



Հանրապետական մանկավարժահոգեբանական կենտրոն

<<Հանրակրթական դպրոցների ուսուցիչների և ուսուցչի
օգնականների դասավանդման հմտությունների զարգացման
ապահովում>> ծրագիր

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Դպրոց՝ Վանաձորի թիվ 1 հիմնական դպրոց

Թեմա՝ <<Բուլինգի դրսևորումները և կանխարգելումը դպրոցում>>

Վերապատրաստող, մենթոր՝ Տաթևիկ Մարտիրոսյան

Ուսուցիչ՝ Գոհար Արամայիսի Պետրոսյան

Վանաձոր 2023 թ.

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

Ներածություն.....	3
1. Բուլինգի դրսևորումները և կանխարգելումը դպրոցում.....	5
Եզրակացություն.....	14
Օգտագործված գրականության ցանկ.....	16

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Թեմայի արդիականությունը: Բուլիինգը ծաղր է՝ վնասելու նպատակով: Երիտասարդության և դեռահասների խմբերում փոխադարձ ծաղրն ու նվաստացումը հատկապես շատ է քննարկվում դպրոցների պարագայում, քանի որ դպրոցի սահմանները՝ ժամանակային և տարածքային, չափելի և կանխատեսելի են: Մյուս կողմից, բուլիինգը հաճախ բուն դպրոցից՝ դասապրոցեսից և ուսուցիչների հայացքներից, դուրս է տեղի ունենում՝ անկյուններում, զուգարաններում, հանդերձարաններում և դպրոցների տարածքներից դուրս: Դպրոցը՝ որպես ինստիտուտ, չունի բուլիինգը կանխելու հստակ ռազմավարական և օրենսդրական մեխանիզմներ, սակայն, քայլեր է ձեռնարկում նմանատիպ արտահայտումները կարգավորելու: Սա է պատճառը, որ բուլիինգը կարծես ոչ թե հենց դպրոցում է տեղի ունենում, այլ դպրոցի տարիներին:

Դպրոցական բուլիինգի առկայությունը պայամանավորված է նաև դպրոցում, այդ թվում նաև՝ ուսուցիչների կողմից մատուցվող մոտեցումների և մոդելներ մեխանիզմների մեջ: Միմյանց հանդեպ բռնություն կիրառող երեխաները շատ հաճախ նմանակում են այն ստանդարտ մոդելները, որոնք առկա են դպրոցի միջավայրում:

Ժամանակից կրթության առանցքային խնդիրներից մեկը ոչ թե որևէ առարկայի լավ իմացություն ապահովելն է, այլ գիտակից ու հանդուրժող քաղաքացի պատրաստելը, որը հարգում է այլոց իրավունքները և առջևի մարդուն ընդունում այնպիսին, ինչպիսին նա կա: Այս համատեքստում հետաքրքիր է դիտարկել, թե ովքե՞ր են դպրոցում դառնում բուլիինգի զոհեր: Առաջին հերթին նրանք մեծամասնությունից տարբերվող երեխաներն են, ընդ որում, չափանիշները տարբեր են՝ տեսքը, հասակը, քաշը, մազերի գույնը և այլն:

Ուսուցիչը, հատկապես տարրական դասարաններում, ձևավորում է դասարանական փոխհարաբերությունների մշակույթը և սահմանում շփման կանոնները: Այն աշակերտները, որոնք չեն ընդունվում ուսուցչի կողմից, պոտենցիալ բուլիինգի զոհ են դառնում, քանի որ դասարանի մեծ մասը տրամադրվում է նրանց դեմ:

Աշխատանքի նպատակը և խնդիրները: Աշխատանքի նպատակն է ուսումնասիրել և ներկայացնել բուլիինգի դրսևորումները և կանխարգելումը դպրոցում:

Աշխատանքի մեթոդական և տեղեկատվական հիմքերը: Աշխատանքում առաջադրված խնդիրների լուծման համար մեթոդական հիմք են ծառայել մի շարք

հեղինակների կողմից իրականացված հետազոտությունները, հրապարակված գիտական աշխատությունները և դրանցում ներկայացված տեսակետները:

Աշխատանքի կառուցվածքը և ծավալը: Աշխատանքը բաղկացած է ներածությունից, մեկ գլխից, եզրակացությունից և օգտագործված գրականության ցանկից:

Աշխատանքային տեքստը կազմում է 16 տպագրական էջ:

ԲՈՒԼԻՆԳԻ ԴՐՍԵՎՈՐՈՒՄՆԵՐԸ ԵՎ ԿԱՆԽԱՐԳԵԼՈՒՄԸ ԴՊՐՈՑՈՒՄ



Բուլինգը ուժի, հարկադրանքի, վիրավորական ծաղրի կամ սպառնալիքի կիրառում է, վիրավորելու նպատակով, ագրեսիվ գերիշխանության կամ ահաբեկման նպատակով: Այս պահվածքը հաճախ կրկնվում է և

դառնում սովորական: Էական նախադրյալներից մեկը (բուլերի կամ այլ անձանց կողմից) ֆիզիկական կամ սոցիալական ուժի անհավասարակշռության ընկալումն է: Այս անհավասարակշռությունը տարբերակում է բուլինգը կոնֆլիկտից: Բուլինգը ագրեսիվ վարքի ենթակատեգորիա է, որը բնութագրվում է թշնամական մտադրություններով, իշխանության անհավասարակշռությամբ և որոշակի ժամանակահատվածում կրկնությամբ¹:

Բուլինգը կարող է իրականացվել անհատապես կամ խմբով, որտեղ բուլերը կարող է ունենալ մեկ կամ մի քանի հետևորդներ, որոնք պատրաստ են օգնել հիմնական բուլերին, կամ որոնք բուլերին ոգևորում են դրական արձագանքներով, ինչպիսիք են ծիծաղը²:

Բուլինգի մշակույթը կարող է զարգանալ ցանկացած համատեքստում, որտեղ մարդիկ շփվում են միմյանց հետ: Սա կարող է ներառել դպրոցը, ընտանիքը, աշխատավայրը, տունը և շրջակայքը: Ժամանակակից մշակույթում բուլինգի հիմնական պլատֆորմը սոցիալական մեդիայի կայքերն են:

Բուլինգը ըստ ձևերի կարելի է բաժանել երկու խմբի՝ ուղղակի և անուղղակի: Ուղղակի բուլինգի դեպքում դրսևորվում են հետևյալ վարքային ձևերը՝ հարվածել, ծեծել, գողանալ, ծաղրել, անընդհատ բարկացնել, վիրավորել, սպառնալ: Իսկ անուղղակի

¹School Bullying, <https://www.bullying.com.au/school-bullying/> :

²Травля, <https://shalash.academy/metod/tpost/pnhotd4bm1-travlya> :

բուլինգի դեպքում բուլինգի զոհին կանխամտածված մեկուսացնում են իր միջավայրից, ընկերներից:

Հետազոտողները փաստում են, որ ուղղակի բուլինգի ձևը հիմնականում բնորոշ է տղաներին, իսկ անուղղակի ձևը՝ աղջիկներին: Ուղղակի բուլինգը ավելի հաճախ հանդիպում է կրտսեր դպրոցի, ինչպես նաև միջին դպրոցի երեխաների մոտ, իսկ անուղղակի բուլինգը՝ արդեն միջին դպրոցում: Չնայած այս դասակարգմանը՝ և՛ ուղղակի, և՛ անուղղակի բուլինգը հանգեցնում են նույն արդյունքին՝ մարդու ֆիզիկական և հոգեբանական ճնշվածության: Երեխաների դեպքում հատկապես դեռահասության շրջանում (միջին դեռահասության տարիք) դպրոցական բուլինգը առավել վտանգավոր է, որովհետև այդ տարիքում մարդը փնտրում է իր կյանքի իմաստները, իր ճանապարհը, ինքն իրեն: Ու հանկարծ այդ ճանապարհին հանդիպում է բռնության, որը սովորաբար հենց այն առանձնահատկության հիմքով է լինում, որը կարող է դառնալ նրա վստահության, որպես անձ հաստատվելու կարևոր անկյունաքարը:

Գրականության մեջ բուլինգը դասակարգվում է տարբեր տեսակների: Դրանք կարող են դրսևորվել ոչ վերբալ, բանավոր կամ ֆիզիկական վարքի տեսքով: Մեկ այլ դասակարգում հիմնված է հանցագործների կամ ներգրավված մասնակիցների վրա, այնպես որ այս տեսակները ներառում են անհատական և կոլեկտիվ բուլինգ: Այլ մեկնաբանությունները վերաբերում են նաև հոգեբանական բուլինգին և վերաբերմունքին, բացի մեկ այլ անձի կամ նույնիսկ գույքի պատճառած ֆիզիկական վնասներից: Կա նաև ավելի վերջերս տեղի ունեցած երևույթի դեպք, որը կոչվում է կիբերբուլինգ:

Հարաբերություններում ֆիզիկական, վերբալ բուլինգը և ահաբեկումը ամենատարածվածն են տարրական դպրոցում և կարող են սկսվել նաև շատ ավելի վաղ՝ շարունակելով մարդու կյանքի հետագա փուլերում:

Անհատական բուլինգի մարտավարությունը կիրառվում է մեկ անձի կողմից զոհի կամ զոհերի նկատմամբ: Անհատական բուլինգը կարելի է բաժանել չորս տեսակի:

Ֆիզիկական բուլինգը ցանկացած բուլինգ է, որը վնասում է ինչ-որ մեկի մարմնին կամ ունեցվածքին: Գողությունը, հրմշտոցը, հարվածելը, կռիվը և ինչ-որ մեկի ունեցվածքի կանխամտածված ոչնչացումը ֆիզիկական բռնության տեսակներ են: Ֆիզիկական բուլինգը հազվադեպ է ահաբեկման առաջին ձևը, որին բախվում է զոհը: Հաճախ բուլինգը սկսվում է այլ ձևով և հետագայում վերածվում ֆիզիկականի:

Ֆիզիկական ոտնձգությունների ժամանակ բուլերի կողմից օգտագործվող հիմնական զենքը նրա մարմինն է դրա մի մասը, կամ առարկան որպես զենք, երբ հարձակվում է իր գոհի վրա: Երբեմն երիտասարդների խմբերը թիրախավորում և հեռացնում են իրենց հասակակիցներին՝ դեռահասների որոշ նախապաշարմունքների պատճառով: Սա կարող է արագ հանգեցնել մի իրավիճակի, երբ նրանք իրենց դասընկերների կողմից ենթարկվում են ծաղրի, խոշտանգումների և «ծեծի»:

Ֆիզիկական բուլինգը հաճախ սրվում է ժամանակի ընթացքում և կարող է հանգեցնել փասսակար կամ մահացու արդյունքների, և, հետևաբար, շատերը փորձում են արագ դադարեցնել այն՝ հետագա էսկալացիան կանխելու համար:



Վերբալ բուլինգը
ահաբեկման
ամենատարածված

տեսակներից մեկն է: Դա ցանկացած բուլինգ է, որն իրականացվում է խոսքի, ձայնի այլ օգտագործման կամ մարմնի լեզվի ինչ-որ ձևի

միջոցով և չի ենթադրում որևէ ֆիզիկական շփում: Բուլինգը սովորաբար սկսվում է այս փուլում և ներառում է հետևյալներից որևէ մեկը:

- նվաստացուցիչ անվանումներ և մականուններ,
- ինչ-որ մեկի մասին լուրեր տարածելը կամ ստելը,
- սպառնալ ինչ-որ մեկին,
- ինչ-որ մեկի վրա բղավելը կամ ինչ-որ մեկի հետ կոպիտ կամ անբարյացակամ տոնով խոսելը, հատկապես առանց հիմնավոր պատճառի,
- ծաղրել ինչ-որ մեկի ձայնը կամ խոսքի ոճը,
- ինչ-որ մեկի վրա ծիծաղելը,
- մարմնի լեզվի օգտագործումը (օրինակ՝ մեջտեղի մատ ցույց տալը) ինչ-որ մեկին տանջելու համար,

- ինչ-որ մեկին վիրավորել կամ այլ կերպ ծաղրել³:

Միջանձնային բուլինգը (երբեմն կոչվում է սոցիալական ագրեսիա) բուլինգի տեսակ է, որն օգտագործում է հարաբերությունները ուրիշներին վիրավորելու համար: Տերմինը նշանակում է նաև ցանկացած բուլինգ, որն իրականացվում է ինչ-որ մեկի հեղինակությանը կամ սոցիալական դիրքին վաստակաբար հասցնելու մտադրությամբ, որը կարող է կապված լինել նաև ֆիզիկական և վերբալ բուլինգի մեջ ներառված մեթոդների մեջ:

Հարաբերություններում բուլինգը բռնության մի ձև է, որը տարածված է երիտասարդների շրջանում, բայց հատկապես աղջիկների մոտ: Սոցիալական մեկուսացումը (անտեսելը կամ ինչ-որ մեկին «անտեսված» զգալը) հարաբերություններում ոտնձգությունների ամենատարածված տեսակներից մեկն է: Հարաբերություններում բուլինգի ենթարկելը կարող է օգտագործվել բուլերի կողմից՝ որպես գործիք ինչպես իրենց սոցիալական դիրքը բարելավելու, այնպես էլ ուրիշներին վերահսկելու համար: Ի տարբերություն ֆիզիկական բուլինգի, որոնք ակնհայտ են, հարաբերություններում ոտնձգությունները բացահայտ չեն և կարող են երկար ժամանակ աննկատ մնալ:

Կիբերբուլինգը տեխնոլոգիայի օգտագործումն է՝ մեկ այլ անձի հետապնդելու, սպառնալու, ամաչեցնելու կամ թիրախավորելու համար: Երբ մեծահասակը ներգրավված է դրանում, դա կարող է համապատասխանել կիբեր ոտնձգությունների կամ կիբերբուլինգի սահմանմանը, հանցագործություն, որը կարող է ունենալ իրավական հետևանքներ և կարող է հանգեցնել բանտարկության: Սա ներառում է էլեկտրոնային փոստի, հաղորդագրությունների, սոցիալական մեդիայի կայքերի (օրինակ՝ Ֆեյսբուքի), տեքստային հաղորդագրությունների և բջջային հեռախոսների միջոցով բուլինգի ենթարկելը: Ենթադրվում է, որ կիբերբուլինգը ավելի տարածված է ավագ դպրոցում, քան տարրական դպրոցում:

Բուլինգի համար տեխնոլոգիաների օգտագործումը կարող է վաստակել ինչ-որ մեկի առցանց հեղինակությանը: Ինտերնետում տեղադրված տեղեկատվությունը հավերժ մնում է այնտեղ, քանի դեռ այն տեղադրողը չի ջնջել այն, և երբեմն նույնիսկ դրանից հետո:

³Bullying at school, <https://www.fraserhealth.ca/health-topics-a-to-z/school-health/mental-wellness-for-children/bullying-at-school> :

Ապագա աշխատատեղերը և մարդիկ կկարողանան տեսնել այլ մարդկանց թվային հետքը: Կիրառելի մեկ այլ խնդիր այն է, որ դրանում կարող են ներգրավվել այլ մարդիկ: Տեխնոլոգիան, հատկապես սոցիալական լրատվամիջոցների օգտագործումը, թույլ է տալիս այլ մարդկանց վերատպել կամ տարածել բովանդակությունը՝ լինի դա դրական, թե բացասական:

Խմբային բուլինգի մարտավարությունը կիրառվում է մեկից ավելի անձանց կողմից զոհի կամ զոհերի նկատմամբ: Այն հայտնի է որպես մոբինգ և կարող է ներառել բուլինգի առանձին տեսակներից որևէ մեկը: Սոցիալական մեդիայի տրոլինգի վարքագիծը, չնայած սովորաբար պատահական ընթերցողի կողմից համարվում է անհատական բնույթ, երբեմն հովանավորվող աստրոտուրֆերների կազմակերպված գործունեություն է:

Մոբինգը վերաբերում է անհատի նկատմամբ խմբի կողմից ոտնձգություններին ցանկացած համատեքստում, ինչպիսիք են ընտանիքը, հասակակիցների խումբը, դպրոցը, աշխատավայրը, թաղամասը, համայնքը կամ առցանց միջավայրը: Երբ դա տեղի է ունենում աշխատավայրում հոգեբանական բուլինգի տեսքով, ինչպիսիք են գործընկերներին, ենթականերին կամ վերադասներին <<միավորելը>>՝ ասեկոսեների, զրպարտությունների, բուլինգի, նվաստացման, վարկաբեկման և մեկուսացման միջոցով ինչ-որ մեկին աշխատավայրից դուրս մղելու նպատակով, այն նաև կոչվում է չարամիտ, ոչ սեռական, ոչ ռասայական/ռասայական, համընդհանուր հետապնդում:

Բռնությունը դպրոցներում էական է շատ երկրներում, սակայն կան կրթական առաջնորդներ, ովքեր հաջողության են հասել դպրոցական բուլինգի նվազեցման հարցում՝ կիրառելով որոշակի ռազմավարություններ:

Դպրոցական ահաբեկչությունը նվազեցնելու կամ կանխելու համար օգտագործվող որոշ ռազմավարություններ ներառում են ուսանողներին բուլինգի ենթարկելու մասին կրթելը, դասարանում ձայնագրող սարքերի սահմանափակումը, անվտանգության տեխնոլոգիաների կիրառումը և դպրոցում անվտանգության աշխատակիցների առկայությունը: Այն, թե ինչպես են դպրոցները արձագանքում բուլինգին, այնուամենայնիվ, շատ տարբեր է: Դպրոցում բուլինգի ենթարկվածների վրա

ազդեցությունները ներառում են դեպրեսիայի, անհանգստության, զայրույթի, սթրեսի, անօգնականության և դպրոցական կատարողականի նվազման⁴:

Բուլինգը ազդեցիվ վարքագծի ենթակատեգորիա է, որը բնութագրվում է թշնամական մտադրությամբ (պատճառված վնասը դիտավորյալ է), ուժերի անհավասարակշռությամբ (իրական կամ ընկալվող ուժի անհավասարություն կովարարի և զոհի միջև) և որոշակի ժամանակահատվածում կրկնվելով:

Ուսանող-աշակերտ կոնֆլիկտների առավել շարքային տեսակները, որոնք երբեմն մտնում են դպրոցական առօրյա կյանքում, կապված չեն ուժերի անհավասարակշռության հետ: Ի տարբերություն ավելի սովորական կոնֆլիկտների, դպրոցական բուլինգը կարող է լրջորեն վնասել ուսանողներին:

Երեխային բռնության ենթարկելու նշանները կարող են ներառել.

1. անբացատրելի վնասվածքներ,
2. անհանգստության և հետտրավմատիկ սթրեսի ախտանիշներ,
3. կորած կամ վնասված հագուստ,
4. սննդային վարքագծի փոփոխություն,
5. նվազող գնահատականներ,
6. շարունակական բացակայություններ դպրոցում,
7. ինքնավնասում,
8. ինքնասպանության մտքեր,
9. անընդհատ ներողություն հայցել⁵:

Նշանները, որ երեխան բուլինգի է ենթարկում ուրիշներին, կարող են ներառել.

1. ֆիզիկական կամ բանավոր ծեծկոտորքի մեջ մտնելը,
2. Հաճախակի ուղարկել են տնօրենի սենյակ,
3. ունենալ այնպիսի ընկեր, ով բուլինգի է ենթարկում և լինել խնդրահարույց,
4. Սովորական գործունեության մեջ գնալով ավելի ազդեցիվ դառնալ:

Նշանները, որ երեխան ականատես է եղել բուլինգի, ներառում են.

1. դպրոցական վատ վարքագիծ,
2. էմոցիոնալ խանգարում,

⁴Буллинг в школе: как помочь ребенку – Роскачество, https://rskrf.ru/consumer_rights/solutions/leisure_sport/bullying-v-shkole-kak-pomoch-rebenku/ :

⁵Травля в школе, <https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/travlya-v-shkole/> :

3. դեպրեսիա
4. հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարում,
5. թմրամիջոցների և ալկոհոլի չարաշահումը,
6. ինքնասպանության մտքեր:

Բուլիմը վերահսկելու համար օգտագործվում են երկու հիմնական մեթոդ՝ կանխարգելում (գործել նախքան ինչ-որ բան տեղի ունենալը) կամ հակազդեցություն (գործել, երբ ինչ-որ բան տեղի է ունենում կամ հենց նոր է տեղի ունեցել):

1. **Կրթություն:** Ուսանողների, ծնողների և ուսուցիչների կրթությունն այն մասին, թե ինչ է իրենից ներկայացնում բուլիմը, կարող է օգնել մարդկանց հասկանալ բռնության ժառանգար էությունը: Ուսուցիչներին, դպրոցական ավտոբուսների վարորդներին և դպրոցի այլ մասնագետներին սովորեցնում են, թե ինչպես և երբ միջամտել: Դասընթացների օրինակները, որոնք օգտագործվում են ուսանողներին բուլիմի մասին ուսուցանելու համար ներառում են՝ ներկայացումներ, դերախաղ, քննարկումներ բուլիմի բացահայտման և զեկուցման վերաբերյալ, ակնատեսներին սովորեցնելով, թե ինչպե՞ս և ե՞րբ օգնել, արվեստի և արհեստի օգտագործումը բուլիմի հետևանքների մասին ըմբռնման համար, և դասարանային հանդիպումներ, խոսելու հասակակիցների հարաբերությունների մասին: Համակարգված վերանայումը ցույց է տվել, որ բուլիմը ցուցիչ է հետագայում հանցավոր վարքագծի համար՝ անկախ մանկության այլ հիմնական ռիսկային գործոններից, ինչը ենթադրում է, որ հակաահաբեկչական ծրագրերը կարող են դիտվել որպես հանցագործության վաղ կանխարգելման ձև:
2. **Մահմանափակումներ ձայնագրող սարքերի վրա:** Ենթադրվում է, որ բջջային հեռախոսների օգտագործումը կարող է հանգեցնել կիրքերհարձակման դեպքերի աճի, ինչի պատճառով որոշ դպրոցներ արգելել են դրանք ամբողջ ուսումնական օրվա ընթացքում:
3. **Անվտանգության տեխնոլոգիաներ:** Դպրոցները կարող են տեսախցիկներ տեղադրել՝ վարքը վերահսկելու համար: Այնուամենայնիվ, թերահավատները պնդում են, որ տեսախցիկները կարող են ներխուժել ուսանողների գաղտնի տարածք, հատկապես, երբ ձայնագրությունների երկարակեցության և

հասանելիության վատ սահմանափակումները հանգեցնում են դրանց չարաշահման:

4. **Պահակները դպրոցում:** Դպրոցները կարող են ընտրել անվտանգության աշխատակիցներ կամ պահակներ՝ աշակերտների անվտանգությունն ապահովելու համար: Փորձագետները կարծում են, որ դպրոցներում անվտանգության աշխատակիցների առկայությունը կարող է նվազեցնել բուլինգի դեպքերը, քանի որ պահակները ծանոթանում են ուսանողների հետ, և նրանք կարող են կանխատեսել և կանխել խնդիրները, նախքան դրանց առաջանալը:

Բուլինգի դեպքերի վերաբերյալ առաջարկվող հակազդեցությունները բազմազան են, և կարող են պահանջվել տարբեր մեթոդներ՝ կախված բուլինգի տեսակից և ներգրավված մարդկանցից: Համապատասխան արձագանքման որոշ առաջարկություններ են.

1. **Խուսափեք կոպիտ առերեսումներից:** Խորհուրդ է տրվում, որ կովարարներին չհանդիպի ֆիզիկական բռնություն, որպեսզի խուսափեն հասարակության մեջ դաժան միջավայրի ձևավորմանը նպաստելուց:
2. **Վկաների զեկույցները:** Վկաները, անկախ նրանից, թե տուժողին հայտնի են, թե ոչ, տեղեկատվության կարևոր աղբյուր են բռնության դեպքում: Հնարավորության դեպքում խորհուրդ է տրվում պահպանել անանունությունը:
3. **Միջամտություն ականատեսի կողմից:** Առաջարկվում է, որ ականատեսները և այլ երրորդ անձինք խուսափեն կոնֆլիկտային իրավիճակում միջամտելուց՝ իրավիճակը ավելի չսրելու համար:
4. **Ծնողների արձագանքը:** Մասնագետները խորհուրդ են տալիս, որ ներգրավված ծնողները խուսափեն միմյանց հետ անմիջականորեն խոսելուց: Փոխարենը խորհուրդ է տրվում կապ հաստատել դպրոցի հետ և թույլ տալ դպրոցի համապատասխան անձնակազմին քայլեր ձեռնարկել, պատասխանատվություն ստանձնել և հանդես գալ որպես միջնորդ:
5. **Ուսուցչի պատասխանը:** Ուսուցչի միջամտությունները կարևոր են համարվում բազմաթիվ հակաբուլինգային ծրագրերում: Շատ երկրներում ուսուցիչները իրավական պարտավորություն ունեն կանխելու իրենց աշակերտներին փաստումը: Ուսուցիչները կարող են միջամտել՝ օգտագործելով հեղինակության վրա հիմնված

միջամտություններ, բռնաբարության նկատմամբ ոչ պատժիչ մոտեցումներ կիրառելով, զոհերին աջակցելով և այլ ուսուցիչների կամ մասնագետների ներգրավմամբ: Պարզվել է, որ ուսուցչի որոշ այլ միջամտություններ օգտակար են ահաբեկումը նվազեցնելու համար: Այս միջամտությունները ներառում են սահմանների հստակ մատնանշում, պարզ դարձնելով, որ դրսևորվող վարքագիծը ընդունելի չէ: Դպրոցական բուլինգի և դրա հետ կապված բացասական հետևանքների քննարկումը ամբողջ դասարանի հետ նույնպես օգտակար է եղել բուլինգը նվազեցնելու համար:

6. **Կասեցում և հեռացում:** Եթե բուլինգի համար որևէ այլ լուծում չի գործում, կամ այն դեպքերում, երբ բռնությունը շատ դաժան է, հնարավոր է, որ անհրաժեշտ լինի կասեցնել կամ հեռացնել հանցագործին: Խիստ միջոցները, ինչպիսիք են կալանավորումը, հեռացումն ու կասեցումը, կարող են, այնուամենայնիվ, ունենալ իատրոգեն ազդեցություն և մեծացնել ագրեսիան:
7. **Տեղափոխում:** Այն դեպքերում, որոնք ավելի դժվար է լուծել, տուժողը կարող է մտածել հաստատության փոփոխության կամ նույնիսկ իր ընտանիքի հետ մեկ այլ վայր տեղափոխվելու մասին:
8. **Հոգեւոցիալական աջակցություն:** Բուլինգի ենթարկվելուց հետո զոհերը կարող են աջակցություն խնդրել, օրինակ՝ նոր ընկերներ ձեռք բերելու կամ նոր գործունեություն ծավալելու հարցում:

Ամփոփելով հարկ ենք համարում նշել, որ բուլինգի մշակույթը կարող է զարգանալ ցանկացած համատեքստում, որտեղ մարդիկ շփվում են միմյանց հետ: Սա կարող է ներառել դպրոցը, ընտանիքը, աշխատավայրը, տունը և շրջակայքը: Ժամանակակից մշակույթում բուլինգի հիմնական պլատֆորմը սոցիալական մեդիայի կայքերն են:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ

Ուսումնասիրությունների և վերլուծությունների արդյունքում հանգել ենք հետևյալ եզրահանգումներին.

- Ամփոփելով հարկ ենք համարում նշել, որ բուլինգը կարող է իրականացվել անհատապես կամ խմբով, որտեղ բուլերը կարող է ունենալ մեկ կամ մի քանի հետևորդներ, որոնք պատրաստ են օգնել հիմնական բուլերին, կամ որոնք բուլերին ոգևորում են դրական արձագանքներով, ինչպիսիք են ծիծաղը:
- Բուլինգի մշակույթը կարող է զարգանալ ցանկացած համատեքստում, որտեղ մարդիկ շփվում են միմյանց հետ: Սա կարող է ներառել դպրոցը, ընտանիքը, աշխատավայրը, տունը և շրջակայքը: Ժամանակակից մշակույթում բուլինգի հիմնական պլատֆորմը սոցիալական մեդիայի կայքերն են:
- Բուլինգը ըստ ձևերի կարելի է բաժանել երկու խմբի՝ ուղղակի և անուղղակի: Ուղղակի բուլինգի դեպքում դրսևորվում են հետևյալ վարքային ձևերը՝ հարվածել, ծեծել, գողանալ, ծաղրել, անընդհատ բարկացնել, վիրավորել, սպառնալ: Իսկ անուղղակի բուլինգի դեպքում բուլինգի գոհին կանխամտածված մեկուսացնում են իր միջավայրից, ընկերներից:
- Հետազոտողները փաստում են, որ ուղղակի բուլինգի ձևը հիմնականում բնորոշ է տղաներին, իսկ անուղղակի ձևը՝ աղջիկներին: Ուղղակի բուլինգը ավելի հաճախ հանդիպում է կրտսեր դպրոցի, ինչպես նաև միջին դպրոցի երեխաների մոտ, իսկ անուղղակի բուլինգը՝ արդեն միջին դպրոցում: Չնայած այս դասակարգմանը՝ և՛ ուղղակի, և՛ անուղղակի բուլինգը հանգեցնում են նույն արդյունքին՝ մարդու ֆիզիկական և հոգեբանական ճնշվածության: Երեխաների դեպքում հատկապես դեռահասության շրջանում (միջին դեռահասության տարիք) դպրոցական բուլինգը առավել վտանգավոր է, որովհետև այդ տարիքում մարդը փնտրում է իր կյանքի իմաստները, իր ճանապարհը, ինքն իրեն: Ու հանկարծ այդ ճանապարհին հանդիպում է բռնության, որը սովորաբար հենց այն առանձնահատկության հիմքով է լինում, որը կարող է դառնալ նրա վստահության, որպես անձ հաստատվելու կարևոր անկյունաքարը:

- Գրականության մեջ բուլինգը դասակարգվում է տարբեր տեսակների: Դրանք կարող են դրսևորվել ոչ վերբալ, բանավոր կամ ֆիզիկական վարքի տեսքով: Մեկ այլ դասակարգում հիմնված է հանցագործների կամ ներգրավված մասնակիցների վրա, այնպես որ այս տեսակները ներառում են անհատական և կոլեկտիվ բուլինգ: Այլ մեկնաբանությունները վերաբերում են նաև հոգեբանական բուլինգին և վերաբերմունքին, բացի մեկ այլ անձի կամ նույնիսկ գույքի պատճառած ֆիզիկական վնասներից: Կա նաև ավելի վերջերս տեղի ունեցած երևույթի դեպք, որը կոչվում է կիբերբուլինգ:

ՕԳՏԱԳՈՐԾՎԱԾ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. Буллинг в школе: как помочь ребенку – Роскачество, https://rskrf.ru/consumer_rights/solutions/leisure_sport/bulling-v-shkole-kak-pomoch-rebenku/ :
2. Травля, <https://shalash.academy/metod/tpost/pnhotd4bm1-travlya> :
3. Травля в школе, <https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/travlya-v-shkole/> :
4. Bullying at school, <https://www.fraserhealth.ca/health-topics-a-to-z/school-health/mental-wellness-for-children/bullying-at-school> :
5. School Bullying, <https://www.bullying.com.au/school-bullying/> :