



**«ԻՆՏԵՐԱԿՏԻՎ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ  
ԶԱՐԳԱՑՈՒՄ»  
ՀԻՄՆԱԴՐԱՄ**



**ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱԿՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ  
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ  
ԴԱՍԸՆԹԱՑ 2023**

**ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ**

ԹԵՄԱ`	Բուլինգի դրսևորումները և կանխարգելումը դպրոցում
ԱՌԱՐԿԱ`	Տեխնոլոգիա
ՀԵՂԻՆԱԿ`	Վարդուհի Պետրոսյան
ՔԱՂԱՔ`	Երևան
ՈՒՍՈՒՄՆԱԿԱՆ ՀԱՍՏԱՏՈՒԹՅՈՒՆ`	«152 հիմնական դպրոց» ՊՈԱԿ

## Բովանդակություն

Ներածություն	3
<b>ԳԼՈՒԽ 1. ՏԵՍԱԿԱՆ ՊԱՏԿԵՐԱՑՈՒՄՆԵՐ «ԲՈՒԼԻՆԳ» ԵՐԵՎՈՒՅԹԻ ՄԱՍԻՆ</b>	
1.1 Մոտեցումներ բուլինգ երևույթի վերաբերյալ	5
1.2 Բուլինգը դեռահասության շրջանում	8
<b>Գլուխ 2 ԲՈՒԼԻՆԳԻ ՀԱՂԹԱՀԱՐՈՒՄԸ</b>	
2.1 Դեռահասության շրջանում բուլինգը հաղթահարելու ուղիներ	12
Եզրակացություններ	16
Գրականության ցանկ	17

## Ներածություն

Դեռահասաների միջանձնային հարաբերությունների հետ կապված հարցերն այսօր առաջին պլան են մղվում՝ որոշելով զարգացման այս տարիքային փուլի հոգեբանական ինքնատիպությունը: Առանձնահատուկ ուշադրություն է հրավիրվում այն բացասական կողմերի վրա, որոնք վերաբերում են միջանձնային հարաբերությունների դեֆորմացմանը և ազդում են դեռահասի սոցիալական վիճակի վրա: Այս առումով առանձնահատուկ հետաքրքրություն է ներկայացնում խմբային վարքագծի այնպիսի սոցիալ-հոգեբանական երևույթի ուսումնասիրությունը, ինչպիսին է բուլինգը: Հոգեբանական գրականության մեջ բուլինգ տերմինը սովորաբար հասկացվում է որպես տարբեր սոցիալական, հոգեբանական և մանկավարժական խնդիրների համակցություն, որոնք որոշում են երկարատև խմբակային կամ անհատական ֆիզիկական կամ հոգեկան բռնության գործընթացը այն անձի նկատմամբ, ով ի վիճակի չէ պաշտպանել իրեն այս իրավիճակում: Բուլինգի խնդրի արդիականության և տարածվածության պատճառով բազմաթիվ աշխատություններ են նվիրված այս երևույթին:

Դպրոցական բուլինգը ամենատիպառ հետևանքներն է ունենում բոլոր ներգրավված անձանց համար: Բուլինգ իրականացնող աշակերտները հիմնականում լինում են դեպրեսիվ, հակված են հոգեկան խանգարումների զարգացմանը և հաճախ ինքնասպանության փորձ են անում:

Ազդեսիվ երեխաները դպրոցում առաջադիմության հետ կապված խնդիրներ են ունենում, ձեռք են բերում հանցավոր հակումներ և դասավանդելու փոխարեն դասավանդող անձնակազմին ստիպում պահպանել կարգապահությունը:

Բուլինգի ականատեսները հաճախ վախենում են զոհի տեղում լինելուց և կարող են միանալ կռվարարներին: Կամ նրանք իրենց մեղավոր են զգում իրենց չմիջամտելու համար և տրավմայի են ենթարկվում դիտորդի կողմից: Այսպիսով, դպրոցական բուլինգը խարխլում է ողջ կրթական համակարգը՝ առաջացնելով ընդհանուր լարվածություն, օտարում և դաժանություն:

Դեռահասաների շրջանում բուլինգի խնդիրը երկար տարիներ չի կորցնում իր արդիականությունը: Այս խնդիրն առկա է նաև մեր երկրում, և տարեցտարի մեծանում է մասշտաբները: Ավելի ու ավելի շատ ֆիլմեր, գրքեր, տարբեր ձևաչափերի

հեռուստահաղորդումներ, հասարակական գործիչների ելույթներն արտացոլում են սոցիալական այս դժվարին երևույթը:

Եթե 30-40 տարի առաջ հոգեբաններն ու սոցիոլոգները նշում էին երեխաների և/կամ դեռահասների ագրեսիվության առանձին դեպքեր, ապա մեր հասարակության կառուցվածքի և սոցիալ-իրավական բաղադրիչի փոփոխությամբ բուլինգի երևույթը սկսեց դրսևորվել ամենուր և զանգվածաբար:

**Հետազոտական աշխատանքի նպատակն է՝** ուսումնասիրել կրթական միջավայրում բուլինգի հոգեբանական պատճառները և հետևանքները:

**Հետազոտական աշխատանքի խնդիրներն են՝**

Բուլինգ երևույթի մասին պատկերացումների տեսական վերլուծություն. Կրթական միջավայրում բուլինգի պատճառների և հետևանքների մասին պատկերացումների համակարգում:

# ԳԼՈՒԽ 1. ՏԵՍԱԿԱՆ ՊԱՏԿԵՐԱՑՈՒՄՆԵՐ «ԲՈՒԼԻՆԳ» ԵՐԵՎՈՒՅԹԻ ՄԱՍԻՆ

## 1.1 Մոտեցումներ բուլինգ երևույթի վերաբերյալ

Նախ պետք է նշել, որ գիտնականների կարծիքները տարբերվում են ոչ միայն այն մասին, թե ինչ տեղ է զբաղեցնում «բուլինգ» հասկացությունը, այլ նաև, թե ինչպես է սահմանվում այս տերմինը: Ըստ Է. Ռոլանդի բուլինգը երկարատև ֆիզիկական կամ հոգեբանական բռնություն է, որը բխում է մեկ կամ մի քանի մարդկանցից կոնկրետ անհատի նկատմամբ, ով այդ կարգավիճակում չունի իրեն պաշտպանելու հնարավորություն և կարողություն [12]: Այս գիտնականի դիրքորոշումը կիսում է Դ.Ա. Լեյնը, ով այս մասին գրում է իր «School bullying. bullying» գրքում և օգտագործում է այս տերմինի նույն սահմանումը [5]:

Դ. Գ. Ղափիդովի սահմանման համաձայն՝ բուլինգը երկարատև բռնություն է՝ ֆիզիկական կամ հոգեբանական, որն իրականացվում է մեկ անձի կամ խմբի կողմից և ուղղված է այն անձի դեմ, ով չի կարող պաշտպանվել փաստացի իրավիճակում: Բուլինգը բռնության ձև է, որը հիմնականում տեղի է ունենում դպրոցներում [3]: Օ. Դ. Մալանցևան ուսումնասիրելով բուլինգի իրավիճակը դպրոցական միջավայրում, եկել է այն եզրակացության, որ բուլինգը դիտելի գործողություններ են, որոնք տեղի են ունենում դպրոցում երեխաների միջև հաղորդակցության մեջ, որոնք առաջացնում են վրդովմունքի կամ սթրեսի զգացում [6]: Հոգեբանական գրականության մեջ «դպրոցական բուլինգ» տերմինը սովորաբար հասկացվում է որպես սոցիալական, հոգեբանական և մանկավարժական խնդիրների մի ամբողջություն, որն ազդում է անհատի կամ խմբի կողմից ֆիզիկական կամ մտավոր բռնության գործընթացի վրա, որն ի վիճակի չէ պաշտպանել: Լ. Ս. Ալեքսևևան նաև առաջարկել է, որ բուլինգը վարքագիծ է, որը կարող է սահմանվել որպես կրկնվող հարձակում՝ ֆիզիկական, հոգեբանական, սոցիալական կամ բանավոր, նրանց կողմից, ում ուժը ֆորմալ կամ իրավիճակային առումով ավելի բարձր է, քան նրանք, ովքեր չունեն պաշտպանվելու հնարավորություն՝ տառապանք պատճառելու մտադրությամբ սեփական բավարարվածության հասնելու համար [1]: Այս սահմանումը ընդգծում է «օրինախախտի» մտադրության հատուկ կողմը: Ըստ Դելվինի և Թաթումի, բուլինգը երկարատև բռնություն է՝ ֆիզիկական կամ հոգեբանական, որն իրականացվում է անձի կամ խմբի կողմից և ուղղված այն մարդու դեմ, ով ի վիճակի չէ պաշտպանել իրեն ներկա իրավիճակում:

Մանկաբույժ և հոգեթերապևտ Ի. Բերդիշևը բուլիինգը բնութագրում է որպես գիտակցված բռնություն, որն ունի իր շարունակությունը ժամանակի ընթացքում, չի օգտագործվում որպես ինքնապաշտպանություն և օգտագործվում է մեկ անձի կամ մարդկանց խմբի կողմից [2]: Սոցիոլոգ Ի.Ս. Կոն իր կարծիքն է հայտնում «բուլիինգ» հասկացության բովանդակության մասին: Նա այն սահմանում է որպես երկու մարդկանց հարաբերություն, որը բաղկացած է ֆիզիկական կամ հոգեբանական ուժերի անհավասարությունից, ուժերի անհավասարակշռությունից, մեկ երեխայի կամ քիչ մյուսին ճնշելու կարողությունից, և այս իրավիճակը շատ թե քիչ կանոնավոր կերպով կրկնվում է երկար ժամանակ [4]:

Մ.Սաֆրոնովան կարծում է, որ դպրոցական բուլիինգը այն երևույթներից է, որտեղ դրսևորվում են անհատականության խեղաթյուրված ձևեր, և չկա հասակակիցների կողմնորոշում: Բուլիինգն օգտագործվում է որպես ինքնահաստատման և ներխմբային հարաբերություններ կառուցելու հնարավոր սոցիալական ռազմավարություն՝ հիմնված բռնության և նվաստացման սկզբունքի վրա, ինչպես նաև հոգեբանական սթրեսից ազատվելու համար [8]:

Մեկ այլ տեսակետ, որն արժանի է հատուկ ուշադրության, ներկայացնում է Դ.Ն. Սոլովյովը: Նա դասասենյակում գոյություն ունեցող ահաբեկչությունը սահմանում է որպես դեռահասների բնական կարիքի գիտակցման կործանարար միջոց՝ ձևավորելու խմբի ներխմբային կառուցվածքը, որը հիմնված է գերակայության սկզբունքի վրա [9]:

Գրեթե բոլոր հեղինակները համաձայն են, որ բուլիինգը բարդ խնդիր է: Բուլիինգը մեկուսացված վարքագիծ չէ, որը հիմնված է այնպիսի փոփոխականների վրա, ինչպիսիք են կարգավիճակը, իշխանությունը կամ մրցակցությունը: Սա սոցիալական վարքագիծ է, որը դրսևորվում է համեմատաբար կայուն խմբերում և կարող է ներգրավել ուրիշներին: Բուլիինգը ներառում է ուժի անհամապատասխանություն, որը տանում է զոհին մի վիճակի, երբ նա ի վիճակի չէ արդյունավետորեն պաշտպանվել բացասական ազդեցություններից [10]:

Բուլիինգը սոցիալական երևույթ է, որը հիմնականում բնորոշ է երեխաների և դեռահասների կազմակերպված խմբերին, հիմնականում՝ դպրոցներին: Բազմաթիվ հետազոտողներ այս հանգամանքը բացատրում են առաջին հերթին նրանով, որ դպրոցը համընդհանուր ասպարեզ է, երեխաների համար տանը կուտակված բազմաթիվ բացասական ազդակները լիցքաթափելու փորձադաշտ: Դպրոցական տարածքում բուլիինգի շարունակականությանը նպաստող լրացուցիչ գործոն է

մանկավարժների անկարողությունը, իսկ որոշ դեպքերում՝ չցանկանալը հաղթահարել այս խնդիրը:

Բուլինգը ուժի օգտագործումն է՝ ֆիզիկական, էմոցիոնալ կամ ինտելեկտուալ վնաս պատճառելու համար: Դա կրկնվող անցանկալի վարքագիծ է, որը հիմնականում հիմնված է չհիմնավորված քննադատության, արգելքի, մեկուսացման, առանձնացվելու, այլ կերպ վերաբերվելու, բղավելու, բռնության ենթարկվելու, չափազանց վերահսկվող, բանավոր և գրավոր նախազգուշացման և այլնի վրա:

Բուլինգը ունի երեք հիմնական բաղադրիչ՝

- ուժի առավելությունների օգտագործում;
- վնաս պատճառելը;
- կամքին հակառակ գործողություններ:

Բուլինգի նպատակը թերարժեքությունը թաքցնելն է:

Բուլինգ իրականացնող անձը՝ բուլերը այն մարդն է, ով՝

- չի սովորել պատասխանատվություն ստանձնել իր վարքի համար;
- ցանկանում է օգտվել մեծահասակների աշխարհի բարիքներից, բայց չի կարողանում ընդունել պատասխանատվությունը և կատարել անհրաժեշտ պայմանները, որոնք մեծահասակների աշխարհի մաս են կազմում;
- հրաժարվում է պատասխանատվությունից սեփական վարքագծի համար;
- չի ցանկանում նկատել, թե ինչ ազդեցություն է թողնում իրենց վարքագիծը ուրիշների վրա:

## 1.2 Ղեռահասության շրջանում բուլինգի հոգեբանական պատճառներն ու հետևանքները

Ես կցանկանայի հատուկ ուշադրություն դարձնել բուլինգի մասնակիցների անհատական հոգեբանական բնութագրերի ուսումնասիրությանը:

Բուլինգի մասնակիցների անհատական հոգեբանական առանձնահատկությունները ավելի լավ հասկանալու համար անհրաժեշտ է հասկանալ, թե ինչ դիրքեր են նրանք զբաղեցնում և ինչ դերեր են խաղում: Վերջին ուսումնասիրությունները ցույց են տվել, որ բուլինգը լավագույնս դիտվում է որպես սոցիալական երևույթ, որը ներառում է ոչ միայն զոհերին և ագրեսորներին, այլև բոլորին [28]: Բուլինգում դերերի բազմաթիվ դասակարգումներ կան: Ուսումնասիրությունների մեծ մասում կան երեք հիմնական կատեգորիաներ՝ հետապնդող, զոհ, վկա: Է. Ռոլանդը նկարագրում է «բուլինգի կառուցվածքը» որպես սոցիալական համակարգ, որը ներառում է հալածողներին, նրանց զոհերին և կողմնակի անձանց: Համակարգի յուրաքանչյուր մասնակից ունի իր կարծիքը կատարվածի մասին [12]:

Ֆին հետազոտող Քրիստինա Սալմիվալին և նրա գործընկերները ընդլայնել են վկաների կատեգորիան՝ ըստ ահաբեկչության հետ կապված իրենց դերի: Նրանք նշում են, որ որոշ ուսանողներ աջակցում և խրախուսում են հետապնդողներին, մյուսները փորձում են պաշտպանել զոհին, մինչդեռ մեծ մասը պարզապես պասիվ է [33]: Նման կատեգորիաների ներդրումը պահանջում է լրացուցիչ տեղեկություններ ստանալ բոլոր ուսանողների մասին և նպաստում է պատճառահետևանքային կապերի ավելի լավ ըմբռնմանը և ուսանողների տարբեր խմբերի համար համապատասխան միջոցների մշակմանը:

Այս կատեգորիաներին համապատասխան՝ Օ.Լ. Գլազմանը բացահայտում է ահաբեկման տարբեր մասնակիցների հետևյալ հոգեբանական բնութագրերը՝

- «Հետապնդողներ» - Ցածր սոցիոմետրիկ կարգավիճակով «հետապնդողներն» ունեն հաղորդակցությունից բավարարվածության ամենաբարձր գործակիցը, այսինքն՝ նրանք հստակ գիտակցում են այն սոցիալական շրջանակը, որտեղ ընդունված են: «Հետապնդողները» ակտիվ մոբինգի բարձր ցուցանիշներ ունեն, ինչը բնական է: Նրանք զգալիորեն ավելի ավտորիտար են, քան ահաբեկման մյուս բոլոր մասնակիցները: Այս



հատկանիշն օգնում է նրանց ենթարկել «օգնականներին», ներքին արդարացում է «զոհերին» ահաբեկելու համար և ստեղծում է սուբյեկտիվ արդարության զգացում: «Հալածողները», չնայած իրենց դերին, իրենց չափազանց բարի են համարում, այսինքն՝ ուզում են իրենցից էլ պակաս բարի լինել: Նաև «հալածողները» հանդուրժող չեն և չեն ձգտում լինել: Ընդհանուր առմամբ, «հալածողները» ունեն բավականին բարձր ինքնագնահատական և ձգտումների մակարդակ:

- «Ջոհեր» - «Ջոհերը» ունեն ամենացածր սոցիոմետրիկ կարգավիճակը և հաղորդակցությունից բավարարվածության գործակիցը, ինչը նշանակում է, դասարանում իրենց ցածր դիրքի մասին: Նրանք առավել հաճախ ենթարկվում են մոբինգի, ինչը ևս մեկ անգամ հաստատում է խմբերի նախնական բաժանման ճիշտությունը: Շատ որակների առումով «զոհերի» ինքնագնահատականն ամենացածրն է մյուս խմբերի համեմատ, իսկ պահանջատիրության մակարդակը՝ բավականին բարձր, այսինքն՝ «զոհերը» շատ դժգոհ են իրենցից, չեն ընդունում իրենց և երևի ուզում ես փոխել: «Ջոհերի» մեջ ամենաբարձրն են նաև անհանգստության, հաղորդակցման դժվարությունների և կոնֆլիկտի մակարդակը:
- «Օգնականներ» - «Օգնականները» բավականին ցածր սոցիոմետրիկ կարգավիճակ ունեն, այսինքն՝ օգնելով «հետապնդողներին», հարգանք չեն ձեռք բերում դասարանում: «Օգնականները» մեծ կախվածության մեջ են, ինչի պատճառով նրանք ենթարկվում են «հետապնդողների», բայց միևնույն ժամանակ բավականին ավտորիտար են, ինչը ներքին անհարմարություն է ստեղծում նրանց համար: Ինքնագնահատականի և «օգնականների» պահանջատիրության ցուցանիշները միջին են:
- «Պաշտպաններ» - «Պաշտպաններն» ունեն ամենաբարձր սոցիոմետրիկ կարգավիճակը և շփումից բավարարվածության բավականին բարձր գործակիցը, այսինքն՝ նրանք ընդհանուր առմամբ գոհ են իրենց դիրքից, որը նույնպես բավականին բարձր է: Նրանք ամենաքիչն են բռնության ենթարկում իրենց դասընկերներին և ենթարկվում են բռնության: «Պաշտպանները» բավականին բարձր ինքնագնահատական ունեն հատկապես հուսալիության ու ըմբռնման առումով: Իդեալում, նրանք ցանկանում են լինել շատ բարի, այսինքն՝ բարությունը նրանց համար իրական արժեք է: Այս հատկանիշները թույլ են տալիս հասկանալ «զոհերին», կարեկցել ու օգնել նրանց:
- «Չեզոք անդամներ» - «Չեզոք մասնակիցներն» ունեն բավականին բարձր սոցիոմետրիկ կարգավիճակ և դրական հարաբերությունների

իրազեկվածության գործակից: «Չեզոք մասնակիցները» ամենաքիչ կախվածությունն են, ինչը թույլ է տալիս ընդհանրապես չմիջամտել հակամարտություններին: Նրանք որևէ մեկի ազդեցության տակ չեն ընկնում, պարզապես կողքից են նայում, բայց, ինչպես նշվեց վերևում, դա հեռու է միշտ լավ լինելուց, քանի որ «չեզոք մասնակիցները» հենց այն հանդիսատեսն են, որոնց համար խաղում է «բուլինգ» ներկայացումը: Շատ առումներով հենց նրանց անգործությունն է հրահրում ամբոխավարություն, ավելին, «հալածողները» հաճախ միայն այդպիսի չեզոք մասնակիցների կամքը կատարողներ են:

Դեռահասների ագրեսիան ամենից հաճախ համընդհանուր զայրույթի և ցածր ինքնագնահատականի հետևանք է փորձառու կյանքի անհաջողությունների և դժվարությունների հետևանքով [14]:

Դաժանությունն ու ագրեսիվությունը, ըստ Ի.Ս. Կոնաի, միշտ եղել են դեռահասների խմբային վարքագծի բնորոշ գծերը: Սա ներխմբային կատաղի մրցակցություն է, և պայքար իշխանության համար, ազդեցության ոլորտների համար դեռահասների տարբեր խմբերի միջև և այսպես կոչված «չմոտիվացված ագրեսիա», որը հաճախ ուղղված է բոլորովին անմեղ, անծանոթ մարդկանց [4]:

Ցավոք, երկու կողմերի՝ ագրեսորների և զոհերի տարիքը գնալով նվազում է: Ագրեսիվ դրսևորումներ արդեն իսկ նկատվում են նույնիսկ տարրական դասարանների աշակերտների մոտ:

Բացի այդ, հաճախ բուլինգի դրսևորումները ավարտվում են կոնֆլիկտի մասնակիցների ֆիզիկական վնասվածքներով, անդամահատումներով և նույնիսկ մահով:

Չի կարելի ասել, որ մեր ժամանակներում բոլորը աչք են փակում բուլինգի խնդրի վրա: Չէ, խոսում են դրա մասին, բայց հիմնականում կոնկրետ իրավիճակ վերլուծելու մակարդակով: Բայց այս ուղղությամբ լուրջ, համապարփակ, խորը հետազոտությունները ակնհայտորեն բավարար չեն:

Ներկայումս բուլինգի՝ որպես սոցիալական երևույթի մասին բավարար ամբողջական տեղեկատվություն չկա, և դա որոշակի խոչընդոտներ է ստեղծում այս կարևոր խնդրի լուծման համար:

Բուլինգի պատճառները բարդ են և բազմազան: Դրանցից մեկը, ըստ Ա. Ադլերի, կոնֆլիկտի մասնակցի ցանկությունն է՝ հաղթահարել թերարժեքության

զգացումը, որը երեխան ապրում է բավականին երկար ժամանակ: Ժամանակակից մարդու համար ահաբեկումը նոր հասկացություն է և պարունակում է մի շարք սոցիալական, հոգեբանական, իրավական, մանկավարժական խնդիրներ և հանդիսանում է մեր ժամանակի ամենալուրջ խնդիրներից մեկը:

Բուլինգը ներառում է չորս հիմնական բաղադրիչ՝

- ագրեսիվ և բացասական վարքագիծ;
- պարբերաբար իրականացվում է;
- տեղի է ունենում հարաբերություններում, որոնցում մասնակիցներն ունեն անհավասար ուժ;
- այս պահվածքը միտումնավոր է:

Բուլինգը սթրես է առաջացնում: Բուլինգի ենթարկվողը հոգեբանական սթրես է ապրում: Սթրեսն առաջանում է, երբ մտածում ենք, որ չենք կարողանում գլուխ հանել մեզ հետ կատարվող իրադարձություններից: Մենք ամենից հաճախ զբաղվում ենք երեք առավել պարզունակ վարքագծով՝ փախչել, կռվել կամ սառչել (մեռած խաղալ):

Մարմնի գործառույթները կրճատվում են անհրաժեշտ նվազագույնի: Սկսվում է ադրենալինի հորմոնի ավելացված արտադրությունը, որն օրգանիզմի վրա ազդում է հետևյալ կերպ՝

- Այն արգելափակում է մարսողական գործընթացները, քանի որ վտանգի առկայության դեպքում դուք չեք կարող ուտել: Սրա հետեւանքն է ստամոքսում տարօրինակ ու տհաճ սենսացիաների առաջացումը:
- Սրտի հաճախականությունը մեծանում է՝ արյան և թթվածնի հոսքը դեպի ուղեղ մեծացնելու համար: Սրտի բաբախյունը արագանում է:
- Մտավոր ապարատը մասամբ կամ ամբողջությամբ անջատված է, արդյունքը զանգվածային հոգեկան շրջափակումներ են (մինչև մտքի մթնեցում):
- Խաթարված է ինունային համակարգի աշխատանքը (որը նախապայման է սոմատիկ և աուտոիմուն հիվանդությունների զարգացման համար):

## ԳԼՈՒԽ 2. ԲՈՒԼԻՆԳԻ ՀԱՂԹԱՀԱՐՈՒՄԸ

### 2. 1 Ղեռահասության շրջանում բուլինգը հաղթահարելու ուղիներ

Սոցիալ-մանկավարժական աշխատանքի հիմնական խնդիրներից մեկը Ղեռահասների շրջանում բուլինգի հաղթահարման համար ագրեսիայի կառուցողական կառավարման հմտությունների զարգացման համար ուղղիչ համալիր ծրագրի իրականացումն է:

Այդ ծրագիրը պետք է հիմնված լինի հետևյալ հոգեբանական և մանկավարժական սկզբունքների վրա՝

- ուղղիչ, կանխարգելիչ և զարգացնող առաջադրանքների հետևողականություն;
- ուղղման և ավտորոշման միասնություն;
- պատճառահետևանքային տիպի առաջնահերթ ուղղում;
- հաշվի առնել այցելուի տարիքային-հոգեբանական և անհատական առանձնահատկությունները;
- հոգեբանական ազդեցության մեթոդների բարդությունը;
- ուղղիչ ծրագրին մասնակցելու համար ամենամոտ սոցիալական միջավայրի ակտիվ ներգրավումը [13]:

Հոգեբանական և մանկավարժական ուղղիչ աշխատանքը, ի վերջո, պետք է ուղղված լինի ոչ թե ագրեսիվությունից ազատվելու, այլ դրա դրսևորմանը տանող պատճառների վերացմանը, երեխայի վարքագծի մեջ օգտագործվող ակտիվ գործիքների ընդլայնմանը:

Հոգեբանական և մանկավարժական գրականության և պրակտիկայում առանձնանում են հետևյալ ոլորտները, որոնցում պետք է աշխատանքներ տանել ագրեսիան շտկելու համար՝

- սովորեցնել ագրեսիվ երեխաներին զայրույթը սոցիալապես ընդունելի ձևով արտահայտելու ձևեր;
- երեխաներին սովորեցնել ինքնակարգավորման տեխնիկա և ինքնատիրապետման հմտություններ, զարգացնել հաղորդակցման հմտություններ հնարավոր կոնֆլիկտային իրավիճակներում;
- Ղեռահասների այնպիսի անհատական հատկությունների ձևավորում, ինչպիսիք են կարեկցանքն ու վստահությունը մարդկանց նկատմամբ (այս ուղղությունը իրականացնելու արդյունավետ միջոց է անհամատեղելի

ռեակցիաների առաջացման մեթոդը, որը ներառում է հումոր և ծիծաղ, ինչպես նաև կողմնորոշում դեպի այլ մարդկանց վիճակը):

Այսպիսով, աշակերտի ագրեսիվ վարքը շտկելու գործընթացում նպատակահարմար է տիրապետել վարքագծի փոփոխության մոդելին, որը թույլ է տալիս՝

- զարգացնել երեխայի գիտակցումը և ընդունումը իր, նրա կարիքների, հուզական վիճակների մասին;
- ընդունել այլ մարդկանց հույզերն ու կարիքները՝ զուգորդված սոցիալապես ընդունելի ձևերով բացասական հույզեր արտահայտելու և կարիքները բավարարելու հմտությունների զարգացման հետ:

Եթե թիմում գտնում եք աշակերտների, ովքեր բռնություն են գործադրում այլ երեխաների նկատմամբ, սոցիալական մանկավարժը պետք է ուշադիր ստուգի փաստերը: Պետք է պարզել նման արարքի պատճառները, ինչն է դա առաջացրել, ինչպես են իրենց պահում իրավախախտը և տուժողը, ինչու են ագրեսոր աշակերտի գործողություններն ուղղված հենց այս աշակերտին:

Եթե բռնի գործողություններ իրականացրած աշակերտի գործողությունները պայմանավորված են եղել նրա անձնական պատճառներով (ընտանեկան անախորժություններ, ուսումնական անհաջողություններ, ընկերների հետ հարաբերություններում խնդիրներ և այլն), ապա հնարավոր է այդ խնդրի քննարկումը ներառել դպրոցական ծրագրում [7]: Առանց աշակերտների ուշադրությունը կենտրոնացնելու կոնկրետ երեխայի վրա, ուսուցիչը պետք է քննարկի հակասոցիալական վարքագծի փաստերը, որոնք կարող են առաջանալ երեխայի հոգեկան խանգարման հետևանքով, և խրախուսի բոլոր երեխաներին ավելի նրբանկատ լինել միմյանց հետ, արձագանքել ուրիշի վշտին:

Ագրեսիվ երեխաների հետ սոցիալական և մանկավարժական գործունեությունը առավել արդյունավետ կլինի, եթե այն իրականացվի երեխաների ագրեսիվության նվազեցման մեթոդաբանության հիման վրա, որը ներառում է աշխատանքի հետևյալ ձևերի օգտագործումը՝

- երեխաների ուշադրությունը և ակտիվությունը կառուցողական ուղղությամբ տեղափոխելը;

- կանխարգելիչ խոսակցություններ, որոնք ուղղված են երեխաներին իրազեկելու հակամարտությունների խաղաղ կարգավորման անհրաժեշտությանը՝ հենվելով օրենքի և այլ մարդկանց իրավունքների վրա;
- դերային խաղեր, որոնք թույլ են տալիս վերարտադրել իրական իրավիճակները և երեխաներին սովորեցնել հասարակության կողմից ընդունելի վարքագիծ տարբեր հանգամանքներում;
- հանձնարարություններ, որոնք օգնում են երեխաներին սովորեցնել զգայուն և ուշադիր լինել միմյանց և իրենց շրջապատի մարդկանց նկատմամբ (շնորհավորանքներ գրել, բարեգործական միջոցառումների մասնակցել և այլն);
- մոդելի համաձայն գործողություններ կատարելու վարժություններ, կանոնների պահպանում, տեսողական և ֆիզիկական գործունեություն;
- հոգեբանական վերապատրաստում (խորը շունչ քաշեք, հաշվեք մինչև 10, պատկերացրեք ձեր արարքի հետևանքները և այլն);
- մարմնի կարծրացում (լվացում սառը ջրով և այլն);
- կամքի ուսուցում (հակամարտությունների մեջ չմտնելու և ուրիշներին չվիրավորելու խոստում, ամեն օր վերահսկելու այս խոստման կատարումը և այլն);
- ինքնազեկուցումներ (անցած օրվա արդյունքների ամփոփում, վարքագծի, գործողությունների վերլուծություն և այլն):

Բռնությանը հակազդելու արդյունավետ գործիք կարող է լինել բուլինգի կանխարգելման հանձնաժողովը, որը հատուկ ստեղծված է դպրոցում: Սա կարող է օգնել ուսուցիչներին, դպրոցի անձնակազմին և ծնողներին խնդրի լուծման հարցում: Այս երեւոյթի մասին ավելի ամբողջական տեղեկատվություն ունեն ման հանձնաժողովի անդամ աշակերտները: Ժամանակի ընթացքում նրանք ձեռք են բերում բռնության զոհերին օգնելու հմտություններ: Բացի այդ, նրանք հնարավորություն ունեն արդյունավետ լուծելու իրենց անձնական խնդիրները՝ կապված դպրոցական կյանքի այս ոլորտի հետ: Դպրոցականները, ովքեր ման հանձնաժողովների անդամ են, հաճախ իրենց գործողություններով, միջնորդական հմտություններով, իսկապես կարող են դեպի լավը փոխել իրավիճակը դպրոցում: Հանձնաժողովի անդամները կարող են նաև կապող օղակ դառնալ անձնակազմի և աշակերտների միջև «հակահաբեկչական ոստիկանության» հետ գործ ունենալիս [14]:

Խորհուրդ է տրվում, որ բուլինգի կանխարգելման հանձնաժողովը ներառի բոլոր տարիքի աշակերտներին և ուսուցիչներին: Հանձնաժողովի անդամների միջև հարաբերությունները կառուցված են ժողովրդավարական սկզբունքների հիման վրա: Կոմիտեի պարտականությունները ներառում են` <<ԲՈՒԼԻՆԳԻ>> թեմայով դպրոցական հանդիպման նախապատրաստում, նոր աշակերտների հետ աշխատելու համար հատուկ խմբերի ձևավորում (նկարվում են պաստառներ, որոնց բովանդակությունն ուղղված է բուլինգի կանխարգելման դեմ), հարցազրույց ուսանողների հետ, ովքեր ենթարկվել են դպրոցական բռնության որևէ ձևի, աջակցել դպրոցի անձնակազմին խնդրի լուծման գործում:

## Եզրակացություն

Դեռահասության տարիքում բուլինգի դրսևորման տարբերակիչ գծերն ուսումնասիրելու ընթացքում եկա հետևյալ եզրակացություններին՝

- Բուլինգը միջանձնային փոխազդեցության ձև է, երբ մեկ անձ կամ խումբ գիտակցաբար հանդես է գալիս որպես հանցագործ, իսկ մյուսը ֆիզիկապես կամ հոգեբանորեն ակնհայտորեն թույլ տուժող է, երկար ժամանակ և համակարգված ենթարկվում է ֆիզիկական, հոգեբանական և սոցիալական բռնության և ագրեսիայի:
- Բուլինգը սոցիալական երևույթ է, որը հիմնականում բնորոշ է երեխաների և դեռահասների կազմակերպված խմբերին, հիմնականում դպրոցներին:
- Բուլլերը չի կարողանում պատասխանատվություն ստանձնել իր վարքի համար, օգտվում է մեծահասակների աշխարհի առավելություններից, չի ցանկանում նկատել իր վարքագծի ազդեցությունը ուրիշների վրա, չի գիտակցում, որ կարող են լինել վարքի այլ, ավելի լավ ձևեր:

**Տուժողը սովորաբար ունի ֆիզիկական հաշմանդամություն, վարքագծի առանձնահատկություններ, ֆիզիկական տեսք, վատ սոցիալական հմտություններ, հիվանդություն, ցածր ինտելեկտ և սովորելու դժվարություններ:**

- Բուլինգն ունենում է բազմաթիվ բացասական հետևանքներ՝ առաջացնում է սթրես, դեպրեսիա, անհանգստություն, ֆիզիոլոգիական փոփոխություններ, ինչպես նաև բուլիինգ՝ վիկտիմիզացիա:
- Բուլինգի խնդիրը շատ արդիական է և մեծ ուշադրություն է պահանջում մանկավարժական հանրության, ծնողների և պետության կողմից:
- Դեռահասների մոտ բուլիինգի պատճառը կոնֆլիկտային իրավիճակները մեղադրանքների, ագրեսիայի և պահանջների տեսքով լուծելու միտումն է: Դեռահասներն օգտագործում են հետևյալ մեխանիզմները՝ հոգեբանական պաշտպանություն, հուզական արձագանք, ֆիզիկական արձագանք: Դեռահասների շրջանում բռնության գերակշռող ձևերն են հոգեբանական (էմոցիոնալ) և ֆիզիկական բռնությունը:



## Գրականության ցանկ

1. Алексеева Л.С. Жестокое обращение с детьми: его последствия и предотвращение. М.: Национальный книжный центр «Сентябрь», 2016. С.180
2. Бердышев, И. С. Буллинг и моббинг в детской и подростковой среде / И. С. Бердышев// [Электронный ресурс].
3. Давыдов Д.Г., Бочавер А.А. Кибербуллинг в опыте российских подростков. Психология и право psyandlaw.ru 2019. Том 9. №2. С. 276-295.
4. Кон И. С. «Что такое буллинг и как с ним бороться» //Семья и школа. - 2006. - № 11. - С. 15-18.
5. Лейн Д. А. Школьная травля (буллинг) // Детская и подростковая психотерапия / Под ред. Дэвида Лейна и Эндрю Миллера. – СПб.: Питер, 2001.
6. Маланцева, О. Д. «Буллинг» в школе. Что мы можем сделать? // Социальная педагогика. – 2007. – № 4. – С. 90–92.
7. Пронина, Е. Н. Детская жестокость: причины и следствия / Е. Н. Пронина // Психологическая служба. – 2008. – № 5– С. 20–23.
8. Сафронова М.В. Профилактика буллинга в школьной среде.//Ученые записки СПбГИПСП. Выпуск 2. Том 24. 2015
9. Соловьев Д.Н. Модель профилактики буллинга среди школьников подросткового возраста [Электронный ресурс] // Науковедение. 2014.
- 10.Эванс П. Как защитить себя от оскорбления. Пер с англ. – М.: ООО «Издательство Астрель»: ООО «Издательство АСТ», 2004.
- 11.Olweus D, Limber S.P., Flerx V.C., Mullin N, Riese J., Snyder M. Olweus bullying prevention program: Schoolwide guide. Center City, MN: Hazelden, 2007.
- 12.Roland E., Munthe E. Bulling: An International Perspective. – London, 1989.
- 13.Whittaker, E (2016). "Киберзапугивание через социальные сети". Журнал школьного насилия: 11-29.
- 14.Huesmann, L. R., and Eron, L. D. (in press). Childhood aggression and adult criminality. In J. McCord (Ed.), Advances in criminological theory: Crime facts, fictions, and theory. New Brunswick, NJ: Transaction Publishers.
- 15.Samara M., Burbidge V., Asam A.E., Asam M., Smith P.K., Morsi H. Bullying and cyberbullying: Their legal status and use in psychological assessment // Int. J. Environ. Res. Public Health. – 2017. – Vol. 14(12). – P. 1449. doi: 10.3390/ijerph1412144