Հանրապետական մանկավարժահոգեբանական կենտրոն

«Հանրակրթական դպրոցների ուսուցիչների և ուսուցչի օգնականների դասավանդման հմտությունների զարգացման ապահովում» ծրագիր

ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱԾԽԱՏԱՆՔ

Դպրոց՝ «ՀԱՅԱՍՏԱՆԻ ՀԱՆՐԱՊԵՏՈՒԹՅԱՆ ԼՈՌՈՒ ՄԱՐԶԻ ՍՊԻՏԱԿԻ Ա. ՄՅԱՄՆԻԿՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ №1 ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԴՊՐՈՑ» ՊՈԱԿ

Թեմա՝ Բուլինգի դրսևորումները և կանխարգելումը դպրոցում

Վերապատրաստող, մենթոր՝ Հայարփի Խաչատրյան

Ուսուցիչ՝ Սուսաննա Գրիգորյան

Երևան 2023

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

Ներածություն 3
Գլուխ 1
Բուլինգի սահմանումը 5
Գլուխ 2
2. Բուլինգի տեսակները և դրսևորումները 5
Գլուխ 3
3. Բուլինգի առաջացման պատճառները 7
Գլուխ 4
4. Բուլինգի հոգեբանական հետևանքները.....8
Գլուխ 5
5. Դիտարկումներ.....9
6.Եզրակացություն.....18
Գրականություն 19

Ներածություն

Աշխատանքի արդիականությունը կայանում է նրանում, որ բռնությունը դպրոցներում էական է շատ երկրներում, սակայն կան կրթական առաջնորդներ, ովքեր հաջողության են հասել դպրոցական բուլինգի նվազեցման հարցում՝ կիրառելով որոշակի ռազմավարություններ: Բուլինգը ուսուցման և ուսումնառության գործընթացում վերաբերում է մեկ կամ մի քանի բռնարարների, ովքեր ունեն ավելի մեծ ֆիզիկական ուժ կամ ավելի շատ սոցիալական ազդեցություն, քան իրենց զոհը, և ովքեր բազմիցս ագրեսիվ են վարվում իրենց զոհի նկատմամբ: Բուլլինգը, իր շարունակական բնույթով, տարբերվում է հասակակիցների կոնֆլիկտի միանվագ տեսակներից՝ ծաղրվել են թույլերը, տկարները, հետո՝ այլակրոնները, և այդպես շարունակ:

Աշխատանքի նպատակն է.

Ներկայացնել և հիմնավորել բուլինգի տեսակներն ու ձևերը, բուլինգի ուսումնառության կիրառման նպատակահարմարությունը ուսուցման ժամանակ:

Բարձրացնել իրազեկվածությունը «Բուլինգ»-ի մասին ուսումնական հաստատություններում, անդրադարձ կատարելով դասղեկական ժամերին:

Հետազոտության նպատակն է ներկայացնելով ուսուցման գործընթացում բուլինգի իրականացման կարևոր նշանակությունը. կոնկրետ օրինակների միջոցով ցույց տալ դրա արդյունավետությունը, մոդելավորելով տարբեր իրավիճակներ ուսուցման ժամանակ:

Բուլինգ թեմայի ուսուցման վերաբերյալ գոյություն ունեցող սահմանումներում հիմնականում շեշտը դրվում է նյութի բովանդակային կողմի վրա. ինչն էլ ենթադրում է

- Խթանել սովորողների մոտ բարձր կարգի մտածողություն:
- Սովորեցնել վարվեցողության կանոնները և նորմերը :
- Զարգացնել սովորողներին հարցին կամ երևույթին տարբեր դիտանկյուներից նայել:

- Բարձրացնել սովորողներ մոտ ապրումակցումն և հավասարության գիտակցումը
- Կանխատեսել բուլինգի առաջացումը և կանխարգելել զարգացման ուղղությունները:

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: Բուլինգը ագրեսիվ վարքի ենթակատեգորիա է, որը բնութագրվում է թշնամական մտադրություններով, իշխանության անհավասարակշռությամբ և որոշակի ժամանակահատվածում կրկնությամբ:

Աշխատանքի խնդիրն է.

-Ուսումնասիրել հանրակրթական դպրոցի անցանկալի, բացասական գործողություններ ներառող վարքագիծ:

- Ուշադրություն դարձնել ժամանակի ընթացքում կրկնվող վարքագծի օրինակներին:

-Կանխատեսել ուժի, իշխանության կամ դիրքի անհավասարակշռությունը:

-Վերացնել անհանդուրժողականությունը տարբերվողների նկատմամբ:

«Մարդը ենթարկվում է բռնության, երբ նա բազմիցս և ժամանակի ընթացքում ենթարկվում է մեկ կամ մի քանի այլ անձանց կողմից բացասական գործողությունների, և նա դժվարանում է պաշտպանել իրեն» Դեն Օլվեուս

Գլուխ 1

1.Բուլինգի սահմանումը

Սահմանումը՝ բուլինգը հարաբերություններում իշխանության շարունակական և կանխամտածված չարաշահում է, կրկնվող, բանավոր, ֆիզիկական և\կամ սոցիալական վարքագծի միջոցով, որը մտադիր է ֆիզիկական, սոցիալական և\կամ հոգեբանական վնաս պատճառել: Բուլինգը անգլերեն բառ է, որը նշանակում է «ահաբեկում»: Բուլինգը որևէ անձի կողմից ֆիզիկական կամ հոգեբանական ուժի գործադրումն է այլ անձի նկատմամբ, որը կրում է շարունական բնույթ: «Բուլինգ» տերմինն առաջին անգամ գործածվել է 1530 էվականից՝ նշանակելով «սիրելի», ապա 1650-ականներին ՝ «թույլերին հալածող», իսկ 1710 թվականին սահմանում էին որպես՝ «ագրեսիվ, կանխամտածված վարք, խմբի կամ անհատի կողմից, որը ունի կրկնվող բնույթ, և ուղղված է զոհի դեմ, ով չի կարող հեշտությամբ պաշտպանել ինքն իրեն» [1] :

Բուլինգի ենթարկվող անձը կոչվում է բուլիինգի զոհ, իսկ բուլինգի ենթարկող անձը ՝ բուլեր:

Գլուխ 2

2. Բուլինգի տեսակները և դրսևորումները

Բուլինգը բաժանվում է մի քանի տարատեսակների.

Անհատական բուլինգ - կիրառվում է մեկ անձի կողմից զոհի կամ զոհերի նկատմամբ

Ֆիզիկական բուլինգ - ցանկացած բուլինգը 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: 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 վնասակար կամ մահացու արդունքների, 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
- ինչ-որ մեկին տանջելու համար,
- Ինչ-որ մեկին վիրավորել կամ այլ կերպ ծաղրել

Միջանձնային բուլինգ - (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 վնաս վնաս 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, կայքերի սոցիալական մեդիայի (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 վնասել ինչ-որ մեկի առցանց հեղինակությանը: Համացանցում տեղադրված տեղեկատվությունը հավերժ մնում է այնտեղ, քանի դեռ այն տեղադրողը չի ջնջել այն, և երբեմն նույնիսկ դրանից հետո: Ապագա աշխատատեղերը և մարդիկ կկարողանան տեսնել այլ մարդկանց թվային հետքը: Կիբերբուինգի 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: [հղում 5]

Ֆիզիկական բուլինգ- սա սեփական մարմնի և ֆիզիկական ակտերի օգտագործումն է՝ հասակակիցների վրա իշխանություն գործադրելու համար: Բռունցքով հարվածելը, ոտքով հարվածելը և այլ ֆիզիկական հարձակումները ֆիզիկական ահաբեկման բոլոր տեսակներն են:

Ֆիզիկական բուլինգը ֆիզիկական ճնշումն է անձի վրա, երբ բուլերը մշտական ճնշման է ենթարկում մեկին առանց պատճառի: Դա իրականցվում է ծեծի, սպառնալիքների միջոցով, կամ անձնական իրերը վնասելով: Դպրոցում պատահում է, որ աշակերտից խլում են պայուսակը, հագուստը, վնասում են անձնական իրերը՝ պատռում են տետրերը, գրքերը դիտավորությամբ:

Հարաբերական կամ սոցիալակն բուլինգ - դա անձին հասարակությունից մեկուսացնելը կամ տարանջատելն է, անձի մասին բամբասելը, խմբից վտարելը: Հարաբերական ահաբեկումը կարող է օգտագործվել որպես գործիք կռվարարների կողմից և՛ բարելավելու իրենց սոցիալական դիրքը, և՛ ուրիշներին վերահսկելու համար: Ի տարբերություն ֆիզիկական ահաբեկման, որն ակնհայտ է, հարաբերական ահաբեկումը բացահայտ չէ և կարող է շարունակվել երկար ժամանակ՝ առանց ուշադրության:

Սեռական բուլինգ- 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:

Գլուխ 3

3. Բուլինգի առաջացման պատճառները

Ժամանակակից զարգացող հասարակության մեջ, ցավոք, տեղ են գտել այնպիսի հատկանիշներ, ինչպիսիք են հոգևոր դատարկությունը, ցինիզմը, դաժանությունը, թշնամանքը: Այսօր շատ երեխաներ և դեռահասներ աչքի են ընկնում էմոցիոնալ անհավասարակշռությամբ և խոցելիությամբ, ինչպես նաև ագրեսիվ, գերզգայուն վարքագծով: Հոգևոր-բարոյական դաստիարակության խնդիրը երբեք չի կորցրել իր արդիականությունը: Հոգևոր-բարոյական դաստիարակության հիմքում ընկած է կյանքի նկատմամբ արժեհամակարգային վերաբերմունքի ձևավորումը: Նման դաստիարակության հիմքն է պարտքի, արդարության, պատասխանատվության և այլ հատկանիշների զգացումը, որոնք կարող են մեծ իմաստ և նշանակություն տալ մարդու արարքներին ու մտքերին: Անհրաժեշտ է վաղ մանկությունից ձգտել մարդու ներդաշնակ զարգացմանը, քանի որ հենց նման զարգացումն է հիմք հանդիսանում հասուն մարդու անձի, սերունդների աշխարհայացքի ձևավորման համար: Աշխարհայացք ասելով՝ հասկանում ենք աշխարհի հուզական ընկալման այն մասը, որի հիման վրա տեղի է ունենում մարդու բնավորության և գիտակցության ձևավորումը: Կատարելագործման արդյունքում մարդը ձեռք է բերում մտածելու, որոշումներ կայացնելու, իր արարքների և գործողությունների համար պատասխանատվություն կրելու կարողություն: Հետագայում տղամարդկանց մոտ ձևավորվում է տրամաբանական վերաբերմունք շրջապատող աշխարհի նկատմամբ, իսկ կանանց մոտ զարգանում է շրջապատող աշխարհը ինտուիտիվ և նուրբ զգալու ունակությունը :

Ներդաշնակ զարգացումը մեծապես որոշվում է դաստիարակչական խնդիրների հաջող լուծմամբ: Այդ խնդիրների շարքում առաջատար տեղ է հատկացվում հոգևոր և բարոյական դաստիարակության հարցերին, շեղված վարքագծի կանխարգելմանը: Շեղված վարքագիծը հասարակության կողմից ընդունված նորմերից և ստանդարտներից (իրավական, բարոյական, տարիքային,

էթնիկ և այլն) շեղվող վարքագիծն է : Շեղված վարքագիծը և անձը, ով դրսևորում է այն, առաջացնում է բացասական գնահատական ուրիշների կողմից, որը կարող է հասարակական դատապարտման կամ սոցիալական պատժամիջոցների պատճառ դառնալ: Առաջին հերթին, պատժամիջոցները կատարում են անցանկալի վարքագիծը կանխելու գործառույթը: Բայց, մյուս կողմից, դրանք կարող են հանգեցնել այնպիսի բացասական երևույթի, ինչպիսին է անձի պիտակավորումը: Ինչպես ցույց է տալիս հոգեբանամանկավարժական գրականության վերլուծությունը, «շեղված վարքագիծ» հասկացությունը հաճախ նույնացվում է «դեզադապտացիա» հասկացության հետ: Աշակերտների դաստիարակության և ուսուցման հիմնական մանկավարժական մի շարք խնդիրների շարքում աշակերտի շեղված վարքագիծը կարող է ունենալ ինչպես դպրոցական, այնպեսէլ սոցիալական դեզադապտացիայի բնույթ : Երեխաների շեղված վարքագծի խնդիրը չափազանց սուր է մերհասարակության մեջ: Ամեն տարի ավելանում է այն դպրոցականների թիվը, որոնք փորձում են խափանել դասերը, անպատշաճ վարքագիծ են դրսևորում ուսուցիչների և միմյանց հանդեպ : Այս մանկավարժահոգեբանական խնդրի սերմերը տեսանելի են դեռևս տարրական օղակի երեխաների վարքագծում:Անշուշտ խնդիրը շատ արդիական է, քանի որ հոգեբանական խնդրի հիման վրաձևավորված վարքագիծը, հետագայում ձևավորում է երեխաների անձնային հատկանիշներն ու որակները : Եթե աչք փակենք այս խնդրի վրա, ապա կրտսեր դպրոցական տարիքի երեխաների վարքագիծը տարիների ընթացքում՝ հատկապես դեռահասության տարիքում, ավելի վտանգավոր վարքագծի դրսևորում կստանա: Շեղված վարքագծի հիմնական դրսևորումներից մեկն է համարվում նվաստացումը (բուլինգը): Բուլինգը անցանկալի, հոգեբանական, ֆիզիկականկամ էմոցիոնալ սահմանների խախտմամբ ագրեսիվ վարքն է դպրոցահասակ երեխաների շրջանում, որը ներառում է ուժերի իրական կամ ընկալվող անհամաչափություն, կրկնվող է կամ ունի կրկնման պոտենցիալ:

Ցածր առաջադիմությունը նույնպես բռնության դրսևորման ռիսկային գործոն է: Լավ գնահատականներն ուղղակիորեն կապված են բարձր ինքնագնահատականի հետ: Տղաների համար դպրոցական առաջադիմությունն այնքան էլ կարևոր չէ և

ավելի քիչ է ներգործում ինքնագնահատականի վրա: Նրանց համար առավել կարևոր են հաջողությունները սպորտում, արտադպրոցական միջոցառումներում, արշավներում և այլն:

Գլուխ 4

Բուլինգի հոգեբանական հետևանքները ներառում են դեպրեսիա, անհանգստություն, ցածր ինքնագնահատական, ինքնավնասող վարք, ալկոհոլի և թմրանյութերի օգտագործում և կախվածություն, ագրեսիա և բռնության կամ հանցագործության մեջ ներգրավվածություն: 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: Բուլինգի ենթարկվող երեխայի մոտ կարող են զարգանալ քնի խանգարումներ, ստամոքսի ցավ, գլխացավ, սրտի բաբախյուն, գլխապտույտ, անկողնում թրջել և քրոնիկական ցավ ու սոմատիզացում (անհանգստացնող, ֆիզիկական ախտանիշների, որը չի կարող բացատրվել բժշկական պատճառ): Բուլինգի ենթարկվելը նաև բարձրացնում է կորտիզոլի մակարդակը՝ սթրեսի հորմոն, մարմնում: Բուլինգը դեպրեսիայի և ինքնասպանության մասին մտածելու ռիսկի գործոն է: Երեխաները, ովքեր ահաբեկում են ուրիշներին, ենթարկվում են ահաբեկման, կամ ահաբեկում են և ենթարկվում են բռնության, ավելի հավանակն է, որ մտածեն ինքնասպանության մասին , քան նրանք ովքեր ներգրավված չեն ահաբեկման մեջ:[հղում 6 11.11.23 ժամը 10:00-14:00]

Կատարված հետազոտություններ և հետազոտությունների արդյունքները Հարցումների արդյունքներ Հետազոտությունների ընթացքում բուլինգի մասին շատ կարծիքներ լսեցի և հանդիպեցի: Դրսևորումների բոլոր տեսակների մասին խոսվել է , բայց մի կարծիք ևս հնչեց ,որպես վիրավորանք : Աշակերտը մատնանշեց բոլորի ներկայությամբ ուսուցչի կողմից խիստ դիտողության արժանանալը:Երբեմն դասը չսովորելու համար ուսուցչի կողմից արված դիտողությունը կարող է վիրավորել աշակերտին: Ես այստեղ ևս կպնդեմ, որ դա հարաբերական է : Այն աշակերտը, ով միշտ պատրաստ է եղել դասերին, կվիրավորվի ուսուցչի արած դիտողությունից, իրեն կզգա չհասկացված, եթե ուսուցիչը առանց պատճառը լսելու խիստ դատի: Այն աշակերտը՝ ով պարբերաբար, կամ միշտ է անպատրաստ, հազիվ թե վիրավորվի: Ավագ դասարանում սովորող տղաներն էլ հաճախ նշում էին, որ դպրոցի միջանցքներում

տնօրինության կոպիտ վերաբերմունքից են հաճախ վիրավորվել, ինչը տևական ժամանկ ծաղրի թեմա է դարձել դասընկերների կողմից: Աշակերտները, բուլինգը նկարագրում են հետևյալ բառերով. Ծաղր, վիրավորանք, նվաստացում, երեխաների իրավունքների խախտում, ճնշում գործադրել, խտրականություն, սեփական կամքը պարտադրել, անհավասար վերաբերմունք, անտեսում, հայհոյանք, անհարմար դրության մեջ դնել,ուժի դրսևորման միջոց, չշփվել, եսասիրության դրսևորում, վատ փոխհարաբերություններ, ինքնահաստատման միջոց և այլն: Հարցմանը մասնակցած մարդկանցից շատ քչերը իրենց ճանաչեցին որպես բուլեր: Հատկապես ծնողները կարծում են ,որ իրենց երեխաներն են միշտ ճիշտ ու երբեմն հայտնվել են նմանատիպ անհարմար իրավիճակում:

Գլուխ 5

Դիտարկումներ

Ըստ իս բուլինգի սահմանը հարաբերական է և տարբեր հասարակություններում, տարբեր երևույթներ ընկալվում են տարբեր կերպ: Այն ինչ մի հասարակությունում ո՛չ բռնություն, ո՛չ էլ բուլինգ չի համարվում, մեկ այլ հասարակությունում կարող է ընկալվել այդպիսին: Օրինակ մի աշակերտի մոտ կեղծանունը կարող է վիրավորական հնչել, մեկ այլ անձի դուր գալ իրեն կեղծանվամբ դիմելը: Սա հատկապես վերաբերվում է բանավոր բռնությանը: Համաշխարհային կազմակերպությունների կատարած հետազոտությունների արդյունքում բազմաթիվ պատճառներ են բերված բուլինգի պատճառների և դրսևորման վերաբերյալ: Ես իմ աշխատանքային տարիներին համոզվել եմ , որ բացի վերը նշված պատճառներից Հայաստանում շատ են այն դեպքերը, երբ երեխային տանը դաստիարակել են «Դու ամենալավն ես» , «Դու ամենախելացին ես», «Դու ամենասիրունն ես» մեծարող խոսքերով: Հաճախ երեխայի անձի գերագնահատումը բերում է նրան, որ երեխան իրեն պատկերացնում է բուրգի վերևում և մնացածին թերագնահատում է: Այս թվացյալ սիրո դրսևորումը սերմանում է երեխայի մեջ մեծամտություն և փակում նրա աչքերը, որ չտեսնի իրականությունը և չցանկանա հավատալ, որ որևէ մեկն ինչ-որ բանում նրանից առաջ է անցել: Ցավոք, սա բարդ ուղղելի գործընթաց է, որը պատճառ է դառնում բուլինգի:

«Ձեր երեխային կուռք մի դարձրեք: Երբ նա մեծանա, զոհեր կպահանջի»

Պ.Բուաստ

Բռնությունից խուսափելու և մարդասիրություն սովորեցնելու համար առաջին հերթին հարկավոր է լինել լավ օրինակ: Ընտանիքից, ուսուցչից, ավագ ընկերոջից, միջավայրից երեխան տեսնելով ավելի շատ բան է սովորում, քան կարդալով, լսելով: Որպեսզի երեխան իրեն զգա գնահատված, պետք է նրան խրախուսել լավ արարքի համար: Երբ երեխան գնահատված է զգում իր ջանքերի, քայլերի համար,

մեծ է հավանականությունը, որ կցանկանա կրկնել դա: Օրինակ, երբ երեխան օգնում է ընկերոջը, աջակցում է իրենից թույլերին, օգնում է ծնողներին տանը, լավ սովորելով արժանանում է ուսուցչի գովեստին դա դառնում է ՎԱՐՔԱՁԵՎ: Որպեսզի երեխան անի այս ամենը, նախ մեծերը՝ ծնողներն ու ուսուցիչները պետք է չմոռանան, որ երեխայից ինչ որ բան ստանալիս ԾՆՈՐՀԱԿԱԼ լինեն:

Երբեք մի թերագնահատեք փոքրիկ քայլերի կարևորությունը

Այս խոքերը կյանքի սկզբունք են և հարկավոր է հաճախ կրկնել դասապրոցեսի ընթացքում: Լինում են դեպքեր, երբ աշակերտը ցանկանում է արագ հասնել առաջադրանքի կամ խնդրի պատասխանին և վրիպումներ ու սխալներ է անում, կամ ինչ որ լավ բան է փորձում անել ու հիասթափվում է անհաջողությունից, կրկնում եմ այս խոսքերը, որ լավ ու անսխալ գործ անելու համար պետք է անել փոքրիկ ու հաստատուն քայլեր: Նման կերպ էլ մենք՝ ուսուցիչներս, կարող ենք հասնել նրան, որ երեխաների մեջ «ցանենք» ու «աճեցնենք» Երբեք մի թերագնահատեք փոքրիկ քայլերի կարևորությունը: Ձեր երեխային կուռք մի դարձրեք: Երբ նա մեծանա, զոհեր կպահանջի:(Պ.Բուաստ) սիրո ծիլեր փոքրիկ թվացող քայլերով: Հավասար պայմաններում ապրելն ու ստեղծագործելն ավելի հեշտ է, քան՝ անհավասար պայմաններում: Եթե ուսուցիչներից յուրաքանչյուրը իր դասավանդման ընթացքում անընդհատ զուգահեռներ տանի կյանքի հետ, ապա համոզված եմ, որ բռնությունը, որպես աղետ, գոնե դպրոցից կվերանա: Կենսաբանության դասավանդման մեջ բազմաթիվ են թեմաները, որոնց ուսումնասիրման ժամանակ կարելի է սովորեցնել մարդասիրություն, ինչը հենց կհանդիսանա պայքար բուլինգի դեմ:

«Մարդկանց իմաստությունը համեմատական է ոչ թե նրանց փորձին, այլ այն ձեռք բերելու նրանց ընդունակությանը»: Բեռնարդ Շոու

«Մարդը կոտորակի նման է. համարիչն այն է, ինչ նա կա, իսկ հայտարար՝ ինչ նա մտածում է իր մասին: Որքան մեծ է հայտարարը այնքան փոքր է կոտորակը»: Ժանժակ Ռուսո

Պետք չէ լինել մեծամիտ ու ինքնահավան, այլ ապրել այնպես, որ ուրիշները գնահատեն քո մեծությունը: Կենսաբանության դասընթացում պարզից բարդ, միաբջջից՝ բազմաբջիջ թեմաների աճը լինում է համաչափ: Կյանքում էլ է այդպես. Յուրաքանչյուր դրական քայլ անհատին վեր է հանում, իսկ վատ քայլը «փոքրացնում» է անձը : Ընկերոջ, թույլի հանդեպ անարդար վերաբերմունքը կտանի անվերջ «փոքրի»: Մ՞ի թե սա պայքարի մի ձև չէ բուլինգի դեմ: Յուրաքանչյուր դասից հետո երեխան պետք ունենա մտորելու, ինքն իրեն հաշիվ տալու և հավասարակշռվելու շարժառիթ: Եվ յուրաքանչյուր դասին մենք՝ ուսուցիչներս, պետք է երեխային ինքնաբացահայտվելու, ինքնահաստատվելու հնարավություն տանք, թեկուզ ամենահեշտ առաջադրանքը լուծելով, որպեսզի թույլերը չդառնան ծաղրի առարկա, իսկ շատ սովորողներին էլ չհանդգնեն անվանել «գիրք կրծող»- ներ: Ինչպես ջերմաստիճանը կարող է ցույց տալ մարդու առողջ կամ վատառողջ լինելը, այնպես էլ սոցիալական նորմերը կարող են ցույց տալ սոցիալական առողջությունը: Ֆիզիկական և բարոյական վնաս պատճառելը (բուլինգը) սոցիալական վատ վիճակ է ենթադրում: Սոցիալական նորմերից շեղումը դասարանում բերում է պառակտման, ինչի արդյունքում էլ տեղի է ունենում բռնություն: Դպրոցում աշակերտների միջև փոխվստահություն, հարգանք և մի շարք սոցիալական և ստեղծագործական արժեքներ ձևավորելուն նպաստում են համագործակցային, խմբային, նախագծային աշխատանքները: Խմբում ձևավորվում է միմյանց օգնելու, խրախուսելու, աջակցելու մթնոլորտ:

Սովորողի ջանքերն ուղղվում են ընդհանուր նպատակին համատեղ հասնելուն

Այն նպաստում է հանդուրժողականության և վստահության ձևավորմանը:

Եզրակացություն

Այս երևույթը մարդկային հասարակության մեջ կա վաղնջենական ժամանակներից. ծաղրվել են թույլերը, տկարները, հետո՝ այլակրոնները, և այդպես շարունակ: Շատ հոգեբաններ և մտածողներ նշում են, որ այլ մարդու թույլ կողմը կամ այլակարծությունը ծաղրելը բնորոշ է չինքնահաստատված, թույլ մարդկանց, որոնց առաջ գնալու ռազմավարությունը ոչ թե այլոց գերազանցելն է, այլ նվաստացնելը, որով իրենք առանց աճելու դառնում են մնացածից ավելի «բարձր»: Սակայն ավելի կարևոր է հասկանալ, թե ինչպես պայքարել բուլիինգի դեմ դպրոցում, երեխաների շրջանում:

Ըստ հոգեբանի՝ բուլինգի կանխարգելման համար միայն կոնֆլիկտի կողմերի հետ աշխատանքը բավարար չէ. պետք է միջավայրի պատրաստվածություն: Դրան նպաստում են խմբային պարապմունքները, երեխաների և ուսուցչական անձնակազմի հետ աշխատանքները: Սակայն, անգամ այն դեպքում, երբ ամեն ինչ ճիշտ է արվել, հնարավոր են բուլինգի դեպքեր:

Ինչպես աշխատել հալածող խմբի կազմակերպիչ երեխայի հետ Երեխաների հետ պետք աշխատանք տանել, բերել նրանց գիտակցության, որ իրենց արածը վատ բան է: Նրանք դա սովորաբար չեն գիտակցում, քանի որ ունեն արդարության սեփական ընկալում, և եթե ամեն մեկին առանձին հարցնես, նրանք հեշտությամբ կարդարացնեն իրենց արարքը: Նրա համար հիմնական վտանգը խմբի աչքերում հեղինակության կորուստն է: Երբ նա տեսնի, որ մեծահասակները (մանկավարժները, ծնողները) ակտիվորեն միջամտում են, և դրա շնորհիվ իր հեղինակությունը սկսում է սասանվել, նա կսկսի համագործակցել: Նման դեպքերում որպեսզի աշակերտը ինքը ինքնուրույն համոզվի իր արարքների լավ կամ վատ լինելու մեջ հանձնարարվում է T – աձև աղյուսակ գծել և յուրաքանչյուր սյունակում գրել իր արարքի լավ և վատ կողմերը: Եթե կարողացավ ավելի շատ արդարացումներ գտնել ուրեմն արաքը ճիշտ է: Կարևոր է, որ ինքն իր հետ անկեղծ լինի:

Դպրոցը շատերի մոտ ընկալվում է որպես պաշտպանված միջավայր, սակայն, մյուս կողմից էլ, պետք է հասկանալ, որ այդ միջավայրում հայտնվում են երեխաներ,

որոնք ինքնահաստատման խնդիր ունեն, հետևաբար՝ վարքի տարբեր ձևեր կարող են դրսևորել:
Բուլինգի հետևանքները կարող են շատ ծանր լինել, նաև անդառնալի: Բուլինգը հարկավոր է դադարեցնել, սակայն ինչպես դժվար է բուժել մի ամբողջ դպրոց համաճարակից, այնպես էլ դժվար է «բուժել» կոլեկտիվը բռնություն գործադրելու սովորությունից: Դա մի ամբողջ միջոցառումների փաթեթ է, հոգեբանների մասնակցությամբ ու աշխատակազմի պատրաստակամությամբ: Ավելի ցանկալի ճանապարհն է կանխարգելել իրազեկելու միջոցով՝ ներգրավելով պայքարի մեջ բոլոր հնարավոր թիրախային խմբերին:

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 լուծվում: 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 կարողությունները, 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:
«Բարոյական արժեքներն անտեսանելի են, ինչպես քամին, սակայն գիտենք, որ քամին կա՝ ծառերի սոսափյունից: Գիտենք նաև,որ բարոյական արժեքները գոյություն ունեն, դատելով մարդկանց արարքներից»: ԵՎԱ ԱՆՉԵԼ

Առաջարկում եմ Հայաստանի հանրակրթական դպրոցներում, հիմնականում ակադեմիական, գիտալիքահեն կրթության հետ միաժամանակ երեխաներին

տրամադրվեն կամ մատուցվեն աշխարհայացքի ձևավորման, միջանձնային հարաբերությունների կառուցման և հաղորդակցման հմտությունների:

Կոնֆուցիոսի կարծիքով բարոյական առաքինությունների բարձրագույն օրենքը «ոսկե միջինի» սկզբունքն է, ըստ որի կատարյալ մարդը, ի տարբերություն «չնչին մարդուկների», խուսափում է ծայրահեղություններից և ընտրում դրանց միջինը: Կառավարման ասպարեզում առաջնորդվել «ոսկե միջինի» սկզբունքով, նշանակում է կարողանալ տիրապետել քաղաքական փոխզիջման արվեստին:

Մայիսի 4-ը համարվում է ԲՈՒԼԻՆԳ դեմ պայքրի միջազգային օր

Գրականության ցանկ

1.Ա. Համբարձումյան (Երևան 2021) "Բուլինգը Երևանյան դպրոցական միջավայրում"

2. Մ.Միքայելյան (Երևան 2016) " Բռնության և զոհի հոգեբանություն"

3.Միացյալ Նահանգների կառավարության պաշտոնական կայք

4. Малкина-Пых И.Г. Психология поведения жертвы. Справочник практического психолога. М.: Эксмо, 2006. 1006 с.

5. https://hy.wikipedia.org/wiki/%D4%B2%D5%B8%D6%82%D5%AC%D5%AB%D5%B6%D5%A3#cite_note-:0-22/ 06.11.2023թ ժամը 17:00-20:00/

6. https://www.stopbullying.gov/resources/research-resources/consequences-of-bullying /11.11.2023թ ժամը 10:00-14:00/