

Նախադպրոցական ուսումնական հաստատության
մանկավարժական աշխատողների վերապատրաստում



ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Թեման՝ ՎԱՂ ՆԱԽԱԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔԻ ԵՐԵԽԱՆԵՐԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ
ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

Վերապատրաստվող՝ ՏՈՆՈՅԱՆ ԿԱՐԻՆԵ ԼԵՎՈՆԻ

Կազմակերպություն՝ «ՇՂԱՐՇԻԿԻ ՆԱԽԱԿՐԹԱՐԱՆ» ՀՈԱԿ

Շղարշիկ - 2023

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ	3
ԳԼՈՒԽ I. ՎԱՂ ՆԱԽԱԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔԻ ԵՐԵԽԱՆԵՐԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	4
Գլուխ II. ՆԱԽԱԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔԻ ԵՐԵԽԱՆԵՐԻ ՀՈՒՁԱԿԱՆ ՈԼՈՐՏԻ ՋԱՐԳԱՑՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ	7
ԳԼՈՒԽ III. ՎԱԽԻ ԴՐՍԵՎՈՐՄԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՎԱՂ ՆԱԽԱԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔՈՒՄ	7
ԳԼՈՒԽ IV. ԱԳՐԵՍԻԱՆ ՈՐՊԵՍ ՀՈԳԵՏՐԱՎՄԱՅԻ ՀԵՏԵՎԱՆՔ	10
ԳԼՈՒԽ V. ՊԱՏԵՐԱԶՄԸ ԵՎ ՄԱՆԿԱԿԱՆ ՀՈԳԵՏՐԱՎՄԱՆ	18
ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ	20
ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆՑԱՆԿ	21

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Նախադպրոցական տարիքը կարևորագույն շրջան է անձի կայացման և բնականոն զարգացման համար, որը մեծապես կախված է երեխայի շրջապատող միջավայրից: Ընտանիքից բացի նախադպրոցականի անձի զարգացման մյուս կարևոր միջավայրն է նախակրթարանը, որտեղ անհրաժեշտ է ստեղծել այնպիսի հոգեբանամանկավարժական մթնոլորտ, որում կխթանվեն և կզարգանան նախադպրոցականի դեռևս նոր ձեռք բերած անձնային նորագոյացությունները՝ ինքնուրույնություն, հուզական ոլորտի դոմինանտում վարքային և դրդապատճառային ոլորտներում, անձի ինտեգրված և ամբողջական կեցություն և այլն, որոնք էլ պիտի հիմք հանդիսանան երեխայի «Ես»-ի հետագա ամրացմանն ու կայունացմանը: Սաայնտարիքն է, երբ երեխան աստիճանաբար փորձում է դրսևորել սեփական «Ես»-ը և ինքնուրույն դառնալ. նա սկսում է դուրս գալ ծնողների վերահսկողությունից: Մանկական տարիքից երեխաներին ուղեկցում են վախերը: Եվ այդ պատճառով երեխաներին անհապաղ հոգեբանական օգնություն ցուցաբերելու խնդիրն օրեցօր դառնում է ավելի արդիական, քանի որ ժամանակակից աշխարհում տարաբնույթ իրավիճակները ոչ միայն չեն շրջանցում երեխաներին, այլև երբեմն բացասական հետևանք են թողնում նրանց կյանքում:

ՆՊԱՏԱԿ - Աշխատանքի նպատակն է

1. ուսումնասիրել վաղ նախադպրոցականի հուզական ոլորտի առանձնահատկությունները, վախի դրսևորումն ու հաղթահարում:
2. Կատարել վաղ նախադպրոցական տարիքի երեխաների հուզական դժվարությունների հիմնահարցին վերաբերող գրականության ուսումնասիրություն:
3. Բացահայտել մեթոդներ նախադպրոցականի վախերի հաղթահարման համար:

ՎԵՐՋՆԱԴՅՈՒՆՔ - Աշխատանքի հետազոտական արդյունքները պետք կլինեն հոգեբաններին, կօգնեն մանկավարժներին, դաստիարակներին և խնամատար անձանց՝ ովքեր աշխատում են այս խնդրի հետ, նմանատիպ խնդրի վերաբերյալ տեղեկատվություն ունենալ և հնարավոր միջոցներ կիրառել երեխայի մոտ վախերի բացահայտման և հաղթահարման գործում:

Ի վերջո կունենաք այնպիսի ուսուցիչներ ու մանկավարժներ, ովքեր հասկանալով, թե ինչպես են տարբեր տարիքի երեխաներն արձագանքում տրավմատիկ փորձին, ինչպես են փորձում հաղթահարել այն, ինչպես դա կարող է արտահայտվել կրթական միջավայրում, կարող են արդյունավետ և պատեհաժամ արձագանքել երեխաների կարիքներին և համապատասխան օգնություն ցուցաբերել նրանց:

ԳԼՈՒԽ I. ՎԱՂ ՆԱԽԱԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔԻ ԵՐԵՒԱՆԵՐԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

Այս տարիքում երեխան, մտնելով նոր սոցիալական միջավայր՝ մանկապարտեզ, նոր տեսակի հարաբերությունների փորձ է ձեռք բերում: Նոր փորձի ու գիտելիքների ձեռքբերմանը մեծապես նպաստում է երեխայի խաղը: Երեխաները սկսում են խաղալ դերապյուժետային խաղեր, որոնցում ստանձնում են այլ՝ հաճախ մեծահասակների դերեր, օրինակ «Տուն-տունիկ», «Բժիշկ-բժիշկ» և այլն: Այս խաղերի միջոցով երեխաները կարծես ծանոթանում են «մեծերի աշխարհին», սովորում են այլ մարդկանց տեսանկյունից նայել տարբեր իրավիճակների, փորձարկում են վարքի տարբեր ձևեր և այլն: Որոշ հոգեբաններ կարծում են, որ նախադպրոցական տարիքը և հատկապես դրա վաղ շրջանը՝ 3 տարեկանը, ճգնաժամային տարիք է: Ըստ նրանց՝ երեխայի եսակենտրոնության հաղթահարումը և սեփական «ես»-ի առանձնացումը հաճախ հեշտ չի լինում: Դա դրսևորվում է երեխաների համատությանը, ինքնակամությանը, ըմբոստությանը, մեծահասակների արժեզրկմամբ, բողոքով, բունտով:

Պարզ է, որ ծնողները կարող են լուրջ ազդեցություն ունենալ սովյալ շրջանում երեխաների մոտ առաջացող խնդիրների լուծման վրա: Շատ կարևոր է, որ ծնողները հասկանան երեխաների վարքի դրդապատճառները, նրանց պահանջները և տան նրանց որոշակի ազատություն և ինքնավրություն:

Նախադպրոցական տարիքը համապատասխանում է երեխաների 3-5 կամ 6 տարեկանին: Շատ երեխաներ այս տարիքում հաճախում են մանկապարտեզ, որը իրենց համար մի նոր «մոլորակ» է, և որտեղ իրենք մեծ բացահայտումներ են անում: Պատահական չէ, որ երեխաները հենց այս տարիքում են մանկապարտեզ գնում: Բանն այն է, որ 3 տարեկանից երեխաները դառնում են ավելի ինքնուրույն, սովորում են որոշ ժամանակ հեռու լինել մայրիկից, հասակակաիցների հետ շփման և նոր փոփոխությունների պահանջ են ունենում:

Խնամող մեծահասակները և նախակրթարանները նպաստում են աշխարհաճանաչմանը և սոցիալական փորձի յուրացմանը, կյանքի հմտությունների ձևավորմանը: Երեխային լիարժեք օգնելու համար անհրաժեշտ է փորձել և սովորել ճանաչել նրա ներքին աշխարհն իր բոլոր դրսևորումներով: Մարդիկ տարբեր են, տարբեր են նաև երեխաները, և յուրաքանչյուր երեխա ինքնատիպ է, յուրօրինակ ու անկրկնելի իր տեսակի մեջ:

Մարդկային առանձնահատկությունները ենթակա են դրսևորման արդեն վաղ

մանկությունից, երեխայի յուրաքանչյուր անհատական տարբերությունն առավելում է, քանի որ հնարավորություն է տալիս նրան մյուսներից առանձնանալու: Մարդկային էությունը տեսանելի է առանձին դրսևորումներով, հետևաբար այն ճանաչելի է: Միայն բացահայտելով և ճանաչելով երեխայի անհատական առանձնահատկությունները, կարելի է ուղեկցել նրան իր ինքնահաստատման բարդ ճանապարհին:

Մանկավարժության և մանկավարժական արվեստի հիմքում ընկած են հետևյալ կարևորագույն խնդիրները.

- Յուրաքանչյուր երեխայի անհատական առանձնահատկությունների բացահայտումը,
- Զարգացող երեխայի մեջ աստիճանաբար տեղի ունեցող արտաքին և ներքին փոփոխությունների ուսումնասիրությունը,
- Երեխայի ձևավորվող էության ճանաչումը,
- Ուղղորդման անհատական մոտեցումների մանկավարժական նախագծումը:

Երեխան վաղ նախադպրոցական մակության շրջանում իրենից ներկայացնում է մեկ ամբողջական «զգայարան», նա ընկալում և յուրացնում է աշխարհն ընդօրինակելով իրեն անմիջականորեն շրժապատող հարազատներին, նմանվելով դաստիարակող մեծահասակներին և մանկավարժներին: Նա մեծանում է որոշակի սոցիալական միջավայրի և հարաբերությունների դաստիարակչական ներգոծության ներքո: Երեխայի հետ առնչվող ցանկացած մեծահասակ ակամայից դաստիարակողի դերում է, հեղինակություն նրա համար: Անփոխարինելի է հեղինակություն վայելող դաստիարակող մանկավարժի դերը երեխայի լիարժեք զարգացման և ներդաշնակ աշխարհընկալման գործում:

Երջանիկ է այն երեխան, որին ուղեկցում են բանիմաց և փորձառու, հեղինակություն և հարգանք վայելող, ընկերաբար վերաբերվող խորհրդատու մանկավարժներ և մեծահասակներ: «Այն երեխան, որը մանկության շրջանում իր դաստիարակներին և ուսուցիչներին չի ընկալել իբրև հեղինակությունների, երբևէ չի կարող դառնալ ազատ մարդ»¹:

Ինչպես նշում է Վ. Ս. Մուխինան, սա մեծ ձեռքբերումների փուլ է, որը նշանավորվում է երեխայի հաղորդակցման ոլորտի ընդլայնման, ինքնագիտակցության ձևավորման, ինքնահաստատման և մի շարք այլ կարևոր փոփոխություններով: Արդեն երեք տարեկանում երեխան սկսում է գիտակցել իր՝ աղջիկ կամ տղա լինելը, կարողանում է տարբերել իր

¹Ռ. Շտայներ, «Ազատության փիլիսոփայություն»

հասակակիցների սեռը: Սկզբնական շրջանում երեխան սկսում է նույնականացնել իրեն նույն սեռի ծնողի հետ՝ փորձելով ընդօրինակել նրա վարքը: Հետագայում արդեն ընդօրինակումը շարունակվում է նաև հասակակիցների հետ շփման ընթացքում: Վաղ մանկության շրջանում գտնվող երեխայի հաղորդակցման դրդապատճառները և միջոցները կտրուկ տարբերվում են կրտսեր դպրոցական տարիքի երեխայի հաղորդակցման դրդապատճառներից և միջոցներից՝ սկզբում գերիշխում է անձնական շահը արժանանալ ուշադրության, սիրո, այնուհետև՝ ճանաչողականը՝ հաղորդակցման արդյունքում որևէ նոր բան իմանալ և այլն:

Վաղ նախադպրոցական տարիքը երեխայի զարգացման գործընթացում սոցիալական նոր դերեր է պահանջում: Էական առանձնահատկություններից մեկը հասակակիցների հետ որոշակի փոխհարաբերությունների հաստատումը և մեծերի հետ փոխհարաբերությունների նկատմամբ ցուցաբերվող հետաքրքրությունն է:

Նախադպրոցական տարիքի առաջատար գործունեությունը խաղն է, որը երեխայի հոգեկանում առաջացնում է որակական փոփոխություններ: Խաղի միջոցով զարգանում են երեխայի խոսքն ու մտածողությունը: Հոգեբանները խաղերը բաժանում են երկու խմբերի՝ ստեղծագործական և դերային խաղեր: Ստեղծագործական խաղերի շարքից են ավազը, գունավոր խմորները, նկարչությունը և այլն: Դերային խաղերի միջոցով երեխան ընդօրինակում է մեծերի սոցիալական դերերը, օրինակ՝ բժշկի, հիվանդի, ուսուցչի, աշակերտի և այլն: Խաղի միջոցով զարգանում է երեխայի խոսքը, որովհետև նրանից պահանջում է հաղորդակցման ընդունակություն: Այս տարիքում զարգանում են երեխայի իմացական ոլորտը, մտածողությունը, երևակայությունը: Այս տարիքի երեխաները հետաքրքրասեր են, շատ են սիրում հարցեր տալ, ուզում են անընդհատ նոր բաներ սովորել: Եթե ծնողը կամ դաստիարակը հոգատար և համբերատար ձևով մոտենա երեխայի ցանկացած հարցին և խրախուսի նրան, երեխան նախաձեռնող կդառնա, եթե ոչ՝ ապա երեխայի մոտ կկորի նոր բան սովորելու նկատմամբ հետաքրքրությունը:

Վաղ նախադպրոցական տարիքի երեխայի հիմնական պահանջմունքը սիրո պահանջմունքն է: Երեխայի համար չափազանց կարևոր է զգալ, որ իրեն սիրում են այնպիսին, ինչպիսին նա կա իրականում: Այն դեպքում, երբ այս պահանջմունքը չի բավարարվում, տեղի է ունենում ֆրուստրացիա, ինչը կարող է բացասաբար անդրադառնալ երեխայի ընդհանուր զարգացման վրա, քանի որ հենց 3-5 տարեկանն ընկած

ժամանակահատվածում էլ մեծերի վերաբերմունքի հիման վրա ձևավորվում է երեխայի ինքնագնահատականը:

Գլուխ II. ՆԱԽԱԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔԻ ԵՐԵՒԱՆԵՐԻ ՀՈՒԶԱԿԱՆ ՈԼՈՐՏԻ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

Նախադպրոցական տարիքում երեխաները ակտիվորեն զարգացնում են հուզական ոլորտը, դա պետք է հաշվի առնել հետագա դաստիարակության գործընթացում: Նույնիսկ 3-4 տարեկան հասակում երեխան արդեն անհատականություն է:

Նա ունի իր սեփական համակրանքներն ու հակակրանքները, և ամեն տարի նրա բնավորության գծերը ավելի ու ավելի են զարգանում: Երեխան ավելի լավ է կարողանում արտահայտել իր զգացմունքները բառերի միջոցով:

Երեխայի տրամադրությունը դեռ կարող է կտրուկ փոխվել, բայց այժմ նա հաճախ խոսում է բարկանալու կամ տխրելու մասին, քան ընկնում է հիստերիաների մեջ:

Զնայած երեք տարեկան երեխան արդեն կարողանում է հասկանալ իր իսկ հույզերը, նա դեռ դժվարանում է կառավարել դրանք:

Եթե երեխան զվարճալի բան է տեսնում, նա սկսում է ծիծաղել: Եթե ինչ-որ բան նրան վրդովեցնի կամ զայրացնի, նա կարող է լաց լինել:

5 տարեկանում երեխաների հուզական զարգացման մեջ թռիչք կա:

Երեխան շատ ավելի լավ է խոսում իր զգացմունքների մասին և վերահսկում է հույզերը: Նա նաև գիտի, թե ինչպես հաղթահարել ցնցումները և իմպուլսիվ պահվածքը: Օրինակ՝ նա համբերատար սպասում է իր հերթին և հարցնում ինչ-որ մեկի իրը վերցնելուց առաջ: Երբ 5տարեկան երեխան զայրանում է, նա ավելի շուտ արտահայտում է իր զայրույթը բառերով, քան ֆիզիկապես կամ հիստերիայի միջոցով:

Այն ինչ երեխան ձեռք է բերում մանկության շրջանում, ուղեկցում է նրան ողջ կյանքում: Կյանքի սկզբնական շրջանում երեխան զարգանում է, ընկալում աշխարհն ու արձագանքում արտաքին միջավայրին իրեն շրջապատող մեծահասակների ուղղակի միջնորդությամբ:

ԳԼՈՒԽ III. ՎԱԽԻ ԴՐՍԵՎՈՐՄԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՎԱՂ ՆԱԽԱԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔՈՒՄ

Վախը ներքին հակագրումն է իրական կամ թվացյալ վտանգին, ինչն արտահայտվում է արյան մեջ ադրենալինի կտրուկ արտադրությամբ և դրա ազդեցությամբ անմիջապես սկսում է խույս տալ վտանգից: Իրականում վախը

ենթագիտակցական մակարդակում ազդանշանային հուշում է կատարում այն մասին, որ վտանգը մոտ է. հարկավոր է օրգանիզմը պատրաստել պաշտպանության կամ փախուստի: Ծայրահեղ դժվար իրավիճակում մարդը համախմբում է իր ուժերն ակտիվ հակազդեցության համար: Դժվար է գտնել մեկին, որ երբևէ չի ունեցել վախի զգացում:

Գոյություն ունեն վախի առաջացման տարբեր պատճառներ, դրանցից են՝

1. Կոնկրետ դեպք, որը տպավորվել է երեխայի հիշողության մեջ:
2. Երեխայի բնավարության առանձնահատկություններ /անհանգստություն, կասկածամտություն, վատատեսություն, անվստահություն սեփական անձի հանդեպ, չափից ավելի կախվածություն այլ մարդկանցից՝ ծնողներ, դաստիարակներ, ուսուցիչներ/:
3. Դաստիարակության սխալ մեթոդ, որն ուղեկցվում է ահաբեկումներով /Ձայնդ կտրիր, թե չէ քեզ կփակեմ մութ սենյակում/:
4. Ծնողական գերհոգածության դրսևորում և ավելորդ զգուշավորություն /Այնտեղ մի՛ գնա, վտանգավոր է /:
5. Խիստ պատիժներ և հեղինակամետ դաստիարակություն:
6. Ընտանեկան տևական վեճեր:
7. Սարսափելի հեքիաթներ, ֆիլմեր, մուլտֆիլմեր, համակարգչային խաղեր:

Պետք է հիշել, որ երբեմն անզգույշ ասված խոսքը կարող է ընդմիջտ մնալ մանկան ենթագիտակցության մեջ և անդառնալի հետք թողնել երեխայի կյանքում:

Հոգեբանները հավաստիացնում են, որ երեխաների վախերի մեծ մասը կախված է նրանց ընտանեկան կյանքով և առավել հաճախ դրանք առաջանում են ընտանեկան խնդիրների՝ ծնողների անուշադրության, կամ էլ ընդհակառակը, գերխնամքի հետևանքով: Գոռոցներով կամ սպառնալիքներով ուղեկցվող ընտանեկան վեճերի պատճառով երեխաները բարդությավորվում են: Չի ձևավորվում անվտանգության և սիրված լինելու զգացում, որ բացակայությունը պարբերական վախերի պատճառ են դառնում և ամենից հաճախ այդ վտանգին են ենթարկվում նախադպրոցական տարիքի երեխաները:

Մանկական վախերի պատճառներից ամենից տարածված վախը ներշնչանքն է, որի սկզբնաղբյուրը ևս երեխային շրջապատող ծնողներն ու դաստիարակներն են,

նրանք երբեմն առանց գիտակցելու երեխային զգուշացնում են վտանգի մասին, ուշադրություն չդարձնելով, թե ինչը կարող է նրան վախեցնել՝ վտանգավոր իրավիճակը, թե իրենց արձագանքները:

Ավելի բարդ է պայքարել երևակայական վտանգներից ծնվող կամ մեծահասակների կողմից ներշնչվող վախերի դեմ: Ծնողները շատ հաճախ արտաբերում են բառեր, կարգի հրավիրելով երեխաներին և դրանցով նպաստում երևակայական:

Նախադպրոցական տարիքում մենք հաճախ առանձնացնում ենք վախերի հետևյալ տեսակները՝

- **Իրական վախեր:** Վախի այս տեսակը առաջ է գալիս որևէ հստակ և իրականում տեղի ունեցած միջադեպից հետո: Երեխան բախվում է իր համար անցանկալի իրավիճակին և ուժեղ վախ է զգում. Մա նպաստում է հետագայում տվյալ իրավիճակներից խուսափելուն: Օրինակ՝ երեխային շուն է կծում, և նա սկսում է վախենալ շներից: Մեկ այլ օրինակ՝ երեխան մնացել է անսարք վերելակում, որից հետո սկսել է վախենալ վերելակներից:
- **Կայուն վախեր:** Վախերի այս տեսակը, սովորաբար, պայմանավորված է երեխայի տագնապային հոգեվիճակով. երեխան վախենում է որոշ երևույթներից՝ խուսափելով դրանց առաջացրած հետևանքներից: Օրինակ՝ երեխան վախենում է բարձրությունից, քանի որ կարող է ընկնել: Մեկ այլ օրինակ՝ երեխան վախենում է մթությունից, քանի որ սենյակում որևէ բան կարող է հայտնվել:
- **Տարիքային նվախեր:** Որոշ գիտնականներ գտնում են, որ տարբեր տարիքային փուլերում երեխաները կարող են ունենալ տարբեր տեսակի վախեր: Դրանք վերանում են տարիքային տվյալ փուլի անցմանը զուգընթաց, կորցնում են իրենց նշանակությունն ու ինտենսիվությունը: Տարիքային վախերը դրսևորվում են տարիքային հետևյալ փուլերում :

0-6 ամսեկան՝ փոքրիկը վախենում է կտրուկ շարժումներից, բարձր ընկածներից, մայրիկի բացակայությունից:

7-12 ամսեկան՝ վախենալու են անսպասելի ձայները, օտար, անծանոթ մարդիկ, անծանոթ իրավիճակները և միջավայրը:

1-3 տարեկան՝ այս տարիքում վախենալու են ծնողներից հեռու լինելը ծնողից

բաժանվելը, ինչպես նաև կարող են ի հայտ գալ գիշերային վախեր:

3-6 տարեկան Երեխան վախենում է մենակ մնալուց, մտերիմների մահանալուց, ինչի արդյունքում կարող են ի հայտ գալ հիվանդանալու, աղետների վախեր:

6-10 տարեկան՝ ի հայտ են գալիս դպրոցական, սոցիալական վախեր. երեխաները վախենում են ուշանալ դպրոցից, պատասխանել դաս, ստանալ վատ գնահատական, մերժված լինել հասակակիցների կողմից և այլն:

10-13 տարեկան՝ սեփական մահվան հետ կապված վախեր, վախեր հիվանդություններից, աղետներից, կենդանիներից, գողերից: Ինչպես նաև տիպիկ են երևակայական վախերը՝ բացասական հերոսներից, այլմոլորակայիններից, դևերից և այլն:

- **Գիշերային վախեր՝** վախերի այս խումբը բնորոշ է հենց մանկական տարիքին: Երեխաներին հատուկ են բազմապիսի վախեցնող երազներ և մղձավանջներ տեսնելը: Նրանք անհանգիստ են քնում, ծնողին կանչում են իրենց մոտ, երբեմն առավոտյան չեն հիշում իրենց երազները:

- **Երևակայական վախեր՝** նմանատիպ վախերը ծագում են երեխայի բուռն երևակայության, ֆիլմերի, մուլտֆիլմների, համակարգչային խաղերի, մեծահասակների ներշնչանքների արդյունքում: Օրինակ՝ երեխաները կարող են վախենալ այլմոլորակայիններից, ֆիլմի որևէ հերոսից, այն բանից, որ նրանք կարող են հայտնվել իրենց սենյակում: Մեծահասակները դաստիարակչական նպատակով հաճախ են նախընտրում վախեցնել երեխաներին՝ «հեռու չգնաս, քեզ կգողանան», «եթե չքնես, Մեշոկ պապին (ոստիկանը, գողը, թուրքը), կգա ու քեզ կտանի», «եթե լաց լինես, բժիշկը կգա ու կսրսկի և այլ նմանատիպ արտահայտություններ, որոնք երեխայի մոտ ուժեղ տագնապի զգացողություն են առաջացնում և կարող են հանգեցնել վախերի ձևավորմանը :

Վախերի տեսակների վերլուծությունը թույլ է տալիս նկատել, որ մանկական վախերի առաջացման պատճառները հիմնականում կապված են ընտանեկան իրավիճակի և ծնողավարական ոչ արդյունավետ մոտեցման հետ:

ԳԼՈՒԽ IV. ԱԳՐԵՍԻՎԱՆ ՈՐՊԵՍ ՀՈԳԵՏՐԱՎՄԱՅԻ ՀԵՏԵՎԱՆՔ

Ինչպես արդեն նշվեց առաջին գլխում, տրավմատիկ իրողությունն իր խորը հետևանքներն է թողնում երեխայի վարքի, հուզական և անձնային առանձնահատկությունների վրա: Ագրեսիվ վարքը, թերևս, ամենահաճախ հանդիպող հակագրումներից է, որ առաջանում է հետտրավմատիկ շրջանում:

Սովորաբար, սսելով ագրեսիվ վարք հասկանում են դեստրուկտիվ, կազմաքանդող գործողությունների շարք, որոնք հակասում են առկա սոցիալական նորմերին, վտանգավոր են սեփական անձի և շրջապատի համար, առաջացնում են ֆիզիկական, հոգեբանական, բարոյական վնաս:

Երեխաներն ագրեսիվ չեն ծնվում: Սովորաբար, երեխայի հակագրումները կրում են պաշտպանական բնույթ: Սակայն, միջավայրի ազդեցությունների ներքո այդ հակագրումները կարող են վերածվել տարբեր վտանգավոր գործողությունների, որոնք կվնասեն շրջապատին:

Տարբերակում են ագրեսիայի տարբեր տեսակներ: Կախված իր ուղղվածությունից ագրեսիան լինում է հետերոգեն կամ աուտոգեն: Առաջինն ուղղված է ուրիշներին, արտաքին աշխարհին, երկրորդը՝ սեփական անձին: Առաջացման պատճառներից կախված՝ կարելի է տարբերակել ռեակտիվ և ինքնաբուխ ագրեսիա: Ռեակտիվը սովորաբար առաջանում է ի պատասխան որոշակի արտաքին գրգռիչի, մինչդեռ ինքնաբուխ ագրեսիան առաջ է գալիս առանց որևէ պատճառի, ներքին իմպուլսների ճնշման տակ:

Կախված արտահայտման ձևերից ագրեսիան կարող է լինել խոսքային, ֆիզիկական, ուղիղ կամ անուղղակի: Երեխաներն իրենց զայրույթը, բարկությունը, անհնազանդությունը կարող են արտահայտել խոցող բառերով, վիրավորական արտահայտություններով կամ հարվածելով, կծելով, ֆիզիկական վնաս պատճառելով:

Ագրեսիայի տարածված ձևերից է կամակորությունը, երբ երեխան դառնում է ինքնասածի, պնդում է իր կարծիքը, թեև այն կարող է նույնիսկ երեխայի համար այդքան էլ կարևոր ու նշանակալից չլինել:

Մյուս տարածված ձևերից մեկը նեգատիվիզմն է: Երեխան հակառակվում է ծնողներին, մտերիմներին, մեծահասակներին, չի լսում, չի գնում համագործակցության, մերժում է ցանկացած կառուցողական առաջարկ:

Ագրեսիայի ցանկացած ձևի դրսևորման դեպքում պետք է հիշել, որ երեխայի

ագրեսիվ վարքը պատասխան է որոշակի ազդակներին, որոնք խաթարում են երեխայի ֆիզիկական և հոգեբանական առողջությունը: Այն ծագում է ի պատասխան արտաքին բացասական պայմանների կամ ապրումների:

Սովորաբար մասնագետներն առանձնացնում են հետևյալ գործոնները և պատճառները, որոնք կարող են խթանել երեխայի ագրեսիվ վարքը.

Անապահովության զգացումը: Երեխայի բազային, հիմնային պահանջմունքներից է ապահով զգալը, կայուն միջավայրում մեծանալը ու զարգանալը: Ցավոք, ոչ միշտ է, որ շրջապատող միջավայրն իրականում ապահով է կամ ընկալվում է երեխայի կողմից որպես այդ պիսին: Մա երեխայի մոտ ներքին կոնֆլիկտների պատճառ է դառնում, նա կորցնում է այն կողմնորոշիչները, որոնցով ապրում էր մինչ այդ: Ուստի, երեխան՝ որպես անապահով միջավայրի կամ հոգեվիճակի հետևանք, կարող է դրսևորել ագրեսիվ վարք՝ ցույց տալով իր անհանդուրժողականությունն ու բարկությունը:

Երեխայի հանդեպ թշնամությունը, ծնողների կոպիտ բնավորությունը և վարքը: Երբ երեխան սիրո և հոգատարության մթնոլորտի փոխարեն մեծանում է թշնամանքի և ագրեսիայի մեջ, բնականաբար, նրա առաջնային պատասխանը ևս կարող է դառնալ ագրեսիան: Ընդ որում՝ այդ ագրեսիան կարող է լինել ուղղված թե՛ միջավայրին, թե՛ սեփական անձին: Երեխան տեսնում է որոշակի վերաբերմունք և նմանապես արձագանքում է տարբեր իրավիճակներում:

Ընտանեկան հուզական կապերի բացակայությունը: Ընտանիքն այն միջավայրն է, որտեղ երեխան իր առաջին քայլերն է անում դեպի մեծ աշխարհ, ճանաչում է առկա հարաբերությունները, կանոնները, նորմերը, պահանջները: Ընտանիքում երեխան տեսնում է, թե ինչպես են հարաբերվում, վերաբերվում միմյանց, սովորում է սիրել, հարգել, հոգտանել և այլն: Եթե ընտանիքում խախտված կամ խզված են հուզական կապերը, երեխան չի ունենում համապատասխան փորձ և չի կարողանում համապատասխան և ընդունելի վարքձևավորել: Եվ, մյուս կողմից, նա նաև ունենում է հուզականության, ջերմության մեծ կարիք, որը մշտապես անպատասխան մնալով՝ կրկին հանգեցնում է չարանալուն:

Երեխայի հանդեպ անհարգալից վերաբերմունքը: Երեխան առանձին էակ է, իր ուրույն ցանկություններով, պահանջներով, մտքերով, պատկերացումներով: Նա հաճախ ուզում է իր դերն ու նշանակությունը զգալ ընտանեկան համակարգում:

Երեխան ցանկանում է լսված լինել, հասկացված և հարգված: Ցավոք, ծնողներն ու մտերիմներն ոչ միշտ են կարևորում և տեղ տալիս երեխայի անձին, զգացմունքներին, պատկերացումներին ու ցանկություններին: Երեխան ամեն գնով ուզում է իր դերը հաստատել ընտանիքում և հաճախ դա անում է իրեն հասանելի ամենահեշտ ձևով՝ ագրեսիայի ճանապարհով:

Չափազանց վերահսկողությունը կամ դրա բացակայությունը: Ծնողական գերխնամքը կամ գերվերահսկողությունը, ինչպես և դրա հակառակ բևեռը՝ վերահսկողության և ուշադրության խիստ պակասը կամ բացակայությունը, երեխայի անձի հանդեպ անհարգալից վերաբերմունքի դրսևորումներից են: Ծնողն ուշադրություն չի դարձնում երեխայի իրական կարիքներին, հոգ չի տանում նրա իրական պահանջմունքների համար, չի հասկանում նրա իրական ցանկությունները, պնդում է սեփականը, կամ լիովին անտեսում երեխային, ինչը բերում է վերջինիս կոպտությանը և չարացմանը:

Հուզական և վարքային էներգիայի դրսևորման արգելքը: Երեխան մշտապես շարժման, էներգիայի լիցքաթափման, ակտիվության դրսևորման կարիք ունի: Նման հնարավորության պակասը կամ ակտիվության ճնշումը էներգիայի մեծ պաշար են կուտակում, որը պետք է պարտադիր ծախսվի: Եթե այն դուրս չի գալիս կառուցողական ճանապարհով, սովորաբար վերածվում է ագրեսիայի:

Արտաքին ագրեսիվ մոդելի առկայությունը: Երեխաներն անընդհատ սովորում են ու նմանակում շրջապատում առկա վարքային մոդելներին: Լինեն դա ծնողները, շրջապատող մարդիկ, թե կինո և մուլտ հերոսները, երեխաները սովորում են համապատասխան վարքաձևեր և վարվելաոճեր: Ուստի, երեխայի կյանքում առկա ագրեսիվ մոդելները սովորեցնում են նրան ագրեսիվ լինել:

Սեփական բացասական փորձը: Բացի ընտանեկան միջավայրից, երեխաներն իրենց անձնական հարաբերությունները կառուցում են ընկերների հետ, դպրոցում, խմբակներում և այլն: Բնականաբար, յուրաքանչյուր ոլորտում նրանք կարող են ունենալ որոշակի խնդիրներ, չհաղթահարված ապրումներ, չհասկացվածություն, որը հանգեցնի ներքին լարվածության և ագրեսիայի:

Անլիարժեքության զգացումը, ցածր ինքնագնահատականը, դժգոհությունը սեփական անձից: Երեխայի անբավարարվածությունը սեփական կարողություններով,

ընդունակություններով, ուրիշների հետ համեմատվելը՝ ի վնաս սեփական անձին, սեփական անլիարժեքության մշտական զգացողությունը քրոնիկ ճնշվածության և չարացման պատճառներից են:

Խառնվածքի տիպը և անձնային որակները: Երեխաները միմյանցից տարբերվում են նյարդային համակարգի և անձնային կառուցվածքի առանձնահատկություններով: Որոշ դեպքերում կարելի է նկատել ագրեսիվ վարքին նպաստող վերոնշյալ առանձնահատկություններ, օրինակ՝ իմպուլսիվություն, արգելակման նյարդային գործընթացների անլիարժեքություն, ապահարմարողական բնավորություն և այլն:

Բացասական արտաքին պայմանները: Սրանք այն գործոններն են, որոնք կարող են խախտել երեխայի առօրյա կենսագործունեությունը, կտրուկ ազդել երեխայի կյանքի սովորական ռիթմի վրա: Դրանց թվին են պատկանում հոգետրավմաները և սթրեսները:

Իսկ ի՞նչ կարող է անել մեծահասակը, ծնողը կամ ուսուցիչը, որպեսզի նվազեցնի երեխայի ագրեսիվ դրսևորումները:

Նախ և առաջ շատ կարևոր է խոսել տվյալ իրավիճակում առաջացող սեփական զգացմունքների ու հույզերի մասին: Երեխան պետք է հասկանա և ճանաչի իր անարդյունավետ վարքի հետևանքները, հասկանա, թե իր վարքն ինչպես կարող է ազդել շրջապատի վրա: Սա կարելի է անել՝ ուղղակի ասելով, թե ինչը դուր չի գալիս: Օրինակ՝ «Ինձ դուր չի գալիս, երբ դու ինձ վրա բղավում ես» կամ «Ես տխրում եմ, երբ հարվածում ես փոքր եղբորդ» և այլն:

Երեխայի համար շատ օգտակար է, երբ տանը կամ շրջապատում կան հստակ սահմանված կանոններ: Եթե երեխան խախտում է դրանք՝ չափազանց բարկանում է, գոռում է և այլ ագրեսիվ դրսևորումներ է ունենում, լավագույն միջոցն է հիշեցնել կանոնները, ինչպես նաև շեշտադրել, թե ինչ կարող է լինել դրանց խախտելու դեպքում:

Որպեսզի երեխայի ագրեսիվ վարքը նվազի, անհրաժեշտ է քննարկել նրա վարքը, դրա պատճառները, հետևանքները, առաջարկել այլընտրանքներ՝ բնականաբար, երբ իրավիճակի լարվածությունն արդեն նվազել է ու երեխան ավելի հանգիստ է:

Երբ իրավիճակը շատ լարված է և երեխան կարծես՝ անկառավարելի է, մեծահասակները պետք է հիշեն, որ իրավիճակը հանգստացնելու արդյունավետ ճանապարհներից մեկը ինքնակառավարումն է: Անհրաժեշտ է կիրառել հետևյալ մոտեցումները՝

- ձայնը չբարձրացնել, չգոռալ,
- չցուցաբերել իշխանություն («Ես որ ասում եմ, դու պետք է ենթարկվես»),
- չդրսևորել ագրեսիվ մարմնախաղ (ագրեսիվ կամ արհամարհական ժեստեր ու շարժումներ),
- չանցնել վերբալ կամ ֆիզիկական ագրեսիայի,
- չհամեմատել ուրիշների հետ կամ չվիրավորել ընկերներին,
- չներգրավել այլ մարդկանց,
- չանել ընդհանրացումներ («Այ, դու միշտ քեզ վատ ես պահում», «Դու անտանելի երեխա ես»)

Ագրեսիայի կառավարման լավագույն միջոցը սեփական դրական օրինակն է: Եթե մեծահասակն ունի ինքնակառավարման և ինքնակարգավորման հմտություններ, կարողանում է ժամանակին ճիշտ արձագանքել երեխայի կարիքներին, ագրեսիվ դրսևորումները միանշանակ նվազում են:

Ղեպրեսիա: Բոլորեր եխաները պարբերաբար ունենում են տրամադրության անկում, սակայն դրա չափազանց տևականության, ինչպես նաև մի քանի այլ ախտանիշների համակցության դեպքում երեխայի մոտ կարելի է արձանագրել դեպրեսիվ խանգարում: Մանկական դեպրեսիայի դեպքում առկա են մեծահասակներին բնորոշ հետևյալ ախտանիշները՝ հուսալքվածություն, անօգնականություն, անհանգստություն, անիմաստության զգացում: Սակայն երեխաները կարող են ունենալ նաև հետևյալ հատկանիշները.

- Ճնշված տրամադրություն, որը կարող է արտահայտվել տխրությամբ,
- Հետաքրքրությունների և ակտիվության անկում,
- Ուշադրության կենտրոնացման դժվարություններ,
- Բարկություն,
- Ցածր ինքնագնահատական,
- Քնի խնդիրներ,
- Ախորժակի խանգարում,
- Քաշի ավելացում կամ պակասում,
- Սոցիալական մեկուսացվածություն,
- Մահվան մասին մտքեր:

Դեպրեսիայի ի հայտ գալը պայմանավորված է արտաքին գործոններով, սակայն կենսաբանական նախատրամադրվածությունը նշանակալից դեր ունի այս

գործընթացում:

Ինչպես արդեն նշվել էր, տրավմայի հետևանքով առաջացած որոշ ախտանշաններ բնական են և որոշ ժամանակահատվածի ընթացքում դիտվում են նորմայի սահմաններում: Ճիշտ և արդյունավետ մոտեցումների դեպքում երեխաները կարող են հաղթահարել իրենց անհանգստությունները և շարունակել կենսագործունեությունն առանց լուրջ հետևանքների: Սակայն, եթե ժամանակին և տեղին երեխան չի ստանում արդյունավետ օգնություն, տրավմատիկ իրողությունը դառնում է թունավոր, ստեղծվում են նպաստավոր պայմաններ երկրորդային տրավմաներ իառաջացման համար: Արդյունքում ախտանիշները կարող են խորանալ, երեխայի մոտ կարող է զարգանալ հետտրավմատիկ խանգարումներից որևէ մեկը, իսկ երեխայի զարգացման և կենսագործունեության նորմալ ընթացքը կարող է խաթարվել: Այս դեպքերում անհրաժեշտ է դիմել համապատասխան մասնագետների օգնությանը՝ մանկական հոգեթերապևտ, նյարդաբան, հոգեբույժ:

Երեխաների արձագանքները տրավմատիկ իրողությանը մեծապես կախված են միջանի կարևոր գործոններից՝

- Տրավմատիկ ազդեցության ուժգնությունից,
- Երեխայի տարիքից և իրավիճակի հասկացման կարողությունից,
- Մեծից ու անձնային առանձնահատկություններից,
- Տրավմային նախորդող կենսագործունեության և զարգացման առանձնահատկություններից,
- Տրավմատիկ ազդեցությունից հետո տեղի ունեցած նշանակալից փոփոխություններից (ապրելավայրի, դերերի, գործառույթների փոփոխություններ),
- Աջակցության առանձնահատկություններից,
- հոգեբանական տրավմաների հետ առնչության նախկին փորձից կալին:

Սովորաբար հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարումները հազվադեպ են հանդիպում երեխաների մոտ, սակայն ցանկացած երեխա, այսպես, թե այնպես, որոշակի հակազդում է դրսևորում: Որոշ հակազդումներ կարող են կարճատև լինել և ինքնըստինքյան անցնել, մինչդեռ մյուսները կարող են ամիսներ և տարիներ տևել: Կան որոշակի հակազդումներ և ախտանիշներ, որոնք բնորոշ են գրեթե բոլոր երեխաներին.

- **Մերժում:** Երեխաները կարող են մերժել տրավմատիկ իրողության հետ կապված մտքերը և զգացողությունները, խուսափել ակտիվությունից, ընկերական և

սոցիալական կապերից, ունենալ տրավմատիկ իրողության մանրամասների վերաբերյալ հիշողության «կորուստ», հուզականորեն կաղապարվել և չկարողանալ արտահայտել հույզերի մեծ մասը:

- **Վերապրում:** Երբեմն երեխաները կրկին ու կրկին վերհիշում և վերապրում են իրավիճակը, խաղարկում են այն իրենց վարքում, կարծես՝ տրավման կրկնվում է, ունենում են գիշերային մղձավանջներ, ուժեղ հակազդումներ տալիս ցանկացած իրավիճակի, որը հիշեցնում է տրավմատիկ փորձը:
- **Գերզգրվածություն:** Այն դրսևորվում է տարբեր ազդակների հանդեպ չափազանց զգայունությամբ, քնի, սնման, ուշադրության կենտրոնացման խանգարումներով, ապակառուցողական վարքային դրսևորումներով և այլն:

Ստորև բերված աղյուսակում հակիրճ ներկայացվում են երեխայի՝ տրավմատիկ իրողությանը տրվող հիմնական հակազդումները՝ ըստ դրանց տարբեր մոդալականությունների:

Մարմին	<ul style="list-style-type: none"> • սթրեսին տրվող ֆիզիկական հակազդումների կառավար-ման անկարողություն • քրոնիկ հիվանդությունների և ևստանի շների արտահայտում և արագում
Միտք	<ul style="list-style-type: none"> • մտածելու, կենտրոնանալու, սովորելու դժվարություններ • հիշողության վատթարացում • մեկգործունեությունից կամ մտքի ցմեկուրի շինանցնելու դժվարություն
Հույզեր և ապրումներ	<ul style="list-style-type: none"> • ցածր ինքնագնահատական • հուզական վիճակի կառավարման դժվարություններ • անապահովության զգացում • դժվարությունները և կերների հետ • վստահելու անկարողություն • մտերի մերի հետ կապվածություն և ստեղծելու դժվարություն • տագնապներ, դեպրեսիվ տրամադրություն
Վարք	<ul style="list-style-type: none"> • ինպուլսիվություն, ինքնավերահսկողության անկարողություն • ագրեսիվություն, կամակորություն, հակաճառում, նեգատիվ լիզմ • կախվածությունների առաջացում (թմրանյութ, ակոհոլ, ծխախոտ) • ինքնասպանության մտքեր կամ գործողություններ

Տրավմատիկ իրողությունն ինքնին չափազանց մեծ փորձություն է երեխայի նուրբ հոգեկանի համար: Սակայն, ցավոք, լինում են իրավիճակներ, երբ տրավմային միանում են այլ ռիսկային, երեխայի բարեկեցությանը վտանգող գործոններ, որոնք դժվարացնում են ապաքինումը և երեխային էլ ավելի ծանր ապրումներ պատճառում: Ռիսկային գործոնները բազմազան են:

- Առօրյա կյանքի վրա ունեցած փաստացի ազդեցությունը: Օրինակ, տեղահանումը, մտերի մի կորուստը, տան կորցնելը և այլ նմանատիպ գործոնները ուժեղացնում են

երեխայի տրավմատիկ հակազդումները, քանի որ կարող են լինել երկարատև և անմիջականորեն ազդել երեխայի ամենօրյա կենսագործունեության վրա:

- Նշանակալից մեծահասակների կամ խնամողների գերհուզական ապրումները: Երեխաները չափազանց զգայուն են մեծահասակների հույզերի, վարքի, ապրումների հանդեպ: Նրանք կարող են հուսահատվել, վախենալ, անապահովության մեծ զգացում ունենալ՝ տեսնելով մեծահասակի վիշտը, ցավը, տխրությունը: Երեխան կարող է խուսափել կիսվել իր սեփական ապրումներով՝ մտահոգվելով մեծահասակի ապրումների համար: Երեխան պետք է զգա մեծահասակի անկեղծությունը և կարողանա կիսվել սեփական դժվարություններով:
- Անձնային առանձնահատկությունները և բնավորությունը: Տրավման և սթրեսը կարող են սրել այն բոլոր գծերը, որոնք առկա էին երեխաների մոտ նախքան նմանատիպ փորձը: Եթե երեխան տագնապային է, հուզական, ապա տրավմատիկ իրողությունն ավելի է սրում նրա վախերը, դարձնում՝ գերզգայուն:
- Ընտանեկան փոխհարաբերությունները և հաղորդակցման ձևերը: Ընտանիքները տարբերվում են իրենց հաղորդակցման, շփման մակարդակով, առանձնահատկություններով: Բաց, անկեղծ և անմիջական շփման ոճ ունեցող ընտանիքներն ավելի հեշտ կարող են հաղթահարել տավմատիկ իրողությունը, առավել նպաստել երեխայի վերականգնմանը, քան այն ընտանիքները, որտեղ սովորական են վեճը, կոնֆլիկտները, մեղադրանքները, օտարացումը և այլն:
- Սոցիալական միջավայրը: Բացի ընտանիքից երեխայի կյանքում մեծ դեր ունեն հասակակիցները, դպրոցը, խմբակները և այլ վայրերը, որտեղ երեխան կարող է հաճախել կամ հաճախել է մինչև տրավմատիկ իրողությունը: Աջակից ընկերը կամ մեծահասակը, օրինակ, մարզիչը, քահանան, դպրոցի կամ որևէ խմբակի ուսուցիչը կարող են մեծ դեր ու ազդեցություն ունենալ երեխայի ապաքինման գործընթացի վրա:

ԳԼՈՒԽ V. ՊԱՏԵՐԱԶՄԸ ԵՎ ՄԱՆԿԱԿԱՆ ՀՈԳԵՏՐԱՎՄԱՆ

Պատերազմական իրավիճակները և ռազմական գործողությունները ամենաուժեղ տրավմատիկ իրողություններից են: Դրանք բացասական ազդեցություն են ունենում երեխայի զարգացման և նրա հետագա հոգեբանական առողջության վրա:

Բացասական և ահռելի ազդեցություն է թողնում նաև տարհանումը, երբ երեխան

հայտնվում է լիովին այլ, իր համար խորթ միջավայրում: Տարհանման հետ առնչվող հիմնական հոգետրավմատիկ գործոններից են՝

- Ասլրուստի և կենցաղի բազմազան խնդիրները,
- Ֆինանսական և գոյատևման խնդիրները,
- Բարեկամներից և հարազատներից հեռու լինելը,
- Սովորական առօրյայի կորուստը, անապահովության զգացումը,
- Նոր միջավայրում միջանձնային շփման դժվարությունները
- Մշակույթային տարբերությունների խնդիրները, սոցիալական հարմարման բարդությունները,
- Լեզվական և հաղորդակցական խնդիրները,
- Խտրականության և անհանդուրժողականության դրսևորումները, և այլն:

Առանձնահատուկ կարևոր են այն նոր պայմանները, որոնցում երեխան պետք է շարունակի իր կյանքը. Կարելի է առանձնացնել տարհանված երեխային բնորոշ ապահարմարողական հետևյալ հակազդումները.

- Սննդի ընդունման և ախորժակի խանգարումներ,
- Քնի խանգարումներ, գիշերային մղձավանջներ,
- Ագրեսիվություն, բարկության պոռթկումներ,
- Լաց, հուզական անհավասարակշիռ վիճակ,
- Տարաբնույթ վախեր (մթություն, հարձակում, մահացածներ, ուրվականներ, աղմուկ),
- Ուժեղ տխրություն, դեպրեսիա,
- Վարքի և հույզերի կառավարման դժվարություններ,
- Հետընթացային, ռեգրեսիվ վարք (գիշերամիզություն, մանկամտություն, եղունգների կրծում և այլն),
- Հուսալքվածություն, հուսահատություն,
- Հոգեբանական սթրեսից առաջացող տարաբնույթ ֆիզիկական ցավեր,
- Խուսափում տրավմատիկ իրողությունը հիշեցնող իրավիճակներից և խոսակցություններից,
- Ուշադրության և հիշողության խնդիրներ,
- Խմբային աշխատանքի, ուրիշների հետ համագործակցելու դժվարություններ,
- Միայնակության, լքվածության և տարության զգացումներ,

Մեծահասակների դերը տարհանված երեխաների հետ առնչվելիս չափազանց կարևոր է և ճակատագրական: Մասնավորապես, պատեհաժամ աջակցության համար անհրաժեշտ է՝ տեղեկացված լինել երեխայի սոցիալ-հոգեբանական և մշակույթային առանձնահատկություններից:

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ

Այսպիսով, դաստիարակությունը չափազանց պատասխանատու գործընթաց է: Երեխային ուղղորդելու համար անհրաժեշտ է հասկանալ նրան, գիտակցելով, որ ձևավորվող մարդու կն ունի ցանկություններ, նախասիրություններ և հետաքրքրություններ, ընդունակ է վստահելու կամ հակառակը, կասկածելու և վիրավորվելու, կարող է կարծիք հայտնել, պաշտպանել սեփական իրավունքները և որոշումներ կայացնել: Մանկավարժության հիմքում ընկած է երեխային ճանաչելու, հետևաբար նրան հասկանալու կարևորագույն սկզբունքը, որն իր հերթին ենթադրում է համապատասխան մակավարժական մտածելակերպ և համարժեք մասնագիտական մոտեցումներ: Մանկավարժության սիրտը հմուտ մանկավարժն է, որը ոգեշնչված երեխայի ներաշխարհը ճանաչելու հնարավորությամբ, կարող է կենդանի շունչ հաղորդել մանկավարժական գործընթացին:

Ուսուցիչները և մանկավարժները, ծնողներից և մտերիմներից հետո, այն առաջնային օղակն են, որոնք կարող են անգերազնահատելի օգնություն ցուցաբերել երեխային՝ հաղթահարելու կյանքի դժվարագույն շրջանը: Անկախ նրանից, թե կոնկրետ որ դերում են հանդես գալիս երեխային աջակցող մեծահասակները, գոյություն ունեն արդյունավետ արձագանքման որոշակի եղանակներ և քայլեր, որոնք զետեղված են ստորև բերվող աղյուսակում: Արձագանքման այս տարբերակներն ուղղված են երեխայի հիմնարար պահանջմունքների բավարարմանը և հոգետրավմայի կազմաքանդող ազդեցությունից վերականգվելուն ինչպես ընտանեկան, այնպես էլ՝ ուսումնական միջավայրում:

ՀԱԿԱԶԴՈՒՄ	ԱՐՁԱԳԱՆՔՈՒՄ
Անօգնականություն և պասիվություն	Ցույց տալ, որ հասկանում ենք երեխային, հանգստացնենք, մխիթարենք, հետևենք սննդին, ստեղծենք խաղալու կամ նկարելու հնարավորություն:
Ընդհանրացված վախ	Վերահաստատենք չափահասների «պաշտպանական վահանը», տանք պաշտպանվածության զգացում:
Ճանաչողության խառնաշփոթ (օրինակ՝ երեխան չի հասկանում, որ այլևս վտանգ չկա)	Շարունակ կրկնենք այն որոշակի պարզաբանումները, որոնց բացակայության դեպքում հնարավոր է խառնաշփոթի առաջացումը, վստահեցնենք, որ տվյալ պահին վտանգ չկա:
Խոսքի պակաս, ընտրովի լռություն, անընդհատ կրկնվող տրավմատիկ անխոս խաղ	Օգնենք խոսքով արտահայտել ընդհանուր զգացողությունն ու գանգատները, այնպես, որ երեխան միայնակ չմնա իր ապրումների հետ:
Քնի խանգարումներ (գիշերային մղձավանջներ, մենակ քնելու, գիշերը մենակ մնալու վախ)	Համոզենք երեխային, որ խոսի այդ մասին, պատմի երազները, կիսվի անհանգստությամբ:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆՑԱՆԿ

1. Անի Խուղոյան «Երեխաների հետհոգեբանական աշխատանքի ուղեցույց», Երևան 2018
2. Իրինա Խանամիրյան, Դավիթ Գևորգյան «Երեխան և հոգետրավման», Երևան 2017թ.
3. Вера Голутвина, Как победить детские страхи, 2008, с.256
4. Шаповаленко И. Возрастная психология. Гардарики: М.:2005
5. Мухина В.С.Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество.М.: Издательский центр «Академия», 1999.
6. <https://www.google.com/amp/s/ereha.am/blog/huzakan-zargacumy-naxadprocakanneri-mot/>
7. Ալան Ֆրոյդ «Այբուբեն ծնողների համար», Երևան 1999թ.: