

## ՄԵԼՍ ՄԿՐՏՈՒՄՅԱՆ

*Խաչատրուր Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական համալսարանի կրթության հոգեբանության և սոցիոլոգիայի ֆակուլտետի հոգեբանության տեսության և պատմության ամբիոնի վարիչ, հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր*

## ԼԻԼԻԹ ՄԿՐՏՈՒՄՅԱՆ

*Խաչատրուր Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական համալսարանի կրթության հոգեբանության և սոցիոլոգիայի ֆակուլտետի հոգեբանության տեսության և պատմության ամբիոնի դոցենտ, հոգեբանական գիտությունների թեկնածու*

### ԱՐՏԱԿԱՐԳ ԻՐԱՎԻՃԱԿՆԵՐՈՒՄ ՍՈՎՈՐՈՂՆԵՐԻ ՍԹՐԵՍԱԿԱՅՈՒՆՈՒԹՅԱՆ ԱՊԱՀՈՎՄԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐԸ

Հոդվածում ներկայացվում են ՀՀ դպրոցներում և ԲՈՒՀ-երում սովորողների ներառական կրթության գործընթացում սոցիալականացման և հարմարման ժամանակակից հիմնախնդիրները: Քննարկվում են բացասական գործոնների ազդեցության հոգեֆիզիոլոգիական մեխանիզմները, որպես ՀՎՄԻ հիմնական պատճառներ: Հոդվածի հեղինակներն առաջարկում են հոգեհիգիենայի և հոգեբանական կանխարգելման համալիր, որը հնարավորություն կտա սովորողներին ապահովելու հոգեբանական անվտանգության և հոգեկան առողջության պաշտպանվածության բարձր մակարդակ: Պաշտպանական համալիրի լիարժեք տիրապետումն ապահովում է նաև սովորողներին արտակարգ իրավիճակներում ինքնուրույն գործելու մեծ հնարավորություններ:

**Հանգուցային բառեր և արտահայտություններ՝** արտակարգ իրավիճակներ, կրթության հատուկ կարիքներ ունեցող երեխաներ, հետվնասվածքային սթրես, հոգեկան առողջություն, հոգեբանական անվտանգություն, գործառության վիճակ, սոցիալական հմտություններ:

20-րդ դարի վերջերին աշխարհում տեղի ունեցած սոցիալ-տնտեսական, քաղաքական իրադարձությունները շատ երկրներում հանգեցրին նոր լուծումներ պահանջող բազմաթիվ հիմնախնդիրների, որոնք գնալով ավելի ու ավելի էին խորանում, կամ էլ իրենց բնույթով արվելով, առաջ էին բերում նոր դժվարություններ: 1988թ-ին մեր երկրում տեղի ունեցած երկրաշարժը և 90-ական թվականների տնտեսական ճգնաժամն ու Ղարաբաղյան պատերազմը առանձնահատուկ բացասական ազդեցություն ունեցան ՀՀ ազգաբնակչության բոլոր շերտերի ապրելակերպի, նրանց ընդհանուր և հոգեկան առողջության վրա [1, 6, 8]: Աղետներին, զանգվածային երևույթներին սովորաբար առնչվում են հազարավոր մարդիկ, սակայն ամենից շատ տուժում են երեխաներն ու հաշմանդամները, որոնք սովորում են ՀՀ դպրոցներում ու ԲՈՒՀ-երում: Մասնագիտական գրականության վերլուծության արդյունքները ցույց են տալիս, որ տնտեսական, սոցիալ-քաղաքական ճգնաժամերի դեպքում, ինչպես նաև աղետների ժամանակ և դրանցից հետո ընկած ժամանակաշրջանում երեխաներն օբեկտիվորեն ապ-

րելով տազնապի, վախի ու գրկանքների պայմաններում, ժամանակի ընթացքում նրանց օրգանիզմի գրեթե բոլոր համակարգերը գործառնական ձևափոխումների են ենթարկվում: Այդ իսկ պատճառով նրանք դառնում են զգայուն, անհանգիստ, դյուրագրգիռ, տազնապալի: Այդպիսի երեխաները կյանքի հետագա փուլերում իրենց առողջության, ֆիզիկական շարժունակության, հոգեկան հավասարակշռվածության, անձի ինքնությունության ու նախաձեռնողականության ցուցանիշներով առանձնապես աչքի չեն ընկնում: Հետագայում նրանք իրենց հասարակական վարքագծով, օրգանիզմի ընդհանուր և հոգեկան առողջության բնութագրերով դառնում են իներտ, «անդեմ», անտարբեր անձնավորություններ: Այդպիսի անձիք ամեն կերպ խուսափում են ներգրավվելու հասարակության զարգացմանը նպաստող աշխատանքներում, թերանում են գրեթե ամեն ինչում կամ արհամարհում իրենց քաղաքացիական պարտականությունները (խուսափում են բանակային ծառայությունից, չդիմանալով կյանքի դժվարություններին՝ բռնում են արտագաղթի ճանապարհը, շատ ուշ են ամուսնանում կամ չեն ամուսնանում և այլն): Երկրաշարժից ու 90-ական թվականների ճգնաժամային տարիներից անցել է արդեն շուրջ քսանհինգ տարի և այդ երևույթներն այսօր ակնառու դրսևորվում են ժամանակակից երիտասարդների մեջ: Դա բացատրվում է նաև նրանով, որ 90-ական թվականներին ՀՀ գոյություն ունեցող արտակարգ, ճգնաժամային տարիներին նրանց մոտ թաքնված հոգեբանական վնասվածքները նրանց հասունացմանը զուգահեռ միջնորդավորված արտացոլվում են որպես հետվնասվածքային հոգեբանական երևույթներ /շեշտավորված բնավորություն, հոգեմարմնական փոփոխություններ՝ զանազան հիվանդությունների տեսքով և այլն/: Հոգեբանական այդպիսի տեղա-

շարժերը որպես օրինաչափություն՝ կարող են շատ երկար ժամանակ պահպանվել: Հոգեբանական գրականության մեջ դրանք մասնագետների կողմից համարվում են հետվնասվածքային սթրեսային խանգարումներ /ՀՎՄԽ/ [2,4,5,6]: Չնայած հոգեկան առողջության պահպանման ուղղությամբ մեր երկրում գոյություն ունեցող բազմաթիվ մասնագիտացված հոգեբանական կենտրոնների գոյությանը, այնուամենայնիվ, շատ երեխաներ /սահմանափակ հնարանորություններով, անբարենպաստ, կոնֆլիկտածին ընտանիքներում ապրող, միակողմանի, կամ երկկողմանի ծնողազուրկ երեխաներ և այլն/ տարբեր պատճառներով դուրս են մնում այդ կառույցների ծառայություններից օգտվելու հնարավորություններից: Հանգամանքների բերումով այդպիսի երեխաներն առանց այդ էլ զրկված լինելով կյանքի համար բարենպաստ ապրելակերպի պայմաններից, արտակարգ իրավիճակում դառնում են անկարող ու հոգեբանական լուրջ կախվածության մեջ: Մյուս կողմից՝ մենք ապրում ենք այնպիսի ժամանակաշրջանում, որ օրավտր աճում են անձի վրա անդրադարձող սոցիալ-տնտեսական, ռազմա-քաղաքական, հոգեբանական և այլ բնութագրեր ունեցող բացասական ազդեցությունների հաճախականությունը:

Հանրապետությունում գոյություն ունեցող սոցիալ-տնտեսական, ռազմա-քաղաքական անկայուն իրավիճակը ու դրան հետևանքով առաջացած կյանքի դժվարությունները նպաստավոր պայմաններ են ստեղծում հասարակության ներսում առաջացող շշուկների, «ստահող» լուրերի ու ընդհանուր տրամադրությունների անկման, պետության ու կառավարության վարած քաղաքականության նկատմամբ անվստահության տրամադրությունների առաջացման: Չնայած հասարակության նկատմամբ տարվող նպատակաուղղված աշխատանքների բազմազանու-

թյանն ու հատուկ կարիքներ ունեցող անձանց նկատմամբ տարվող կանխարգելիչ աշխատանքներին, այնուամենայնիվ ամենափոքր առիթի դեպքում նման մարդկանց շրջանում առաջացնում են զանգվածային խուճապի, համատարած վախի անկառավարելի երևույթներ, որոնցում ամենից շատ տուժում են հենց երեխաները: Կա մի հանգամանք ևս, որը թերևս ամենակարևորն է: Դպրոցներում, ԲՈՒՀ-երում կենտրոնացած լինելով հարյուրավոր ու հազարավոր սովորողներ, պատահարի դեպքում (ահաբեկչական գործողություններ, առևանգում, հղեհներ, երկրաշարժ ու այլ չնախատեսված արտակարգ իրավիճակներ) տուժում են շատ երեխաներ: Մյուս կողմից՝ պատահարների դեպքում երեխաների շրջանում առաջանում են տագնապի, սուր վախերի, հուզական լարվածության, հզոր սթրեսների կայուն հոգեվիճակներ, որոնք կրում են ՀՎՄԽ-ների բոլոր բնութագրերը: ՀՎՄԽ-ների վտանգավորությունը դրանց միջնորդավորված բնույթն է, որը դրսևորվում է երեխաների օրգանիզմի համակարգերի գործառույթային փոփոխություններով (ընդհանուր հյուծվածություն, անկանոն վարքագծի դրսևորում, հենաշարժական, սիրտ-անոթային, մարսողական, գազափոխանակության, նյարդային համակարգությունների փոփոխություններով և այլն[9,17,25]: Դա բացատրվում է նրանով, որ երեխաներն իրենց անփորձությամբ ու ֆիզիկական անկարողունակությամբ չեն տիրապետում անսովոր ու արտակարգ իրավիճակներում ինքնուրույն կողմնորոշվելու, ինչպես նաև դրանցից պաշտպանվելու սոցիալական հմտությունների, այդ իսկ պատճառով նրանք հայտնվում են տուժվածների առաջին շարքերում:

Վերջին տասնամյակներում ՀՀ տեղի ունեցած սոցիալ-հոգեբանական, տնտեսական, քաղաքական փոփոխությունները /քաղաքներում տրանսպորտի միջոցների մեծ կուտակումները, էլեկտ-

րականության ու գազի շահագործման անվտանգության կանոնների խախտման պատճառով առաջացած պայթյունների մեծ հաճախականությունը, ժամանակի մարտահրավերների զարգացման անհասկանալի միտումները և բազմաթիվ այլ գործոններ/ հատկապես քաղաքական սովորողների համար հանդիսանում են լուրջ սպառնալիքներ: Այդ են վկայում նաև ժամանակակից հոգեբանական գրականության մեջ գոյություն ունեցող բաղնաթիվ հետազոտությունների արդյունքները, որոնք հստակ առանձնացնում են «քաղաքային վախեր» երևույթը, որն իր մեջ պարունակում է բազմաթիվ հավանական սպառնալիքների հետևանքով առաջացած վախերի ամբողջություն [2,6]:

ՀՀ դպրոցների մի զգալի մասը գտնվում են կենտրոնից հեռու շրջաններում, ինչպես նաև սահմանամերձ գոտիներում, որտեղ կրակոցների, սահմանային միջադեպերի հաճախականությունը բավականին մեծ է: Դրանցում ապրող երեխաները գտնվում են տևական լարվածության, սթրեսների, վախի ու սարսափի պայմաններում: Նրանց համար ապրելակերպի այդպիսի պայմանները վաղուց արդեն դարձել են սովորական, սակայն դա չի նշանակում որ նրանք հարմարվել են այդ ամենին: Հարկ է նշել, որ այդպիսի պայմաններում ամենադժվար իրավիճակում գտնվում են կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիք ունեցող երեխաներն ու նրանց ծնողները: Վերջին տարիներին ՀՀ կրթության և գիտության նախարարության կողմից դպրոցներում ներառական կրթության ներդրումը ինչքան էլ որ համարենք դրական երևույթ, այնուամենայնիվ երեխաների ու նրանց ծնողների համար ստեղծվել է բազմաթիվ չլուծված խնդիրների իրողություն, որոնք շուտափույթ լուծումներ են պահանջում: Դրանք կապված են նոր դպրոցական միջավայրում երեխաների ու նրանց ծնողների, ուսուցիչների

միջև ծագող խնդիրների լուծման դժվարությունների, նոր միջավայրում հատուկ կարիքներ ունեցող և առողջ երեխաների սոցիալականացման, նրանց հոգեբանական անվտանգության, ընդհանուր և հոգեկան առողջության պահպանման, առօրյա տեսանելի և թաքնված վտանգների, ռիսկերի կանխարգելման և այլ հրմնախնդիրների հետ: Երկրում տեղի ունեցող սոցիալ-տնտեսական, քաղաքական տեղաշարժերի կտրուկ փոփոխությունների հետևանքները հատկապես անդրադառնում են կրթության առանձնահատուկ պայմանների կարիքներ ունեցող երեխաների հոգեկան առողջության վրա: Դա պայմանավորված է երեխաների համատեղ ուսումնական գործունեության կազմակերպման համար որոշ դպրոցներում հոգեհիգիենայի, սանհանգույցների, խաղահրապարակների, և բազմաթիվ այլ պայմանների բացակայության հետ (եթե կան էլ, դրանք շարժասայլակների համար նախատեսված թեքություններից այն կողմ չեն գնում): Հոգեբանական առումով՝ երեխաների հարմարման գործընթացի և ուսումնական գործունեության արդյունավետության համար անհրաժեշտ է գիտական լուրջ ուսումնասիրությունների և նորագույն տեխնոլոգիաների ներդրում, քանզի ներառական կրթությունը մեզանում նոր երևույթ է ու այդ բնագավառում դեռևս գիտական լուրջ ուսումնասիրություններ արված չեն:

Առողջական, հոգեբանական անվտանգության, առավել ևս սթրես գործոններին դիմակայման առումով՝ առանձնապես ապահովված չեն նաև սովորող երիտասարդները: ՀՀ տարբեր տարածաշրջաններից բուհերում սովորելու նպատակով մայրաքաղաք տեղափոխված պատանիների ու աղջիկների մի մասը չի տիրապետում ժամանակակից քաղաքային ապրելակերպի պարզագույն կանոններին, որի պատճառով նրանք մշտապես գտնվում են անհար-

մարվածության, հոգեբանական լարվածության, ուսումնական ու կենցաղային սթրեսի վիճակում: Նշված և բազմաթիվ այլ պատճառներով գտնվելով ֆրուստրացված վիճակում, նրանք ապրում են տագնապի, վախի, պայմաններում՝ ժամանակի ընթացքում ձեռք բերում հոգեբանական և մարմնական բազմաթիվ բացասական տեղաշարժեր [2, 4]: Դրանք հանդիսանում են որպես ընդհանուր և հոգեկան առողջության ցուցանիշներ: Այս տեսանկյունից սթրեսակայունությունն ու հոգեբանական անվտանգությունը անձի այնպիսի առանձնահատկություններ են, որոնք ձևավորվում են հետևողական աշխատանքի արդյունքում: Կյանքի անբարենպաստ պայմաններում, արտակարգ ու ճգնաժամային իրավիճակներում ապրող սովորողների ու երեխաների սթրեսակայունության հիմնական գրավականը երեխաների ընդհանուր և հոգեկան առողջությունն է: Վերջինս շատ բանով բնութագրում է նրանց հոգեկան հավասարակշռությունը, օրգանիզմի և արտաքին աշխարհի միջև կայուն կապերի պահպանման առանձնահատկությունները, նրանց վերաբերմունքի ու տարբեր հակազդեցությունների ձևերով միջավայրին հարմարվելը: Սակայն ինչպես ցույց են տալիս մասնագիտական գրականության վերլուծություններն ու դիտարկումները, ՀՀ սահմանամերձ տարածքներում, ինչպես նաև աղետի գոտում ապրող շատ երեխաներ զրկված են անգամ նորմալ ապրելակերպի տարրական պայմաններից [2, 5, 7]:

Սպիտակի երկրաշարժի հետևանքների վերլուծությունը, ինչպես նաև վերջին տասնամյակների սոցիալ-տնտեսական, քաղաքական իրադարձությունների փորձը ցույց է տալիս, որ արտակարգ իրավիճակներում հատկապես ուսումնական հաստատություններում զոհերի ու վիրավորների մեծ քանակության պատճառներից մեկն էլ աղետի

պայմաններում երեխաների ու մանկավարժական կոլեկտիվի արդյունավետ համագործակցության ծրագրերի բացակայությունն էր, նրանց կողմից կանխարգելման ու պաշտպանական գիտելիքների բացակայությունը[1,3,5,7]: Մյուս կողմից՝ օրավուր խնդիր է երեխաների ու մանկավարժների շրջանում աղետի պահին փոխօգնության, փոխադարձ փոխարինելիության, համագործակցության, արդյունավետ գործողությունների կազմակերպման, դրանցում տագնապի, վախի, խուճապի, փախուստի երևույթների հաղթահարման հոգեբանական հիմնադրույթների տիրապետումը:

Երեխաների համատեղ գործունեությունը պահանջում է ինչպես սովորական, այնպես էլ սահմանափակ կարողություններով երեխաների միջև փոխադարձ հանդուրժողականություն, արդյունավետ համագործակցություն, ընդհանուր համակցության օրենքների, գործնական գիտելիքների ու հմտությունների տիրապետում Այդ իսկ պատճառով, ժամանակի մարտահրավերներին դիմակայման և դրանցում արդյունավետ գործունեություն ծավալելու համար անհրաժեշտ է բազմակողմանի պատրաստվածություն: Հաշվի առնելով առողջ և սահմանափակ հնարավորություններով սովորողների հոգեբանական, ֆիզիկական առանձնահատկությունները, հույժ կարևոր է նրանց հոգեբանական անվտանգության, սթրեսակայունության բարձրացման համակարգի մշակումը:

Ներառական կրթության արդյունավետության և արտակարգ իրավիճակներում կյանքի, կենսագործունեության, երեխաների ընդհանուր և հոգեկան առողջության ապահովման նպատակով առաջարկվում է դպրոցական և բուհական հաստատություններում ստեղծել հատուկ պատրաստություն ունեցող բժշկական, սոցիալ-հոգեբանական ծառայություններ, որոնք ուղղված կլինեն

ուսուցիչների, երեխաների, ծնողների միջև ծագած կոնֆլիկտների, ինչպես նաև դպրոցական, բուհական կոլեկտիվներում առաջացած հիմնախնդիրների լուծմանը: Գործընթացի հաջող իրականացումը պահանջում է կոնկրետ պայմանների ապահովում: Դրանք են.

Դպրոցական կոլեկտիվներում երեխաների համար սոցիալ-կենցաղային նվազագույն պայմանների ապահովում.

ա) հատուկ կարիքներ ունեցող երեխաների ազատ շարժվելու, մուտք ու ելքի, վերելակների ու զանազան պահանջմունքների բավարարման նպատակով հարմարությունների ստեղծում,

բ) սննդի ընդունման, հանգստի սենյակների, հարմարավետ սանհանգույցների, լվացարանների, աստիճանների և այլ հարմարությունների ստեղծում,

գ) ուսումնական տարբեր առարկաների ծրագրերի պահանջներին համապատասխան կահավորված սրահների, լաբորատորիաների, մարզասրահների նախապատրաստում:

դ) արտակարգ իրավիճակներում ինքնուրույն կամ ուրիշների օժանդակությամբ հեշտությամբ տեղաշարժվելու և անհրաժեշտության դեպքում տարհանման համար նպաստավոր պայմանների ստեղծում,

2. Ուսուցիչների կողմից երեխաների հետ տարվող աշխատանքներում բազմակողմանի հոգեբանական, սոցիալական հմտությունների տիրապետման, դասարանների հետ անհրաժեշտ անհատական և խմբային աշխատանքների կառուցման խորը գիտելիքների տիրապետում,

ա) դպրոցական կոլեկտիվներում ծագող կոնֆլիկտների լուծման, աշակերտների միջև, ինչպես նաև ուսուցիչ-ծնող հարաբերություններում միջանձնային համագործակցության մթնոլորտի ստեղծման, երեխաների և ուսուցիչների միջև համագործակցության, դրանց կառավարման, դպրոցական հոգեհիգիենայի պայմանների ստեղծում և այլն:

բ) ժամանակակից հոգեբանա-մանկավարժական միջոցների, հնարների, նորագույն տեխնոլոգիաների ներդրում, արդյունավետ դասերի վարման նպատակով նորագույն մեթոդների ներգրավում,

գ) ծնողների հետ տարվող սոցիալ-հոգեբանական աշխատանքների կազմակերպման մշակույթի ձևավորում,

դ) կրթության հատուկ կարիքներ ունեցող երեխաների տարիքային, կենսաբանական, հոգեբանական փոփոխությունների վերաբերյալ հատուկ աշխատանքների կազմակերպում, երեխաների հոգեբանական դիմանկարների ու բնութագրերի ձևավորում:

3. Դպրոցական հոգեբանական ծառայության ստեղծում:

4. Երեխաների հոգեկան առողջության պահպանման ծառայություններ ստեղծում/ առողջարարական ֆիզկուլտուրա, մերսում, բժշկական վերահսկողություն և այլն/:

Նշված պահանջները կարևորվում են նրանով, որ երեխաների անձի ձևավորման և ուսումնական գործընթացի կառուցման, նրա բովանդակության նկատմամբ օբյեկտիվորեն առաջացել են նոր պահանջներ ու սուր կարիք է զգացվում գիտական նորագույն մոտեցումների: Առաջարկվող աշխատանքների այս համալիրը վերջնական տարբերակ չէ, այն կարող է ենթարկվել փոփոխության ու հետագա հարստացման, սակայն առաջադրված դրույթներից յուրաքանչյուրն իրենից ներկայացնում է ակնկալվող հոգեբանական աշխատանքների առանձին

ուղղություն և կարիք ունի գիտական համալիր աշխատանքային ծրագրերի մշակման և դրանց հետագա իրականացման:

Ինչպես ցույց է տալիս աղետների ու տարբեր արհավիրքների կանխարգելման վերաբերյալ գոյություն ունեցող գրականության վերլուծությունների ու գործնական աշխատանքների փորձը [3,5,7], գրեթե անհնարին է կանխավ հաշվարկել հավանական վտանգների ու մարտահրավերների ազդեցության ծավալներն ու հավանական վնասները, սակայն երեխաների հոգեկան առողջությանն ու նրանց հարմարմանն ուղղված հոգեբանական կանխարգելիչ աշխատանքների իրականացման դեպքում հնարավոր է նրանց զերծ պահել ՀՎՄԻ վիճակներից, դրանց հնարավոր բացասական զարգացումներից: Համոզված ենք, որ այդ համալիրի արդյունավետ օգտագործման դեպքում երեխաները պաշտպանված կլինեն ամեն տեսակ դժվարություններից ու հավանական սպառնալիքներից: Արդյունքում երեխաները ձեռք կբերեն ինքնուրույնություն, ստեղծարարություն ու հնարամտություն և խնդրահարույց իրավիճակներում հնարավորինս կազատվեն մեծերի խնամակալությունից: Մթերսակայունությանն ուղղված հոգեբանական անվտանգության համակարգի տիրապետումը հնարավորություն կընձեռի նաև ձևավորելու ինքնավստահություն, համարձակություն ու նախաձեռնողականություն, արտակարգ իրավիճակներում՝ հոգեկան կայունության պահպանման բարձր մակարդակ:

*Հոդվածի ներկայացման ցարերթիվը՝ 11.12.13 թ.*

## ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Մկրտումյան Մ.Պ. Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանություն: Փրկարարների հոգեբանական պատրաստության տեխնոլոգիաներ: Երևան, 2013.248 էջ:
2. Մկրտումյան Մ.Պ. Ժամանակակից մարտահրավերներին անձի հակազդման հոգեբանական առանձնահատկությունները, "Բանբեր Երևանի համալսարանի", Փիլիսոփայություն, հոգեբանություն, Եր., 2010,թ. 131,4, էջ 44-49:

3. Սլրտումյան Մ.Պ. Հավանական աղետների դեպքում ազգաբնակչության պատրաստության հոգեհիգիենայի համակարգը, Մանկավարժության և հոգեբանության հիմնախնդիրներ, Միջրուհական կոնստրցիումի գիտական հանդես, 1/14/ ,Երևան, 2009, էջ 108–114:
4. Громбах С.М. Школа и психическое здоровье учащихся. М., Медицина, 1988.– 222 с.
5. Китаев–Смык А. А Психология стресса. М., Наука, 1983.– 368 с.
6. Малкина–Пых И.Г. Экстремальные ситуации. М., Эксмо, 2006.– 960с.
7. Петров Н.Н. Человек в чрезвычайных ситуациях. Челябинск, 1997.– 352с.

ПРОБЛЕМЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ УЧАЩИХСЯ В  
ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

**МЕЛЬС МКРТУМЯН**

*Доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой теории  
и истории психологии Армянского государственного педагогического  
университета имени Хачатура Абовяна*

**ЛИЛИТ МКРТУМЯН**

*Кандидат психологических наук, доцент кафедры теории и истории  
психологии Армянского государственного педагогического  
университета имени Хачатура Абовяна*

В статье представляются современные проблемы социализации и адаптации учащихся в процессе инклюзивного образования в школах и ВУЗ–ах РА. Обсуждаются психофизиологические механизмы воздействия негативных факторов как основных детерминантов возникновения ПТСР. Авторы статьи предлагают комплекс мероприятий психогигиены и психопрофилактики для обеспечения высокого уровня психологической безопасности и психического здоровья учащихся. Полноценное овладение учащимися комплексом психологической защиты обеспечивает их самостоятельность и независимость в экстремальных ситуациях.

*Дата представления статьи: 11.12.13 г.*

PROBLEMS OF THE LEARNERS' STRESS–HANDLING IN EXTREME SITUATIONS

**MELS MKRTUMYAN**

*Doctor of Psychology, Professor, Head of the Chair of Theory and History of Psychology,  
Armenian State Pedagogical University after Khachatur Abovyan*

**LILIT MKRTUMYAN**

*PhD in Psychology, Associate Professor of the Chair of Theory and History of Psychology,  
Armenian State Pedagogical University after Khachatur Abovyan*

The article presents the modern problems of socialization and adaptation of learners in the process of inclusive education in schools and universities of RA. The psycho–physiological mechanisms of the impact of negative factors as the major determinants of PTSD are discussed. The authors of the article propose a set of measures of psycho–hygiene and psycho–prophylaxis to ensure a high level of psychological safety and mental health of learners. A full acquisition of the complex of the psychological protection provides learners independence and autonomy in extreme situations.

*Article submission date 11.12.13*