



**«Երիտասարդ պատմագետների ասոցիացիա» ՀԿ-ի**

**EduArmenia կրթական նախաձեռնություն**

**Ուսուցիչների պետական պարտադիր  
վերապատրաստման դասընթաց 2023**

**Հետազոտական աշխատանք**

**Թեմա՝ «Դպրոցական բուլինգ: Մի՞՞ք, թե՞՞ իրականություն»**

**Հետազոտող ուսուցիչ՝ Հակոբյան Անահիտ Կառլենի  
Ուս. հաստատություն՝ «Հրազդանի թիվ 13 ավագ դպրոց» ՊՈԱԿ**

**ՀՐԱՉԴԱՆ-2023**

# ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱՃՈՒԹՅՈՒՆ.....	3
1. ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ԱԿՆԱՐԿ	
1.1 Բուլինգի պատճառները, տեսակներն ու դրսևորումները.....	6
1.2 Բուլինգի բացահայտման, կանխարգելման և բացառման եղանակները հանրակրթական դպրոցում.....	10
2. ՀԵՏԱՁՈՏԱԿԱՆ ՄԱՍ	
2.1 Մանկավարժական մեր փորձից: «Հասարակագիտություն» առարկայի դասավանդման շրջանակներում հոգեբանական հետազոտությունն ավագ դպրոցականների շրջանում՝ անձնային առանձնահատկություններն ու սթրեսակայունությունն ուսումնասիրելու նպատակով.....	14
2.2 Հետազոտության արդյունքների ամփոփում.....	18
ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ.....	2 2
ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ.....	23

# ՆԵՐԱՃՈՒԹՅՈՒՆ

Կյանքի տարբեր երևույթների, շրջապատի ու մարդկանց նկատմամբ դպրոցականի վերաբերմունքն առավել խորքային ձևավորվում է ուսումնադաստիարակչական գործընթացի ընթացքում: Կրթության սոցիալական ինստիտուտի միջոցով իրականացվում է արժեքային մշակույթի, բարոյական նորմերի փոխանցումը սերնդեսերունդ: Եվ պատահական չէ, որ մշտապես հենց դպրոցն է ստանձնում տարածված արատների ու բացասական երևույթների դեմ պայքարելու պարտավորությունը՝ մանկավարժահոգեբանական շտկողական աշխատանքի միջոցով փորձելով արմատախիլ անել դրանք, ձևավորել բարի, մարդասեր, ազնիվ քաղաքացիներ: Այսօր կրթական համակարգի գերխնդիրն է ձևավորել ազգային ու համամարդկային արժեքների կրող, բարոյական նորմերը կարևորող համակեցության կանոնները, հանդուրժողականությունը, մարդու իրավունքներն ու հիմնարար ազատությունները հարգող քաղաքակիրթ աշակերտներ, ովքեր պետք է դառնան մեր երկրի ու պետականության շարունակությունը:

Հանրակրթական ուսումնական հաստատություններում մանկավարժական աշխատողների ամենօրյա աշխատանքի արդյունքում բազմաթիվ բացասական երևույթներ արդեն իսկ արմատախիլ են արվում, սակայն մերօրյա դպրոցում շարունակում է տարածվել այնպիսի մի չարաբաստիկ վարքագիծ, ագրեսիայի դրսևորման ձև, ինչպիսին բուլինգն է: Աներկբա է, որ ուսումնական գործընթացը չի կարող լիարժեք իրականացվել, ունենալ արդյունավետություն, եթե խաթարված է սովորողների բարոյահոգեբանական վիճակը: Ցավալի է, սակայն բուլիզը շարունակում է տարածվել ու խոր արմատներ գցել դպրոցականների շրջանում՝ անկախ մանկավարժական հետևողական աշխատաքի: Բազմաթիվ դեպքերում բուլինգը քողարկվում է, մնում է չբացահայտված՝ խաթարելով ուսումնական ողջ գործընթացը, ինչը մեծագույն սպառնալիք է կրթության որակին, ուսումնական հաստատության հեղինակությանը, աշակերտների անվտանգությանը:

Նկատենք, սակայն, որ մեր երկրում սույն հիմնախնդիրը բավարար չափով ուշադրության չի արժանանում, ավելին՝ մեր հետազոտություններից, այլ մանկավարժական աշխատողների հետ իրականացված զրույցներից պարզ է դառնում, որ բուլինգը Հայաստանում անտեսված, չկարևորվող, հաճախ չդատապարտվող հիմնախնդիր է: Շատ քիչ դեպքերում է բուլինգի հեղինակ աշակերտը ստանում մանկավարժահոգեբանական աջակցություն. հաճախ

## վերջինս

3

ուղղակի զգուշացվում է, իսկ առավել տարածված դեպքերում բուլինգն այդպես էլ մտում է չբացահայտված: Քիչ են նաև դեպքերը, երբ բուլինգ գործադրողը՝ բուլերը, կարգապահական տույժ է ստանում, կրկնելու դեպքում՝ օրենքով սահմանված կարգով հեռացվում ուսումնական հաստատությունից:

Մեր երկրում չկան տեսանելի վիճակագրական տվյալներ առ այն, թե տարեկան քանի աշակերտ է ենթարկվում բուլինգի, որ տարիքային կամ սոցիալական խումբն է հակված բուլինգ գործադրելու կամ հիմնականում ովքեր են բուլինգի զոհերը: Ըստ էության՝ մեր երկրում առկա չէ նաև բուլինգը հասցեագրող ո՛չ իրավական դաշտ, ո՛չ ռազմավարություն, և ոչ էլ ճշգրիտ պատկերացումներ, ինչն առավել բարդ ու մարտահրավերային անորոշության առաջ է կանգնեցնում մանկավարժական աշխատողներին: Այստեղ իր գերագույն դերն ունեն նաև ազգային մտածելակերպը, մենթալիտետը, կարծրատիպային պատկերացումները, որոնք ավելի են սրում և առավել խնդրահարույց են դարձնում իրավիճակը:

Թեմայի արդիականությունը: Հանրակրթական ուսումնական հաստատությունների գործունեությունը մեր երկրում հենվում է ժողովրդավարության վրա՝ ամեն կերպ պաշտպանելով աշակերտների՝ ՀՀ սահմանադրությամբ և մի շարք ոլորտին վերաբերող իրավական ակտերով ամրագրված դրույթներով, որոնք անվերապահորեն կարևորում և կասկածից վեր են համարում երեխայի կյանքի,

անվտանգ կենսագործունեության, կրթության, բռնության բացառման, խտրականության չենթարկվելու իրավունքները: Այս համատեքստում պարտադիր ու աներկբա է, որ դպրոցում ուսումնադաստիարակչական գործընթացը պետք է կազմակերպվի՝ հենվելով վերը նշված դրույթների վրա, և որևէ պարագայում աշակերտը չպետք է ենթարկվի բռնության, խտրականության, նաև բուլինգի: Սույն հետազոտության արդիականությունը պայմանավորված է ուսումնադաստիարակչական գործընթացում հաստատության մանկավարժական և վարչական աշխատողների կողմից իրենց պաշտոնային պարտականությունների անվերապահ կատարմամբ, ինչն էլ կարող է աշակերտների շրջանում բացառել բուլինգը, որը մերօրյա աշխարհում իրական չարիք է դարձել՝ կախված ուսումնական հաստատությունների գլխին:

Չետագոտության նպատակն է ուսումնասիրել հանրակրթական ուսումնական հաստատություններում հնարավոր բուլինգի պատճառները, տեսակներն ու դրսևորումները, դրա կանխարգելման մանկավարժահոգեբանական նախադրյալները:

4

Չետագոտության նպատակից բխում են ներքոբերյալ խնդիրները.

1. Ուսումնասիրել բուլինգի տեսամեթոդական հիմքերը, դրա առաջացման պատճառները, դրսևորման ձևերը:
2. Վեր հանել բուլինգի հետևանքները, դրա բացասական ազդեցությունը ուսումնադաստիարակչական գործընթացի և հաստատության բարոյահոգեբանական մթնոլորտի անկման վրա:
3. Չիմանավոր ու առարկայական դարձնել հետագոտության վարկածն առ այն, որ բուլինգը խաթարում է ուսումնադաստիարակչական գործընթացի բնականոն ընթացքը, կոտրում սովորողների սովորելու մոտիվացիան, առաջացնում լրջագույն հոգեբանական խնդիրներ, ինչպես բուլինգի հեղինակի, այնպես էլ բուլինգ եթարկվածի համար:

Չետագոտության վարկածը: Ուսումնական հաստատությունում աշակերտի կողմից դրսևորվող բուլինգը խաթարում է ուսումնադաստիարակչական գործընթացի բնականոն ընթացքը, կոտրում սովորողների սովորելու մոտիվացիան, առաջացնում լրջագույն հոգեբանական խնդիրներ, ինչպես բուլինգի հեղինակի, այնպես էլ բուլինգ եթարկվածի համար:

Թերևս, հետագոտության թեման պատահական չի ընտրվել. խորին համոզմունք ունենք, որ սույն հետագոտությունը մեզ համար ևս կբացահայտի բուլինգի թաքնված երեսը, դրա գործադրման իրական և առարկայական շարժառիթները, դրա դեմ պայքարի իրապես արդյունավետ մեթոդներն ու միջոցները: Կարծում ենք, որ սույն աշխատանքը ուղենիշ կդառնա մեր մանկավարժական հետագա գործունեությունն առավել վստահ, առանց բուլինգի շարունակելու համար:

## **ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ԱԿՆԱՐԿ**

1. Բուլինգի պատճառները, տեսակներն ու դրսևորումները

Բուլինգը կամ հալածանքը որևէ անձի կողմից ֆիզիկական կամ

հոգեբանական ուժի գործադրումն է այլ անձի նկատմամբ, որը կրում է շարունակական բնույթ:<sup>1</sup> Սակայն նկատենք, որ բուլինգն իր մեջ ունի նաև բռնության ակնհայտ տարրեր. «բռնությունը գործողություն է, որի արդյունքում ձեռք է բերում անսահմանափակ իշխանություն մարդու վրա՝ վերահսկելով նրա վարքը, մտքերը,

զաղափարներն ու զգացմունքները»:<sup>2</sup> Բուլինգի ենթարկվող անձը համարվում է բուլինգի զոհ, իսկ բուլինգի ենթարկող անձին համարում են բուլեր: Բուլինգի տեսակներն են.

1. Կիբեր բուլինգ- իրականացվում է համակարգչի միջոցով՝ օգտագործելով համակարգիչը որպես վնասելու միջոց
2. Ֆիզիկական բուլինգ- բուլերը հարվածում, ծեծի է ենթարկում զոհին
3. Վերբալ կամ բառացի բուլինգ- բուլերը պիտակավորում, ծաղրական անուններ է տալիս զոհին
4. Հարաբերական բուլինգ- բուլերը փորձում է մեկուսացնել զոհին իր շրջապատից և կանխամտածված բացառում նրան հասարակությունից

Նկատենք, որ բուլինգը բավականին տարածված է նաև հանրակրթական համակարգում: Ըստ Էուբյան՝ ուղղակի /հարվածել, ծեծել, գողանալ, ծաղրել, անընդհատ բարկացնել, վիրավորել, սպառնալ/ և անուղղակի /կանխամտածված մեկուսացում, սոցիալականացման սահմանափակում/ բուլինգի այսօր մեր դպրոցներում ենթարկվում են բազմաթիվ աշակերտներ: Բուլինգը վնասակար ազդեցություն է ունենում երեխաների վրա. բուլինգի զոհերն իրենց միայնակ են զգում, բարդույթավորվում են, ամաչում, մեկուսանում, վատագույն դեպքում՝ կանգնում հոգեբանական լրջագույն խնդիրների առաջ՝ հրաժարվելով շփումից, կրթություն ստանալուց, տնից դուրս գալուց:

Ներկայիս պայմաններում մանկավարժական աշխատողի համար բավականին դժվար է բացահայտել դպրոցական բուլինգը: Հաճախ մեթոդամանկավարժական հնարները, հոգեբանի, սոց. մանկավարժի բացատրական, շտկողական աշխատանքները նույնպես արդյունք չեն տալիս, քանի որ տևական ժամանակ ընթացող բուլինգի պարագայում, զոհն այլևս «հարմարվում» է բուլինգին կամ

<sup>1</sup> Бочавер А. А., Хломов К. Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2013, с. 149–159.

<sup>2</sup> Гулина М.А. Словарь справочник по социальной работе/ М.А. Гулина . Спб.:Питер, 2010, с.43.

վախենում է այն բարձրաձայնել: Սրան նպաստում է նաև այլ սովորողների շրջանում իրավագիտակցության, քաղաքացիական ու սոցիալական պատասխանատվության ցածր մակարդակը: Ստացվում է, որ աշակերտական համայնքն անուղղակի կերպով նպաստում է բուլինգի տարածմանը՝ իր անտարբերությամբ ու լռությամբ:

Կա նաև հակառակ մոդելը, երբ սովորողներն ունեն բարձր կամային հատկանիշներ և անհանդուրժող են նմանօրինակ երևույթների նկատմամբ, ինչն էլ նպաստում է, որ բազմաթիվ դպրոցներում բուլինգ չկա: Այս պարագայում պետք է արձանագրել աշակերտական խորհրդի արդյունավետ աշխատանքը՝ որպես խորհրդակցական մարմին, որն իր հետևողականության շնորհիվ կարողանում է բարձրաձայնել ու կանխարգելել բուլինգը: «Ուսումնական հաստատության աշակերտական խորհուրդը աշխատանքներ է տանում սովորողների կարգապահության, հաճախումների և ուսումնական առաջընթացի բարելավման ուղղությամբ, պաշտպանում է երեխայի իրավունքները հաստատությունում»:<sup>3</sup>

Խոսելով բուլինգի իրականացման եղանակների մասին՝ նկատենք, որ ուղղակի բուլինգը հիմնականում բնորոշ է արական սեռի աշակերտներին, իսկ ահա անուղղակի բուլինգ կարող են գործադրել նաև աղջիկները: Չնայած բուլինգի նշված տեսակների ակնհայտ տարբերություններին՝ երկու դեպքում էլ գոհն ունենում է հոգեբանական դժվարություններ, ճնշվածություն, ուստի անուղղակի բուլինգը նույնպես անվերապահորեն պետք է ուշադրության արժանացնել ու բացառել: Կարևոր մանկավարժական խնդիր է բուլինգի հայտնաբերումը: Մանկավարժական աշխատողը ենթադրյալ բուլինգի առկայությունը կարող է նկատել սովորողի մոտ ի հայտ եկած մի շարք անսովոր, ոչ բնորոշ ախտանիշների առկայությունից, դրանք են.

- վարքային անսովոր դրսևորումներ
- դպրոց գնալուց հրաժարում
- վախի, դեպրեսիայի, սթրեսի դրսևորումներ
- սոցիալական միջավայրից խուսափում, մեկուսացում, հասակակիցների հետ հաղորդակցվելուց հրաժարում

<sup>3</sup> <https://www.arlis.am/DocumentView.aspx?DocID=69283> ՀՀ Կառավարության 2017 թվականի հուլիսի 6-ի N 801-Ն որոշում



- դյուրագրգռություն, ագրեսիվություն, սթրեսակայունության ցածր մակարդակ
  - կարեկցանքի, մարդասիրության բացակայություն, նկատելի վատատեսություն, մոտիվացիայի անկում, ինքնավստահության կորուստ
  - ուսումնառության մեջ հետ մնալու դրսևորումներ, անպատրաստ դասին ներկայանալ
  - անուշադրության, թափթփվածության նկատելի դրսևորումներ • բողոքներ դասարանում վատ զգալու վերաբերյալ
  - անբացատրելի վերքերի և կապտուկների առկայություն
  - անձնական իրերը հաճախակի կորցնելու դեպքեր, պատահուցած հագուստ, վնասված դպրոցական պարագաներ

Թերևս նմանօրինակ դրսևորումներն ահագանգ են այն մասին, որ աշակերտը բուլինգի զոհ է, և ուսուցչի գերխնդիրն է բացահայտել բուլերին, հասկանալ հիմնախնդրի պատճառահետևանքային կապն ու կիրառել բոլոր ռեսուրսները՝ հիմնախնդիրն անաչառ լուծելու և հնարավոր այլ դեպքերը կանխարգելելու համար: Իրականում բուլինգի պատճաները բազմաթիվ ու բազմազան են, դիտարկենք բուլինգի առաջացման հնարավոր նախադրյալները.

- ամենաթողության, անպատժելիության զգացողություն ընտանիքում և դպրոցում
- բարձր ինքնագնահատական, վարքային խանգարումներ, տարիքային ճգնաժամ
- ներանձնային կոնֆլիկտ, լիդերի գերզգացողություն
- կարծրատիպային մտածողություն
- սեփական անձը գերազնահատելու մղումներ
- ոչ իրավական գործողությունների, բռնության գործադրման խրախուսում շրջապատի, ծնողների կողմից:

Սխալված չենք լինի, եթե պնդենք, որ բուլեր դառնում են այն անձինք, ովքեր ինքնահաստատման հետ ունեն դժվարություններ, չարակամ են, ընտանիքում ենթարկվում են բռնության և ֆիզիկական պատիժների: Բուլինգի զոհ դարձածները հիմնականում լինում են ոչ ապահովված ընտանիքներից, երբեմն նաև

ծնողագուրկ , քանի որ նման մարդկանց վիրավորելը շատ ավելի դյուրին է: Նորվեգացի հոգեբան Դեն Օլեուսը, ով լայնորեն ճանաչված է բռնությունների ու ահաբեկչության վերաբերյալ իր հետազոտություններով, նշում է, որ բռնության հանդեպ ուժեղ հակում դրսևորվում է այն երեխաների մոտ, ովքեր սերում են հետևյալ տիպի ընտանիքներից.

Ոչ լրիվ ընտանիքներ-միայնակ ծնողի կողմից դաստիարակվող երեխան ավելի շատ է հակված հասակակիցների նկատմամբ հուզական բռնություն կիրառելուն:

Բռնարար ընտանիքներ-մեծահասակները հաճախ են վիճում երեխաների ներկայությամբ, իսկ վերջինս յուրացնում և հետագայում առօրյա կյանքում կիրառում է այդ մոդելը՝ որպես իրավիճակը հաղթահարելու միջոց:<sup>4</sup>

Բուլինգի զոհ դարձրած աշակերտների մոտ շատ հաճախ առաջանում են նաև ֆիզիոլոգիական խնդիրներ, ինչպիսիք են՝ քնի խանգարումներ, ստամոքսի ցավ, գլխացավ, ախորժակի կորուստ: Նկատենք, որ բուլինգը կարող է հանգեցնել նաև սարսափելի վերջնարդյունքի՝ հոգեխանգարում, սուիցիդալ մտքեր և գործողություններ:

Բուլինգը արգելվում է օրենքով: Մի շարք երկրներ, ինչպիսիք են Կոլումբիան, Միչիգանը, Մոնտանան, Յուտահային Դակոտան, Յարավային Դակոտան բուլինգը դատապարտում են օրենքով: ԱՄՆ քառասունհինգ նահանգները նույնպես ընդունել են հակաբուլինգային օրենքներ: Աշխարհում 13-ից 15 տարեկան աշակերտների կեսը՝ շուրջ 150 միլիոն երեխա, ասել է, որ դպրոցում կամ դպրոցի տարածքում հասակակիցների կողմից բռնության է ենթարկվել: Սա փաստում է ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի վերջին զեկույցներից մեկը: Բուլինգը վատ է անդրադառնում աշակերտների կրթության և բարեկեցության վրա թե՛ աղքատ և թե՛ հարուստ երկրներում հավասարաչափ: ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի գործադիր տնօրեն Ջենիֆերա Ֆորդը նշում է. «Կրթությունը խաղաղ հասարակություն կառուցելու հիմքն է, մինչդեռ աշխարհում միլիոնավոր երեխաների համար դպրոցն ինքնին անվտանգ վայր չէ: Երեխաներն ամեն օր բազմաթիվ վտանգների են ենթարկվում՝ ծեծկռտուքներ, ճնշումներ, բուլինգ կյանքում և առցանց, բռնի դաստիարակություն, սեռական ոտնձգություն, զինված կոնֆլիկտներ»:<sup>5</sup>

<sup>4</sup> Olweus, D. Bullying at school: What we know and what we can do. Malden, MA: Blackwell Publishing, 1993.

<sup>5</sup> <https://cutt.ly/mlXzEkV> «ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի կողմից (2018թ., Նյու Յորք) դպրոցական բռնության վերաբերյալ զեկույցի ամփոփ տվյալները»:

## **1.2. Բուլինգի բացահայտման, կանխարգելման և բացառման եղանակները հանրակրթական դպրոցում**

Իրականում այս հիմնախնդիրը չի հասնի դպրոց, եթե ծնողը կարողանա ժամանակին նկատել ու բացատրական աշխատանքներով, պատժի ընդունված տարբերակներով կանխարգելել իր երեխայի անսովոր, ոչ մարդկային հակումները: Սակայն մեր իրականության մեջ քիչ չեն այն իրավիճակները, երբ ծնողն ինքն է խրախուսում երեխային ցանկացած խնդրի դեպքում դիմել բռունցքների կամ անպարկեշտ վիրավորանքների ու պիատակավորման օգնությանը: Սա, թերևս, գալիս է ծնողի իրավագիտակցության պակասից, ծնողավարական հմտությունների բացակայությունից, պատկան մարմինների ոչ բարեխիղճ աշխատանքից, երբ նմանօրինակ բռնարար ծնողներն, ովքեր դրդում են երեխաներին բռնության, օրենքով պատժի չեն արժանացնում: «Սովորողի ծնողը պարտավոր է հարգել երեխայի արժանապատվությունը, դաստիարակել աշխատասիրություն, բարություն, ընկերասիրություն, հանդուրժողականություն, գթասրտություն, հարգալից վերաբերմունք ընտանիքի, մեծահասակների, պետական և մայրենի լեզվի, ժողովրդական ավանդույթների և սովորույթների նկատմամբ»<sup>6</sup>:

Նկատենք, որ երեխաների իրավունքների պաշտպանությունը մեր երկրում իրավական առումով բարձր հիքերի վրա է դրված: Բազմաթիվ իրավական ակտերով երեխայի հիմնարար իրավունքներն ու ազատություններն անվերապահորեն պետության պաշտպանության տակ են: Այս ամենն ամեն անգամ պետք է բարձրաձայնել սովորողների շրջանում, որպեսզի վերջիններս իրազեկ լինեն թե՛

իրենց իրավունքներին, թե՛ պարտականություններին, թե՛ ուսումնական հաստատության ներքին կարգապահական կանոններին, որոնք սահմանում են «կարելի» ու «չիկարելի» սահմանագծերը:

1. ՀՀ Սահմանադրության մեջ ամրագրված է.

- «Հայաստանի Հանրապետությունում մարդը բարձրագույն արժեք է: Մարդու անօտարելի արժանապատվությունն իր իրավունքների և

ազատությունների անբակտելի հիմքն է:<sup>6</sup>

Մարդու և քաղաքացու հիմնական իրավունքների և ազատությունների հարգումն ու պաշտպանությունը հանրային իշխանության

պարտականություններն են: <sup>7</sup>

2. «Երեխայի իրավունքների մասին» ՀՀ օրենքը սահմանում է . «Յուրաքանչյուր երեխա ունի ամեն տեսակի (ֆիզիկական, հոգեկան և այլ) բռնությունից պաշտպանության իրավունք»:<sup>8</sup>

3. «Կրթության մասին» ՀՀ օրենքը սահմանում է. «Կրթության բնագավառում պետական քաղաքականության սկզբունքներից է կրթության մարդասիրական բնույթը, համամարդկային արժեքների, մարդու կյանքի ու առողջության, անհատի ազատ և համակողմանի զարգացման առաջնայնությունը»:<sup>9</sup>

4. «Հանրակրթության մասին» ՀՀ օրենքը սահմանում է. «Մանկավարժական աշխատողը պարտավոր է սովորողների մեջ ձևավորել պատշաճ վարքագիծ ու վարվելակերպ, դաստիարակել հայրենասիրություն»: <sup>10</sup>

5. «Երեխայի իրավունքների մասին» ՄԱԿ-ի կոնվենցիան սահմանում է. • «Մասնակից պետությունները ձեռնարկում են անհրաժեշտ բոլոր օրենսդրական, վարչական, սոցիալական և կրթական միջոցները պաշտպանելու երեխային ցանկացած այլ անձի կողմից ֆիզիկական կամ հոգեկան բռնության բոլոր ձևերից, վիրավորանքից կամ չարաշահումից, հոգատարության բացակայությունից կամ անուշադրությունից, կոպիտ վերաբերմունքից կամ շահագործումից»:

<sup>11</sup>. «Մասնակից պետությունները ձեռնարկում են բոլոր անհրաժեշտ միջոցները երաշխավորելու համար, որ դպրոցական կարգապահությունն իրականացվում է երեխայի մարդկային արժանապատվության հետ համատեղելի մեթոդներով»:<sup>12</sup>

• «Մասնակից պետությունները ճանաչում են յուրաքանչյուր երեխայի՝ իր

<sup>6</sup> «Հանրակրթության մասին» ՀՀ օրենք, հոդված 28, կետ 2.3:

<sup>7</sup> ՀՀ Սահմանադրություն, հոդված 3:

<sup>8</sup> «Երեխայի իրավունքների մասին» ՀՀ օրենք, հոդված 9:

<sup>9</sup> «Կրթության մասին» ՀՀ օրենք, հոդված 5, կետ 1:

<sup>10</sup> «Հանրակրթության մասին» ՀՀ օրենք, հոդված 27, կետ 2.9:

<sup>11</sup> «Երեխայի իրավունքների մասին» ՄԱԿ-ի կոնվենցիա, հոդված 19:

<sup>12</sup> «Երեխայի իրավունքների մասին» ՄԱԿ-ի կոնվենցիա, հոդված 27:

Ֆիզիկական, մտավոր, հոգևոր, բարոյական և սոցիալական զարգացման համար անհրաժեշտ կենսամակարդակի իրավունքը»:<sup>13</sup>

6. «Կրթության դեմ խտրականության բացառման» կոնվենցիան սահմանում է. «Կրթությունը պետք է ուղղված լինի մարդկային անհատականության լիարժեք զարգացմանը և մարդու իրավունքների ու հիմնարար ազատությունների նկատմամբ հարգանքի ամրապնդմանը»:<sup>14</sup>

Նշված իրավական հիմքերը, ուսումնական հաստատության ներքին կարգապահական կանոնակարգի իմացությունը մանկավարժական աշխատողների, աշակերտի ծնողների և աշակերտների կողմից առաջին քայլն է՝ իրավագիտակցությունը բարձրացնելու և հնարավոր բուլինգը բացառելու և կանխարգելելու համար: Այս ամենին գալիս է փոխլրացնելու արդեն մանկավարժական ու հոգեբանական աշխատանքը՝ իր բոլոր մեթոդներով, հոգեշտկողական աշխատանքներով:

Հասարակության զարգացման արդի պայմաններում առավել բազմակողմանի են դարձել սոցիալական կապերն ու հարաբերությունները. հասարակության տարբեր շերտերում սրվել են շատ հակասություններ, փոխվել են մշակույթի և բարոյականության ավանդական ըմբռումները, առկա է արժեքային կողմնորոշումների սոցիալ-խմբային բևեռացում, որն առավել սուր է արտահայտվում հատկապես դպրոցականների միջավայրում: Այս համատեքստում կարևոր է աշակերտի դաստիարակությունը, որը ուսումնական գործընթացի առանցքային բաղադրամասն է: Դաստիարակության գործընթացն իրականացվում է անձի ամբողջ կենսագործունեության ընթացքում՝ հաշվի առնելով տարիքային և հոգեբանական առանձնահատկությունները, միջավայրի ներգործությունը անհատի արժեքային կողմնորոշման վրա: Ռուս մանկավարժ Կոնստանտին Դմիտրևիչ Ուշինսկին դաստիարակությունը բնորոշում է որպես ներդաշնակորեն զարգացած անձնավորության ձևավորմանը նպատակաուղղված գիտակցական պրոցես: Դաստիարակության տարբեր կողմերի շարքում նա գլխավոր տեղը հատկացնում է բարոյականության դաստիարակությանը, որովհետև, ըստ նրա՝ բարոյական դաստիարակությունը երեխայի մեջ պետք է զարգացնի մարդասիրություն, ազնվություն և ուղղամտություն, աշխատասիրություն, կարգապահություն և պատասխանատվության զգացում, որը զուգակցվում է

<sup>13</sup> «Երեխայի իրավունքների մասին» ՄԱԿ-ի կոնվենցիա, հոդված 28:

<sup>14</sup> «Կրթության դեմ խտրականության բացառման» կոնվենցիա, հոդված 5, կետ ա:

համեստության հետ: Դաստիարակությունը երեխայի մեջ պետք է զարգացնի ամուր բնավորություն և կամք, տոկունություն, պարտքի զգացմունք:<sup>15</sup> Կարծում ենք՝ բարոյական արժեքների ձևավորումը կարևոր հիմնաքար է բուլինգի բացառման գործընթացում, ուստի և դպրոց-ընտանիք անբակտելի համագործակցությունը պետք է կարողանա ապահովել, որ երեխան գիտակցի և ընդունի օրինակելի բարոյական նորմերը: Անձի վրա մանկավարժական ներգործությունը պետք է կրի համալիր բնույթ, ինչը պահանջում է որոշակի մանկավարժական մոտեցումների պահպանում:

Բարոյական դաստիարակությունից զատ՝ կարևոր է նաև ուսուցչի սերտ համագործակցությունը հաստատության հոգեբանի, սոց մանկավարժի հետ՝ խնդիրը համակողմանի ուսումնասիրելու, լուծելու և կանխարգելելու նկատառումներից ելնելով: Այստեղ առանցքային է նաև ուսումնական հաստատության հոգեբանի կողմից տարվող դաստիարակչական աշխատանքը սովորողների հետ: Աշակերտը պետք է իրեն պաշտպանված զգա կոլեկտիվում տիրող անարդարությունից և լարվածությունից, ֆիզիկական և հոգեկան բռնության ցանկացած դրսևորում պետք է ուղղակիորեն բացառել: Անշուշտ, սա բարդ ու երկարատև մանկավարժահոգեբանական աշխատանքի միջոցով կարելի է իրականացնել:

Այս համատեքստում նպատակահարմար է աշակերտների հետ միասին պլանավորել տարվա աշխատանքը, կազմել դպրոցում վարքի կանոնների ցուցակ, կազմակերպել առաջադրանքների բաշխում: Կարծում ենք, որ բուլինգի հաղթահարման համար մանկավարժական աշխատողն իր աշխատանքը պետք է սկսի հենց կանխարգելումից՝ կիրառելով մի շարք մանկավարժական ռեսուրսներ: Սխալ է սպասել, մինչև աշակերտը դառնա բուլեր, նոր վերջինիս հետ իրականացնել համապատասխան աշխատանքներ: Ուսուցիչը թեմատիկ զրույցների, սեմինարների, ճանաչողական միջոցառումների միջոցով պետք է մշտապես աշակերտներին խրախուսի չդիմել բուլինգի, դատապարտել, բարձրաձայնել, չթաքցնել, անգամ եթե ուղիղ մասնակիցը չեն:

**Կարծում ենք՝ կանխարգելումը պայքարի ամենաարդյունավետ եղանակն է:**

<sup>15</sup> Ушинский К.Д. Педагогические идеи. – Москва, 1971.

Կցանկանայինք բարձրաձայնել նաև բուլինգի ենթարկվող ԿԱՊԿՈՒ աշակերտների մասին, ինչը նույնպես առկա է, և կրկնակի դատապարտելի՝ հաշվի առնելով վերջինիս առանձնահատուկ կարիքներն ու ինքն իրեն պաշտպանելու անկարողությունը: «Կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող անձ է համարվում ուսուցման հետ կապված դժվարություններ, այդ թվում՝ զարգացման ֆիզիկական կամ մտավոր առանձնահատկություններ ունեցող անձ, որի կողմից հանրակրթական հիմնական ծրագրերը յուրացվելու համար անհրաժեշտ են կրթության առանձնահատուկ պայմաններ»:<sup>16</sup> Նման երեխաների պաշտպանությունն ու իրավունքների իրացումը նույնպես մանկավարժական առաջնային խնդիր է: Իհարկե, այս պարագայում գերակշռող է անուղղակի բուլինգը, սակայն սա ևս իր բացասական ազդեցությունն է թողնում:

Այսպիսով, ակնհայտ է սույն հիմնախնդիրն ունի բազմաթիվ կնճռոտ անկյուններ, այդուհանդերձ, վստահ ենք, որ միասնական աշխատանքի, հանդուրժողականության ու միմյանց իրավունքներն ու շահերը հաշվի առնելով է հնարավոր, որ մեր ուսումնական համակարգում չլինեն բուլլերներ ու զոհեր:

## ԱՆՈՒՂՆԱԿԻ ԲՈՒԼԻՆԳ



## ՈՒՂՆԱԿԻ ԲՈՒԼԻՆԳ

<sup>16</sup> «Չանրակրթության մասին» ՀՀ օրենք, հոդված 3, 10.2:



## **2.3ԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ՄԱՍ**

2.1 Մանկավարժական մեր փորձից: «Հասարակագիտություն» առարկայի դասավանդման շրջանակներում հոգեբանական հետազոտությունն ավագ դպրոցականների շրջանում՝ անձնային առանձնահատկություններն ու սթրեսակայունությունն ուսումնասիրելու նպատակով

Մանկավարժական պրակտիկայի ընթացքում հաճախ ենք հաստատության հոգեբանի, սոցիալական մանկավարժի հետ համատեղ իրականացնում տարատեսակ հոգեբանական առաջադրանքներ, թեստեր: Ավագ դպրոցի 10-րդ դասարանում «Հասարակագիտություն» առարկայի դասավանդման ընթացքում



«Հոգեկանի կառուցվածքն ու գործառույթները» ուսումնական թեմայի ընթացքում իրականացրեցինք հոգեբանական աշխատանք Մակ Կրայթի և Պ. Կոստայի «Մեծ հնգյակ» թեստով և կիրառեցինք «Թ. Հոլմսի և Ռ. Ռահեյի սթրեսակայունության որոշման» մեթոդը: Հետազոտությունների իրականացումը կարելի է դիտարկել որպես անձնակողմնորոշիչ մանկավարժական աշխատանք՝ ուղղված ավագ դպրոցականների անձնային առանձնահատկությունները բացահայտելուն և սթրեսակայունության մակարդակը որոշելուն:

Հոգեբանական հետազոտությունների արդյունքների ամփոփումը զուգակցվեց խմբային քննարկումներով՝ վերաբերող բուլինգին: Աշխատանքին մասնակցել է թվով 50 աշակերտ՝ «10-րդ ա» և «10-րդ բ» դասարաններից:

«Մեծ հնգյակ»

Դիտարկելք 1983-1985 թթ.-ին ամերիկյան հոգեբաններ Մակ Կրայթի և Պ. Կոստայի կողմից մշակված անձնային հնգագործոն հարցարանը կամ «Մեծ հնգյակ» (BIG FIVE) կոչվող թեստը, որը արդի չափանիշներով համարվում է լիովին բավարար անձի հոգեբանական օբյեկտիվ պատկերը կամ անձնային օբյեկտիվ մոդելը ստանալու համար: Այն ըստ ոլորտների անձնային անթիվ բնութագրերի խմբավորման յուրատեսակ միասնական համակարգ է: Անձի հինգ հիմնական գծերն են՝ նեյրոտիզմը, էքստրավերտությունը, լայնախոհությունը, բարյացակամությունը, բարեխղճությունը: Վերջիններս միմյանցից անկախ, ժամանակի մեջ կայուն ֆակտորներ են: Ներկայացնենք հինգ հիմնական գործոնների նկարագրությունը.

1. Էքստրավերտությունը բնութագրում է անձի հարաբերությունները արտաքին աշխարհի հետ: Էքստրավերտները շատ արագ են մտերմանում մարդկանց հետ, խիստ կարևորում են շրջապատի հետ շփումները, ջերմ հարաբերությունները: Իրապես սիրում են մարդկանց և բարձրաձայնում իրենց դրական զգացմունքները նրանց նկատմամբ: Նրանք մարդկանց շրջապատում գտնվելուց հաճույք են ստանում: Նրանց դուր է գալիս, երբ շրջապատի մարդիկ հիանում են իրենցով: Երբեմն իրավիճակի վերահսկողությունն իրենց ձեռքն են վերցնում՝ վստահորեն գործելով նպատակների իրականացման ուղղությամբ: Տարբեր իրավիճակներում արտահայտում են իրենց կարծիքը և ուղղորդում մյուսներին: Շատ են սիրում սուր զգացողություններ և դիմում են ռիսկի:

2.Բարյացկամությունը ցույց է տալիս, թե որքանով է անձը պատրաստ և հակված համագործակցելու ու համերաշխ ապրելու այլ մարդկանց հետ: Բարյացկամ անձինք մարդկանց հետ շփվելիս կեղծավորության ու մանիպուլյացիաների կարիք չեն տեսնում, ինչպես նաև նրանք անկեղծ են, շիտակ ու պարզ, փափկասիրտ են ու կարեկցող: Նրանք միջնորդավորված զգում են ուրիշների ցավը և շատ արագ լցվում են խղճահարության ու կարեկցանքի զգացումով: Բարյացկամ անձինք մյուսներին օգնելը համարում են իրական պարգև: Հետևաբար, նման անձինք ընդհանուր առմամբ պատրաստակամ են օգնելու կարիքավորներին՝ գտնելով, որ ուրիշների համար մի բան անելն ավելի շուտ ինքնաբավարարման ձև է, քան անձնագրհոություն: Պատրաստ են անտեսել սեփական շահերը՝ մյուսների հետ հարաբերությունները չվնասելու համար:

3.Բարեխղճությունը ցույց է տալիս, թե ինչպես է անձը կարգավորում, վերահսկում և ուղղորդում իր ազդակները, մղումները: Բարեխիղճ անձինք գրեթե միշտ համոզված են, որ կունենան հաջողություն, քանի որ առողջ բանականության ու ձգտման տեր են: Բարեխիղճ անձը կարող է չափազանց տարվել աշխատանքով՝ անտեսելով կյանքի մյուս ոլորտները: Ամբողջությամբ նվիրվում է աշխատանքին, բոլոր ուժերը ներդնում է նպատակների իրականացման համար, խիստ նպատակասլաց է: Միշտ քրտնաջանորեն աշխատում է՝ գերազանց արդյունքի հասնելու համար: Կյանքում ունի հստակ նպատակ և հաջողությամբ շարժվում է այդ ուղղությամբ: Որոշումներ կայացնելիս անձը երկար մտածում է, ինչպես նաև հակված է գործելուց առաջ եղած հնարավորությունները ծանրութեթև անելու: Բարեխիղճ անձինք ունեն նաև սեփական կյանքի վերահսկողության զգացում:

4.Նեյրոտիզմը բնութագրում է անձի՝ բացասական հույզեր ապրելու հակվածությունը: Բարձր նեյրոտիզմով անձինք անհանգստանում են ամեն մի առիթով, շատ տազնապում են անսովոր իրավիճակներում, ունենում են մտավախություն, որ կարող է վատ բան պատահել իրենց կամ մտերիմների հետ, դյուրագրգիռ են, այդ պատճառով բավականին հաճախ կորցնում են ինքնատիրապետումը և թույլ տալիս սխալներ: Հաճախ են իրենց տխուր, միայնակ ու ընկճված զգում, Էներգիայի և նախաձեռնողականության պակաս ունենում: Չգայուն են, և շատ է հուզում, թե ինչ կարծիք ունեն շրջապատի մարդիկ իրենց մասին: Նրանց մտահոգությունը, թե շրջապատում կարող են իրենց ծաղրել կամ մերժել, նպաստում է, որ անձանոթ մարդկանց միջավայրում ամաչեն ու

անհարմարավետությունն զգան: Նրանց անհանգստությունն ու վախը, որ ուրիշները կարող են իրենց քննադատել կամ ծաղրի ենթարկել, չափազանցված է և իրականությանը չի համապատասխանում:

5.Լայնախոհությունը բնութագրում է մտածողության ոճը: Լայնախոհ անձանց բնորոշ է վառ երևակայություն, ստեղծարարություն, որոնցով տարբերվում են ավելի պրագմատիկ, պահպանողական մարդկանցից: Բացի վառ երևակայությունից՝ նրանք ունեն նորարարական գաղափարներ, որոնք ծառայեցնում են կյանքի միօրինակությունը ավելի հետաքրքիր դարձնելուն: Չեն կառչում փաստերից ու կարծրատիպային լուծումներից, այլ ազատություն են տալիս մտքին: Արվեստասեր են, սիրում են գեղեցիկը և՛ արվեստում, և՛ բնության մեջ: Նրանք հեշտությամբ ներգրավվում և ամբողջությամբ տարվում են մշակութային, բնության հետ կապ ունեցող տարբեր միջոցառումներով: Պարտադիր չէ, որ ունենան արվեստագիտական կրթություն կամ տաղանդավոր լինեն, չնայած շատերը կարող էին լինել

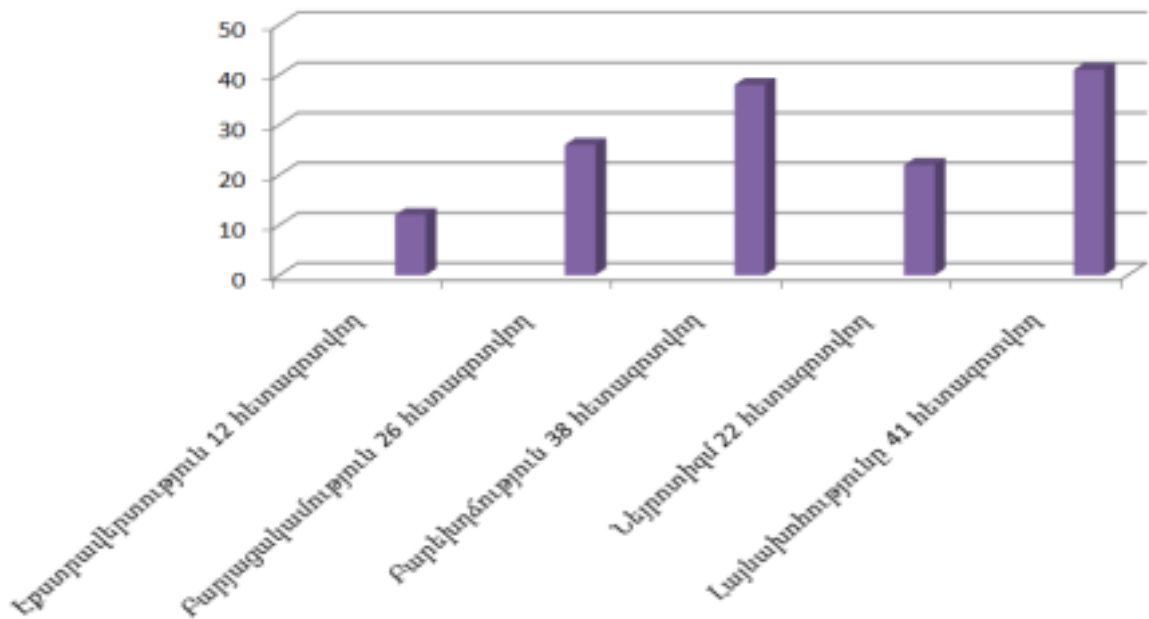
«Թ. Յոլմսի և Ռ. Ռահեի սթրեսակայունության որոշման» մեթոդ

Սթրեսակայունությունը սթրեսին դիմակայելու կարողությունն է: Մարդու կյանքում հայտնվում է սթրեսը, և վերջինս սկսում է նոր պայմաններին ինչ-որ կերպ հարմարվելու փորձեր կատարել: Սթրեսակայունությունը գնահատելու համար օգտագործվում է Յոլմսի և Ռահեի սթրեսակայունության և սոցիալական հարմարվողականության որոշման մեթոդը (ԱՄՆ, 1967): Թեստը պարունակում է նախորդ տարվա կտրվածքով մարդու առօրյա կյանքում տեղի ունեցած տրավմատիկ իրադարձությունների ցանկ՝ տարբեր հուզական երանգավորումներով և նշանակությամբ, որոնցից յուրաքանչյուրը գնահատվում է 100 բալանոց սանդղակով: Եթե որևէ իրավիճակ տեղի է ունեցել մեկից ավելի անգամ, ապա միավորները պետք է բազմապատկվեն նշված կրկնությունների քանակով: Թեստի ցուցիչներն են.

- 150 միավորից պակաս՝ բավականին մեծ սթրեսակայունություն
- 150-199 միավոր՝ բարձր սթրեսակայունության
- 200-299 միավոր՝ շեմային դիմադրողականություն
- 300 կամ ավելի՝ ցածր(խոցելիություն)

## 2.2 Հետազոտության արդյունքների ամփոփում

Դիտարկենք թեստի արդյունքում ստացված հինգ մեծ գործոններից յուրաքանչյուրի բաշխվածությունը: Արդյունքները ներկայացված են տրամագիր 1-ում:



Տրամագիր 1. Հինգ մեծ գործոններից յուրաքանչյուրի բաշխվածությունը

Հոգեբանական թեստավորման մեթոդը հնարավորություն է տալիս գնահատել և բացահայտել հետազոտվողի որոշակի անձնային որակներ: Թեստավորման մեթոդը չափագրված մեթոդ է, որը դասվում է հոգեբանական հետազոտության օբյեկտիվ մեթոդների խմբին:

Այսպիսով, հետազոտության 50 մասնակիցներից թվով 12-ի մոտ նկատելի է բարձր էքստրավերտություն: Այս գործոնի բարձր արտահայտվածություն ունեցող մարդիկ դրական են տրամադրված իրենք իրենց, սիրում են առաջնորդել մարդկանց, կյանքով և էներգիայով լի են: Գործոնի ցածր արտահայտվածության դեպքում անձը կարծում է, որ ինքն այնքան էլ հայտնի չի այլ մարդկանց մեջ, անհարմար է զգում, երբ հայտնվում են ուշադրության կենտրոնում, ակտիվ ու նախաձեռնող չէ:

Հետազոտված աշակերտների շրջանում բարյացկամության գործոնը ընդգծված է թվով 26-ի մոտ: Բարյացկամություն գործոնի բարձր

արտահայտվածությունն ունեցող մարդիկ շուտ են ներում և մոռանում իրենց հասցված վիրավորանքը, մեղմ են ուրիշներին դատելիս, հակված են համագործակցության և փոխօգնության, հեշտությամբ կարգավորում են իրենց հույզերը: Ցածր արտահայտվածությամբ անձինք քիսախնդիր են, սիրում են քննադատել, իրենց տեսակետը պաշտպանելիս կոպիտ են ու անզիջում: Բարյացկամության ենթագործոններն են՝ ներողամտություն, նրբանկատություն, ճկունություն, համբերատարություն:

Բարեխղճության գործոնն ակտիվ էր հարցվածներց 38-ի մոտ: Բարեխղճությունն գործոնի բարձր արտահայտվածությունն ունեցող անձինք նպատակին հասնում են՝ աշխատելով նախօրոք գծած պլանով: Նրանք գործն անելիս աշխատում են ոչ մի սխալ ու վրիպակ թույլ չտալ և հետագայում մի քանի անգամ ստուգում են կատարած աշխատանքը: Նման մարդիկ որոշումն ընդունելուց առաջ ամեն ինչ երկար ժամանակ ծանր ու թեթև են անում: Ցածր արտահայտվածությամբ անձինք թափթփված են,

դժվարությամբ են հետևում սահմանված գրաֆիկին, կարող են բավարարվել սխալներով աշխատանքից, խուսափում են բարդ խնդիրներ լուծելուց, ինչպես նաև որոշումները կայացնում են պահի ազդեցության տակ: Բարեխղճության ենթագործոններն են՝ կազմակերպվածություն, ջանասիրություն, պերֆեկցիոնիզմ, խոհեմություն:

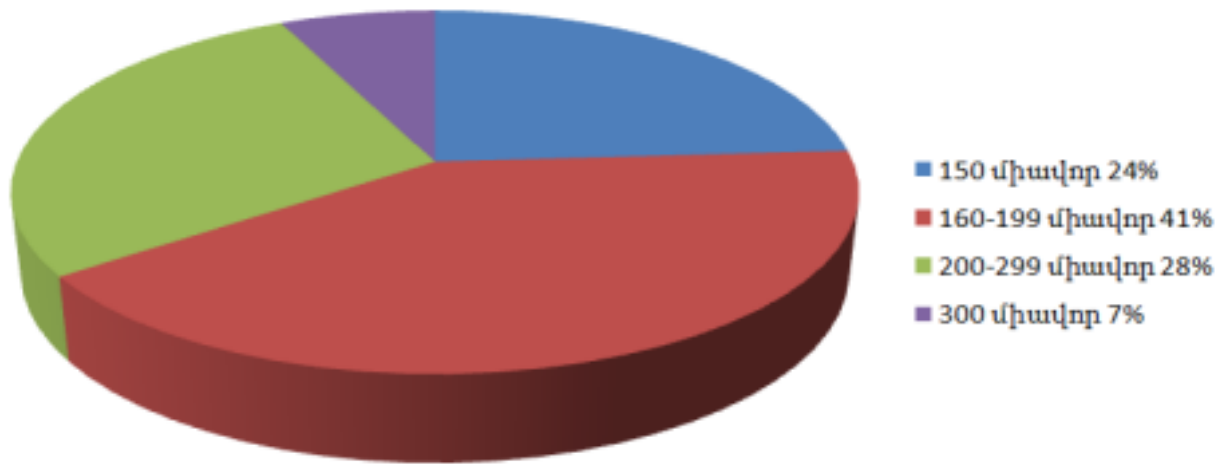
Լայնախոհության գործոնը բավականաչափ նկատելի էր հարցվածներից 41-ի շրջանում: Լայնախոհությունն գործոնի արտահայտվածությամբ հետաքրքրված են գիտության տարբեր ճյուղերով, հակված են յուրօրինակ ու ոչ ստանդարտ որոշումներ կայացնելուն, առօրյա կյանքում ազատորեն օգտագործում են իրենց երևակայությունը: Քիչ արտահայտվածությամբ անձինք այդքան էլ չեն սիրում ինտելեկտուալ զրույցներ, իրենց հայացքներում ու որոշումներում խուսափում են նորարարություններից ու ավելի հակված են գործելու ավանդական ձևերով:

Լայնախոհության ենթագործոններն են՝ հետաքրքրասիրությունը, ստեղծարարությունը, ոչ ավանդականությունը: Յետազոտվողների շրջանում նեյրոտիզմի գործոնն ընդգծված էր թվով 22-ի աշակերտի մոտ: Այս գործոնի բարձր արտահայտվածությամբ անձինք վախենում են ֆիզիկական վտանգներից, դժվար

իրավիճակներում տազնապում են, կարիք ունեն հուզական աջակցության, ինչպես նաև հուզական կապվածություն ունեն այլ մարդկանց հետ: Գործոնի արտահայտվածության ցածր աստիճանն ուղեկցվում է սթրեսային իրավիճակներում վախի ու տազնապի բացակայությամբ: Այս տիպի մարդիկ կարիք չունեն կիսվելու իրենց խնդիրներով այլ մարդկանց հետ: Հուզականության ենթագործոններն են՝ վախկոտությունը, տազնապայնությունը, հուզական կախվածությունը, սենտիմենտալությունը:

Դիտարկենք նաև Թ. Հոլմսի և Ռ. Ռահեի սթրեսակայունության որոշման մեթոդով աշակերտների շրջանում իրականացված հետազոտության արդյունքները.

Կատարած հետազոտության ընթացքում մեր կողմից պարզ դարձավ, որ աշակերտների 24%-ը հետազոտության ընթացքում հավաքել է 150 միավոր, ինչը խոսում է այն մասին, որ վերջիններս ունեն բավականին բարձր սթրեսակայունություն, ինչը կարելի է համարել մեծ առավելություն, 41%-ը հետազոտության արդյունքում հավաքել է 160-199 միավոր, ինչը թույլ է տալիս համոզմունք հայտնել, որ վերջիններս էներգիան և ժամանակը չեն ծախսվում սթրեսի ընթացքում առաջացող բացասական հոգեբանական վիճակների դեմ պայքարելու համար, աշակերտների 28%-ը հետազոտության արդյունքում հավաքել է 200-299 միավոր, ինչով պայմանավորված, կարող ենք պնդել, որ նրանք ունեն ոչ բավարար չափով սթրեսին դիմակայելու ունակություն: Կայունությունը նրանց մոտ նվազում է՝ կապված կյանքում սթրեսային իրավիճակների քանակի աճով: Սա հանգեցնում է նրան, որ աշակերտները ստիպված կլինեն ծախսել իրենց էներգիան, ժամանակը, ներուժը սթրեսի ընթացքում առաջացող բացասական հոգեբանական վիճակների դեմ պայքարելու համար: Աշակերտների 7%-ը հավաքել է 300 կամ ավելի միավոր, ինչը նշանակում, որ նրանք ստիպված են իրենց էներգիան, ժամանակը և ներուժը ծախսել սթրեսի գործընթացում առաջացող բացասական հոգեբանական վիճակների դեմ պայքարելու համար: Միավորների մեծ քանակը խոսում է ծայրահեղ տազնապային իրավիճակի մասին ուստի կարևոր է մանկավարժահոգեբանական թիրախավորված աշխատանք տանել նման աշակերտների հետ: Արդյունքները՝ տրամագիր 2-ում:



Տրամագիր 2. Հետազոտվողների սթրեսակայունության ցուցանիշները

Այսպիսով, մեր հետազոտության արդյունքում պարզ դարձավ, որ աշակերտների գերակշիռ մասը կարողանում է կառավարել սթրեսը և ունի բարձր սթրեսակայունություն, ինչը մեծապես կօգնի, որ վերջիններիս կենսագործունեությունը, այդ թվում նաև ուսումնառության ընթացքը լինի բնականոն, արգասաբեր, առանց ավելորդ լարվածության: «Մեծ հնգյակ» թեստով հետազոտության արդյունքները նույնպես խոստումնալից էին: Աշակերտների մեծ մասի մոտ բարձր էր արտահայտված բարյացկամությունը, բարեխղճությունն ու լայնախոհությունը: Կարծում ենք՝ նմանօրինակ աշխատանքները կարևոր են նաև հենց աշակերտների համար, քանի որ վերջիններս նույնպես հնարավորություն են ունենում բացահայտել իրենք իրենց:

Ժամանակակից աշխարհի աննախադեպ զարգացումը, տեխնոլոգիաների ի հայտ գալը էապես փոխել է մարդկային հասարակության կյանքի ռիթմը: Այս համատեքստում մարդն ամենուր բախվում է սթրեսածին իրավիճակների, ունենում հոգեբանական անկումներ և հաճախ չի կարողանում կառավարել իր հույզերը, զգացմունքները: Այս ամենը հղի է տարատեսակ կոնֆլիկտներով, սթրեսներով, որի հաղթահարման համար մարդը մեծ ուժեր է ներդնում՝ փոխանակ դրանք ուղղի առավել նպատակային գործունեության: Այս ամենից զերծ չէ նաև հանրակրթական համակարգը:

Մեր համոզմամբ՝ ուսումնադաստիարակչական գործընթացի բնականոնությունն ու արդյունավետությունն ապահովելու համար աշակերտն ամեն կերպ պետք է ընդառաջ գնա ինքնակարգավորման մեխանիզմներին, սովորի զսպել բարկությունը, կառավարի սթրեսներին իր կողմից հնարավոր

արձագանքները, միևնույն ժամանակ լինի հանդուրժող, մարդասեր և ազնիվ՝ անպայման տեր կանգնելով իր իրավունքներին և չոտնահարի այլոց իրավունքները:

## ԵԶԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Արդյոք աշակերտն իրականում գիտի, թե ինչ է բուլինգը, ինչ է հարկավոր անել դպրոցական հալածանքի՝ բուլինգի դեպքում և արդյո՞ք կպատժվի ինքը, եթե դառնա բուլեր: Թերևս հենց այստեղից է հարկավոր սկսել, քանի որ ամենալավ կանխարգելման միջոցը իրազեկումն է, առարկայական օրինակի ցուցադրումը, խնդրի մասին բաց, անկեղծ խոսելը: Դժվար ժամանակներ ենք ապրում, երբեմն զարմանում ենք, երբ աշակերտին կառավարելի դաշտ բերել այդպես էլ չի ստացվում: Իրականությունն այն է, որ ինչ-որ մի բան պակաս է՝ ծնողի դաստիարակություն, ուսուցչի անտարբերություն, սոցիալական խնդիրներ, հոգեբանական խնդիրներ, պատկան մարմինների անգործություն:

Բուլինգի առկայության համար չկա կոնկրետ մեղավոր կամ պատասխանատու, սա շղթայական ամենաթողության, ոչ բավարար ուշադրության, ոչ բավարար մասնագիտական հմտության, անտարբերության հետևանք է, որը կարող է նույնիսկ ճակատագրական լինել: Կարծում ենք, որ մանկավարժական թիրախային աշխատանքը կօգնի հնարավորինս բացառել բուլինգը, իսկ այդ պատճառով պետք է կրթական գործընթացի մասնակից



հանդիսացող բոլոր օղակների հետևողական ու համագործակցային աշխատանք: Մեղադրել ծնողին, աշակերտին կամ ուսուցչին, անշուշտ, սխալ կլինի, ուստի հարկավոր է թիրախային ռազմավարություն մշակել, ներգրավել բոլորին, ովքեր կարող են նպաստել բուլինգի հաղթահարումն ու վերացումը համաժողովրդական նպատակ դարձնելուն:

Կարծում ենք, որ այս հիմնահարցը մեր իրականության մեջ ունի լրջագույնս իրազեկելու կարիք, հարկ է, որ թե՛ ուսուցիչը, թե՛ աշակերտի ծնողը, թե՛ ենթադրյալ բուլերը կամ զոհը ճանաչեն հիմնախնդիրը, հասկանան դրա քայքայող ազդեցությունն ու դառնան առաջամարտիկ՝ բուլինգը ՀՀ կրթական համակարգից բացառելու համար:

#### ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. ՀՀ Սահմանադրություն:
2. «Հանրակրթության մասին» ՀՀ օրենք:
3. «Կրթության մասին» ՀՀ օրենք:
4. «Երեխայի իրավունքների մասին» ՀՀ օրենք:
5. «Երեխայի իրավունքների մասին» ՄԱԿ-ի կոնվենցիա:
6. «Կրթության դեմ խտրականության բացառման» կոնվենցիա:
7. ՀՀ Կառավարության 2017 թվականի հուլիսի 6-ի N 801-Ն որոշում 8. <https://cutt.ly/mIXzEkV> «ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի կողմից (2018թ., Նյու Յորք) դպրոցական բռնության վերաբերյալ զեկույցի ամփոփ տվյալները»: 9. Бочавер А. А., Хломов К. Д. Буллинг как объект исследований и культурный феномен // Психология. Журнал Высшей школы экономики, 2013. 10. Гулина М.А. Словарь справочник по социальной работе/ М.А. Гулина – Спб.:Питер, 2010.

11. Ушинский К.Д. Педагогические идеи. – Москва, 1971.
12. <https://hrliga.com/index.php?module=news&op=view&id=21977> Методика определения стрессоустойчивости Холмса и Раге
13. <https://psycabi.net/testy/> Тест Большая пятерка (Big five). Пятифакторный личностный опросник (Р. МакКрэе, П. Коста).
14. Olweus, D. Bullying at school: What we know and what we can do. Malden, MA: Blackwell Publishing. 1993.