
ա/դ**

ՀՐԱԶԴԱՆ 2023

Բովանդակություն

| | |
|--|----|
| Ներածություն..... | 3 |
| Բուլլինգի սահմանումը..... | 6 |
| Բուլլինգի տեսակներն ու դրսևորումները..... | 7 |
| Բուլլինգի պատճառները..... | 8 |
| Բուլլինգի կանխարգելումը..... | 11 |
| Բուլլինգի հետևանքները..... | 15 |
| Բուլլինգի այլ մասնակիցներ..... | 17 |
| Բուլլինգի դրսևորումներ հայ գրականության մեջ..... | 19 |
| Բուլլինգի վիճակագրությունը | 19 |
| Իմ հետազոտությունները..... | 20 |
| Եզրակացություն..... | 22 |



Ներածություն

Կրթությունը լուսավորում է, նվազեցնում ահաբեկման ուժը, իսկ համերաշխությունը հարված է հասցնում ահաբեկչության սրտին:

Դպրոցը պետք է ապահով վայր լինի երեխաների համար, որտեղ ո՛չ ծնողները, ո՛չ երեխաները չպետք է անհանգստանան բռնության, զգացմունքային և հոգեբանական վնասների համար: Ցավոք, այսօրվա աշխարհում միշտ չէ, որ այդպես է: Բռնությունը գոյություն ունի դպրոցներում, և դա կարող է անհանգստացնել և՛ երեխաներին, և՛ ծնողներին:

Բռնությունը կարող է տատանվել՝ ահաբեկումից մինչև կռիվ, ընդհուպ դպրոցում կամ մոտակայքում զենքի օգտագործումը: Բռնությունը կարող է դրսևորվել դպրոցական ժամերին կամ դասաժամերից հետո այնպիսի միջոցառումների ժամանակ, ինչպիսիք են պարերը, սպորտային միջոցառումները և խմբակները: Սակայն դպրոցը, ծնողները և երեխաները կարող են որոշակի քայլեր ձեռնարկել՝ միասին աշխատելու և երեխաներին դպրոցում անվտանգ պահելու համար:

Հիմնականում բուլլինգի զոհ են դառնում շրջապատում իրենց տեղը ոչ ամբողջությամբ գտած անձինք, որոնք ինչ-որ առումներով խոցելի են կամ ունեն որոշակի թերություններ: Հիմնականում այս երեխաները ներփակված են իրենց ապրումներով, չեն հաղորդակցվում շրջապատի հետ: Բուլլինգը չի սահմանափակվում զոհի ու ագրեսորի դերերով: Բուլլինգի գործընթացում առանձնացվում է չորս դեր՝ բուլլեր(ագրեսոր), զոհ, դիտորդ և պաշտպան: Հատկապես առանձնացվում է դիտորդի դերը, առանց որի ներկայության սովորաբար բուլլիգ տեղի չի ունենում: Մասնավորապես, երբ գործ ունենք ծաղր պարունակող հոգեբանական ճնշման իրավիճակի հետ, կարող ենք փաստել, որ այլ անձի ներկայությունը ծաղրողի համար լինում է խիստ ցանկալի: Այդ անձը կարող է պասիվ դիտորդի դերում հանդես գալ, բայց և միաժամանակ նպաստել բացասական վարքի դրսևորմանը: Դիտորդ երեխաները հաճախ վախենում են զոհ դառնալուց կամ առանձին դեպքերում զվարճալի են համարում բուլլինգի

տեսարանը, փորձում լավ հարաբերություններ ունենալ բուլլերի հետ՝ վախենալով դառնալ հերթական զոհը: Ըստ ՄԱԿ-ի մանկական հիմնադրամի 2018 թ. հրապարակած տվյալների՝ աշխարհում 13-15 տարեկան երեխաների գրեթե կեսը՝ շուրջ 150 միլիոն երեխա, դպրոցում կամ դպրոցի տարածքում ենթարկվել է բռնության: 2019 թ. հուլիսի 25-ին Յայաստանում «Իրավական կրթության և վերականգնողական ծրագրերի իրականացման կենտրոն» ՊՈԱԿ-ը ՄԱԿ-ի մանկական հիմնադրամի հետ մեկտեղ կազմակերպել է երեխաների մասնակցությամբ «Երեխաների նկատմամբ բռնության կանխարգելման և արձագանքման գործողությունները» խորագրով քննարկում, որի ընթացքում երեխաները բարձրաձայնել են խնդրի հետ կապված իրենց պատկերացումները, մշակել, ներկայացրել առաջարկություններ և թե ինչ գործողություններ կձեռնարկեն բռնության կանխարգելման, բռնությունից տուժած երեխաներին օգնելու համար՝ կարևորելով պետության, հասարակության արձագանքը երևույթի նկատմամբ: Յայաստանում բուլլինգը հաճախ չի դիտարկվում որպես խնդիր, այլ համարվում է նորմալ երևույթ: Ավելին, հաճախ բռնության դրսևորումները չեն հակադարձվում՝ քողարկելով իրական խնդիրը և բարդելով այն դեռահասության ճգնաժամի ու հույզերի չկառավարման վրա: Մինչդեռ երևույթը կա, և դեռևս ուշադրություն չի դարձվում այդ խնդրին, չեն թիրախավորվում այն խմբերը, որոնք հաճախ են բուլլինգի զոհ դառնում:

Մինչ տղաները կարող են ահաբեկել ուրիշներին՝ օգտագործելով ավելի շատ ֆիզիկական միջոցներ, աղջիկները հաճախ ահաբեկում են ուրիշներին սոցիալական դիրքով պայմանավորված: Ահաբեկչությունը տարիներ շարունակ եղել է դպրոցի և նույնիսկ աշխատավայրի մի մասը: Վերջերս, սակայն, տեխնոլոգիաները և սոցիալական մեդիան ստեղծել են ահաբեկման նոր վայր, որն ընդլայնել է իր հասանելիությունը: Կիբերհարձակումը ահաբեկում է, որը տեղի է ունենում առցանց և բջջային հեռախոսների միջոցով: Կայքերը, ինչպիսիք են YouTube-ը, Instagram-ը և Snapchat-ը, թույլ են տալիս երեխաներին շարունակական վիրավորական հաղորդագրություններ ուղարկել այլ երեխաներին օրը 24 ժամ: Որոշ կայքեր, ինչպիսիք են Instagram-ը, թույլ են տալիս հաղորդագրությունները թողնել անանուն:

Խնդիրը կարևորել եմ և ուզում եմ բարձրաձայնել, քանի որ հատկապես դպրոցում հանդիպող բուլինգը համաշխարհային խնդիր է , որը կարող է ունենալ վատ հետևանքներ դպրոցական միջավայրի համար և կարող է խախտել այն օրենքը, որով յուրաքանչյուր երեխան իրավունք ունի ապահով կրթություն ստանալու:

Ողջ աշխարհում նոյեմբերի 19-ը և 20-ը նշվում են որպես երեխաներին բռնություններից պաշտպանելու և նրանց իրավունքների իրացումն ապահովելու օրեր: Երեխաներին բռնություններից գերժ պահելը պետության և հասարակական ինստիտուտների կարևորագույն խնդիրներից է:

«Կրթությունը խաղաղ հասարակություն կառուցելու հիմքն է, մինչդեռ աշխարհում միլիոնավոր երեխաների համար դպրոցն ինքնին անվտանգ վայր չէ»,- ասում է ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի գործադիր տնօրեն Ջենիֆերա Ֆորդը: «Երեխաներն ամեն օր բազմաթիվ վտանգների են ենթարկվում՝ ծեծկռտուքներ, ճնշումներ, բուլինգ կյանքում և առցանց, բռնի դաստիարակություն, սեռական ոտնձգություն, զինված կոնֆլիկտներ: Կարճաժամկետ տեսանկյունից սա ազդում է նրանց կրթության վրա, իսկ երկարաժամկետ տեսանկյունից՝ հանգեցնում դեպրեսիայի և նույնիսկ ինքնասպանության: **Բռնությունն անմոռանալի դաս է, դաս, որ ոչ մի երեխա չպետք է սովորի**».*

Միասին մենք կարող ենք բոլորի համար ստեղծել աշխարհ առանց կոլարարների: Մենք ուզում ենք դպրոցներ, որոնք դրական են, խաղաղ և ոգեշնչող բոլորի համար:

Ցանկացած ձևի կամ որևէ պատճառով ահաբեկելը կարող է անմիջական, միջնաժամկետ և երկարաժամկետ ազդեցություն ունենալ ներգրավվածների, այդ թվում՝ պատահական անցորդների վրա:

*ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի կողմից (2018թ., Նյու Յորք) դպրոցական բռնության վերաբերյալ գեկույցի ամփոփ տվյալները տե՛ս https://cutt.ly/mIXzEkV_2

Բուլլինգի սահմանումը

Բուլլինգը (անգլ. bully – կռիվ սարքել, սպառնալ) հասկացվում է որպես ագրեսիվ վարքագիծ, որը դրսևորվում է մարդու հանդեպ դաժանության, չարամիտ հետապնդման, վիրավորանքի և ստորացման, նրա հեղինակությունը, համբավը վնասելու փորձերի տեսքով:

Բուլլինգը կարող է դրսևորվել հետևյալ ձևերով՝ վիրավորանքներ, գոռգոռոցներ, ուրիշի տեսակետի չընդունում, շրջապատողներին սեփական տեսակետի պարտադրում, քննարկման բացակայություն, լիազորությունների կենտրոնացում մեկ մարդու ձեռքերում, մշտական քննադատություն, ծառայողական անհամապատասխանության և այլն:

Բուլլինգը կարող է սթրես կամ վնաս պատճառել թիրախավորված անձին, ներառյալ ֆիզիկական, հոգեբանական, սոցիալական, ինչպես նաև՝ կրթական վնաս:*

Բուլլինգը կարող է տեղի ունենալ անձամբ կամ առցանց, տարբեր թվային հարթակների և սարքերի միջոցով և կարող է լինել ակնհայտ (բացահայտ) կամ թաքնված (թաքուն): Ահաբեկչական վարքագիծը կրկնվում է կամ ունի կրկնվելու ներուժ ժամանակի ընթացքում (օրինակ՝ թվային գրառումների փոխանակման միջոցով):

Ցանկացած ձևի կամ որևէ պատճառով ահաբեկելը կարող է անմիջական, միջնաժամկետ և երկարաժամկետ ազդեցություն ունենալ ներգրավվածների, այդ թվում՝ պատահական անցորդների վրա:

Առանձին միջադեպերը և հակամարտությունները կամ կռիվները հավասարների միջև, լինեն անձամբ կամ առցանց, չեն սահմանվում որպես բուլլինգ:

* Մ.Միքայելյան (Երևան 2016) “ Բռնության և զոհի հոգեբանություն”

Ինչը որպես բուլլինգ չի կարելի դիտարկել.

- ✓ սոցիալական մերժման կամ հակակրանքի առանձին դրվագներ
- ✓ մեկ դրվագ զգվելի կամ նողկալի գործողություններ
- ✓ ագրեսիայի կամ ահաբեկման պատահական գործողություններ
- ✓ փոխադարձ վեճեր, տարաձայնություններ կամ կռիվներ

Այս գործողությունները կարող են մեծ անհանգստություն առաջացնել: Այնուամենայնիվ, նրանք չեն համապատասխանում բուլլինգի սահմանմանը և բռնության օրինակ չեն, եթե ինչ-որ մեկը միտումնավոր և բազմիցս դա չի անում:

Բուլլինգի տեսակները և դրսևորումները

Կան բուլլինգի տարբեր տեսակներ, որոնց կարող են ենթարկվել ինչպես աշակերտները, այնպես էլ մեծահասակները, որոնցից ոմանք ակնհայտ են, մինչդեռ մյուսները կարող են ավելի թաքնված լինել:

Ֆիզիկական բուլլինգ: Ներառում է հարվածներ ձեռքերով և ոտքերով, հրել և/կամ զցել հատակին, կամօել, քաշել մազերը, պատառոտել հագուստը ,վնասել

անձանական գույքը և այլն: Ֆիզիկական ահաբեկումը առաջացնում է ինչպես կարճաժամկետ, այնպես էլ երկարաժամկետ վնաս:

Բանավոր կան խոսքային բուլլինգ: Ներառում է տհաճ մականանունով կոչելը,վիրավորանքը,ծաղրելը,ահաբեկումը, հոմոֆոբ կամ ռասիստական արտահայտություններ կամ այլ բանավոր վիրավորանքներ:Թեև բանավոր ահաբեկումը կարող է սկսվել անվնաս, այն կարող է աճել մինչև այն մակարդակը, որոնք սկսում են ազդել անհատական թիրախի վրա:

Սեռական բուլլինգ:Դպրոցական միջավայրում վարքագծի այն տեսակը, որը կարող է լինել սեռական ահաբեկում կամ կարող է նպաստել այնպիսի

միջավայրի, որտեղ սեռական ահաբեկման ավելի հավանական է տեղի ունենալ, ներառում է.Սեռական մեկնաբանություններ, ծաղրանքներ և սպառնալիքներ ,սեռական բնույթի լուսանկարներ կամ տեսանյութեր ուղարկելով, հեռախոսազանգեր կատարելը կամ սեռական բնույթի տեքստեր, հաղորդագրություններ կամ ֆիլմեր ուղարկելը և այլն:

Սոցիալական բուլլինգ:Այն երբեմն կոչվում է թաքնված ահաբեկում, հաճախ ավելի դժվար է ճանաչել,որովհետև այն կարող է իրականացվել բռնության ենթարկված անձի թիկունքում: Այն նախատեսված է ինչ-որ մեկի սոցիալական հեղինակությունը վնասելու և/կամ նվաստացում առաջացնելու համար:

Սոցիալական ահաբեկումը կարող է ներառել.

- ✓ ստել կամ սուտ լուրեր տարածել
- ✓ դեմքի կամ մարմնի բացասական ժեստեր
- ✓ սպառնալից կամ արհամարհական հայացքներ
- ✓ չար կատակներ խաղալ՝ խայտառակելու և նվաստացնելու համար
- ✓ խրախուսել ուրիշներին՝ սոցիալապես մեկուսացնել մեկին
- ✓ ինչ-որ մեկի սոցիալական հեղինակությունը կամ սոցիալական ընկալումը վնասելը

Կիբեր բուլլինգ: Հետազոտական կենտրոնը սահմանում է կիբեր ահաբեկչությունը՝ որպես դիտավորյալ և կրկնվող վնաս, որը հասցվում է համակարգիչների, հեռախոսների և այլ էլեկտրոնային սարքերի օգտագործման միջոցով: Այն կարող է լինել բացահայտ կամ թաքնված ահաբեկչական վարքագիծ՝ օգտագործելով թվային տեխնոլոգիաներ, ներառյալ ապարատները, ինչպիսիք են համակարգիչները և սմարթֆոնները, և ծրագրեր, ինչպիսիք են սոցիալական մեդիան, ակնթարթային հաղորդագրությունները, տեքստերը, կայքերը և այլ առցանց հարթակներ: Կիբեր ահաբեկումը կարող է տեղի ունենալ ցանկացած պահի: Այն կարող է լինել հրապարակային կամ մասնավոր, և երբեմն հայտնի է լինում միայն թիրախին և բուլերին:

Կիբեր ահաբեկումը կարող է ներառել՝

- ✓ վիրավորական կամ ծաղրական տեքստեր, էլ. նամակներ կամ գրառումներ, պատկերներ կամ տեսանյութեր
- ✓ դիտավորյալ առցանց հեռացնել կամ արգելափակել և դա խորհուրդ տալ ուրիշներին
- ✓ տհաճ բամբասանքներ կամ ասելոսներ տարածել
- ✓ կեղծել նրան առցանց կամ օգտագործելով նրա մուտքը սոցիալական մեդիա

Բուլլինգի պատճառները

Ինչու՞ են երեխաները ահաբեկում ուրիշներին: Ե՛վ ահաբեկիչներին, և՛ նրանց թիրախներին օգնելու համար կարևոր է հասկանալ ահաբեկչական պահվածքի պատճառները: Բայց դա անելու համար մեծահասակները պետք է շրջանցեն սովորական ենթադրությունները, ըստ որոնց՝ բոլոր բուլլերները միայնակ են, չար մարդիկ են կամ չունեն ինքնազնահատական: Ահաբեկման պատճառները առաջանում են զայրույթի կառավարման խնդիրներից մինչև վրեժխնդրություն և

ինքնահաստատվելու ցանկություն: Ավելի շատ իմանալն այն մասին, թե ինչու են կռվարարներն անում այն, կարող է ուղղորդել այս վարքագծի նկատմամբ վերաբերմունքը:

Առկա են բուլլինգի առաջացման մի շարք պատճառներ.

Ուժ: Դեռահասները, ովքեր ցանկանում են վերահսկել կամ ունենալ իշխանություն, հակված են ահաբեկման: Դա կարող է պայմանավորված լինել այն պատճառով, որ նրանք իրենց կյանքում որևէ ուժ չեն զգում, ինչը սոցիալական փոխազդեցություններում այն ստանալն ավելի գրավիչ է դարձնում: Այս դեռահասները կարող են նախընտրել շփվել ուրիշների հետ միայն այն դեպքում, երբ դա իրենց պայմաններով է: Եթե ամեն ինչ իր հունով չընթանա, նրանք կարող են դիմել ահաբեկման: Չարաբերական ագրեսիա դրսևորողները, ովքեր հասարակությունում ասոցացվում են «բամբասկոտ աղջիկ» արտահայտության հետ՝ նույնպես կարող են ուժ կիրառել:

Չնայած մեր մշակույթում «բամբասկոտ աղջիկ» տերմինի տարածվածությանը, աղջիկները միակը չեն, ովքեր ահաբեկում են՝ օգտագործելով բամբասանք,

վատաբանում, սոցիալական ճնշում, բացառում և այլ անուղղակի սոցիալական մարտավարություններ՝ սոցիալական հարաբերություններում առաջինը երևալու համար: Իրականում, հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ տղաները նույնքան հավանական է, որ ներգրավվեն հարաբերությունների ագրեսիայի մեջ, որքան աղջիկները:

Մարզիկները և ֆիզիկապես ուժեղ աշակերտները (կամ այլ տեսակի ուժ ունեցող երեխաները) կարող են դիմել ահաբեկման՝ ավելի թույլ կամ փոքր աշակերտների նկատմամբ ունեցած ուժի պատճառով:

Չանրաճանաչություն: Երբեմն ահաբեկումը կարող է լինել սոցիալական կարգավիճակի դրսևորում: Երեխաները, որոնք հանրաճանաչ են, հաճախ ծաղրում են այն երեխաներին, ովքեր պակաս հայտնի են: Չանրաճանաչությունը կարող է նաև ստիպել երեխաներին տարածել բամբասանքներ և ասեկոսեսներ: Միևնույն ժամանակ, երեխաները, ովքեր դպրոցում փորձում են բարձրանալ սոցիալական սանդուղքով կամ ձեռք բերել որոշակի սոցիալական ուժ, ուշադրություն գրավելու համար կարող են դիմել ահաբեկման: Նրանք կարող են նաև ահաբեկել ուրիշներին՝ մեկ այլ անձի սոցիալական կարգավիճակը նվազեցնելու համար:

Փոխհատուցում: Որոշ դեռահասներբռնության զոհ են դարձել՝ վրեժ լուծելու կամ վրեժ լուծելու ուղիներ փնտրելու ժամանակ: Այս երեխաներին հաճախ անվանում են «կռվարար զոհեր», և նրանք հաճախ իրենց արարքներում արդարացված են զգում, քանի որ իրենք ժամանակին նույնպես ենթարկվել են ոտնձգությունների և տանջանքների: Երբ նրանք հալածում են ուրիշներին, նրանք կարող են զգալ թեթևացում և արդարացում իրենց ապրածի համար: Երբեմն այս երեխաները թիրախավորում են իրենցից ավելի թույլ կամ ավելի խոցելի մեկին: Այլ ժամանակ նրանք նույնիսկ կգնան իրենց ահաբեկող անձի հետևից:

Խնդիրներ տանը: Դեռահասները, ովքեր գալիս են այնպիսի տներից, որոնցում մշտապես տիրում է բռնությունն ու ագրեսիան, ավելի հավանական է, որ հալածեն, քանի որ ագրեսիան և բռնությունը մոդելավորվում են նրանց համար, որպես օրինաչափություն: Դա նրանց ուժի և վերահսկողության զգացում է տալիս, ինչը բացակայում է սեփական կյանքում: Իսկ ցածր ինքնագնահատականով երեխաները կարող են ահաբեկել՝ որպես ինքնագնահատականի ցածր զգացումը

ծածկելու միջոց: Եղբայրների կամ քույրերի ահաբեկումը նույնպես կարող է դպրոցում հանգեցնել բուլլինգի: Երբ ավագ եղբայրը կամ քույրը ծաղրում և տանջում է կրտսեր եղբորը կամ քրոջը, դա անգորության զգացում է առաջացնում: Ուժի այդ զգացումը վերականգնելու համար այս երեխաները այնուհետև ահաբեկում են ուրիշներին՝ երբեմն նույնիսկ ընդօրինակելով իրենց ավագ եղբոր կամ քրոջ արարքները:

Հաճույք: Երեխաները, ովքեր ձանձրանում են և ժամանց են փնտրում, երբեմն կդիմեն ահաբեկչության՝ իրենց կյանքում որոշակի հուզմունք և դրամա ավելացնելու համար: Նրանք ահաբեկում են, քանի որ չունեն իրենց ծնողների ուշադրությունն ու վերահսկողությունը: Արդյունքում, ահաբեկումը դառնում է ուշադրություն գրավելու միջոց: Մինևույն ժամանակ, կարեկցանքի պակաս ունեցող երեխաները հաճախ հաճույք են ստանում՝ վիրավորելով ուրիշների զգացմունքները: Նրանք ոչ միայն գնահատում են ուժի զգացումը, որ ստանում են ուրիշներին ահաբեկելուց, այլև վիրավորական «կատակները» համարում են ծիծաղելի:

Նախապաշարմունքներ: Հազվադեպ չէ, երբ դեռահասները կռվում են իրենց հասակակիցների հետ, ովքեր ինչ-որ կերպ տարբեր են: Օրինակ, երեխաները կարող են թիրախավորվել, քանի որ նրանք ունեն հատուկ կարիքներ կամ սննդային ալերգիա: Ներկայումս լայն տարածում ունի բուլլինգի այն տեսակը, երբ երեխաներին առանձնացնում են իրենց ռասայական, կրոնական, գենդերային ինքնության և սեռական կողմնորոշման համար:

Հասակակիցների ճնշում: Երբեմն երեխաները հալածում են ուրիշներին, որպեսզի համապատասխանեն խմբակին, նույնիսկ եթե դա նշանակում է դեմ գնալ նրանց ավելի լավ դատողություններին: Հաճախ այս երեխաներն ավելի շատ մտահոգված են հարմարվելու և ընդունված լինելու համար, քան անհանգստացած են ահաբեկման հետևանքով: Իմանալով, թե ինչու են երեխաները հալածում ուրիշներին, դա կարող է օգնել զոհերին, ծնողներին և հանցագործներին ավելի լավ հասկանալ, թե ինչ է կատարվում, և պատկերացումներ տրամադրել այն մասին, թե ինչպես դա դադարեցնել: Թեև սա ոչ մի կերպ չի արդարացնում վարքագիծը, հազվադեպ է ահաբեկում իրականացվում այն անձի նկատմամբ, ով

ենթարկվում է բռնության: Փոխարենը, վարքագիծը հաճախ արտացոլում է այն պայքարը, որի միջով անցնում է ահաբեկող անձը:

Բուլլինգի կանխարգելումը

Ուսուցիչները և մանկավարժական մյուս աշխատակիցները պետք է տեղյակ լինեն, որ բուլլինգը սովորաբար տեղի է ունենում այնպիսի վայրերում, ինչպիսիք են գուգարանը, խաղահրապարակը, մարդաշատ միջանցքները և դպրոցական ավտոբուսները, ինչպես նաև բջջային հեռախոսների և համակարգիչների միջոցով: Ուսուցիչները և մանկավարժական մյուս աշխատակիցները պետք է ընդգծեն, որ պատմելը խայտառակությունն է: Եթե ուսուցիչը դասասենյակում նկատում է բուլլիգ, նա պետք է անհապաղ միջամտի դա դադարեցնելու համար, արձանագրի միջադեպը և տեղեկացնի դպրոցի տնօրենությանը, որպեսզի դեպքը հնարավոր լինի հետաքննել: Բուլլինգի ենթարկվող և ենթարկող աշակերտների հետ համատեղ հանդիպում ունենալը խորհուրդ է տրվում. դա ամոթալի և շատ վախեցնող է այն աշակերտի համար, ում նկատմամբ բռնություն է գործադրվում:

Բուլլինգի կանխարգելմանը պետք է մասնակցեն և՛ ուսուցիչները, և՛ ծնողները, և՛ աշակերտները՝ ձեռնարկելով հետևյալ քայլերը.

✓ Ներգրավել աշակերտներին և ծնողներին.

Աշակերտները և ծնողները պետք է լինեն լուծման մի մասը և ներգրավվեն անվտանգության թիմերում և հակաբուլլինգային աշխատանքային խմբերում: Աշակերտները կարող են մեծահասակներին տեղեկացնել, թե ինչ է իրականում կատարվում, ինչպես նաև մեծահասակներին սովորեցնել նոր տեխնոլոգիաների մասին, որոնք երեխաները օգտագործում են բուլլինգի համար: Ծնողները, և ուսուցիչները կարող են օգնել աշակերտներին դրսևորել դրական վարքագիծ և սովորեցնել նրանց հմտություններ, որպեսզի իմանան, թե ինչպես միջամտել, երբ տեղի է ունենում բուլլինգ: Ավելի մեծ աշակերտները կարող են ծառայել որպես դաստիարակ և երիտասարդ աշակերտներին տեղեկացնել համացանցում անվտանգ գործելակերպի մասին:

✓ Աշակերտների և մեծահասակների վարքագծի վերաբերյալ դրական ակնկալիքներ ունենալ.

Դպրոցը և դասարանը պետք է աշակերտներին ապահովեն ուսումնական նպաստավոր պայմաններով: Ուսուցիչները պետք է հստակորեն հիշեցնեն աշակերտներին, որ բուլլինգը դպրոցում ընդունված չէ, և նման վարքագիծը կունենա համապատասխան հետևանքներ: Հակաբուլլինգային փաստաթուղթ ստեղծելը և աշակերտին և ծնողներին ստորագրել տալը և այն դպրոցի գրասենյակ վերադարձնելը օգնում է աշակերտներին հասկանալ բուլլինգի լրջությունը: Նաև այն աշակերտների համար, ովքեր դժվարանում են հարմարվել կամ ընկերներ գտնել դպրոցում, առավել ևս դրան ուշադրություն պետք է դարձնել ավագ դպրոց ընդունված 10-րդ դասարանացիների շրջանում, քանի որ տեղափոխվելով նոր դպրոց, նոր դասարան, նոր աշակերտներ, նոր ուսուցիչներ՝ նրան սկսում են ինքանահաստատվել՝ հաճախ ընտրելով բուլլինգի թիրախ կամ հենց իրենք են թիրախավորվում: Նման դեպքերում ուսուցիչները պետք են նպաստեն ընկերական հարաբերությունների ստեղծմանը կամ «աշխատանքներ» հանձնարարեն աշակերտներին, որոնք բախման մեջ են իրար դեմ, որպեսզի բուլլինգի ենթարկվող աշակերտները չզգան մեկուսացված կամ չդառնան ահաբեկման թիրախ:

✓ Բուլլինգի ենթարկվող երեխաների ծնողները պետք է աջակցեն իրենց երեխային.

Երեխաները միշտ չէ, որ բարձրաձայնում են բռնության ենթարկվելու մասին: Նշաններն են՝ պատռված հագուստը, դպրոց գնալուց հրաժարվելը, ախորժակի նվազումը, մղձավանջները, լացը կամ ընդհանուր դեպրեսիան և անհանգստությունը: Եթե հայտնաբերեք, որ ձեր երեխան ենթարկվում է բռնության, մի՛ ասեք նրան «շուտով կանցնի» կամ «դու ել նրան ծեծի՛ր կամ հրվածի՛ր»: Փոխարենը, բաց խոսակցություններ ունեցեք, որտեղ կարող եք իմանալ, թե իրականում ինչ է կատարվում դպրոցում, որպեսզի կարողանաք համապատասխան քայլեր ձեռնարկել իրավիճակը շտկելու համար: Ամենակարևորը, տեղեկացրեք ձեր երեխային, որ դուք նրա հետ եք և կօգնեք իրեն:

✓ Ճնողները պետք է սովորեցնեն իրենց երեխային, թե ինչպես վարվել բռնության դեպքում.

Քանի դեռ ինչ-որ բան հնարավոր չէ անել դպրոցի տնօրենության միջամտությամբ, աշխատեք ձեր երեխայի հետ՝ հաղթահարելու ահաբեկչությունը՝ առանց ջախջախվելու կամ պարտվելու: Կիրառեք սցենարներ տանը, որտեղ ձեր երեխան սովորում է, թե ինչպես անտեսել կովարարին և/կամ մշակել բուլլինգին դիմակայելու հաստատակամ ռազմավարություններ: Օգնեք ձեր երեխային դիմել ուսուցիչներին և ընկերներին, որոնք կարող են օգնել նրան, եթե նա զգում է բռնության ենթարկվելու վտանգ:

✓ Ճնողները պետք է սահմաններ դնեն սոցցանցերում անցկացվող ժամանակի հետ կապված.

Ճնողները պետք է իրենց երեխաներին և իրենք իրենց՝ կիբերհարձակման չենթարկվելու համար, և սովորեցնեն իրենց երեխաներին չպատասխանել կամ չուղարկել սպառնացող նամակներ: «Ընկերանան» իրենց երեխային Facebook-ում և սոցիալական մեդիայի այլ հարթակներում և տեղադրեն համապատասխան գտիչներ երեխայի համակարգչում: Ընտանեկան համակարգիչը դարձրեն երեխաների միակ համակարգիչը և դնեն այն տան հանրային վայրում, որտեղ այն տեսանելի է և հնարավոր կլինի վերահսկել: Եթե որոշել են երեխային բջջային հեռախոս տալ, լավ մտածեն՝ նախքան թույլ տալը նրան տեսախցիկի տարբերակ ունենալ: Տեղեկացնեն երեխաներին, որ հետևելու են նրանց տեքստային հաղորդագրություններին: Որպես ծնող՝ նրանք կարող են պնդել, որ հեռախոսները պահվեն հանրային տարածքում, ինչպիսին է խոհանոցը, հատկապես գիշերային ժամերին, որպեսզի վերացվեն գիշերային ահաբեկումը և անպատշաճ հաղորդագրությունները: Ճնողները պետք է տեղեկացնեն ահաբեկչության մասին դպրոցի տնօրենությանը:

✓ Բուլլինգով զբաղվող երեխաների ծնողները պետք է ժամանակին կանխեն ահաբեկումը, քանի դեռ այն չի սկսվել:

Ճնողները պետք է կրթեն իրենց երեխաներին ահաբեկման մասին տեղեկություններ տալով: Ջնարավոր է, որ երեխան դժվարանում է կարդալ

սոցիալական նշանները և չգիտի, թե ինչ է անում, և որ իր արարքը կարող է վիրավորական լինել: Ծնողները պետք է հիշեցնեն իրենց երեխային, որ ուրիշներին ահաբեկելը կարող է իրավական հետևանքներ ունենալ: Երեխաների վարքագիծը ձևավորվում է իրենց ծնողների օրինակով: Ագրեսիվ վարքագծի կամ տանը չափազանց խիստ միջավայրի ենթարկվելը երեխաներին ավելի հակված է դարձնում դպրոցում բուլլեր դառնալու: Ծնողները պետք է երեխայի համար դրական օրինակներ լինեն այլ մարդկանց և նրանց հետ հարաբերություններում: Ցածր ինքնագնահատականով երեխաները հաճախ ահաբեկում են՝ իրենց ավելի լավ զգալու համար: Անգամ սիրված երեխաները կարող են ստոր հակումներ ունենալ:

✓ Աշակերտները պետք է հաղորդեն ահաբեկման և կիբերհարձակման մասին.

Աշակերտների համար կարևոր է ցանկացած ահաբեկման մասին տեղեկացնել ծնողին կամ մեծահասակին, ում վստահում են: Հաճախ երեխաները չեն հայտնում կիբերհարձակման մասին, քանի որ վախենում են, որ ծնողները կխլեն իրենց հեռախոսը կամ համակարգիչը: Ծնողները պետք է աջակցեն իրենց երեխային ահաբեկելու մասին հաղորդումներին և որպես հետևանք՝ չվերցնեն նրանց հեռախոսները:

✓ Պետք չէ հակահարված տալ.

Հնարավոր է, որ դժվար լինի չհարձակվել, բայց, ինչպես ասում են, երկու սխալը չեն դառնում ճիշտ: Փորձեք ցույց չտալ զայրույթ կամ արցունքներ: Կամ հանգիստ ասեք կռվարարին, որ դադարեցնի ահաբեկելը, կամ պարզապես հեռացեք:

✓ Պետք է խուսափել մենակ մնալուց.

Հնարավորության դեպքում բուլինգի զոհը պետք է խուսափի այնպիսի իրավիճակներից, որտեղ այլ աշակերտներ կամ ուսուցիչներ չկան: պետք է պորձի ընկերոջ հետ զուգարան գնալ կամ խմբով ճաշել: Ավտոբուսով երթևեկելիս պետք է

նստի առջևի նստարաններին: Եթե գիտի, որ աշակերտը, ով սիրում է ուրիշներին ահաբեկել, գտնվում է մի տարածքում, որտեղ ինքն է այդ պահին, պետք է փորձի օգտագործել միջանցքի այլընտրանքային ուղիները:

Բուլլինգի հետևանքները

Բուլլինգը ծխելու նման է, այն կարող է սպանել:

Երեխաների և դեռահասների հետ աշխատող ծնողների և մարդկանց համար կարևոր է հասկանալ, որ ահաբեկումը կարող է ունենալ ինչպես կարճաժամկետ, այնպես էլ երկարաժամկետ ազդեցություն բոլոր ներգրավվածների վրա: Թեև ահաբեկման վերաբերյալ հետազոտությունների մեծ մասը վերաբերում է

երեխաներին և դեռահասներին, ովքեր ենթարկվել են բռնության, սակայն ահաբեկողների վրա ևս բացասաբար է ազդում, ինչպես նաև նրանց, ովքեր անմիջականորեն ներգրավված չեն, բայց ահաբեկման ականատես են լինում:

Հետազոտությունը ցույց է տվել, որ բռնության ենթարկված երեխաների ու դեռահասների մոտ լինում են բացասական հետևանքներ՝ հոգեբանական, ֆիզիկական և ուսման ու առաջադիմության վրա ազդող:

✓ Հոգեբանական հետևանքներ

Բուլլինգի հոգեբանական հետևանքները ներառում են դեպրեսիա, անհանգստություն, ցածր ինքնագնահատական, ինքնավստող վարք (հատկապես աղջիկների համար), ակրիոլի և թմրանյութերի օգտագործում և կախվածություն, ագրեսիա և բռնության կամ հանցագործության մեջ ներգրավվածություն (հատկապես տղաների համար): Թեև ահաբեկումը կարող է հանգեցնել ցանկացած երեխայի հոգեկան առողջության խնդիրների, նրանք, ովքեր արդեն ունեն հոգեկան առողջության հետ կապված դժվարություններ, ավելի հավանական է, որ ենթարկվեն բռնության և զգան դրա բացասական հետևանքները:

Կիբերհարձակումից նույնպես կարող են առաջանալ հոգեկան առողջության խնդիրներ: Համեմատած այն հասակակիցների հետ, ովքեր կիբերհարձակման չեն ենթարկվել, կիբերհարձակման ենթարկված երեխաները դրսևորում են ավելի

բարձր դեպրեսիա և ունենում են ինքնասպանության մասին մտքեր, ինչպես նաև ավելի մեծ հուզական անհանգստություն, թշնամանքի և հանցավորության զգացողություն:

✓ **Ֆիզիկական հետևանքները.**

Կարող են լինել ակնհայտ և անմիջական, օրինակ՝ ֆիզիկական հարձակումից վիրավորվելը: Այնուամենայնիվ, բռնության ենթարկվելու շարունակական սթրեսը և տրավման կարող են նաև ժամանակի ընթացքում հանգեցնել ֆիզիկական խնդիրների: Բուլլինգի ենթարկվող երեխայի մոտ կարող են զարգանալ քնի խանգարումներ, ինչպիսիք են՝ քնելու դժվարությունը կամ անքնությունը, ստամոքսի ցավը, գլխացավը, սրտի արագացած բաբախյունը, գլխապտույտը,

գիշերամիզությունը և քրոնիկական ցավն ու սոմատիզացումը (այսինքն՝ անհանգստացնող, ֆիզիկական ախտանիշներ, որոնց պատճառը չի կարող բացատրվել բժշկական տեսանկյունից):

Բուլլինգի ենթարկվելը նաև բարձրացնում է կորտիզոլի՝ սթրեսի հորմոնի մակարդակը, ինչը սովորաբար տեղի է ունենում սթրեսային իրադարձություններից հետո: Բուլլինգից առաջացած սթրեսը կարող է ազդել իմունային համակարգի և հորմոնների վրա: Պատկերային հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ ուղեղի գործունեության և աշխատանքի վրա կարող է ազդել ահաբեկումը, ինչը կարող է օգնել բացատրել երեխաների վարքագիծը, ովքեր ենթարկվել են բռնության:

✓ **Ուսման և առաջադիմության վրա ազդող հետևանքներ**

Չետազոտությունները մշտապես ցույց են տվել, որ ահաբեկումը կարող է բացասական ազդեցություն ունենալ դպրոցում երեխաների և դեռահասների առաջադիմության վրա: Այն բացասաբար է ազդում ինչպես դասարանների, այնպես էլ ստանդարտացված թեստերի միավորների վրա՝ սկսած մանկապարտեզից և շարունակվում մինչև ավագ դպրոց:

Բուլլինգի այլ մասնակիցներ

Աշակերտներ, ովքեր ահաբեկում են, և նրանք, ովքեր ականատես են լինում ահաբեկմանը

Շատ քիչ հետազոտություններ են արվել՝ հասկանալու համար ահաբեկման ազդեցությունը երեխաների վրա, ովքեր ահաբեկում են, և նրանց, ովքեր ականատես են լինում ահաբեկմանը (օրինակ՝ պատահական անցորդներին): Ավելի շատ հետազոտություններ են անհրաժեշտ՝ հասկանալու համար ահաբեկելու հետևանքները այն անհատների վրա, ովքեր ահաբեկում են ուրիշներին, մասնավորապես՝ հասկանալու տարբերությունները նրանց միջև, ովքեր ընդհանուր առմամբ ազդեսիվ են և նրանց, ովքեր ահաբեկում են ուրիշներին: Բուլլինգի ականատես երեխաների ուսումնասիրությունները սովորաբար կենտրոնանում են ահաբեկման իրավիճակում նրանց դերի վրա (օրինակ՝ եթե նրանք աջակցել են երեխային, ով բռնություն է իրականացրել կամ պաշտպանել զոհին), և ինչո՞ւ են նրանք միջամտել կամ չեն միջամտել: Թեև ուսումնասիրությունները հազվադեպ են

գնահատում վկայի վրա ահաբեկման ազդեցության հետևանքները, որոշ հետազոտություններ ցույց են տվել, որ ահաբեկման վկաները զգում են անհանգստություն և անապահովություն՝ հիմնվելով վրեժխնդրության սեփական վախերի վրա:

Աշակերտներ, ովքեր ահաբեկում են և նույնպես ենթարկվում են բռնության.

Երեխաներն ու դեռահասները, ովքեր ահաբեկում են ուրիշներին և նույնպես ենթարկվում են բռնության, գտնվում են հոգեկան և ֆիզիկական առողջության բացասական հետևանքների ամենամեծ վտանգի տակ՝ համեմատած նրանց հետ, ովքեր միայն ահաբեկում են կամ միայն ենթարկվում են բռնության: Այս երեխաները և դեռահասները կարող են զգալ հոգեբանական խնդիրների համակցում, իրենց և ուրիշների մասին բացասական ընկալում, դրսևորել վատ սոցիալական հմտություններ, վարքի խնդիրներ և մերժում իրենց հասակակիցների խմբի կողմից: Համեմատած չներգրավված հասակակիցների հետ՝ նրանք, ովքեր բռնության են ենթարկել ուրիշներին և նույնպես ենթարկվել են բռնության, պարզվել է, որ ավելի բարձր ռիսկի խմբում են լուրջ հոգեկան

հիվանդություններ ստանալու, բարձր ռիսկի խմբում են՝ ինքնասպանության մասին մտածելու և փորձելու համար, ու դրսևորում են ուժեղ ագրեսիա:

Բուլլինգի դրսևորումներ հայ գրականության մեջ

Բուլլինգի դրսևորումներ հանդիպում ենք նաև գրական ստեղծագործություններում: Նման իրավիճակներ տեսնում ենք Նար-Դոսի «Մեր թաղը» (1889-1890թթ.) նովելաշարում, որտեղ յուրաքանչյուր նովել մի դրամա է: Խավարի ու թշվառության միջավայրում մեծ չարիք են սնահավատությունն ու տգիտությունը («Սաքուլն ուխտ գնաց», «Ինչպես բժշկեցին»), վայրագությունն ու կոպտությունը («Թե ինչ եղավ հետո, երբ շաքարամանից երկու կտոր շաքար պակասեց», «Ջոպոպ»), հարբեցողությունն ու բարոյական անկումը («Ջոզուն վրա հասավ», «Սև փողերի տոկոսը»): Գրականության դասին նմանատիպ դեպքեր, իրադարձություններ, կերպարներ վերլուծելիս փորձում ենք աշակերտներին իրազեկել, տեղեկացնել հասարակության չարիք համարվող երևույթներին, ինչը, սակայն, բավարար հիմք չի հանդիսանում խնդրի խորքային պատճառները գտնելու, վեր հանելու և հնարավոր լուծումներ առաջարկելու համար: Կարևոր է կրթության բաղադրիչի կարևորության ու հավասարության իրավունքի տարածումը, չպետք է որևէ մեկը դուրս մնա կրթությունից ու կարևոր է, որ դպրոցը դնի այդ անվտանգության և հավասարության գաղափարը: Բացի այդ, կարևոր է, որ դպրոցական անձնակազմը զգայուն լինի խնդրի հանդեպ, աչք չփակի և անտարբերության չմատնի:

Բուլլինգի վիճակագրությունը Հայաստանում

- ✓ Աշակերտները հայտնել են, որ ենթարկվել են բռնության, որից 13%-ին ծաղրել են, անվանել կամ վիրավորել, ասեկոսեների առարկա է դարձել 13%-ը, 5%-ին հրել են կամ սայթաքել է, 5%-ը դիտավորյալ հեռացվել է գործողություններից, մնացած 5 %-ը այլ տեսակի բուլլինգի է ենթարկվել:
- ✓ Դպրոցում բռնության ենթարկված աշակերտների 70%-ը ենթարկվել են կրկնվող բուլլինգի
- ✓ Իզական սեռի աշակերտները մի փոքր ավելի, քան արական սեռի աշակերտները, նշում են, որ դպրոցում բռնության են ենթարկվել (24% ընդդեմ 17%):

- ✓ Բուլլինգի ենթարկված ուսանողները հայտնել են, որ ահաբեկումը տեղի է ունեցել հետևյալ վայրերում՝ դպրոցի միջանցքում կամ աստիճանահարթակին (30%), դասարանում (22%), ճաշարանում (20%), դրսում՝ դպրոցի տարածքում (12%), առցանց միջոցով(15%), զուգարանում կամ հանդերձարանում (12%) և դպրոցական ավտոբուսում (8%):
- ✓ Բուլլինգի ենթարկված աշակերտների 46%-ը հայտնում է, որ դպրոցում մեծահասակին ծանուցել է դեպքի մասին:
- ✓ Դպրոցական ահաբեկչության կանխարգելման ծրագրերը նվազեցնում են ահաբեկումը մինչև 25%-ով:

Իմ հետազոտությունները

Չարցախուլյզ մի քանի ուսուցչի շրջանում:

Իմ բարձրաձայնած խնդրի լրջությունն էլ ավելի հաստատելու համար փորձեցի հարց ու փորձ անել տարբեր դպրոցների մի քանի ուսուցիչների և հասկացա, որ այս խնդիրը գրեթե բոլոր դպրոցներում էլ առկա է:

Ուսուցիչ 1: Ուսուցիչը պատմեց, որ իրեց դպրոցում առնչվել է բուլլինգի հետևյալ դրսևորմանը.

Աշակերտներից մեկն ուներ սեռական այլ կողմնորոշում, և համադասարանցիներն ու դպրոցի մյուս աշակերտներն ընդհանրապես չէին շփվում նրա հետ: Նա մտերիմ էր միայն իր դասընկերուհիներից մեկի հետ, որն ընդունում էր տղային այնպիսին, ինչպիսին նա կար: Տղաները թույլ չէի տալիս, որ նրա սովերն անգամ երևա իրենց դասարանների առջև: Ուսուցիչն ինքը ևս դեմ էր

այդ երևույթին, սակայն պարտավոր եր պաշտպանել իր աշակերտին բարձր դասարանի տղաների ցասումից: Խնդրին լուծում տալու համար բազմիցս դիմել էին տղայի ծնողներին, սակայն նրանք ասել էին, որ ամեն ինչ փորձել են անել, բայց ոչ մի բան չի ազդել նրա վրա և որ իրենք հիմա իրենց երեխայի վարքագծի շեղումներին համակերպվելուց զատ այլ բան չեն կարող անել:

Ուսուցիչ 2: Այս ուսուցիչը պատմեց, որ իր դասարանում առնչվել է հետևյալ խնդրին.

12-րդ դասարանի տղաներից մեկը խաղամուլ եր դարձել: Նա մեծանում եր միայն մայրական խնամքով, որովհետև հայրը գտնվում եր արտերկրում: Բուկմեյկերական գրասենյակներում պարտվելուց հետո նա անընդհատ գումար եր պահանջում 10-րդ դասարանի մի քանի տղաներից, որոնք ամեն գնով փորձում էին գոհացնել նրան: Դասուղեկն անընդհատ հետևում է նրան և մայրիկին տեղեկացնում եղելությունը ամենայն մանրամասնությամբ: Սակայն մայրը շարունակում է <<աչքերը փակ վստահել իր որդուն>>: Ուսուցիչները կարողանում են հասնել նրան, որ բուլլինգի զոհերը հասկանում են իրենց սխալը և այլևս ոչ ոք նրան գումարով չէր բավարարում: Դպրոցն ավարտելուց հետո՝ 2 տարի անց, այս տղան բազմաթիվ մանր ու միջին հանցանքներ է գործում և հայտնվում ճաղերի հետևում: Այսպիսին է լինում երեխաների ճակատագրերը, որոնց ծնողները մեծացնում են ինքնահավան և եսակենտրոն:

Ձեր երեխային կուռք մի՛ դարձրեք: Երբ նա մեծանա , գոհեք կպահանջի:(Պ.Բուլաստ)

Ուսուցիչ 3: Այս ուսուցիչը պատմում է, որ երբ առաջին անգամ դասուղեկություն ստանձնեց ու աշակերտների հետ ավելի հաճախ սկսեց հաղորդակցվել, նկատեց, որ դասարանի մի տղա միշտ ագրեսիվ, պաշտպանողական դիրքում է: Հասկացավ, որ պարբերաբար ենթարկվելով ծաղրի՝ նրա մոտ ակտիվ զարգացել եր ինքնապաշտպանողական ռեակցիան: Նրան ծաղրում էին գիրության և աղջկական շարժումների համար: Հաճախակի զրույցների արդյունքում այդ աշակերտին սկսեցին ինտեգրել և մասնակից դարձնել դասարանական միջոցառումներին: Որքան էլ, որ նրա մոտ չէր ստացվում կազմակերպչական գործերով զբաղվելը, այնուամենայնիվ դասուղեկը նրան է տալիս ավագի

պարտականությունները:Դաես նրան ոգևորում է , ուրախացնում է նաև ծնողին:Յետո այդ աշակերտը այնքան ընտելացավ ու հաշտվեց կուլեկտիվին, որ ծննդյան տոներին նվերներ էր անում այն դասընկերներին, ովքեր իրեն օգնում էին կազմակերպչական հարցերում:

Եզրակացություն

Բուլլինգի խնդրի լուծումն ու կանխարգելումը պետք է գտնել երեխա-ծնող-ուսուցիչ ակտիվ համագործակցության շնորհիվ: Դպրոցում դասղեկի ժամերին պարբերաբար անդրադառնալ խնդրին, քննարկել երևույթը, խոսել դրա վատ ազդեցությունների մասին:Պետք է աշակերտներին ներկայացնել իրենց իրավունքները, միասին կարդալ այն օրենքները, որոնցով պաշտպանվում են այդ իրավունքները:Կարելի է մշտապես կապ պահել դպրոցի հոգեբանի հետ, հանդիպել և քննարկել երեխայի պահվածքը:Շատ կարևոր է, որ ծնողներն ուշադրություն դարձնեն իրենց երեխաների ամենօրյա վարքին, այնպիսի մանրուքների, ինչպիսիք են, օրինակ՝ դպրոց գնալու ցանկության բացակայությունը, նույն մարդուց շարունակական բողոքը, անտրամադիր կամ ընկճված լինելը: Եթե նման նախանշաններ կան, ապա մեծահասակները նախ պետք է երեխայի ներքին տագնապայնությունը նվազեցնեն շարունակական աշխատանքի միջոցով:

Պետք է հաշվի առնել մի կարևոր փաստ, որ երեխայի կյանքում եղած ցանկացած երևույթ, լինի դրական թե բացասական, մեծ ազդեցություն է թողնում նրա հետագա կյանքի որակի վրա: Եթե կան խնդիրներ, կգտնվեն դրանց լուծումները, պարզապես պետք է տեսնել, հասկանալ խնդիրը և լուծումներ գտնել:

Պետք է գիտակցել, որ մի խնդիր լուծելով՝ կարևոր է նոր խնդիրներ չստեղծել: Մանկավարժությունը ունի մի շատ կարևոր սկզբունք՝ երեխան սովորում է, երբ դժվարություններ է հաղթահարում, և ավելորդ աջակցությունը վնասակար է երեխայի զարգացման համար: Ե՛վ մանկավարժները, և՛ ծնողները պետք է դա քաջ գիտակցեն, և միջամտեն միայն այն պահերին, երբ բացահայտ է, որ առանց իրենց աջակցության խնդիրը չի լուծվելու: Իսկ միջամտելիս դարձյալ վստահեն երեխաներին, և հնարավորություն տան նրանց մտածել, գործել և լուծել

խնդիրները ինքնուրույն:Եթե մենք՝ մանկավարժներս , կրթենք երեխաներին այնպես, որ առաջինը իրենք գիտակցեն իրենց կարևոր դերը կյանքում,գնահատեն իրենց կարողություններ,կդառնան ավելի պաշտպանված:Ցանկացած երեխայի , պետք է օգնենք բացահայտել իր կարողությունները: Ես համոզվել եմ մի բանում, որ եթե մեծերը(ուսուցիչ , ծնող) վստահում են իրենց երեխային, օգնում են բացահայտել սեփական կարողությունները, լավ օրինակ են հանդիսանում մարդկային փոխհարաբերություններում , ապա երեխան մեծանում է հավասարակշիռ, հաստատուն քայլերով և բարոյական:

Այսպիսով, մենք հանգեցինք այն եզրակացությանը, որ **«Բռնությունն անմոռանալի դաս է, դաս, որ ոչ մի երեխա չպետք է սովորի»:**

Գրականության ցանկ

1. Մ.Միքայելյան (Երևան 2016) “ Բռնության և զոհի հոգեբանություն”
- 2.<https://www.stanfordchildrens.org/en/topic/default?id=keeping-bullying-and-violence-out-of-schools-1-4550>
3. <https://www.apa.org/topics/bullying/prevent>
4. <https://www.ncab.org.au/bullying-advice/bullying-for-parents/types-of-bullying/>
5. <https://www.stopbullying.gov/resources/research-resources/consequences-of-bullying>
- 6.<https://www.verywellfamily.com/reasons-why-teens-bully-others-460532>
- 7.ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի կողմից (2018թ., Նյու Յորք) դպրոցական բռնության վերաբերյալ գեկույցի ամփոփ տվյալները՝ Տես՝ https://cutt.ly/mIXzEkV_2

8. <https://lib.amedu.am/files/resource/files/2022-08-16/184ced8c2a6cbf35c826ff328cefc551.pdf>

9. Ա. Չամբարձումյան (Երևան 2021) “Բուլինգը Երևանյան դպրոցական միջավայրում”

10. Նար-Դոս, <<Մեր թաղը>>, 1890թ.

