

ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆԱՑՈՒՄԸ ՍՊՈՐՏՈՒՄ ԵՎ ԱԴԱԳՏԻՎ ՍՊՈՐՏՈՒՄ

Նախաձեռնություն

Կարգապահություն

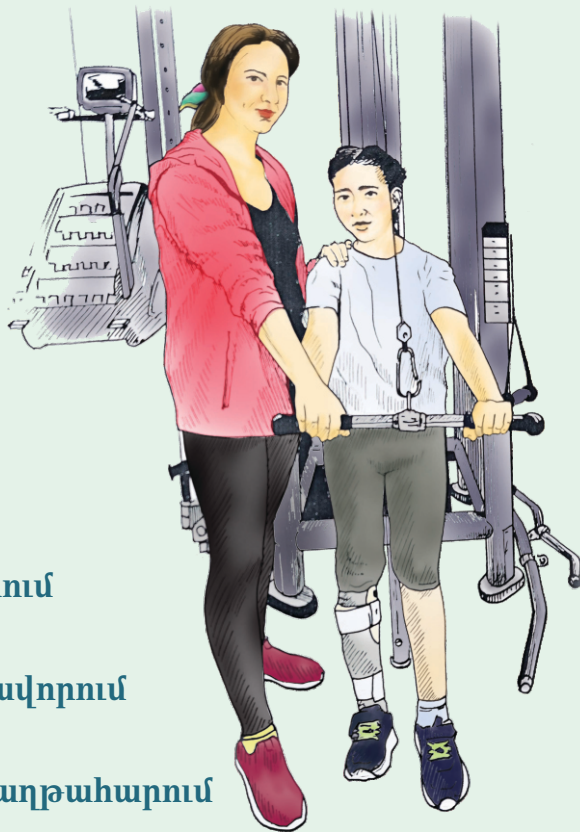
Աշխատասիրություն

Ինքնատիրապետում

Սոցիալական ինտեգրում

Արժեհամակարգի ձևավորում

Դժվարությունների հաղթահարում



ԵՐԵՎԱՆ 2025

Աշոտ Չատինյան

Ashot Chatinyan

Լիաննա Աբրահամյան

Lianna Abrahamyan

**ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆԱՑՈՒՄԸ
ՍՊՈՐՏՈՒՄ ԵՎ ԱԴԱՊՏԻՎ
ՍՊՈՐՏՈՒՄ**

(Ուսումնական ձեռնարկ)

**SOCIALIZATION IN SPORTS
AND IN ADAPTIVE
SPORTS**

(Educational manual)

ԵՐԵՎԱՆ

2025

YEREVAN

ՀՏԴ 796:316.614(07)
ԳՄԴ 75+88.531g7
Չ 272

Երաշխավորված է տպագրության Հայաստանի
ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական
ինստիտուտի Գիտական խորհրդի որոշմամբ

Գրախոսներ՝

1. **Դավթյան Եղիշ**, մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, պրոֆեսոր, ՀՖԿՍՊԻ, մարզախաղերի ամբիոն, անվասայլակով բասկետբոլի թիմի մարզիչ
2. **Պատվականյան Արա**, մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, դոցենտ, ՀՖԿՍՊԻ, ՖԴՏՄ և ԱՖԿ ամբիոն
3. **Թոփուզյան Աիդա**, մանկավարժական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր, ՀՊՄՀ, մանկավարժության ամբիոնի վարիչ

Չատինյան Ա., Աբրահամյան Լ.

Չ 272 Սոցիալականացումը սպորտում և ադապտիվ սպորտում:
Ուսումնական ձեռնարկ / Ա. Չատինյան, Լ. Աբրահամյան.- Եր.:
ՄՌԱՎ ՊՐԻՆՏ, 2025.- 372 էջ:

Ուսումնական ձեռնարկը, իր բնույթով լինելով եզակի, միասնական մեկնաբանությամբ միավորել է ՀՖԿՍՊԻ-ի «Սպորտի մանկավարժություն» և «Ադապտիվ սպորտ» ուսումնական առարկաների կարևոր թեմաներից մեկը՝ անձի սոցիալականացումը: Սոցիալականացման գործընթացը նկարագրվում է մի քանի հայեցակետով՝ ուշադրությունը կենտրոնացնելով սպորտի և ադապտիվ սպորտի ուղղությամբ: Առաջին անգամ սպորտը բնութագրվել է սոցիալականացման գործոնների տեսանկյունից՝ իր արժանի տեղը զբաղեցնելով մեզոգործոնների շարքում:

Ուսումնական ձեռնարկը նախատեսված է ՀՖԿՍՊԻ-ի բակալավրիատի և մագիստրատուրայի ուսանողների, ասպիրանտների, հայցորդների, դասախոսների, ինչպես նաև մարզիչների, ոլորտի մասնագետների և սույն հարցերով հետաքրքրվող լայն շրջանակների համար:

The educational manual, being unique in its nature, combines one of the key from the academic subjects «Sports Pedagogy» and «Adaptive Sports» at ASIPCS with a cohesive interpretation- the socialization of the individual. The process of socialization is described from several perspectives, with a focus on sport and adaptive sport.

For the first time, sport is characterized from the viewpoint of socialization factors, occupying its rightful place among mesosocial factors.

The educational manual is intended for undergraduate and graduate students, doctoral candidates, applicants, lecturers at ASIPCS, as well as coaches, industry professionals, and a wide audience with an interest in these issues.

ՀՏԴ 796:316.614(07)

ԳՄԴ 75+88.531g7

ISBN 978-9939-977-08-9

© Չատինյան Ա., Աբրահամյան Լ., 2024

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ	5
--------------------	---

ԳԼՈՒԽ 1. ՄԱՐԴՈՒ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆԱՑՄԱՆ

ՀԻՄՈՒՆՔՆԵՐԸ	8
--------------------------	----------

1.1. Սոցիալականացում. էությունը, բովանդակությունը	8
---	---

1.2. Սոցիալականացման փուլերը	16
------------------------------------	----

1.3. Սոցիալականացման միջոցները և մեխանիզմները	26
---	----

1.4. Սոցիալականացման գործընթացի բաղադրամասերը	32
--	----

1.5. Սոցիալականացման գործոնները	42
---------------------------------------	----

<i>Ստուգիչ հարցեր</i>	85
-----------------------------	----

<i>Գրականություն</i>	87
----------------------------	----

ԳԼՈՒԽ 2. ՍԱՀՄԱՆԱՓԱԿ ԿԱՐՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՎ

ՄԱՐԴԻԿ	90
---------------------	-----------

2.1. Հաշմանդամության էությունը, հաշմանդամության տեսակները	90
--	----

2.2. Հաշմանդամության ըմբռնման մոդելները	120
---	-----

2.3. Հասարակությանը հաշմանդամների ինտեգրվելու կարևորությունը և հնարավոր խոչընդոտները	142
---	-----

2.4. Հաշմանդամների սոցիալական վերականգնման նշանակությունը, սկզբունքներն ու ձևերը	162
---	-----

<i>Ստուգիչ հարցեր</i>	186
-----------------------------	-----

<i>Գրականություն</i>	189
----------------------------	-----

ԳԼՈՒԽ 3. ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՄԵՋ ՆԵՐԳՐԱՎՎԱԾ ՄԱՐԴԿԱՆՑ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆԱՑՈՒՄԸ	194
3.1. Սպորտը՝ որպես սոցիալական երևույթ. Ժամանակակից սպորտի գործառույթներ	194
3.2. Սոցիալականացումը սպորտում, առանձնահատկությունները, փուլերը.....	219
3.3. Ադապտիվ սպորտ. ծագման ակունքները և զարգացման արդի վիճակը	290
3.4. Սոցիալականացման առանձնահատկությունները ադապտիվ սպորտում.....	316
<i>Սկուզիչ հարցեր</i>	<i>355</i>
<i>Գրականություն.....</i>	<i>360</i>

ՆԵՐԱԾՈՒԹՅՈՒՆ

Ժամանակակից հասարակության կարևոր գործառնություններից են մարդու սոցիալականացման գործընթացի կազմակերպումը և ներառականության ապահովումը, ինչը նպաստավոր պայմաններ է ստեղծում տարբեր տեսակի հաշմանդամներին հասարակությանը հաջող ինտեգրվելու ուղղությամբ:

Այդ նպատակով առաջարկվում են տարբեր մոտեցումներ, հիմնախնդրի լուծման բազմաթիվ եղանակներ՝ սկսած հաշմանդամների անխոչընդոտ տեղաշարժվելու հնարավորությունից, մինչև որակյալ կրթություն ստանալը կամ սեփական բիզնես ունենալը: Նման հարցերի արդյունավետ լուծումները նպաստում են սոցիալականացման հաջող իրականացմանը և հասարակության մեջ մարդու արժանավոր դերի կատարմանը:

Մարդու սոցիալականացման գործընթացի վրա ազդում են բազմաթիվ գործոններ՝ իրենց մեծ, միջին կամ փոքր ներգործության ուժով:

Այդ գործոնների շարքում առանձնահատուկ է սպորտի դերը, որը բազմակողմանիորեն է ներգործում ոչ միայն զանգվածային, պատանեկան սպորտում ներգրավված մարդկանց, այլ առաջին հերթին բարձր նվաճումների սպորտում ընդգրկված մարզիկների վրա՝ անկախ մարզաձևից և մարզական փորձից:

Հաշվի առնելով մարզական գործունեության ազդեցության բազմակողմանիությունը և լայն հնարավորությունները, այն մեծ հնարավորություններ է բացում և առավել մեծ կարևորություն է ստանում հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց համար՝ ազդելով սոցիալականացման տարբեր կողմերի վրա՝ առողջություն, սեփական կյանքի կառավարում, ազատ ժամանակի գրագետ կազմակերպում, սոցիալական ինտեգրում և այլն: Դա

առաջին հերթին վերաբերում է սպորտի ընկալմանը՝ որպես բացառիկ սոցիալական երևույթ, ինչը հիմնված է նրա հանրաճանաչելիության, հասարակության և պետության կողմից դրա ընդունման, քաղաքական նպատակով սպորտի օգտագործման, մարդու սոցիալական դիրքի ամրապնդման և դրանից օգտակար արդյունքներ ստանալու հանգամանքների վրա:

Սույն ուսումնական ձեռնարկի գաղափարի ձևավորման և կառուցվածքի մշակման հիմքում դրվել է ուսուցանվողների ավելի խորը և համապարփակ մասնագիտական գիտելիքների յուրացման կարևոր մոտեցումը՝ հիմնված միջառարկայական կապերի կիրառման վրա:

Ուսումնական ձեռնարկում տրամաբանական շարունակությամբ պարզաբանվում են իրար հաջորդող բաժիններ, որոնցից յուրաքանչյուրը արտացոլում է «Սպորտի մանկավարժություն» և «Աղապտիվ սպորտ» ուսումնական առարկաների որոշ թեմաների միջև յուրահատուկ միջառարկայական կապերը՝ սոցիալականացման գործընթացի, հաշմանդամության և սպորտի սոցիալականացման տարբեր հայեցակետերը՝ կապված առողջ և առողջական խնդիրներ ունեցող մարդկանց հասարակությանը ինտեգրվելու և տարբեր խնդիրներ լուծելու հետ:

Ձեռնարկում ներկայացված են առավելապես սպորտի միջոցով մարզիկների սոցիալականացման տարբեր կողմերի առանձնահատկությունները՝ դիտարկելով այն մարզումային գործընթացի, ինչպես նաև մրցումների առանձնահատուկ նշանակության տեսանկյունից:

Ուսումնական ձեռնարկում կարևոր տեղ է հատկացվել նաև մարզիչների և երկրպագուների սոցիալականացման բարդ և կարևոր գործընթացի վրա սպորտի ներգործության բացահայտ-

մանը՝ հատկապես առանձնացնելով այդ գործընթացում մրցումների առանցքային դերակատարությունը:

Սոցիալականացման գործոնների դասակարգման մեջ առաջին անգամ հիմնավորվել է սպորտի տեղը մեզոգործոնների խմբում, հայերենով նկարագրվել է սպորտի կարևոր դերը և ներգործության հնարավոր ուղղությունները մարդու սոցիալականացման գործընթացում:

Ձեռնարկում լուսաբանվում են նաև ադապտիվ սպորտի ձևավորման ակունքները և պատմական զարգացման փուլերը:

Ուսումնական նյութը ավելի մատչելի դարձնելու և այն ավելի դյուրին յուրացնելու, ինչպես նաև «հաշմանդամություն» երևույթը ոչ գորշ տեսանկյունից դիտարկելու նպատակով՝ ձեռնարկում կիրառվել է յուրովի մոտեցում, որը հիմնված է ենթագլուխների բովանդակությանը համապատասխանող լավատեսություններ շնչող բազմաթիվ գունավոր նկարների ներկայացման վրա:

ԳԼՈՒԽ 1. ՄԱՐԴՈՒ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆԱՑՄԱՆ ՀԻՄՈՒՆՔՆԵՐԸ

1.1. Սոցիալականացում. էությունը, բովանդակությունը

Գիտության մեջ մարդու մասին «սոցիալականացում» եզրույթը փոխառնվել է քաղաքատնտեսությունից, որտեղ նրա սկզբնական իմաստն էր հողի, արտադրության միջոցների հանրայնացումը:

Մարդուն ուսումնասիրող գիտություններում «սոցիալականացում» եզրույթը շրջանառության մեջ է դրել ամերիկացի սոցիոլոգ Ֆ. Հիդդինգսը, որը 1887թ. «Սոցիալականացման տեսություն» աշխատությունում օգտագործել է այն հետևյալ իմաստով՝ «անհատի սոցիալական բնության զարգացում, մարդու նախապատրաստում սոցիալական կյանքին, սոցիալական կյանքին հարմարվելու միջոց»:

Սոցիալականացումը (լատիներենից՝ **socialis** - հասարակական) անձի ձևավորման գործընթացն է, մշակույթի, լեզվի, սոցիալական արժեքների, վարքի նորմերի, դիրքորոշումների և ձևերի յուրացումը, որը բնորոշ է տվյալ հասարակությանը, սոցիալական համայնքին, խմբին, ինչպես նաև սոցիալական կապերի, սոցիալական փորձի վերարտադրումն է և հարստացումը:

Սոցիալականացումը կարելի է դիտարկել որպես գործընթաց, որն ուղղված է անձի սոցիալական կայացմանը և զարգացմանը՝ պայմանավորված հասարակության մեջ փոխգործունեության բնույթով, ինչպես նաև հարմարեցում դրան՝ հաշվի առնելով անձի անհատական առանձնահատկությունները:

Հասարակության կենսագործունեության համար անհրաժեշտ է իրականացնել մարդկանց սոցիալականացում: Յուրաքանչյուր հասարակություն՝ պայմանավորված իրեն բնորոշ մշա-

կութային արժեքներով և վարքի նորմերով, իրականացնում է սոցիալականացումը, որպեսզի ապահովի իր գոյատևումը և զարգացումը:

Կարելի է նշել, որ սոցիալականացումը այն գործընթացն է, որն ուղղված է ձևավորելու՝

1. ինտերակտիվ հմտություններ՝ խոսք, խորհրդանշական հաղորդագրություններ և այլ մարդկանց վարքի գնահատում և մեկնաբանում,
2. տարբեր առարկաներից, իրերից, գործիքներից օգտվելու կարողություններ,
3. վարքի նորմեր և մոդելներ,
4. կյանքի արժեքներ:

Սոցիալականացումը մարդու զարգացումն է ամբողջ կյանքի ընթացքում՝ շրջակա միջավայրի հետ փոխգործակցության, սոցիալական նորմերի և մշակութային արժեքների յուրացման և վերարտադրության գործընթացում, ինչպես նաև ինքնազարգացումն է և ինքնաիրացումը այն հասարակությունում, որին նա պատկանում է:



Սոցիալականացումը մարդու զարգացման կարևորագույն գործոններից մեկն է: Առանց սոցիալականացման իրականացման՝ կյանքի առաջին մի քանի տարիներին մարդիկ չէին կարողանա դառնալ սոցիալական էակներ: Սակայն սոցիալականացումը չի սահմանափակվում մանկությամբ, այն շարունակվում է

որչ կյանքի ընթացքում և հատկապես կարևորվում է այն բազմաթիվ անցումային շրջաններում, որոնց հետ մարդը բախվում է կյանքի ընթացքում:

Բնական (տարերային) սոցիալականացումը տեղի է ունենում այն ժամանակ, երբ երեխաները, պատանիները ուսումնասիրում և բացահայտում են իրենց շրջապատող աշխարհը: Այն սկսվում է ընտանիքում, որտեղ երեխան ծանոթանում է հաղորդակցման հիմունքներին, հասարակական փոխգործունեությանը և արժեհամակարգակին՝ հարգանք, հարազատների հետ համագործակցություն:

Հետագայում սոցիալականացման օբյեկտներն ընդլայնվում են, և այդ գործընթացում ներգրավվում են նաև հասակակիցների խմբերը, դպրոցը, կրոնական ինստիտուտները, զանգվածային հաղորդակցման միջոցները և այլ սոցիալական ինստիտուտներն ու կազմակերպությունները: Դրանցից յուրաքանչյուրը հարստացնում է մարդու կյանքի փորձը, ձևավորում գիտելիքներ և կարողություններ, որոնք անհրաժեշտ են հասարակության մեջ ապրելու ու գործունեություն ծավալելու համար:

Սոցիալականացման կարևորագույն առավելություններից է, որ այն օգնում է մարդկանց նույնականացմանը (մասնակի գիտակցված մտավոր գործընթաց է՝ ուղղված իրեն՝ մարդկանց այլ խմբին պատկանելու, նմանեցնելու) տվյալ հասարակության պատկանելության հարցում, օգնում է ձևավորել սեփական անձի նկատմամբ հպարտության զգացողություն:

Կարելի է նշել, որ անձի սոցիալական ձևավորումը մարդու սոցիալական պատասխանն է՝ հիմնված նրա տարիքի և սոցիալական կոնկրետ համակարգում հասարակական զարգացման վրա: Դրանով են դատում մարդու սոցիալական զարգացման մակարդակի մասին: Եվ որպես արդյունք՝ սոցիալականացումը

մարդու հիմնարար բնութագիրն է և, համապատասխան իր տարիքի, հասարակության սոցիալական միավորի, առանձնահատկության նկարագիրն է: Այսպես՝ իր սոցիալական զարգացման ընթացքում երեխան կարող է ետ մնալ կամ առաջ անցնել իր հասակակիցներից: Նման դեպքում սոցիալականացումը՝ որպես արդյունք, բնութագրում է հասակակիցների նկատմամբ կոնկրետ երեխայի սոցիալական կարգավիճակը:

Սոցիալականացման արդյունքը մարդու սոցիալական «կողավորումն է»՝ որպես կոնկրետ մշակույթ կրող և արարիչ, որն ունի սոցիալական հատկությունների որոշակի հավաքածու, ինչի շնորհիվ ընդունակ է համատեղ ապրելու այլ մարդկանց հետ:



«Սոցիալականացում» եզրույթին զուգահեռ գոյություն ունեն նաև «վերասոցիալականացում» և «ապասոցիալականացում» հասկացությունները և երևույթները:

Վերասոցիալականացում. մարդու հարմարվողականությունն է նոր համայնքի, հասարակության կյանքին: Երեխայի կյանքում սոցիալական զարգացման մեջ, կյանքում այն կարող է դրական կամ բացասական դեր խաղալ: Վերասոցիալականացման դրական դերը հետևյալն է՝ թույլ է տալիս երեխային ձերբազատվել նախկին բացասական սոցիալական փորձից, նպաս-

տում է նոր փորձի ձեռքբերմանը, նրա սոցիալական հնարավորությունների ընդլայնմանը:

Նման մոտեցումը ակտիվ կիրառվում է մարդու դաստիարակության ընթացքում՝ ուղղիչ և վերադաստիարակության գործընթացում: Վերասոցիալականացման և նրա արդյունքների վրա էական ազդեցություն են թողնում բազմաթիվ գործոններ, այդ թվում՝ անձնային, դաստիարակչական և միջավայրային:

Ապասոցիալականացում. անհատի կողմից որևէ պատճառով սոցիալական փորձի (սոցիալական նորմերի և հաստատված կանոնների, ապրելակերպի և սոցիալական դերերի) կորուստն է կամ կանխամտածված մերժումը, որն ազդում է նրա կյանքի գործունեության և սոցիալական միջավայրում ինքնիրացման հնարավորության վրա:

Ապասոցիալականացման բացասական դերը հետևյալն է՝ մարդը կորցնում է կուտակված դրական սոցիալական փորձը, որն անհրաժեշտ է իրեն բնական ինքնակայացման համար: Այն բացասաբար է անդրադառնում մարդու մասնագիտական գործունեության, իր համար բնական պայմաններում ինքնիրացման հնարավորության վրա:

Մարդը որքան տարիքով մեծ է, այնքան ապասոցիալականացման վտանգը ավելի փոքր է, քանի որ վարքի և բարոյականության հիմնական ձևերը բավականին կայուն են: Հոգեբանական կախվածության պատճառով երեխաների, դեռահասների և երիտասարդների մոտ ապասոցիալականացմանը կարող է ամբողջությամբ փոխարինել սոցիալականացումը:

Վերասոցիալականացման և ապասոցիալականացման միջև գոյություն ունի սերտ կապ և փոխկապվածություն:

Սոցիալականացումը՝ որպես սոցիալական գիտելիքի բնագավառ, ունի երկու բնութագրիչ՝ կենսաբանական (անձի կազ-

մաքնախոսական, հոգեբանական, տարիքային, անհատական, սեռային առանձնահատկություններ) և սոցիալական (մարդու հարմարումը արտաքին և ներքին միջավայրին, սոցիալական միջավայրի պահանջներին, պայմաններին համապատասխան զարգացում):

Սոցիալականը կարող է հակասության մեջ մտնել կենսաբանականի հետ, խոչընդոտել նրա բնականոն զարգացմանը:

Մարդու մեջ կենսաբանականն ու սոցիալականը միաձուլված են: Մի կողմից նա կենսաբանական էակ է, համակարգ՝ օրգանիզմ, որը պատկանում է «Homo sapiens» կենդանական աշխարհի տեսակին, հետևաբար, նրան բնորոշ են այս տեսակի հատկանիշները և առանձնահատկությունները: Մյուս կողմից՝ մարդը սոցիալական էակ է, որը ապրում է հասարակության մեջ՝ հասարակության օրենքներին համապատասխան:

Մարդու կենսաբանական էությունը դրսևորվում է իր անատոմիայի և ֆիզիոլոգիայի մեջ: Մարդու օրգանիզմն ունի արյան, հենաշարժական, նյարդային, արտազատող և այլ համակարգեր: Թեև այն զիջում է կենդանիներին առանձին օրգանների զարգացմամբ և բազմաթիվ բնական հատկանիշներով, սակայն մարդը գերազանցում է նրանց իր պոտենցիալ հնարավորություններով: Եվ որքան էլ բարձր լինի նրա կազմակերպվածությունը, մարդը ստիպված է քնել, ուտել, բավարարել իր ֆիզիոլոգիական կարիքները:

Բայց, ի տարբերություն կենդանիների, այն ունի տարատեսակ կենսապայմաններին հարմարվելու բարձր կարողություն: Մարդկանց մեջ կենսաբանականը գոյություն չունի իր մաքուր ձևով, այն սոցիալապես պայմանավորված է, ինչը դրսևորվում է, օրինակ, ծնելիության, մանկական մահացության և այլնի փոփոխությամբ:

Մարդը՝ որպես սոցիալական էակ, անքակտելիորեն կապված է հասարակության հետ: Նա միակ կենսաբանական տեսակն է, որը չի ենթարկվում շրջակա միջավայրի պայմաններին, բայց փոխակերպում է միջավայրը սոցիալականի՝ հարմարեցնելով իրեն: Մարդը մարդ է դառնում միայն սոցիալական հարաբերությունների, այլ մարդկանց հետ հաղորդակցման մեջ մտնելով: Եթե անհատը ինչ-որ պատճառով ի ծնե կտրված լինի հասարակությունից, նա չի մտնի սոցիալականացման գործընթացի մեջ, չի զարգանա որպես մարդ, այլ կմնա որպես կենդանի:

Մարդու սոցիալական էությունը դրսևորվում է այնպիսի հատկությունների միջոցով, ինչպիսիք են՝ խոսելու ընդունակությունը, պատրաստակամությունը մասնակցելու հասարակական օգտակար գործունեությանը և ստեղծագործելու:

Սոցիալականացման օբյեկտ և սուբյեկտ

Սոցիալականացման օբյեկտը անհատն է կամ խումբը, որը ենթարկվում է սոցիալականացման գործընթացին: Այդ գործընթացում նրանք յուրացնում են հասարակության մեջ ընդունված սոցիալական նորմերը, արժեքները և վարքի ձևերը: Սոցիալականացման օբյեկտ կարող է լինել երեխան, դեռահասը կամ չափահասը, որը ենթարկվում է սոցիալական միջավայրին ինտեգրվելու գործընթացին:

Կապված սոցիալականացման օբյեկտի հետ՝ կարելի է նշել հետևյալ հիմնական առանձնահատկությունները.

- **տարիքային առանձնահատկություններ.** սոցիալականացման գործընթացը սկսվում է վաղ մանկությունից և շարունակվում է մարդու ողջ կյանքի ընթացքում: Սակայն կյանքի տարբեր փուլերում (նախադպրոցական, դպրոցական, պատանեկություն և հասուն տարիք) սոցիալա-

կանացումն ունի իր առանձնահատկությունները, որոնք որոշվում են տարիքային և հոգեբանական հատկանիշներով.

- **սոցիալական միջավայր.** սոցիալականացման օբյեկտը պասիվ չէ, այն փոխգործակցում է սոցիալական միջավայրի հետ, որը կարող է կամ հեշտացնել, կամ խոչընդոտել սոցիալականացման գործընթացը: Սոցիալական միջավայրը ներառում է ընտանիքը, դպրոցը, հասակակիցների խմբերը և հասարակական կազմակերպությունները.
- **անհատական տարբերություններ.** անհատական գծերը, մոտիվացիան, ինտելեկտի մակարդակը, հուզական կայունությունը և այլ անհատական գործոններ ազդում են անհատի կողմից սոցիալական նորմերի և վարքի ձևերի յուրացման վրա:

Սոցիալականացման սուբյեկտը անհատն է կամ որևէ հաստատություն, որը ազդում է սոցիալականացման օբյեկտի (երեխայի, դեռահասի կամ չափահասի) վրա և նպաստում նրա սոցիալականացմանը: Սոցիալականացման սուբյեկտներ կարող են լինել ծնողները, ուսուցիչները, ընկերները, լրատվամիջոցները, կրոնական ինստիտուտները և այլ սոցիալական հաստատություններ:

Սոցիալականացման սուբյեկտը ակտիվորեն ձևավորում է օբյեկտի վարքագիծը և աշխարհայացքը, մինչդեռ օբյեկտը ընկալում և հարմարվում է այդ ազդեցություններին:

Սոցիալականացման սուբյեկտի հիմնական առանձնահատկություններն են.

- **սոցիալականացման «գործակալների» դեր.** սոցիալականացման «գործակալները» սոցիալական ինստիտուտ-

ներն են՝ մարդիկ, սոցիալական խմբերը, որոնք ազդում են անձի վրա՝ որպես սոցիալականացման գործընթացի մաս: Սոցիալականացման հիմնական սուբյեկտներն են (գործակալներն են) ընտանիքը, կրթական հաստատությունները, լրատվամիջոցները, կրոնական և մշակութային կազմակերպությունները: Այս «գործակալներից» յուրաքանչյուրը կատարում է հատուկ գործառույթներ՝ ձևավորելով անհատականության և սոցիալական վարքի տարբեր կողմեր (Agents of Socialization):

- **Ներգործության գործիքներ.** սոցիալականացման «գործակալները» օգտագործում են մի շարք մեթոդներ և միջոցներ՝ սոցիալական նորմերն ու արժեքները փոխանցելու համար՝ ներառյալ հաղորդակցումը, ուսուցումը, ֆորմալ (օրինակ՝ ուսումնական պլան) և ոչ ֆորմալ (օրինակ՝ ընտանեկան ավանդույթները) մեթոդները:
- **Դերի դինամիզմը.** սոցիալականացման սուբյեկտների ազդեցությունը փոխվում է անհատի ողջ կյանքի ընթացքում: Օրինակ, վաղ մանկության տարիներին սոցիալականացման հիմնական սուբյեկտը ընտանիքն է, մինչդեռ դեռահասության շրջանում մեծ դեր են սկսում խաղալ հասակակիցները և ուսումնական հաստատությունները:

1.2. Սոցիալականացման փուլերը

Յուրաքանչյուր հասարակությունում սոցիալականացման տարբեր փուլերում առկա են որոշ առանձնահատկություններ: Ընդհանուր առմամբ՝ սոցիալականացման փուլերը հարաբերակցվում են մարդու կյանքի տարիքային պարբերացման հետ:

Մարդը սոցիալականացման ընթացքում անցնում է հետևյալ փուլերը (В.Мудрик).

1. մանկություն՝ մինչև 1 տարեկան,
2. վաղ մանկություն՝ 1 – 3 տարեկան,
3. նախադպրոցական մանկություն՝ 3 – 6 տարեկան,
4. կրտսեր դպրոցական՝ 6 – 10 տարեկան,
5. կրտսեր դեռահասություն՝ 10 – 12 տարեկան,
6. ավագ դեռահասություն՝ 12 – 14 տարեկան,
7. վաղ պատանեկություն՝ 15 – 17 տարեկան,
8. պատանեկություն՝ 18 – 23 տարեկան,
9. երիտասարդություն՝ 23 – 30 տարեկան,
10. վաղ հասունություն՝ 30 – 40 տարեկան,
11. ուշ հասունություն՝ 40 – 55 տարեկան,
12. տարեցություն՝ 55 – 65 տարեկան,
13. ծերություն՝ 65 – 75 տարեկան,
14. երկարակեցություն՝ 70 տարեկանից բարձր:

Գոյություն ունի այնպիսի մոտեցում, համաձայն որի սոցիալականացման գործընթացը տեղի է ունենում և իրականացվում է երկու հիմնական փուլով՝ առաջնային և երկրորդական սոցիալականացում (Understanding Socialization in Sociology):

1. **Առաջնային սոցիալականացում:** Այս փուլում մարդը ընդօրինակման և խաղի ճանապարհով ձեռք է բերում վարքի հիմնարար ձևեր, կարողություններ, որոնք թույլ են տալիս իրեն հարմարվելու հասարակությանը:
2. **Երկրորդական սոցիալականացում:** Մեծահասակ մարդը այս փուլում պատրաստվում է կյանքի նոր դերերին և չափահասության հասնելիս փոխում և հարստացնում է սեփական անձը՝ ընդունելով այդ դերերը:

Կյանքի սկզբնամասում մարդը անընդհատ ենթարկվում է առաջնային սոցիալականացման: Ժամանակի ընթացքում գործընթացի բնույթը, միջավայրը և սոցիալականացման ինստիտուտները փոխվում են: Առաջնային սոցիալականացումը սահուն կերպով անցնում է երկրորդական սոցիալականացման փուլին:

Առաջնային սոցիալականացումը սկսվում է մարդու ծնվելու պահից: Ընտանիքը ապահովում է երեխայի կենսաբանական պահանջմունքները և անվտանգության զգացումը:



Երբ փոքրիկը սկսում է խոսել, իր ճանաչողական (կոգնիտիվ) ակտիվությունը ավելանում է: Հաջորդաբար նա ձեռք է բերում առարկաների հետ վարվելու կարողություններ, ինչը թույլ է տալիս իրեն բավարարելու որոշակի պահանջներ, օրինակ՝ ինքնուրույն ուտել կամ ինքնուրույն հագնվել կամ ինքնուրույն հավաքել խաղալիքները: Միաժամանակ նա յուրացնում է վարքի կանոնները, որոնք արդարացնում են գործողության կատարման այս, այլ ոչ թե այն ձևը: Առաջնային սոցիալականացման հիմնական խնդիրն է վարքի կանոնների և նորմերի յուրացումը, որոնք որոշում են հասարակական միջավայրի հետ հարաբերությունների ձևերը:

Դա նշանակում է, որ Երեխան յուրացնում է սոցիալական դերերի հավաքածուն, որոնք կապված են կյանքում տղայի կամ աղջկա, եղբոր կամ քրոջ, թոռան կամ թոռնուհու դերերի հետ:

Առաջնային սոցիալականացման գործընթացը պայմանավորված է բազմաթիվ սոցիալական գործոններով.

- ընտանիքի ներքին կառուցվածք և կենսաձև,
- ընտանիքի սոցիալ-տնտեսական կարգավիճակ,
- ընտանիքում տիրող մշակութային ավանդույթներ:

Առաջնային սոցիալականացումը սահուն կերպով անցնում է հաջորդ փուլի՝ երկրորդական սոցիալականացման, երբ Երեխան իր համար բացահայտում է ընդհանուր սոցիալական կանոնների առկայությունը:

Երկրորդական սոցիալականացումը սկսվում է ավագ տարիքի երեխաների մոտ, որոնք անցել են առաջնային սոցիալականացումը: Այն շարունակվում է ողջ հասուն կյանքի ընթացքում: Երեխան, որը ընտանիքում յուրացրել է որոշակի գիտելիքներ, ձևավորել է կարողություններ և հմտություններ, անցնում է կյանքի սոցիալականացման նոր փուլ, տեղափոխվում նոր, յուրահատուկ միջավայր: Վերջինս կապված է դպրոցի, բուհի, իսկ հետագայում՝ աշխատանքի հետ: Սոցիալականացման այդ ընթացքում մարդը ծանոթանում է հասարակության իր վարքին բնորոշ գերիշխող կանոններին և մոդելներին, ձևավորում է հիմնախնդիրներ լուծելու ընդունակությունը, սովորում է կատարել գիտակցված ընտրություն: Դա մասնագիտացման և հասարակական կյանքի որոշ հատվածներ սեփական դերի ընտրության ժամանակահատվածն է:

Կարող է լինել այնպես, որ կյանքի այս փուլում յուրացված գիտելիքները և ձևավորված հմտությունները պակաս ամուր լի-

նեն, քան առաջնային սոցիալականացման ընթացքում ձևավորվածները:

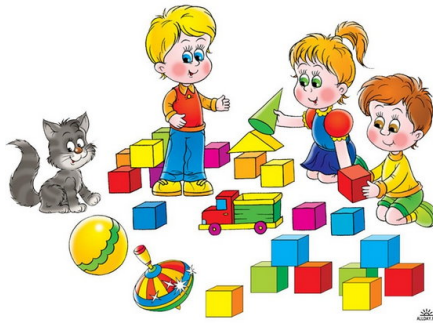
Անցումն առաջնային սոցիալականացումից երկրորդականի կրում է դինամիկ բնույթ. վերանում են գործունեության որոշ ձևեր, ի հայտ են գալիս նորերը:

Գոյություն ունի նաև այնպիսի մոտեցում, երբ սոցիալականացման փուլերի բաժանման չափանիշ են ընդունում անձի ներգրավվումը աշխատանքային գործունեության մեջ (Ն. Կ. Հարությունյան և այլք, Г.М. Андреева): Ըստ այդ մոտեցման՝ սոցիալականացման գործընթացը տեղի է ունենում երեք փուլով.

1. մինչաշխատանքային (ծնվելուց մինչև 18 տ.),
2. աշխատանքային (18-ից մինչև 63-65 տ.),
3. հետաշխատանքային (63-65 տ-ից հետո):

1. Մինչաշխատանքային փուլը ընդգրկում է երկու շրջան.

ա) վաղ սոցիալականացում՝ ծնվելուց մինչև 15 տարեկան:



Վաղ սոցիալականացման բնութագրող կարևորագույն չափանիշներից մեկը խաղային գործունեությունն է: Խաղ կարելի է անվանել ցանկացած գործունեություն, որը հաճույք է պատճառում: Խաղը ազատության, ազատ ընտրության հնարավորություն է տալիս: Խաղի մեջ երեխաներն ազատվում են ծնողների

ճնշումից, նրանց մեջ ի հայտ են գալիս ինքնագարգացման բնական գործընթացները:

Այն նպաստում է հուզականային հատկությունների ձևավորմանը:

Սոցիալականացման ընթացքում արդյունավետ են դերային, համատեղ համագործակցային խաղերը: Խաղը նպաստում է հաղորդակցման ընթացքում միջանձնային հարաբերությունների կառուցմանը, սեփական ուժերի բացահայտմանը և համեմատմանը, վարքագծի ձևավորմանը:

Սոցիալական միջնորդները (ծնող, բարեկամ, դաստիարակ), ուղղորդելով սոցիալական գործընթացը, երեխային նախապատրաստում են գործունեության հաջորդ փուլին՝ դպրոցին:

Սոցիալականացման այս փուլը նպաստում է սովորողների աշխարհայացքի ընդլայնմանը, գիտելիքների ինքնուրույն ձեռքբերմանը, իսկ աշխատանքի բերկրանքի ընկալումն արթնացնում է հպարտության զգացումը: Սովորողը, գնահատելով իր աշխատանքը և հաջողությունները, համեմատելով ուժերը, գիտակցելով ձեռք բերածը, փորձում է քննադատական կարծիք ձևավորել, ինքնավերլուծել, ինքնաբացահայտվել: «Դպրոց» սոցիալական ինստիտուտում ձեռք բերված զարգացման մակարդակի հիմքը դրվում է «ընտանիք» սոցիալական ինստիտուտում:

Նախադպրոցական տարիքի երեխայի սոցիալականացմանը բնորոշ հիմնախնդիրն է՝ աջակցել նրա նույնականացմանը (վերագրել իրեն նույն հատկությունները, որոնք բնորոշ են ազգին, կոլեկտիվին, խմբին):

բ) Պատանեկան սոցիալականացումը 15-18 տարեկան պատանիների սոցիալականացման գործընթացն է: Յուրաքանչյուր երեխա ունի իր տարիքային հնարավորություններին, առողջական վիճակին և կարողություններին համապատասխան, օրեն-

քով չարգելված աշխատանքային գործունեություն ծավալելու իրավունք:

Ինչ վերաբերում է դեռահաս տարիքին, ապա սոցիալականացման մանկավարժական կողմերից են՝ ուսուցումը, հետագա համակողմանի դաստիարակությունը և զարգացումը, մասնագիտական կողմնորոշումը:

Մասնագիտական ուսուցման այս փուլի առանձնահատկություններից մեկը հարմարումն է նոր միջավայրին՝ հատկապես հաշվի առնելով ավագ դպրոցի դասարանների համալրման առանձնահատկությունը՝ կապված այլ հիմնական դպրոցներից երեխաներին մեկ դասարան տեղափոխելու ոչ հասարակ հանգամանքի հետ:

Մյուս առանձնահատկություններից կարելի է նշել մասնագիտական պատրաստության, աշխատանքային գործունեության համար անհրաժեշտ հմտությունների ձեռքբերումը, ապագա մասնագիտական գործունեության հեռանկարի հաստատումը:

2. Աշխատանքային փուլում շարունակվում է սոցիալականացման գործընթացը:

Աշխատանքը մարդու մտավոր, ֆիզիկական, նյութական և հասարակական նպատակաուղղված գործունեությունն է՝ անհատական ու հասարակական կարիքները բավարարելու, կյանքն առավել հարմարավետ, ապահով ու բարեկեցիկ դարձնելու համար: Աշխատանքը մարդու գոյության կարևորագույն պայմանն է, բնական անհրաժեշտություն, առանց որի չէր շարունակվի մարդկությունը:



Աշխատանքը վճռորոշ դեր է ունեցել մարդու ձևավորման գործում: Նրա շնորհիվ մարդն առանձնացել է կենդանական աշխարհից և, ամենակարևորը, տարբերվել նրանից՝ պատրաստելով աշխատանքի գործիքներ: Ի տարբերություն կենդանու բնագոյային գործողությունների՝ մարդու աշխատանքային գործունեությունը առանձնանում է որոշակի նպատակաուղղվածությամբ: Ներգործելով բնության վրա և վերափոխելով այն՝ մարդը միաժամանակ փոփոխում է նաև սեփական վարքագիծը և գիտակցությունը:

Աշխատանքի ընթացքում նա կատարելագործվում է, ամրապնդվում ֆիզիկապես և հոգեպես, ի հայտ են գալիս նրա տաղանդները ու ընդունակությունները, ընդլայնվում են գիտելիքների ծավալը և խորությունը: Աշխատանքը մարդուն ներշնչում է ուժ և վստահություն, նրա մոտ ձևավորում կարգապահություն և պատասխանատվություն:

Աշխատանքային փուլում, մարդու՝ անձի սոցիալական ձևավորումը ենթադրում է նրա ուսուցման և դաստիարակության անհրաժեշտությունը:

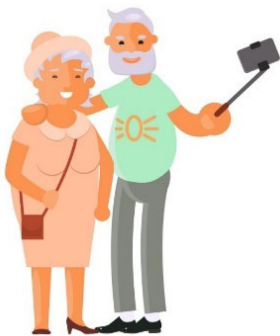
Մեծահասակների շարունակական կրթության հիմնախնդիրը, մասնագիտական պատրաստությունը և վերապատրաստությունը կապված են նոր պայմաններում ուսուցման համակար-

գում, աշխատանքային կոլեկտիվում, մասնագիտական գործունեությունում մեծահասակ մարդու հարմարվելու, մասնագիտական վարպետությունը բարձրացնելու ընդհանուր մշակութային, հոգևոր զարգացման հետ:

Աշխատանքը նպաստում է ինքնահաստատմանը, ընտանեկան գործառույթների իրականացմանը՝ ընտանիքի ձևավորում, ընտանեկան հարաբերությունների ամրացում, երեխաների խնամք և դաստիարակում, հետագա երիտասարդ ընտանիքին օգնության և աջակցության ցուցաբերում, հետաշխատանքային գործունեության պատրաստմանը: Մեծահասակների սոցիալականացման գործընթացում յուրահատուկ դեր ունեն ինքնազարգացման կազմակերպումը, ինքնահաստատումը և ինքնադրսևորումը:

3. Հետաշխատանքային փուլ. այս փուլը կապված է աշխատանքային օրենսգրքով նախատեսված հիվանդության կամ այլ պատճառներով աշխատանքային գործունեությունը դադարեցնող անձանց սոցիալականացման գործընթացի հետ:

Սոցիալականացման հետաշխատանքային փուլում, տարիքի հետ կապված, մարդիկ կարող են ստանձնել նոր սոցիալական դերեր (թոշակառու, խնամակալ, դաստիարակ, խորհրդատու):



Սոցիալական այս փուլում մարդը հարմարվում է ժամանակի տնօրինման սոցիալ-հոգեբանական նոր պայմաններին, սակայն նվազում է նրա շարժողական ակտիվությունը: Հաճախ նկատվում է նախորդ փուլերում ձեռք բերված նվաճումների որոշակի կորուստ: Որոշ դեպքերում հետաշխա-

տանքային փուլում գտնվող անձը կարող է դառնալ եսակենտրոն, ինչը լուրջ դժվարություններ կարող է ստեղծել հաղորդակցման ընթացքում: Այս փուլում անձն իրականացնում է խաղային գործունեություն, որը, ըստ բնույթի և տեսակի, համապատասխանում է տարիքային այդ փուլին: Խաղային գործունեությունը կրում է առավելապես ժամանցային (շախմատ, նարդի, դոմինո, խաղաքարտ և այլն) բնույթ: Հետաշխատանքային փուլում անձը կարող է ավելի ակտիվ իրականացնել կենցաղային պարտականությունները, որոնք ընդգծում են նրա ներկա սոցիալական դերը՝ տարիքային, սեռային, անհատական՝ հոգեբանական առանձնահատկություններին համապատասխան:

Մեծահասակների և տարեցների սոցիալական զարգացման առանձնահատկություններից կարելի է նշել նաև թոշակառուի հարմարեցումը նոր պայմաններին, իր ներուժի օգտագործումը՝ ի նպաստ հասարակությանը, այլ մեծահասակներին օգնության ցուցաբերը, ընտանեկան գործերի իրականացման աջակցումը, ավագ սերնդի կյանքի փորձի, գիտելիքների օգտագործումը երիտասարդների դաստիարակության և ուսուցման գործընթացում:

Հետաշխատանքային սոցիալականացման փուլ մտած մեծահասակները կարող են ավելի շատ ժամանակ տրամադրել իրենց առողջության հարցերի լուծմանը՝ ինքնուրույն կամ այլ թոշակառուների հետ համատեղ: Այս հանգամանքը կարևոր դեր է խաղում նոր միջավայրի ստեղծման, նոր ծանոթների ծեռքերման հարցում, ինչը կարող է նոր դրական լիցք հաղորդել նրանց սոցիալականացմանը:

1.3. Սոցիալականացման միջոցները և մեխանիզմները

Սոցիալականացման միջոցները՝ այն գործընթացի ձևերն ու եղանակներն են, որոնց շնորհիվ տեղի է ունենում մարդու սոցիալականացումը:

Յուրաքանչյուր հասարակություն, պետություն, սոցիալական խումբ (մեծ և փոքր) իր պատմական զարգացման ընթացքում մշակել է խրախուսման տարատեսակ ձևեր, պաշտոնական և ոչ պաշտոնական պատժամիջոցների շարք, աջակցության և համոզման ձևեր, կանոնակարգեր և արգելքներ: Այդ միջոցների և չափանիշների շնորհիվ՝ առանձին մարդու և մարդկանց խմբերի վարքը համապատասխանեցվում է տվյալ հասարակության մեջ ընդունված վարքի ձևերին, նորմերին և արժեքներին:

Մարդու սոցիալականացումն իրականացվում է բազմատեսակ միջոցների լայն շրջանակների շնորհիվ, որոնց բովանդակությունը յուրահատուկ է այս կամ այն հասարակությանը, սոցիալական շերտերին, սոցիալականացվողների տարիքին:

Սոցիալականացման միջոցներին կարելի է վերագրել՝

1. Երեխային կերակրելու և խնամելու ձևերը. ցուրտ կլիմայական պայմաններով երկրներում երեխային, սովորաբար, պահում են օրորոցում պարուրված վիճակում և՛ ցերեկը, և՛ գիշերը: Տաք կլիմայական պայմաններում մայրը երեխային հաճախ կրում է մեջքին, գիշերը երեխան քնում է մոր կողքը, նրան հազցնում են թեթև կամ ընդհանրապես չեն հազցնում:

2. Ձևավորված կենցաղային և հիգիենիկ հմտությունները. այդ միջոցների հետ կապված՝ առաջին հերթին ինքնասպասարկման հիմքն է դրվում՝ ուտել, լվացվել, սանրել մազերը, մաքրել ատամները, կապել կոշիկի քուղերը, մաքրել բնակարանը: Որքան մեծանում է երեխան, այնքան ավելի շատ ազատություն և անկախություն է նա ստանում:

3. Ազգային ավանդույթները. պրակտիկ գործունեության հմտությունների, պատկերացումների, սովորույթների ամբողջությունն է, որը փոխանցվում է սերնդեսերունդ և հանդես է գալիս որպես հասարակական հարաբերությունների կարգավորիչներից մեկը: Այս առումով ավանդույթը անձի սոցիալականացման կարևորագույն գործոնն է, որի առաքելությունն է պահպանել և նոր սերնդին փոխանցել ազգի ավանդույթները:

4. Հոգևոր կուլտուրայի տարրերը (օրորոցային երգերից, հեքիաթներից մինչև քանդակները)՝ գրքեր, ֆիլմեր, հուշարձաններ, թանգարանային ցուցանմուշներ, երգեր և հեռուստասերիալներ. այս ամենը երեխային ծանոթացնում է տվյալ հասարակության մեջ ընդունված արժեհամակարգի հետ:

5. Հաղորդակցման ոճը և բովանդակությունը. հաղորդակցության սոցիալական դերը՝ որպես սոցիալականացման գործընթացի միջոցներից մեկը, կայանում է նրանում, որ այս գործընթացը հասարակության մեջ տեղի է ունենում տարբեր մարդկանց, տարբեր սերունդների միջև փորձի փոխանակման:

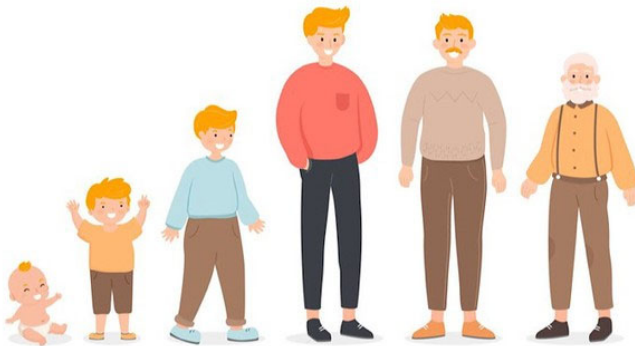
6. Ընտանիքում, հասակակիցների խմբերում, դաստիարակչական և այլ սոցիալականացնող կազմակերպություններում կիրառվող խրախուսման և պատժի մեթոդները և ձևերը. յուրաքանչյուր հասարակություն, պետություն, սոցիալական խումբ մշակում է խրախուսման և պատժի ֆորմալ և ոչ ֆորմալ միջոցների շարք՝ համոզման և ներշնչման մեթոդներ, կարգադրություններ և արգելքներ, հարկադրանքի և ճնշման արտահայտման ձևերի համակարգ:

7. Կենսագործունեության հիմնական ոլորտներում հարաբերությունների բազմաթիվ տեսակներին մարդուն հետևողական հաղորդակից դարձնելը՝ հաղորդակցություն, խաղ, ճանաչողություն, հոգևոր գործունեություն, սպորտ, ինչպես նաև սեռա-

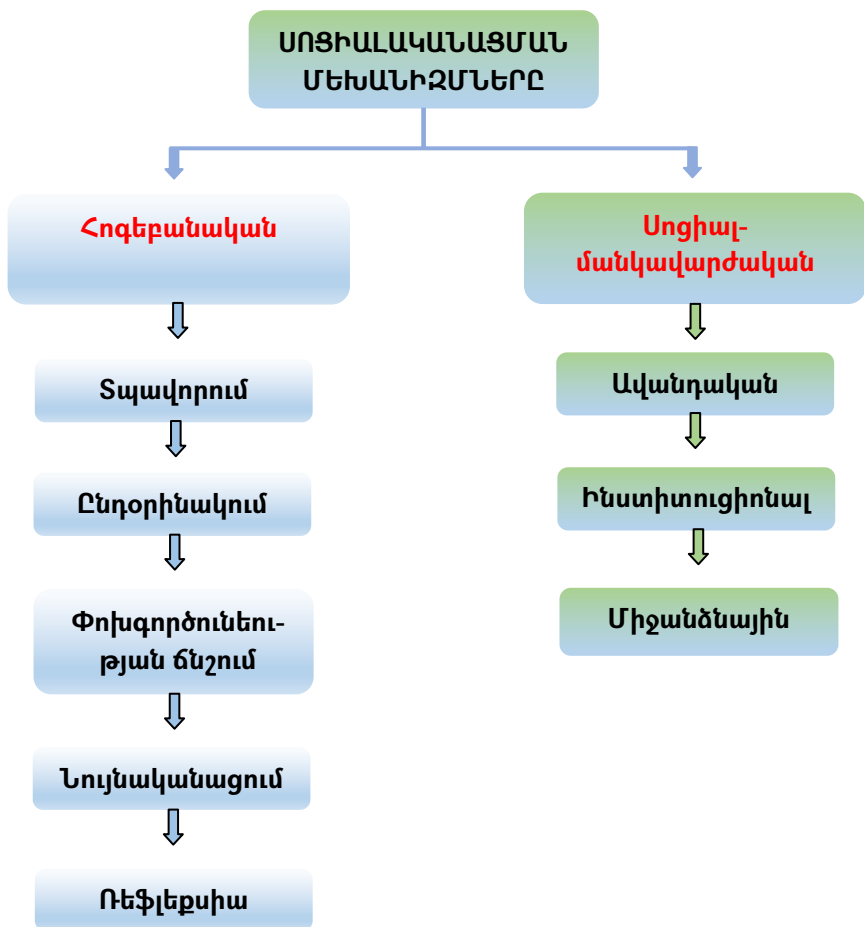
կան, ընտանեկան, մասնագիտական, հանգստի, սոցիալական, կրոնական և կյանքի այլ ոլորտներ:

Սոցիալականացման մեխանիզմները

Մարդու սոցիալականացումը տարբեր գործոնների և «գործակալների» ազդեցությամբ իրականացվում և տեղի է ունենում մի շարք մեխանիզմների միջոցով՝ այսինքն գործողությունների փոխկապակցված և փոխներգործող կառուցվածքի շնորհիվ, որն ուղղված է սոցիալականացման գործընթացի իրականացմանը: Սոցիալականացման մեխանիզմները ենթադրում են սոցիալական փորձի գիտակցված կամ չգիտակցված յուրացում և վերարտադրում:



Առանձնացնում են սոցիալականացման հոգեբանական և սոցիալ-մանկավարժական մեխանիզմներ (նկար 1):



Նկար 1. Սոցիալականացման մեխանիզմները (В.Мудрик)

Սոցիալականացման հոգեբանական մեխանիզմներ

Տպավորվում. Ենթագիտակցական կամ ռեցեպտորային մակարդակում ընկալվող կենսականորեն կարևոր օբյեկտների առանձնահատկությունների ֆիքսումը:

Այն հիմնականում տեղի է ունենում առավելապես մանկական տարիքում: Սակայն հետագա տարիքային փուլերում նույնպես հնարավոր է որոշ զգացողությունների, կերպարների տպավորում:



Ընդօրինակում. Նշանակում է հետևել որոշակի մարդու օրինակին: Ընդօրինակումը սոցիալական փորձի յուրացման կամաձին և ավելի հաճախ ոչ կամաձին ուղիներից մեկն է:

Փոխգործունեության ճնշում. Նշանակալից մարդկանց հետ փոխգործունեության ընթացքում խոսքի տիրապետումն է, սոցիալական վարքի, նորմերի, ապրելաձևի ոչ գիտակցված յուրացումը:

Նույնականացում. մարդու ոչ գիտակցականորեն նմանեցումն է այլ մարդու, խմբի, տիպարի հետ:

Ռեֆլեքսիա (անդրադարձում). ներքին երկխոսություն է, որի ընթացքում մարդը քննարկում է, գնահատում, ընդունում

կամ մերժում է ընտանիքին, հասարակությանը, նշանակալից մարդկանց բնորոշ արժեքները:

Ռեֆլեքսիայի օգնությամբ մարդը կարող է ձևավորվել և փոփոխվել՝ իրականությունը ավելի հստակ գիտակցելու և ավելի բազմազան ու խորը ապրումներ ունենալու արդյունքում:

Սոցիալականացման սոցիալ – մանկավարժական մեխանիզմներ

Սոցիալականացման ինստիտուցիոնալ մեխանիզմ. գործում է մարդու և հասարակական ինստիտուտների և կազմակերպությունների տարբեր ձևերի համագործակցության ընթացքում, որոնք հատուկ ստեղծվել են նրա սոցիալականացման համար կամ իրականացնում են սոցիալականացման գործառույթները՝ զուգահեռ իրենց հիմնական գործունեությանը (արտադրական, սոցիալական, կրոնական և այլն), ինչի արդյունքում ընդլայնվում է նրա սոցիալական փորձը:

Սոցիալականացման ռճավորված մեխանիզմ. գործում է որոշակի ենթակուլտուրայի շրջանակում: Սակայն ենթակուլտուրան ազդում է մարդու սոցիալականացման վրա այնքանով, որքանով նրա խմբի ներկայացուցիչները (հասակակիցներ, գործընկերներ և այլն) կարևորվում են սոցիալականացվողի համար:

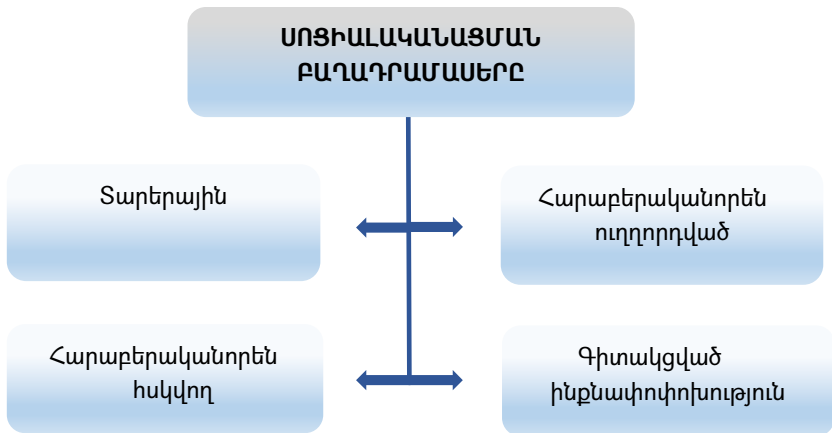


Սոցիալականացման միջանձնային մեխանիզմը գործում է մարդու և նրա համար սուբյեկտիվորեն նշանակալից անձերի փոխգործողության ընթացքում: Այդպիսի մարդիկ կարող են լինել ծնողները, հարգանքի արժանի ցանկացած մեծահասակ, ընկեր – հասակակիցը, այլ սեռի ներկայացուցիչ:

1.4. Սոցիալականացման գործընթացի բաղադրամասերը

Գործընթացի բաղկացուցիչ մասերը այն առանձին տարրերն են, բաղադրիչները, որոնք միասին կազմում և ապահովում են ամբողջ գործընթացի իրականացումը: Այս տարրերից յուրաքանչյուրը կատարում է իր հատուկ դերը, և դրանց փոխազդեցությունը որոշում է գործընթացի ընթացքն ու արդյունքը:

Մարդու սոցիալականացման գործընթացը պայմանականորեն կարելի է բաժանել չորս բաղադրամասի (նկար 2):



Նկար 2. Սոցիալականացման բաղադրամասերը (В.Мудрик)

Տարերային սոցիալականացում

Տարերային սոցիալականացումը տեղի է ունենում մարդու ողջ կյանքի ընթացքում՝ հասարակության հետ նրա տարերային (ոչ կազմակերպված) փոխգործունեության գործընթացում:



Կոնկրետ անձը հաղորդակցվում է ոչ թե ամբողջ հասարակության, այլ նրա տարբեր հատվածների հետ: Որպես նման հատվածներ կարող են հանդես գալ՝ ընտանիք, հարազատներ, հարևանների միջավայր, հասակակիցների խմբեր, բնակավայրի հանրություն (համագյուղացիներ, քաղաքի մեկ միկրոշրջանի բնակիչներ), իրենց մշտական միջավայրից կտրված հայրենակիցներ (բանակում, ազատագրկման վայրերում և այլն): Այդ հատվածին պատկանում են նաև համադասարանցիներ, մասնագիտական խմբեր, շահերի և քաղաքական հայացքների հիման վրա միավորված ժամանակավոր խմբեր (հիվանդանոցում, հանգստի վայրերում և այլն), մարդկանց իրավիճակային միավորումներ (գնացքում, թատրոնում, մարզադաշտում, լողավազանում և այլն):

Կախված անձի տարիքից, սեռից, անհատական հատկանիշներից, բնակության վայրից, էթնո-դավանական և սոցիալ-մշակութային պատկանելությունից՝ հասարակության այն հատ-

վածների շրջանակը, որի հետ նա հաղորդակցվում է, էապես տարբերվում է քանակով և որոշ հատկանիշներով:

Սակայն յուրաքանչյուր դեպքում փոխազդեցությունը կազմակերպված չէ, կրում է տարերային բնույթ (առանց արտաքին ազդեցության): Այն կարգավորվում է մի շարք արժեքներով, նորմերով, սովորույթներով, բարքերով, ոչ պաշտոնական պատժամիջոցներով և նմանատիպ այլ միջոցներով: Նույնիսկ երբ խոսքը վերաբերում է որևէ կազմակերպության շրջանակում փոխգործակցությանը, դրանցում տարերային սոցիալականացումը տեղի է ունենում սոցիալապես վերահսկվողների հետ մեկտեղ:

Տարերային սոցիալականացումը տեղի է ունենում ինչպես հասարակության որոշակի հատվածների հետ անձի ընտրովի փոխգործողության, այնպես էլ ցանկացած հատվածի հետ պարտադիր փոխազդեցության պայմաններում (օրինակ՝ դպրոցում, բանակում, ընկերական միջավայրում և այլն), ինչպես նաև՝ հասարակության որոշ հատվածների հետ հարկադիր փոխազդեցության իրավիճակում (օրինակ՝ քրեակատարողական հիմնարկում):

Հարաբերական ուղղորդված սոցիալականացում

Անձի՝ հարաբերական ուղղորդված սոցիալականացումը տեղի է ունենում հասարակության կառավարումը իրականացնող պետության, պետական մարմինների ու կազմակերպությունների հետ փոխգործակցության ընթացքում և արդյունքում:



«Հարաբերական ուղղորդված սոցիալականացում» հասկացությունը սահմանվում է որպես պետության գործունեություն՝ ուղղված իր տարբեր գործառույթների իրականացմանը, որն օբյեկտիվորեն ունի կամ կարող է ազդեցություն ունենալ ազգաբնակչության այս կամ այն սեռատարիքային, սոցիալ-մշակութային շերտին պատկանող քաղաքացիների կյանքի ուղու վրա:

Հարաբերական ուղղորդված սոցիալականացումը տեղի է ունենում պետության և նրա վարչական միավորների՝ մարզպետարանների, քաղաքապետարանների, գյուղապետարանների շրջանակում:

Յուրաքանչյուր մակարդակում օրենսդիր և գործադիր մարմինները իրենց իրավասության շրջանակներում լուծում են տարբեր բնույթի խնդիրներ, որոնք այս կամ այն կերպ ազդում են երկրի, մարզի, քաղաքի, թաղամասի, գյուղի մարդկանց սոցիալականացման վրա:

Օրինակ՝ պետական մակարդակով որոշում է կայացվում արտասահմանից ավտոմեքենաների ներմուծման մաքսատուրքերը բարձրացնելու մասին, ինչը հանգեցնում է ինչպես ներկրված, այնպես էլ երկրի ներսում ավտոմեքենաների գների զգալի աճին: Առաջին հայացքից այս որոշումը կապ չունի քաղաքացիների սոցիալականացման գործընթացի հետ: Սակայն բարձր գները փաստացի զրկում են բնակչության ստվար զանգվածին ավտոմեքենա ունենալու հնարավորությունից, ինչը սահմանափակում է ոչ միայն տեղաշարժի ազատությունը, այլև գործունեության տեսակների ընտրությունը, հանգստի վայրի ընտրելու հնարավորությունները: Նման քաղաքականությունը ընդհանրապես կարող է ազգաբնակչության այդ զանգվածին զրկել զարգացման, ինքնորոշման, ինքնիրացման և ինքնակատարելագործման որոշ հնարավորություններից:

Մեկ այլ օրինակ երկրի քաղաքացիների սոցիալականացման վրա պետական քաղաքականության ազդեցության վերաբերյալ՝ կապված, մասնավորապես, ազգաբնակչության վերատադրողականության վրա չինական իշխանությունների օրենսդրական միջամտության հետ: Այսպես՝ XX դարի 70-ական թվականների սկզբից Չինաստանում հետևողականորեն վարվում էր «մեկ ընտանիք - մեկ երեխա» քաղաքականությունը: Երկրորդ, երրորդ և հաջորդ երեխաների ծնվելու դեպքում՝ ընտանիքը տնտեսական միջոցների կիրառման ճանապարհով ենթարկվում էր հետապնդման: Դա վատթարացնում էր ընտանեկան կյանքի բոլոր ոլորտները:

Միայն վերջերս որոշ կատեգորիայի ընտանիքներին թույլատրվեց ունենալ երկրորդ երեխան: Արդյունքում՝ 2000 թվականին, ըստ պաշտոնական վիճակագրության, 100 աղջկա դիմաց ծնվում էր 117 տղա, իսկ գյուղական բնակավայրերում հարաբերակցությունը կազմել է 100 աղջկա դիմաց՝ 130 տղա:

Դա իր բացասական ազդեցությունը ունեցավ ազգաբնակչության սոցիալականացման վրա: Մասնավորապես՝ նկատվեց մարմնավաճառության մակարդակի, կանանց առք ու վաճառքի և առևանգման կտրուկ աճ, առաջացան դժվարություններ՝ կապված գենդերային սոցիալականացման, ընտանիք կազմելու և կապակցված այլ խնդիրների հետ:

Կա այդ քաղաքականության ևս մեկ անուղղակի հետևանք՝ 70-ական թվականների սկզբից Չինաստանում ծնվել են մի քանի տասնյակ միլիոն երկրորդ և երրորդ երեխաներ, որոնք ոչ մի տեղ գրանցված չեն եղել և չեն ստացել ո՛չ բժշկական, ո՛չ էլ սոցիալական օգնություն, ոչ մի տեղ չեն սովորել: Հաճախ նրանց կամ թաքցրել են, կամ այդ երեխաները հայտնվել են փողոցում՝ առանց որևէ փաստաթղթի և իրավունքի:

Պետության վարած նման քաղաքականության արդյունքում՝ այս մարդիկ դարձան մարգինալացված (մարդիկ, որոնք չեն կարող որոշել իրենց տեղը հասարակության մեջ կամ չեն կողմնորոշվում մասնագիտական գործունեության ընտրության հարցում), դրսևորեցին շեղվող վարք, դարձան իրավախախտներ, հանցագործներ:

Պետք է նշել, որ հարաբերականորեն ուղղորդված սոցիալականացումը տարբերվում է տարերային սոցիալականացումից և հարաբերականորեն սոցիալապես վերահսկվող սոցիալականացումից առնվազն երկու առումով:

1. Տարերային սոցիալականացումը տեղի է ունենում ինչպես ամբողջ հասարակության, այնպես էլ նրա առանձին հատվածների հետ անձի փոխազդեցության ընթացքում, այդ թվում՝ պետության և պետական կազմակերպությունների հետ՝ որպես հասարակության հատվածներ:

Անձի՝ հարաբերականորեն ուղղորդված սոցիալականացումը տեղի է ունենում պետության և պետական կազմակերպությունների հետ փոխգործողության գործընթացում, որպես այնպիսի կառույցներ, որոնք իրականացնում են հասարակության և նրա քաղաքացիների կառավարում:

2. Տարերային սոցիալականացումը չի կրում նպատակաուղղված բնույթ, մինչդեռ հարաբերականորեն ուղղորդված սոցիալականացումը որոշվում է պետական քաղաքականությամբ և օրենսդրությամբ, և դրա իրականացումը պետության, նրա վարչական մարմինների ու քաղաքապետարանների սոցիալական պրակտիկայի գործառույթն է:

Հարաբերականորեն սոցիալապես վերահսկվող սոցիալականացում

Հարաբերականորեն սոցիալապես վերահսկվող սոցիալականացումը դաստիարակությունն է: Դաստիարակությունը դիտարկվում է որպես անհատի զարգացմանը, նրա հատկությունների, հայացքների, համոզմունքների, հասարակության մեջ վարքագծի ձևավորմանը ուղղված նպատակաուղղված գործընթաց:



Մարդու դաստիարակությունն իրականացվում է հասարակության շերտերի հետ իր փոխգործակցության գործընթացում:

1. Դաստիարակությունը կարող է իրականացվել ընտանիքում, այսինքն՝ իրականացվում է ընտանեկան դաստիարակություն:

2. Դաստիարակությունը կարող է իրականացվել կրոնական ինստիտուտների կողմից, այսինքն՝ խոսքը գնում է կրոնական դաստիարակության իրականացման մասին:

3. Դաստիարակությունը կարող է իրականացվել պետության և հասարակության կողմից՝ այդ նպատակով հատուկ ստեղծված բազմաթիվ ու բազմաբնույթ կազմակերպությունների

միջոցով (մանկապարտեզներից և դպրոցներից մինչև համալսարաններ ու մասնագիտական վերապատրաստման դասընթացներ), որտեղ իրականացվում է սոցիալական դաստիարակությունը:

4. Դաստիարակությունը տեղի է ունենում քրեական և տոտալիտար (քաղաքական իշխանության կողմից ձգտում են ամբողջությամբ վերահսկել մարդկանց և հասարակությանը, մարդկային կյանքի բոլոր կողմերը) քաղաքական համայնքներում: Այս դեպքում խոսքը գնում է հակասոցիալական դաստիարակության մասին:

5. Գոյություն ունեն շտկողական դաստիարակության տարբեր ձևեր (աուտիկ երեխաներին կենցաղային պայմաններին հարմարեցումից մինչև իրավախախտների վերադաստիարակումը):

Դաստիարակությունը՝ որպես հարաբերականորեն սոցիալապես վերահսկվող սոցիալականացում, տարբերվում է տարերային սոցիալականացումից մի քանի առումներով.

- տարերային սոցիալականացումը չկանխամտածված փոխգործողությունների և փոխազդեցությունների գործընթաց է: Դաստիարակության հիմքը կազմում է սոցիալական նպատակաուղղված գործունեությունը:
- Տարերային սոցիալականացումը շարունակական գործընթաց է, քանի որ մարդը գտնվում է հասարակության հետ մշտական փոխգործողության մեջ: Դաստիարակությունը ընդհատվող գործընթաց է, քանզի, լինելով համակարգված, իրականացվում է որոշակի խմբերում և կազմակերպություններում՝ սահմանափակվելով վայրով և ժամանակով:

- Տարերային սոցիալականացումը կրում է ամբողջական բնույթ, քանզի մարդը՝ որպես սոցիալականացման օբյեկտ, ենթարկվում է հասարակության դրական կամ բացասական ազդեցությանը՝ իր զարգացման բոլոր կողմերով, իսկ որպես սուբյեկտ՝ կյանքի փոխազդեցության ընթացքում այս կամ այն չափով հարմարվում կամ մեկուսանում է յուրաքանչյուր իրավիճակին:

Դաստիարակությունը մասնակի (անհատական) գործընթաց է: Դա պայմանավորված է այն հանգամանքով, որ անձը դաստիարակվում է ընտանիքում, կրոնական ինստիտուտների, կրթական կազմակերպությունների, մարդկանց որոշակի խմբերի կողմից, որոնք ունեն տարբեր, չհամընկնող նպատակներ, խնդիրներ, միջոցներ և դաստիարակության արդյունքներ: Իր կյանքի ընթացքում մարդը ենթարկվում է իրեն դաստիարակող մի շարք մարդկանց, իր կյանքի որոշ ժամանակահատվածներում գտնվում հասարակության տարբեր տիպի համայնքների ազդեցության տակ և միաժամանակ առնչվում է դրանցից մի քանիսի հետ:

Գիտակցված ինքնափոփոխություն

Սոցիալականացման գործընթացում մարդը չի մնում պասիվ վիճակում. նա այս կամ այն չափով ինքնափոփոխվում է:

Ինքնափոփոխությունը մարդու՝ քիչ թե շատ գիտակցված, նպատակաուղղված և հաջող իրականացված ջանքերի գործընթացն ու արդյունքն է, որն ուղղված է ամբողջությամբ կամ սովորաբար մասամբ վերափոփոխվելուն:



Նա իրականացնում է որոշակի գործունեություն՝ գիտակցաբար իր մեջ փոխելով որևիցե հատկություն այն նպատակով, որ համապատասխանի հասարակության ակնկալիքներին և պահանջներին (դրական կամ բացասական), որպեսզի ավելի արդյունավետ լուծի իր կյանքում ծառացած խնդիրները, խուսափի կամ հաղթահարի որոշակի վտանգներ:

Դրա հետ մեկտեղ՝ ինքնափոփոխությունն ուղղված է ներկայիս «Ես»-ի իր պատկերը (ինչպե՞ս է մարդն իրեն տեսնում տվյալ ժամանակահատվածում) այս կամ այն չափով մոտեցնելու ցանկալի «Ես»-ի պատկերին (ինչպե՞ս նա կցանկանար իրեն տեսնել):

Գործադրված ջանքերը կարող են ուղղված լինել փոխելու՝

- իր արտաքին տեսքն ու շարժողական ընդունակություններ,
- անձնային առանձնահատկությունները,
- ինտելեկտուալ, կամային, արտահայտչական, հոգևոր, սոցիալական ոլորտները,
- վարքագծի ձևերը,
- կյանքի կերպարը և/կամ ապրելակերպը,
- ինքնագնահատականը, աշխարհայացքը, ինքնահաստատումը:

Ինքնափոփոխության արդյունքը կարող է լինել պրոսոցիալական (առանձին մարդուն կամ հասարակությանը օգնելու պատրաստակամության վարքագիծ), ասոցիալական (քննադատական վերաբերմունքի ցուցաբերում հասարակության ցանկացած հիմքի նկատմամբ, սակայն չդրսևորելով ծայրահեղ առճակատում) կամ հակասոցիալական (բացասական վերաբերմունք սոցիալական նորմերի կամ ընդունված վարքագծի ձևերին, դրանց հակազդելու ցանկություն):

1.5. Սոցիալականացման գործոնները

Սոցիալականացման գործոնները մարդու վրա ներգործող պայմաններ են:

Գործոնը որևէ գործընթացի, երևույթի պատճառն է, շարժիչ ուժը, որը որոշում է նրա բնույթը կամ առանձին գծերը:

Սոցիալականացումը տեղի է ունենում մարդու և մեծ թվով բազմատեսակ պայմանների փոխգործակցությամբ, որոնք ներազդում են նրա զարգացման վրա:

Սոցիալականացման գործոնները դասակարգվում են չորս հիմնական խմբերի՝ մեզագործոններ (հսկայական), մակրոգործոններ (մեծ), մեզոգործոններ (միջին), միկրոգործոններ (փոքր) (նկար 3): Գործոնների անվանումների հիմքում հունական արմատներն են՝ mega, macro, mezo, micro (նկար3):



Նկար 3. Մոնիթինգային գործունեության խմբերը և գործոնները

Սոցիալականացման մեզագործոններ

Հայտնի ռուս գիտնականներ հոգեբան Վ. Բեխտերևը, կենսաֆիզիկոս Ա. Չիժևսկին 20-րդ դարի առաջին կեսին նշում էին, որ հասարակական երևույթների ուսումնասիրումը՝ կապված աշխարհաֆիզիկական և տիեզերական երևույթների հետ, հնարավորություն կտա գիտականորեն հիմնավորելու մարդկային հասարակության օրենքների ուսումնասիրումը:

Մասնավորապես՝ Ա. Չիժևսկին պարզաբանել է, որ արևի վրա տեղի ունեցող ակտիվ գործընթացները համընկնում են մարդկային կյանքի ճակատագրական իրադարձություններին: Օրինակ՝ Ամերիկայի հայտնաբերումը, հեղափոխական շարժումները Անգլիայում, Ֆրանսիայում, Ռուսաստանում համընկել են արևի հզոր ակտիվության ժամանակահատվածի հետ: Նման օրինաչափություն նկատվում է նաև խոշոր պատմական իրադարձություններում: Չպետք է մոռանալ, որ համաշխարհային մեծ պատերազմներից հետո բնությունը, երկրագունդը կարծես թե վերականգնում են զոհված զինվորների քանակը՝ լույս աշխարհի բերելով ավելի մեծ թվով արական սեռի երեխաներ՝ դրանով վերականգնելով տղաների և աղջիկների օպտիմալ հարաբերակցությունը:

Սոցիալականացման մեզագործոնները մարդու սոցիալականացման գործընթացի վրա ազդող լայնամասշտաբ և երկարաժամկետ ազդեցություններն են: Դրանք ազդում են մարդկանց աշխարհայացքի, արժեհամակարգի, վարքի և նորմերի ձևավորման վրա: Հիմնական մեզագործոնները ներառում են.



1. *Գլոբալիզացիա*. գործընթաց է, որը ուժեղացնում է երկրների և մշակույթների միջև փոխկախվածությունը: Այն նպաստում է մշակութային արժեքների, տեղեկատվության, տեխնոլոգիաների և տնտեսական կապերի փոխանակմանը, ինչը ազդում է աշխարհայացքի և սոցիալական նորմերի ձևավորմանը:

2. *Գիտարեխնիկական առաջընթաց*. գիտության և տեխնոլոգիաների զարգացումը փոխում է հաղորդակցման, ուսուցման և աշխատանքի ձևերը: Համացանցը և թվային տեխնոլոգիաները ազդում են մարդկանց փոխգործողության ձևերի, տեղեկատվության հասանելիության և կրթության վրա:

3. *Միգրացիա*. մարդկանց տեղաշարժը մի երկրից մեկ այլ երկիր կամ մի տարածաշրջանից մեկ այլ տարածաշրջան նպաստում է մշակութային արժեքների փոխանակմանը, աշխարհայացքի ընդլայնմանը, ինչպես նաև սոցիալական կառուցվածքների փոփոխմանը:

4. *Տնտեսական գործոններ*. համաշխարհային տնտեսական այնպիսի գործոններ, ինչպիսիք են շուկայական տնտեսությունը, միջազգային առևտուրը և ֆինանսական ճգնաժամերը, ազդում են աշխարհի բոլոր մարդկանց կյանքի որակի, մակարդակի և սոցիալական շարժունության ու ռեսուրսների հասանելիության վրա:

5. *Էկոլոգիական փոփոխություններ.* համաշխարհային էկոլոգիական այնպիսի հիմնախնդիրներ, ինչպիսիք են կլիմայական լուրջ փոփոխությունները, շրջակա միջավայրի աղտոտումը և բնական պաշարների էական նվազումը, ազդում են կյանքի պայմանների վրա՝ ձևավորելով նոր սոցիալական արժեքներ և նորմեր:

6. *Քաղաքական գործոններ.* միջազգային քաղաքական գործոնները՝ երկրների միջև համագործակցությունը, կոնֆլիկտները, պատերազմները, համաշխարհային իրավական նորմերը, օրենքները և կանոնները, նույնպես կարևոր դեր են խաղում մարդկանց սոցիալականացման գործընթացում:

Մեզագործոնները ազդում են բոլոր մարդկանց կյանքի վրա՝ փոփոխելով սոցիալականացման ձևերը, ինչպես նաև ստեղծում են նոր պայմաններ անձերի ձևավորման և փոխգործողության համար:

Սոցիալականացման մակրոգործոններ

Երկիրը և մարդու սոցիալականացումը

Երկիրը տարածք է, որը առանձնանում է իր աշխարհագրական դիրքով, բնակլիմայական պայմաններով, և ունի որոշակի սահմաններ: Այս կամ այն երկրի բնակլիմայական պայմանները տարբերվում են իրարից և միջնորդված ձևով ուղղակի ազդում մարդու սոցիալականացման վրա:

Երկրի աշխարհագրական պայմանները և կլիման ազդում են բնակչության ծնելիության և խտության վրա: Այսպես՝ Կուբա և Իսլանդիա կղզիները ունեն մոտավորապես նույն մակերեսը, սակայն բնակչության առումով էականորեն տարբերվում են Այդ հանգամանքը հիմնականում ազդում է այն բանի վրա, որ Կուբայի բնակչությունը 20 անգամ շատ է Իսլանդիայի բնակչությու-

նից, չնայած նրան, որ վերջիններիս կենսամակարդակը անհամեմատ բարձր է կուբացիների կենսամակարդակից:

Աշխարհագրական և կլիմայական պայմաններն ազդում են բնակչության առողջական վիճակի, մի շարք հիվանդությունների տարածման և նրա բնակիչների էթնիկ առանձնահատկությունների վրա:

Կարելի է նշել, որ բնակլիմայական պայմաններով է պայմանավորված երկրի պատմական զարգացումը: Սակայն, միանշանակ ուղիղ կապ գոյություն չունի աշխարհագրական միջավայրի և սոցիալ-տնտեսական գործընթացների, երկրի մշակութային զարգացման ու մարդու սոցիալականացման միջև:

Ազգը և սոցիալականացման գործընթացը

Ազգը պատմականորեն ձևավորված մարդկանց կայուն ամբողջականությունն է, որն ունի ընդհանուր մենթալիտետ (մտածելակերպ, գործելակերպ), ազգային ինքնագիտակցություն, մշակույթի առանձնահատկություններ:



Մարդու սոցիալականացման որոշակի առանձնահատկություններ, կարելի է ընդգրկել 2 խմբերում՝

1. կենսական,

2. սոցիալ-մշակութային:

Սոցիալականացման կենսական առանձնահատկությունները կապված են երեխաներին կերակրելու ձևերի, ինչպես նաև նրանց ֆիզիկական զարգացման առանձնահատկությունների հետ:

Օրինակ՝ մի շարք աֆրիկյան և ասիական մշակույթների բնորոշ առանձնահատկությունն այն է, որ մայրը մանուկ երեխային մշտապես կրում է իր վրա, և երեխայի առաջին իսկ պահանջով կրճքով կերակրում: Երեխաները չափազանց արագ են աճում կյանքի առաջին ամիսների ընթացքում: Երեք ամսական երեխան առանց հենվելու կարող է մի քանի րոպե նստել, 6 ամսականը, ունենալով հենարան, կարող է կանգնել, 9 ամսականը կարող է քայլել և թոթովել:

Ազգի սոցիալ-մշակութային առանձնահատկությունները ազգին բնորոշ հատկանիշների հավաքածու են, որոնք տարբեր աստիճաններով և տարբեր համակցությամբ առկա են զգալի թվով ներկայացուցիչների մոտ: Այս հատկանիշները կապված են լեզվի, մշակույթի հետ և դրսևորվում են կյանքի տարբեր ոլորտներում (հաղորդակցություն, սնունդ, առողջություն, ընտանիքում միջանձնային հարաբերություններ և այլն), կրոնի, համայնքի կողմից ընդունված արժեքների և նորմերի մեջ:

Ազգը և մենթալիտետը. սոցիալական և մշակութային պայմանների ազդեցությունը մարդու սոցիալականացման վրա էականորեն որոշվում է մենթալիտետով: «Մենթալիտետ» հասկացությունը XX դարի սկզբին առաջարկել է ֆրանսիացի գիտնական Լևի Բրյուլը:

Մենթալիտետը ազգին բնորոշ խորքային հոգևոր նկարագիրն է, խառնվածքի՝ կոլեկտիվ պատկերացումների ամբողջականություն է, որը ձևավորվել է ենթագիտակցական մակարդակում, որոշակի բնակլիմայական և պատմամշակութային պայմաններում: Ազգի մենթալիտետը որոշում է իր անդամներին բնորոշ շրջապատող աշխարհի ընկալման ձևերը:

Կարելի է նշել, որ ազգի մենթալիտետը շատ դեպքերում որոշում է՝

1. ներկայացուցիչների վերաբերմունքը աշխատանքին, և այն ավանդույթները, որոնք կապված են աշխատանքի հետ,
2. պատկերացումները կենցաղային հարմարությունների, տնային հարմարակեցության մասին,
3. ընտանեկան երջանկության կանոնները և ընտանիքի անդամների փոխհարաբերությունների առանձնահատկությունները,
4. սեռական և դերային վարքի նորմերը՝ մասնավորապես հոյզերի և զգացմունքների դրսևորման քաղաքավարությունը (պատշաճությունը):

Ազգի մենթալիտետի ազդեցությունը բավականին մեծ է մարդու սոցիալականացման տարբեր կողմերի վրա՝ մասնավորապես ընտանեկան սոցիալականացման վրա:

Օրինակ՝ Ճապոնիայում տարբեր տարիքի մարդկանց հաղորդակցման ընթացքում ավագը մենախոսության ձևով գլխավորում է զրույցը, իսկ տարիքով ավելի փոքրը պարզապես լսում է և ընդունում դա:

Հասարակության սոցիալականացնող դերը

Հասարակությունը բնութագրում է տվյալ երկրում ձևավորված միջանձնային սոցիալական հարաբերությունները, որոնց կառուցվածքը կազմում են ընտանիքը, սոցիալական, պրոֆեսիոնալ և այլ ձևի խմբերը:



Կապված զարգացման մակարդակից և տեմպից՝ առանձնացվում են հասարակության 3 ձևեր՝

1. Նախաարդյունաբերական և գաղափարապես փակ հասարակություններ: Այստեղ ավագ տարիքի մարդիկ, վարքի առումով, օրինակ են ծառայում երիտասարդներին, իսկ նախնիների ավանդույթները խրախուսվում և պահպանվում են սերնդեսերունդ:

2. Արդյունաբերական հասարակություններ. մարդկանց համար մոդել է հանդիսանում իրենց հասակակիցների վարքը: Եվ երեխաներն ու մեծերը այդ հասարակություններում սովորում են առավելապես հասակակիցներից:

3. Բարձր զարգացած արդյունաբերություն ունեցող հասարակություններ. այս դեպքում ոչ միայն փոքրերն են սովորում մեծերից, ոչ միայն հասակակիցներն են դառնում վարքի օրինակ, այլ նաև ավագներն են սովորում տարիքով փոքրերից:

Հասարակությանը բնորոշ է բազմաթիվ պրոֆեսիոնալ խմբերի ձևավորումը և նաև սոցիալական շերտերի առկայությունը:

Կախված խմբերի գույքային վիճակից և տարբեր մակարդակի իշխանական կառույցների ղեկավարմանը մասնակցելու աստիճանից՝ նրանց կարելի է միավորվել մի քանի սոցիալական շերտերի՝

- վերին շերտն ընդգրկում է քաղաքական և տնտեսական ընտրանին (էլիտա),
- վերին միջին շերտը ընդգրկում է սեփականատերեր և խոշոր ձեռնարկությունների մենեջերներ (ղեկավարներ),
- միջին շերտ՝ փոքր, ընդգրկում է ձեռնարկատերեր, մենեջերներ, ղեկավարման ապարատի միջին օղակը, ուժային կառույցների աշխատողներ,
- բազային շերտը՝ մտավորականներ, տնտեսական ոլորտի տարածված մասնագիտությունների աշխատողներ,
- ստորին (ցածրագույն) շերտ՝ պետական ձեռնարկությունների ոչ որակյալ աշխատողներ, թոշակառուներ, (անօթևան խնամակալներ):

Տարերային սոցիալականացման և մարդու ինքնափոփոխման վրա ազդում է հասարակության սոցիալական կառուցվածքը, քանի որ՝

1. սոցիալական յուրաքանչյուր շերտ և նրանում առանձին սոցիալ – պրոֆեսիոնալ խմբեր կենսակերպի յուրահատուկ ոճ են ձևավորում,

2. որքան տարբերակված (շերտավորված) է հասարակությունը, այնքան շատ է նրանում անդամների հորիզոնական և ուղղահայաց շարժունակությունը:

Հորիզոնական շարժունակություն՝ միևնույն սոցիալական շերտում խմբերի անդամության, սոցիալական դիրքի փոփոխությունն է:

Սոցիալական ուղղահայաց շարժունակություն՝ հասարակության անդամների անցումն է մեկ սոցիալական շերտից մյուսին:

Պետությունը և սոցիալականացման ձևերը

Պետությունը հասարակության քաղաքական համակարգի օղակն է, որը իրականացնում է իշխանության գործառույթներ:

Պետությունը կարելի է դիտարկել որպես տարերային սոցիալականացման գործոն, քանզի նրան բնորոշ քաղաքական և սոցիալական իրականությունը ստեղծում է որոշակի պայմաններ իր բնակչության կյանքի, ինչպես նաև նրա զարգացման և ինքնադրսևորման համար:



Պետությունն իրականացնում է այս կամ այն սոցիալական, մասնագիտական, տարիքային խմբերին պատկանող քաղաքացիների՝ հարաբերականորեն ուղղորդված սոցիալականացումը:

Այսպես՝ պետությունը որոշում է տարիքը՝

1. պարտադիր ուսուցման և նրա տևողության,
2. չափահասության,
3. ամուսնության,
4. ավտոմեքենա վարելու,
5. զինծառայության և նրա տևողության,

6. աշխատանքային գործունեության սկզբի,

7. թոշակի անցնելու:

Հարաբերականորեն ուղղորդված սոցիալականացումը, որն իրականացվում է պետության կողմից, ուղղված է բնակչության ստվար զանգվածների, կոնկրետ մարդկանց համար ստեղծելու կյանքի զարգացման և ինքնադրսևորման համար որոշակի ուղիներ և պայմաններ:

Մյուս կողմից պետությունն իրականացնում է սոցիալականապես հսկվող սոցիալականացում՝ ստեղծելով որոշակի կազմակերպությունների համակարգ՝ բնակչության տարբեր տարիքային խմբերի դաստիարակության համար:

Պետական դաստիարակության համակարգ. պետական կազմակերպությունների ամբողջություն է, որի գործունեությունն ուղղված է պետության դաստիարակչական քաղաքականության իրականացմանը:

Այն ընդգրկում է՝

1. տարբեր տեսակի ուսումնադաստիարակչական հիմնարկներ (մանկապարտեզ, դպրոց, մարզադպրոց, քոլեջ, բուհ),

2. հիմնարկներ՝ տարբեր տեսակի առողջական խնդիրներ ունեցող երեխաների համար,

3. հիմնարկներ՝ օժտված երեխաների համար (ֆիզիկամաթեմատիկական, արվեստների, տեխնոլոգիաների),

4. կազմակերպություններ, որոնք զբաղվում են շրջանի առողջացման և սոցիալ մշակութային խնդիրներով, երեխաների անհատական կամ խմբային խնամքով,

5. կազմակերպություններ, որոնք զբաղվում են վերադաստիարակության և վերականգնման հարցերով,

6. կազմակերպություններ, որոնք զբաղվում են սոցիալական կամ հոգեկան շեղումներ ունեցող երեխաների, պատանի-

ների կամ դեռահասների հարցերով (հոգեբուժարաններ, նարկոլիսպանսեր):

Սոցիալականացման մեզոգործոններ

Տարածաշրջանը և սոցիալականացումը

Տարածաշրջանը երկրի մասն է, որը ամբողջական սոցիալ-տնտեսական համակարգ է, ունի ընդհանուր պատմական անցյալ, տնտեսական, քաղաքական և հոգևոր ընդհանրություն, ինչպես նաև մշակութային և սոցիալական յուրահատկություններ:

Տարածաշրջանային պայմանները տարբեր կերպ են ազդում սոցիալականացման վրա տարբեր կերպ, ինչը որոշվում է տարածաշրջաններին բնորոշ առանձնահատկություններով:

1. Տարածաշրջանի աշխարհագրական և բնակլիմայական առանձնահատկությունները (տեղանք, կլիմա, օգտակար հանածոներ). դրանք որոշում են տնտեսության բնույթը, բնակչության քանակն ու կայունության չափը և միջնորդված ձևով ազդում են բնակիչների սոցիալականացման վրա:

2. Կլիման և տնտեսությունը որոշում են տարածաշրջանի ուրբանիզացիայի (քաղաքների արագ աճ և զարգացում) աստիճանը և բնույթը: Ուրբանիզացիայի աստիճանը ազդում է տարածաշրջանում բնակվող մարդկանց սոցիալական և մշակութային զարգացման ու ինքնադրսևորման վրա՝ որոշելով ազգաբնակչության շարժությունը՝ սոցիալական, տարածքային, պրոֆեսիոնալ առումով:

3. Տարածաշրջանի սոցիալ-տնտեսական առանձնահատկությունները. դրանց են վերաբերում տարածաշրջանում գործող արտադրությունների տեսակները, զարգացման հեռանկարները, բնակչության պրոֆեսիոնալ կազմը, նրանց կենսամակար-

դակը, տնտեսական կապերը այլ տարածաշրջանների հետ (նաև այլ պետությունների հետ):

4. Տարածաշրջանի սոցիալ-ժողովրդագրական (դեմոգրաֆիկ՝ բնակչության վիճակագրություն) առանձնահատկությունները կապված են բնակչության ազգային կազմի, սեռատարիքային կառուցվածքի, ընտանիքի տեսակների (լրիվ կամ թերի, խաթարված մեկ երեխայով, բազմազավակ) հետ:

Տարածաշրջանի ժողովրդագրական բնութագրերը էականորեն ազդում են երեխաների, դեռահասների և պատանիների արժեքային կողմնորոշումների, միջանձնային հարաբերությունների ուղղվածության, ինչպես նաև տարածաշրջանի սոցիալ-հոգեբանական իրավիճակի վրա:

5. Պատմական և մշակութային առանձնահատկությունները դրսևորվում են ազգաբնակչությանը բնորոշ կենսակերպում, բարքերում, սովորույթներում, ավանդույթներում, ժողովրդական տոներում և խաղերում, ճարտարապետության մեջ, կացարանների ինտերիերում:

Այս ամենն ազդում է տարածաշրջանի տարերային սոցիալականացման, ինչպես նաև բնակիչների ինքնափոփոխության ուղղության վրա:

Զանգվածային հաղորդակցման միջոցները

Զանգվածային հաղորդակցման միջոցները (ԶՀՄ) տեխնիկական միջոցներ են՝ մամուլ, ռադիո, կինո, հեռուստատեսություն, համացանց, որոնց օգնությամբ իրականացվում է տեղեկատվության տարածումը մարդկանց շրջանում:



Տարածվող տեղեկատվությունը վերաբերում է գիտելիքներին, հոգևոր արժեքներին, բարոյական, իրավական նորմերին և այլն:

Հազար տարի առաջ մարդկությունը օգտագործում էր հաղորդակցման 4 միջոց՝ բանավոր և խոսք, երաժշտություն, նկարչություն, գիր: XX դարի վերջում զանգվածային հաղորդակցման միջոցներից առաջնահերթությունը պատկանում է էլեկտրոնային միջոցներին:

ԶՀՄ-ի ներգործության օբյեկտն է ոչ միայն առանձին մարդը, այլև մարդկանց զանգվածային խմբերի վարքը և գիտակցությունը, որոնք կազմում են համապատասխան հաղորդակցման միջոցի լսարանը (թերթեր, համակարգչային ցանց և այլն):

ԶՀՄ-ի ազդեցությունը տարերային սոցիալականացման վրա պայմանավորված է մի քանի հանգամանքով՝

1. այդ միջոցները կատարում են վերականգնողական դեր, քանզի որոշում են առանձին մարդկանց և խմբերի ազատ ժամանակի օգտագործման բնույթը: Գրքի ընթերցումը, կինո և հեռուստահաղորդումների դիտումը շեղում են մարդկանց իրենց առօրյա հոգսերից և պարտականություններից.

2. շատերի համար հեռուստադիտումները, երաժշտության ունկնդրումը, համակարգչի օգտագործումը, ինչպես նաև գրքե-

րի ընթերցումը լրացնում են միջանձնային հաղորդակցման պակասը: Հնարավոր է, որ հասակակիցների հաղորդակցման բարդությունների առաջացման դեպքում ՀՀՄ-ը կօգնեն դրանցից շեղվել:

ՀՀՄ-ը, հանդիսանալով սոցիալական ինստիտուտներից մեկը, այս կամ այն չափով կատարում են հասարակության և առանձին սոցիալական խմբերի պատվերները՝ ազգաբնակչության որոշակի շերտերի ու ամբողջ ազգաբնակչության վրա ազդելու ուղղությամբ:

1. ՀՀՄ-ը այս կամ այն չափով մարդու սոցիալականացման վրա ունենում են հարաբերականորեն ուղղորդված ազդեցություն:

2. ՀՀՄ-ը էականորեն ազդում են տարբեր տարիքի մարդկանց սոցիալական նորմերի յուրացման, ինչպես նաև քաղաքականության, տնտեսության, գաղափարախոսության ոլորտներում արժեքային կողմնորոշման վրա:

3. ՀՀՄ-ը ոչ ֆորմալ միավորումներ են, որոնք ազդում են բնակչության տարբեր շերտերի կրթության վրա:

4. ՀՀՄ-ի ազդեցությունը մարդու ինքնափոփոխության վրա կարող է ունենալ ինչպես դրական, այնպես էլ բացասական ազդեցություն:

Վերջին ժամանակներում ուժեղանում է ՀՀՄ-ի ազդեցությունը մարդու ինքնափոփոխման վրա: Էլեկտրոնային համակարգերի զարգացումը առաջ է բերել հաղորդակցման և ինքնադրսևորման նոր ձև:

Մարդկանց սոցիալականացման գործում կարևոր դեր է խաղում համացանցը, որը միավորում է մարդկանց: Մեծերը կարող են օգնել երեխաներին առավելագույն օգուտներ քաղել սոցիալական ցանցերից՝ խրախուսելով նրանց օգտագործելու օն-

լայն հարթակները՝ մարդկանց հետ դրական փոխգործունեության համար: Համացանցում երեխաները և դեռահասները կարող են գտնել իրենց հետաքրքրությունների շրջանակը և հայացքներով կիսվել այլ մարդկանց հետ:

Համացանցում սոցիալական համագործակցությունը կարող է նպաստել դեռահասների առողջ սոցիալականացմանը հատկապես այն դեպքում, երբ նրանք գտնվում են ուժեղ սթրեսի կամ սոցիալական մեկուսացման մեջ:

Անհանգստության մեջ գտնվող, դժվարություններին հանդիպած պատանիներին, երիտասարդներին սոցիալական հարթակներում հասակակիցների հետ հաղորդակցման գործընթացը կարող է օգնել զգալ իրենց ավելի հարմարավետ: Կարևոր է խրախուսել պատանիներին, երիտասարդներին, որոնք օգտվում են սոցիալական ցանցերից, օգտագործել այն կայքերը, որոնք նպաստում են սոցիալական աջակցությանը, օնլայն հաղորդակցմանը, հուզական հարստացմանը, հասակակիցների ու այլ մարդկանց հետ մերձեցմանը:

Մարդը իրեն հետաքրքրող հարցերով համացանցի միջոցով համագործակցում է նման հետաքրքրություն ունեցող այլ մարդկանց հետ: Կանխատեսվում էր որ 2024 թվականին աշխարհում մոտ 4,9 միլիարդ մարդիկ կօգտվեն սոցիալական ցանցերից: Սակայն «Կեպիոս» ընկերության վերլուծությունը բացահայտեց, որ 2024թ հոկտեմբեր ամսվա տվյալներով աշխարհում սոցիալական ցանցերի օգտվողների թիվը հասել է 5,22 միլիարդի: Յուրաքանչյուր վայրկյան 8,1 նոր օգտատեր է միանում սոցիալական ցանցերին:

Վաղ դեռահասության տարիքում (10-14 տարեկան) անհրաժեշտ է մեծահասակների կողմից իրականացնել համացանցից օգտվողների որոշակի հսկողություն: Այն կարող է տեղի ունենալ

բազմաթիվ քննարկումների և սոցիալական ցանցերի բովանդակության վերաբերյալ խորհրդատվության, աջակցության (մենթորության) ճանապարհով: Աստիճանաբար, տարիքի հետ զուգահեռ, կարելի է ավելացնել համացանցից օգտվելու ինքնուրույնության չափաբաժինը՝ հաշվի առնելով օգտատերերի թվային գրագիտության հմտությունների ձևավորման աստիճանը:

Սոցիալական ցանցերը հնարավորություն են տալիս պատանիներին և երիտասարդներին ծանոթանալու նոր տեղեկատվության հետ, իմանալու ընթացիկ իրադարձությունները, սկսելու լուծել առաջացող խնդիրները և, ի վերջո արտահայտելու սեփական կարծիքը:

Անհրաժեշտ է սահմանափակել դեռահասների կողմից սոցիալական ցանցերի օգտագործումը այն դեպքում, երբ այն ուղղված է սոցիալական համեմատությանը՝ հատկապես կապված գեղեցկության կամ արտաքին տեսքի բովանդակության հետ:

Մինչ համացանցից օգտվելը դեռահասներին պետք է ծանոթացնել ցանցային գրագիտությանը, որպեսզի երաշխավորվի իրենց համար կարևոր կոմպետենտությունների և հմտությունների ձևավորումը, որոնք թույլ կտան անվտանգ և գիտակցված օգտվելու այդ հնարավորությունից:

Լրատվամիջոցները և գովազդը համարվում են երեխաների ու երիտասարդների վրա ազդեցության առաջատար գործոններ և հզոր ուժ՝ նրանց աշխարհընկալումը ձևավորելու գործում: Սոցիալական մեդիայի դրական արժեքներն են գրավչությունը, ժամանցի ձևերի իմացությունն ու օգտագործումը, ինչպես նաև կրթություն ստանալու հնարավորությունը:

Դրական կողմերից մեկն այն է, որ ՀՀՄ-ը օգնում են պատանիներին և երիտասարդներին ստեղծել նոր սոցիալական

կապեր, ընկերանալ իրենց հասակակիցների հետ՝ անձնական կամ այլ մակարդակով: Ավելին՝ նրանք ապահովում են ընկերների աջակցությունը, մոտիվացիան և ինքնարտահայտման հնարավորությունը: Անկասկած, ՀՀՄ-ը հեշտացնում են հաղորդակցության գործընթացները:

Բացի այդ՝ ՀՀՄ-ի տարբեր ձևաչափերի օգտագործումը կարող է օգտակար լինել մի շարք հոգեւոցիալական խնդիրների լուծման մեթոդների ընտրության գործում՝ նպաստելով վարքի զարգացմանը և փոփոխությանը:

Մյուս կողմից՝ սոցիալական մեդիայի (ՀՀՄ) որոշ բացասական ազդեցությունները երեխաների, պատանիների և երիտասարդների զարգացման վրա կարող են դրսևորվել իրական սոցիալական հմտությունների ձևավորման բացակայության մեջ: Փոխազդեցությունը ՀՀՄ-ի միջոցով ճանապարհ է հարթում ինքնագնահատականի համար՝ հետևողների կողմից հավանություն ստանալու միջոցով: Սոցիալական մեդիայի այլ բացասական ազդեցությունները ներառում են ստելը և ահաբեկելը, ինչը հանգեցնում է օգտատերերի վարքագծում խնդիրների և կոնֆլիկտների առաջացմանը: Այն հանգամանքը, որ ցանկացած մարդ լուսաբանման համար սոցիալական ցանցում կարող է գրել ցանկացած նյութ, հանգեցնում է սոցիալական մեդիայի նշանակության աճին, որի շնորհիվ մարդիկ իրենց մասին ունենում են ավելի բարձր կարծիք, համարում են իրենց ավելի գրավիչ, քան ուրիշներն են:

Այս համատեքստում անհրաժեշտ է հիշել երեխաների և դեռահասների համար **կիբեռբուլինգի** (bullying, թարգմանաբար նշանակում է՝ վախեցնել, հետապնդել, ահաբեկել) լուրջ վտանգի մասին (Cyberbullying):

Բուլինգը թիմի, կոլեկտիվի անդամներից մեկի կանոնավոր ու ագրեսիվ հետապնդումն է կամ ծաղրանքի ենթարկումն է մյուսի կողմից: Կիբերբուլինգը օգտագործվում է ինտերնետի և թվային տեխնոլոգիաների դարաշրջանի հետ կապված որևէ բառի նոր իմաստը ընդգծելու համար:



Կիբերբուլինգը կարող է դրսևորվել բոլոր տարիքային և սոցիալական խմբերում:

Կիբերբուլինգի օրինակներն են՝

- սոցիալական ցանցերում կեղծ տեղեկությունների տարածում կամ որևիցե մեկի ամոթալի լուսանկարների տեղադրում,
- վնասակար հաղորդագրությունների տարածում կամ հարթակների միջոցով սպառնալիքներով հաղորդագրությունների փոխանցում,
- ուրիշի անունից կամ կեղծ հաշվառման հաշիվների (ակկաունտների) միջոցով այլ մարդկանց ստոր հաղորդագրությունների ուղարկում:

Առերես բուլինգը և կիբերբուլինգը հաճախ կարող են իրականացվել զուգահեռաբար: Սակայն տարբերությունը հետևալն է՝ կիբերբուլինգը թողնում է թվային հետք՝ ձայնագրություն կամ հաղորդագրություն, որոնք կարող են օգտագործվել որպես

ապացույցներ՝ օգնել դադարեցնելու հետապնդումը և պատժելու ահաբեկչին:

Ովքեր ենթարկվում են կիբերբուլինգի, մեծ հավանականությամբ կարող են ընկնել դեպրեսիայի մեջ, դպրոցում դրսևորեն վատ առաջադիմություն, մեծ անհանգստություն, ցածր ինքնագնահատական: Հնարավոր է՝ նրանք օգտագործեն թմրամիջոցներ, նաև կիրառեն այնպիսի ռազմավարություն, ինչպիսին է դպրոցից կամ աշխատանքից վաղաժամ դուրս գալը: Կա նաև այնպիսի վտանգ, որ այն երեխաները և երիտասարդները, որոնք ենթարկել են մյուսներին կիբերբուլինգի, մեծ հավանականությամբ կարող են կատարել իրավախախտումներ:

Ենթակուլտուրան և սոցիալականացումը

Ենթակուլտուրա (սուբկուլտուրա)՝ լատիներենից *sub* նախածանցը նշանակում է՝ ներքևում, ինչ-որ բանի տակ, ինչ-որ բանի մոտ գտնվող: Այն յուրահատուկ սոցիալ-հոգեբանական հատկանիշների համալիր է (վարքի նորմերի, արժեքների, ճաշակների համալիր), որն ազդում է մարդկանց որոշակի խմբերի կենսակերպի և մտածողության վրա (В.Мудрик):



Ենթակուլտուրան ներառում է մի շարք հատկանիշներ՝ արժեքային կողմնորոշումների, վարքի նորմերի, փոխգործունեության և փոխհարաբերությունների յուրահատուկ հավաքածու,

տեղեկատվության նախընտրելի աղբյուրներ, յուրահատուկ ճաշակներ, ազատ ժամանակի անցկացման որոշակի ձևեր, հետաքրքրություններ, ժարգոն:

Ենթակուլտուրայի ձևավորման և դրա առանձին հատկանիշների արտահայտվածչության աստիճանը կապված է նրա ներկայացուցիչների տարիքի ու կյանքի գործունեության պայմանների բարդության հետ:

Այս կամ այն ենթակուլտուրայի ձևավորման հիմքը կարող են կազմել բնակչության տարիքային, սոցիալական և մասնագիտացված խմբերը, ինչպես նաև նրանցում հաղորդակցվող խմբերը, հոգևորական աղանդները, զանգվածային ոչ ֆորմալ միավորումներ (հիպպի, ֆեմինիստուհիներ, հանցավոր խմբեր և կազմակերպություններ), զբաղմունքի ձևի հիման վրա ստեղծված միավորումներ (որսորդներ, ֆիլատելիստներ, համակարգիչ սիրողներ, առողջ ապրելակերպի կողմնակիցներ և այլն):

Յուրաքանչյուր ենթակուլտուրայի ներկայացուցիչներին բնորոշ են թույլ թե ուժեղ արտահայտված հետաքրքրություններ, ճաշակներ, ազատ ժամանցի անցկացման ձևեր, որոնք որոշվում են նրանց տարիքային և սոցիալ-մշակութային առանձնահատկություններով, կյանքի պայմաններով, հնարավորություններով, ինչպես նաև նորաձևությամբ:

Ենթակուլտուրայի արժեքային կողմնորոշումները ազդում են նրա կրողների աշխարհի վերաբերմունքին, նրանց ինքնագիտակցությանը և ինքնակողմնորոշմանը, ինչպես նաև ինքնադրսևորման ոլորտների ընտրությանը:

Նրա առավել ակնհայտ հատկանիշներից է ժարգոնը (յուրահատուկ բարբառ, որը տարբերակում է այն կրողներին ուրիշներից):

Դեռահասների և պատանիների ենթակուլտուրայի կարևոր հատկանիշներից է նորաձևությանը (մոդային) հետևելը: Հետևելով նորաձևությանը՝ նրանք գիտակցաբար կամ անգիտակցաբար լուծում են մի քանի խնդիրներ:

1. Ցանկանում են առանձնանալ մեծերից:

2. Հնարավորություն են ունենում ձևավորել հասակակիցների և նրանց ենթակուլտուրայի պատկանելու զգացողությանը:

3. Ցանկանում են առանձնանալ հասակակիցներից, հաստատել սեփական «Ես»-ը:

Սոցիալականացման վրա էական ազդեցություն է թողնում ժարգոնը: Դա կապված է ժարգոնի յուրահատուկ գործառույթի հետ: Նորովի բացելով աշխարհը՝ դեռահասները և պատանիները ցանկանում են յուրովի նշել սեփական բացահայտումները, աշխարհի պատկերացումները ոչ այնպես, ինչպես ընդունված է:

Ենթակուլտուրան դեռահասների և պատանիների սոցիալականացման վրա ազդում է նաև երաժշտական հակումների ուղղությամբ:

Բնակավայրի տեսակը և սոցիալականացումը

Ապրելակերպը գյուղում

Գյուղի կյանքի առանձնահատկությունները կապված են նրա բնակիչների աշխատանքի և կենցաղի յուրահատկությունների հետ: Նշենք դրանցից մի քանիսը՝ աշխատանքի դիմի կապը տարվա եղանակից և ցիկլից, աշխատանքի բնույթը փոխելու փոքր հնարավորություններ, տնային տնտեսությունում օգտագործվող աշխատանքի մեծ ծավալներ, ազատ ժամանցի ձևերի սահմանափակություն:



Գյուղին բնորոշ է նաև հաղորդակցության «բաց լինելը»: Հաղորդակցումը գյուղում բավականին սերտ է և ընդգրկում է կյանքի բոլոր կողմերը:

Գյուղի ազդեցությունը երեխաների, դեռահասների և պատանիների տարերային, հարաբերականորեն ուղղորդված և հարաբերականորեն հսկվող սոցիալականացման վրա տարբերակված ձևով դժվար է բացահայտել, քանի որ գյուղական բնակավայրերում մեծ է մարդու վարքի սոցիալական հսկողությունը:

Նույնիսկ գյուղի ընտանիքն ազդում է իր անդամների սոցիալականացման վրա նույն ուղղությամբ, ինչպես և գյուղը՝ որպես միկրոհասարակության ձև (В.Мудрик):

Գյուղի բնակչության սոցիալականացման վրա առանձնահատուկ ազդեցություն է ունենում քաղաքը, որն ազդում է արժեքային կողմնորոշումների վերակողմնորոշման վրա:

Ապրելակերպը քաղաքում

Քաղաքը բնակավայրի տեսակ է, որին բնորոշ է սահմանափակ տարածքում բնակչության մեծ քանակ և խտություն, մարդկանց կենսագրության բազմազանություն, սոցիալական, պրոֆեսիոնալ ու երբեմն էլ ազգային տարբերակվածություն:



Քաղաքները տարբերակվում են մի քանի հատկանիշներով (В.Мудрик).

1. Մեծությամբ՝

- ✓ փոքր՝ մինչև 50 հազար բնակիչ,
- ✓ միջին՝ մինչև 350 – 400 հազար բնակիչ,
- ✓ խոշոր՝ մինչև 1 միլիոն բնակիչ,
- ✓ հսկաներ՝ 1 միլիոնից ավել բնակիչ,
- ✓ մեգապոլիս՝ 3 միլիոնից ավել,

2. գործառույթներով՝

- ✓ արդյունաբերական,
- ✓ ադմինիստրատիվ – մշակութային,

3. պատկանելության որևէ մարզին

4. «տարիքով»

5. բնակչության կազմով (տարիքային, սեռական, ազգային առանձնահատկություններ):

Քաղաքում կենտրոնացված են տրանսպորտը, մշակութային հիմնական օբյեկտները, հուշարձանները, ուսումնական հաստատությունները:

Քաղաքը պայմաններ է ստեղծում քաղաքացիների շարժունակության համար, որը տեղի է ունենում իրենց կենսագործունեության տարբեր կողմերում:

Ամենացայտունը տարիքային շարժունությունն է: Տարիքի հետ մեկտեղ՝ մարդու մոտ ընդլայնվում է ընկալվող կենսատարածությունը: Տարիքի ավելացմանը զուգահեռ՝ մարդը ավելի շատ ժամանակ է անցկացնում հասարակական վայրերում:

Դեռահաս կամ պատանեկան տարիքում շատերի մոտ առաջանում են իրենց համար սուբյեկտիվորեն կարևոր վայրեր և քաղաքի շրջաններ: Քաղաքացիներն ունեն պոտենցիալ մեծ հնարավորություններ՝ քաղաքի շրջաններում բնակավայրի փոփոխության համար:

Քաղաքացու սոցիալականացման համար կարևոր նշանակություն ունի այն, որ քաղաքը ստեղծում է պայմաններ սոցիալական շարժունության համար, ընդ որում՝ ինչպես հորիզոնական, այնպես էլ ուղղահայաց (անցում մեկ սոցիալական շերտից մյուսին):

Ընդհանուր առմամբ՝ քաղաքի դերը երեխայի, դեռահասի և պատանու սոցիալականացման գործում պայմանավորված է նրանով, որ յուրաքանչյուր քաղաքացուն տրամադրվում է հաղորդակցման շրջանակի, արժեքային համակարգի, կենսակերպի ընտրության հնարավորություն և, հետևապես, պայմաններ է ստեղծում ինքնադրսևորման, ինքնազարգացման ու ինքնահաստատման համար:

Ավան

Ավանը տարածապես սահմանափակ, մարդկանց կենտրոնացված բնակեցնելու ձև է: Նրա բնակիչները կարծես հեռացվել են գյուղական ապրելակերպից, սակայն չեն արմատավորվել քաղաքային կյանքում: Միննույն ժամանակ նրանք զրկված են պատմական ավանդույթներից, որոնք բնորոշ են փոքր քաղաքի բնակիչներին:

Ավանի տարատեսակներն են՝ բանվորական ավան, գաղթականների քաղաքամերձ ավաններ, ավաններ խոշոր քաղաքներում, որտեղ ապրում են նույն գործարանի բանվորները:

Ավանի 2 բևեռներ՝ գյուղը և քաղաքը, որոշում են նրա բնակչության կենսակերպի միջին բնույթը: Այստեղ յուրաքանչյուր մարդու կյանք ավելի բաց է, քան գյուղում, և միաժամանակ ավելի կոշտ է յուրաքանչյուրի մեկուսացումը՝ հարկ չհամարելով ուշադրություն դարձնել շրջապատի կարծիքին:

Սպորտը և մարդու սոցիալականացումը

Մարդու սոցիալականացման գործում սպորտը սկսեց էական դեր խաղալ այն ժամանակահատվածից, երբ հասարակության կողմից արժանացավ կարևոր նշանակության:



Սպորտը կարելի է վերագրել սոցիալականացման մեզոգործոններին հետևյալ հիմնական պատճառներով.

1. **լայն ներգրավվածություն և ազդեցություն.** սպորտը ազդում է ոչ միայն անհատի անմիջական շրջապատի (ընտանիք, ընկերներ, գործընկերներ), այլ նաև ավելի լայն հասարա-

կական խմբերի վրա: Այն ներառում է փոխգործունեություն տարբեր մարդկանց հետ, որոնք կարող են լինել անձանոթ և պատկանել տարբեր սոցիալական խմբերին ու տարբեր մշակույթներին: Սա դուրս է գալիս մարդկանց նեղ հաղորդակցման շրջանակից, որը բնորոշ է միկրոգործոններին, սակայն չի էլ մտնում սոցիալականացման ավելի մեծ մակրոգործոնների թվին:

2. **ինստիտուցիոնալ կառուցվածք.** սպորտային գործունեությունը հաճախ կազմակերպվում է այնպիսի կազմակերպությունների մակարդակով, ինչպիսին են դպրոցները, բուհերը, մարզակումբները, մարզական ֆեդերացիաները և մարզական այլ հասարակական կազմակերպություններ: Այդ կառուցվածքները կարևոր դեր են խաղում հասարակության մեջ անհատների ինտեգրման գործում և ապահովում են ավելի լայն մակարդակով միջանձնային փոխգործունեություն, քան դա բնորոշ է անձնային շրջապատին:

3. **ազդեցությունը հասարակական կարծիքի և մշակույթի վրա.** սպորտը հաճախ դառնում է զանգվածային մշակույթի մի մաս՝ ազդելով հասարակական կարծիքի և սոցիալական նորմերի ձևավորման և դրսևորման վրա: Այն կարող է ձևավորել այնպիսի հասարակական իդեալներ և արժեքներ, ինչպիսին են՝ ազնիվ խաղ, հարգանք մրցակցի հանդեպ, տոկունություն և թիմային աշխատանք, ինչը ունի ավելի լայն սոցիալական իմաստ, քան անձնային փոխհարաբերությունները:

4. **մասշտաբ և հասանելիություն.** սպորտը ներառում է զանգվածային խոշոր միջոցառումներ, ինչպիսիք են Օլիմպիական խաղերը, կամ Աշխարհի առաջնությունները, որոնք ունեն գլոբալ նշանակություն և համաշխարհային ազդեցություն: Այս

ամենը դուրս է գալիս անձնային և մասնակի փոխգործունեության սահմաններից, որոնք բնորոշ են միկրոգործոններին.

5. մեդիայի և հաղորդակցության դերը. սպորտը միշտ ակտիվ լուսաբանվում է տեղական և միջազգային զանգվածային հաղորդակցման միջոցներով, ինչը միշտ ստեղծում է հասարակական քննարկում և ազդում հասարակության լայն շերտերի վրա: Մեդիան կարևոր դեր է խաղում սպորտային մրցումների, մարզական իրադարձությունների առաջխաղացման գործում և նրանց նկատմամբ հասարակական կարծիքի ձևավորման գործընթացում, և սա նույնպես դուրս է գալիս սոցիալականացման միկրոգործոնների շրջանակից:

Սպորտը սոցիալականացման հզոր գործոն է, որը էական դեր է խաղում անձի զարգացման, սոցիալական վարքագծի ձևավորման, հասարակության մեջ ինտեգրման գործում:

Սպորտի միջոցով սոցիալականացումը տեղի է ունենում տարբեր մակարդակներում, և դրա ազդեցությունը կարելի է դիտարկել մի քանի հիմնական տեսանկյունից.

1. ֆիզիկական զարգացում և առողջության ամրապնդում. սպորտի սոցիալականացման այս ուղղությունը օգնում է բարելավելու պարապողների ֆիզիկական վիճակը, ամրապնդելու առողջությունը, զարգացնելու սպորտային գործունեության և սոցիալական կյանքին լիարժեք մասնակցության համար անհրաժեշտ շարժողական հմտությունները: Զանգվածային և բարձր նվաճումների սպորտում այս առումներով կան էական տարբերություններ: Այսպես՝ զանգվածային սպորտում առողջության ամրապնդումը մարդկանց գործունեության հիմնական նպատակներից է, մինչդեռ բարձր նվաճումների սպորտում պատրաստության հիմնական շեշտը դրվում է մարզիկների լավագույն արդյունքների նվաճմանը, ինչը հաճախ իրականացվում

է նրանց ֆիզիկական և առողջության առավելագույն հնարավորությունների սահմաններում.

2. սոցիալական հմտությունների ձևավորում. սպորտի շնորհիվ զարգանում են այնպիսի կարևոր սոցիալական հմտություններ, ինչպիսիք են թիմային աշխատանքը, առաջնորդությունը, հաղորդակցությունը և կոնֆլիկտների արդյունավետ լուծումը: Մասնակցությունը սպորտային պատրաստության գործընթացին օգնում է մարդուն սովորել համագործակցել և հարգել ուրիշներին, հաղթահարել դժվարություններ, պլանավորել սեփական գործունեությունը, ինչը նպաստում է ոչ միայն հասարակության ինտեգրմանը, այլ նաև արդյունավետ գործունեության իրականացմանը և ինքնազարգացմանը.

3. արժեքների և նորմերի դաստիարակում. սպորտը կապված է այնպիսի կարևոր արժեքների դրսևորման և ձևավորման հետ, ինչպիսիք են ազնվությունը, արդարությունը, կարգապահությունը, փոխօգնությունը և աշխատասիրությունը: Այս արժեքները դառնում են անհատի անձնական համոզմունքների մի մաս և օգնում նրան հարմարվելու հասարակության սոցիալական նորմերին:

4. սոցիալական շարժունության ապահովում. սպորտը կարող է ծառայել որպես սոցիալական շարժունության գործիք, քանի որ սպորտային հաջողությունները կարող են ապահովել կրթական և մասնագիտական հնարավորությունների հասանելիություն՝ նպաստելով անհատի սոցիալական կարգավիճակի փոփոխությանը.

5. ինտեգրում և ներառականություն. սպորտը համախմբում է տարբեր մշակութային, էթնիկ և սոցիալական ծագման մարդկանց՝ խթանելով հանդուրժողականությունը և փոխըմբռնումը: Այն կարող է կարևոր դեր խաղալ սահմանափակ կարո-

ղություններով անձանց հասարակություն ինտեգրվելու գործում՝ ստեղծելով նրանց համար հասարակական կյանքին մասնակցելու հնարավորություններ.

6. նույնականացման ձևավորում. սպորտը հաճախ դառնում է մշակութային և ազգային նույնականացման կարևոր տարր: Մասնակցությունը որպես մարզիկ կամ հանդիսատես սպորտային միջոցառումներին և աջակցությունը ազգային թիմերին ստեղծում է որոշակի սոցիալական խմբին, ազգին պատկանելու զգացում, ինչը ամրապնդում է սոցիալական կապերը և նպաստում կոլեկտիվ նույնականացմանը:

Սպորտի սոցիալականացնող դերի, մարզիկի սոցիալականացման փուլերի, մարզիկի սոցիալականացման «գործակալների» և սպորտի մասին այլ նյութերը մանրամասն կներկայացվեն ձեռնարկի երրորդ գլխում:

Սոցիալականացման միկրոգործոնները

Ընտանիքը և նրա սոցիալականացնող գործառույթները

Ընտանիքը ամուսնության կամ ազգակցության վրա հիմնված փոքր խումբ է, որի անդամները կապված են ընդհանուր կենցաղով, փոխօգնության և բարոյական պատասխանատվության զգացում:

Ընտանիքում ձևավորվում է վարքի նորմերի, ձևերի, խրախուսման և պատիժների ձևերի ամբողջությունը, որը կանոնակարգում է փոխգործունեությունը ամուսինների, ծնողների և երեխաների միջև:



Ընտանիքը աճող սերնդի սոցիալականացման կարևորագույն ինստիտուտն է: Այն երեխաների, դեռահասների և պատանիների զարգացման միջավայր է, որի արդյունքները պայմանավորված են կոնկրետ ընտանիքի հետևյալ բնութագրերով (В.Мудрик)՝

- ժողովրդագրական (դեմոգրաֆիկ)՝ ընտանիքի կառուցվածքը (միայն երեխաներ, կամ ոչ լիակազմ, մեկ երեխայով, բազմազավակ ընտանիք),
- սոցիալ-մշակութային՝ ծնողների կրթվածության աստիճանը, նրանց մասնակցությունը հասարակական կյանքին,
- սոցիալ-տնտեսական՝ ընտանիքի գույքային վիճակը և ծնողների աշխատելու հանգամանքը,
- տեխնիկահիգիենիկ՝ կենցաղային պայմանները, կացարանի հագեցվածությունը սարքավորումներով, կենսակերպի առանձնահատկությունները:

Երեխայի բոլոր կողմերի զարգացման գործում մեծ է ընտանիքի դերը, որը՝

1. ապահովում է երեխայի ֆիզիկական զարգացումը,

2. ազդում է երեխայի հոգեկան սեռի (հոգեսեռական հատկանիշների) ձևավորման վրա. դրա շնորհիվ երեխան յուրացնում է իր սեռին բնորոշ հատկանիշները՝ հուզական ռեակցիաների առանձնահատկությունները, տարբեր դիրքորոշումներ, ճաշակներ, վարքի ձևեր, որոնք կապված են տղաներին կամ աղջիկներին պատկանելու հետ,

3. ազդում է երեխայի մտավոր զարգացման վրա. ընտանիքի կրթական մակարդակը, նրա անդամների հետաքրքրությունները անդրադառնում են մարդու ինտելեկտուալ զարգացման, մշակույթի շերտերի յուրացման վրա, ինչպես նաև կրթությունը շարունակելու և ինքնակրթվելու վրա,

4. նպաստում է մարդու կողմից սոցիալական նորմերի յուրացման գործին. նորմերը կապված են ընտանիքում գոյություն ունեցող դերերի հետ, մասնավորապես՝ ամուսնու ընտրությունը և ընտանիքում հաղորդակցման բնույթ, պայմանավորված են ընտանիքում գոյություն ունեցող ծնողական մթնոլորտով և փոխհարաբերություններով,

5. ձևավորում է հիմնարար արժեքային կողմնորոշումները, որոնք դրսևորվում են սոցիալական և միջանձնային հարաբերություններում:

Սոցիալական զարգացման ընթացքում ընտանիքի դերը կարևորվում է այն դեպքում, որ նրա կողմից երեխայի քաջալերումը, անտարբերության դրսևորումը կամ դատապարտումն անդրադառնում են մարդու ձգտումների վրա, օգնում կամ խանգարում են ելքեր գտնելու կյանքի բարդ պայմաններում, հարմարվելու փոփոխվող պայմաններին:

Ընտանեկան դաստիարակության բովանդակությունը և արդյունքները առաջին հերթին պայմանավորված են ընտանիքի անդամների անձնային առանձնահատկություններով և միջանձնային հարաբերություններով:

Դաստիարակության նպատակները՝ բովանդակությամբ, ուղղվածությամբ և բնույթով, կարող են լինել տարբեր: Դրանք կարող են կապված լինել հիգիենիկ հմտությունների, կենցաղային կարողությունների, հաղորդակցման կուլտուրայի ձևավորման հետ, երեխաների ֆիզիկական, ինտելեկտուալ, հուզականության, անձնային զարգացման հետ: Նպատակ կարող է լինել նաև առանձին ընդունակությունների զարգացումը, որոնք կապված են սպորտի, մշակույթի, գիտելիքների որևիցե ոլորտի հետ, կամ նախապատրաստում որևէ մասնագիտությանը և այլն:

Ընտանիքի դաստիարակչական գործառույթը (տարերային սոցիալականացման ընթացքում) կախված է նրանից, թե որքանով են կարողացել ծնողները հետազայում նաև երեխաների հետ ստեղծել իրական տան օջախ:

Ընտանիքի կացարանը դառնում է օջախ այն դեպքում, երբ նրա անդամները ունեն հնարավորություն և ձգտում են բավարարել պաշտպանվածության զգացողությունը, քաջալերում են ընտանիքի կրտսեր անդամներին: Ընտանեկան կացարանը դառնում է օջախ, երբ մարդը այնտեղ կարող է թաքնվել կյանքի փոթորիկներից, ստանալ աջակցություն, և որտեղ նրան սիրում ու ընդունում են:

Անհրաժեշտ է նշել, որ հաճախ ծնողները ոչ միշտ են հստակ և որոշակիորեն պատկերացնում՝ ինչպես դաստիարակել, ինչպես լուծել առաջացող խնդիրները: Սակայն նրանք զբաղվում են խնդիրների լուծմամբ՝ հարմարվելով անորոշությանը, որը ստեղծում է իրենց արագ զարգացող երեխան: Եթե ծնողները չեն կարող հստակ որոշել սոցիալականացման վերջնական արդյունքները, միևնույն է, նրանք կարևոր դեր են խաղում երեխայի սոցիալականացման դրական կամ բացասական հետագծի ձևավորման վրա:

Հարևանությունը և մարդու սոցիալականացումը

Ընտանիքը կարելի է դիտարկել որպես մարդու սոցիալականացման առաջնային տարածք, որից հետո իրենց ազդեցությամբ առաջ են գալիս հարևանությունը և հասակակիցների խմբերը:

Հարևանությունը իրենից ներկայացնում է տարածապես մոտ բնակվող մարդկանց խումբ է, որը կապված է նույն շքամուտքով, տնով կամ մոտակա անհատական տներով:

Հարևան-հասակակիցների հետ հաղորդակցվելիս երեխաները, դեռահասները և պատանիները ծանոթանում և յուրացնում են նոր բառապաշարը նոր, նույնիսկ ընտանեկանից տարբերվող վարքի նորմեր, նախապաշարմունքներ:

Այդ հաղորդակցման ընթացքում նրանք նոր պատկերացումներ են ստանում կյանքի արժեքների, կենսակերպի, ազատ ժամանցի անցկացման հետաքրքրությունների վերաբերյալ, որոնք կարող են տարբերվել ընտանիքում յուրացվածներից:

Հաղորդակցվելով հարևան-հասակակիցների հետ՝ երեխաները, դեռահասները հաղորդակից են դառնում կուլտուրայի որոշակի շերտին, մանկական ենթակուլտուրային:

Որքան մեծանում է երեխան, այնքան սոցիալականացման գործում ավելի է մեծանում հասակակիցների հետ հաղորդակցման դերը:

Հարևանների հետ հաղորդակցումն ունի կարևոր նշանակություն, քանզի տալիս է իրենց՝ հասակակիցներին պատկանելու զգացողություն: Հարևան-հասակակիցների բացակայությունը կամ հարաբերությունների բարդությունը կարող են բացասական ազդեցություն ունենալ այդ տարիքի մարդու սոցիալականացման վրա, կամ բացասական հետևանքները կարող են երևան գալ հետագայում:

Հասակակիցների դերը սոցիալականացման գործընթացում

Հասակակիցների խումբ կարող են կազմել ոչ մեծ տարիքային տարբերությամբ երեխաներ, որոնց, սակայն, միավորում են որոշակի ընդհանուր արժեքները կամ իրավիճակային հետաքրքրությունները:



Հասակակիցների խմբերի կազմը տատանվում է 2-3-ից (ընկերական) մինչև 30 – 40 (ֆորմալ խմբեր՝ դասարան, կուրս և այլն):

Հասակակիցների խմբերը ձևավորվում են առավելապես տարածքային մոտիկության, անհատական հետաքրքրությունների, անհատական բարեկեցությանը վտանգող իրավիճակի առկայության հիման վրա:

Հասակակիցների խմբերը կարելի է դասակարգել՝ համաձայն հետևյալ հատկանիշների (В.Мудрик)՝

1. իրավական կարգավիճակ.
 - ա) պաշտոնական,
 - բ) ոչ պաշտոնական,
2. սոցիալ-հոգեբանական կարգավիճակ,
3. կայունության աստիճան. գոյության տևողության խմբերը կարող են լինել մշտական, ժամանակավոր կամ իրավիճակային,

4. տարածքային պատկանելիություն՝ բակային, թաղամասային կամ գործել որևիցե մի հիմնարկի սահմաններում (դպրոց, ակումբ, բար),

5. առաջատարության կողմնորոշմամբ լինել պրոսոցիալական, ասոցիալական (սոցիալապես չեզոք) և հակասոցիալական:

Վերջին տասնամյակում հասակակիցները դարձել են աճող սերնդի սոցիալականացման կարևորագույն միկրոգործոն, ինչը պայմանավորված է մի քանի կարևոր հանգամանքներով՝

1. ուրբանիզացիան (քաղաքների արագ աճ և զարգացում) հանգեցնում է նրան, որ ավելի շատ երեխաներ, դեռահասներ և պատանիներ ապրում են քաղաքներում/

2. մեծ ընտանիքի փոխարկումը փոքր, ոչ լիարժեք կամ մեկ երեխայով ընտանիքներին դրդում են երեխային փնտրել հաղորդակցություն ընտանիքից դուրս, ինչպես նաև փոխհատուցել ծնողների հետ հուզական հաղորդակցման պակասը.

3. դեռահասների և պատանիների համախմբման պատճառներից են ոչ միայն հագուստի և վարսահարդարման, այլ նաև ամբողջ ապրելակերպի չափորոշիչները.

4. հասակակիցների շրջանում երեխան, դեռահասը զգում է իրեն հավասար, հետևաբար՝ գնահատված: Դա չափազանց կարևոր զգացողություն է, առանց որի դժվար է հրաժեշտ տալ մանկությանը.

5. հասակակիցների խումբը յուրահատուկ սոցիալական կազմակերպություն է, որտեղ անհրաժեշտ չէ պահպանել մեծերի հետ հաղորդակցվելու համար վարքի անհրաժեշտ կանոնները, կարելի է մնալ ինքնին:

Հասակակիցների ազդեցությունը կարող է բացասական արդյունք ունենալ և միաժամանակ լինել կանխատեսող ցուցանիշ և գործիք: Հաշվի առնելով հասակակիցների այն կարևոր և

որոշիչ դերը, որ դրանք խաղում են դեռահասի զարգացման գործում, հասկանալի է դառնում այն, որ հասակակիցները մեծ ազդեցություն են ունենում դեռահասի ռիսկային վարքի վրա: Եվ այստեղ այդքան էլ կարևոր չէ գենդերի նշանակությունը:

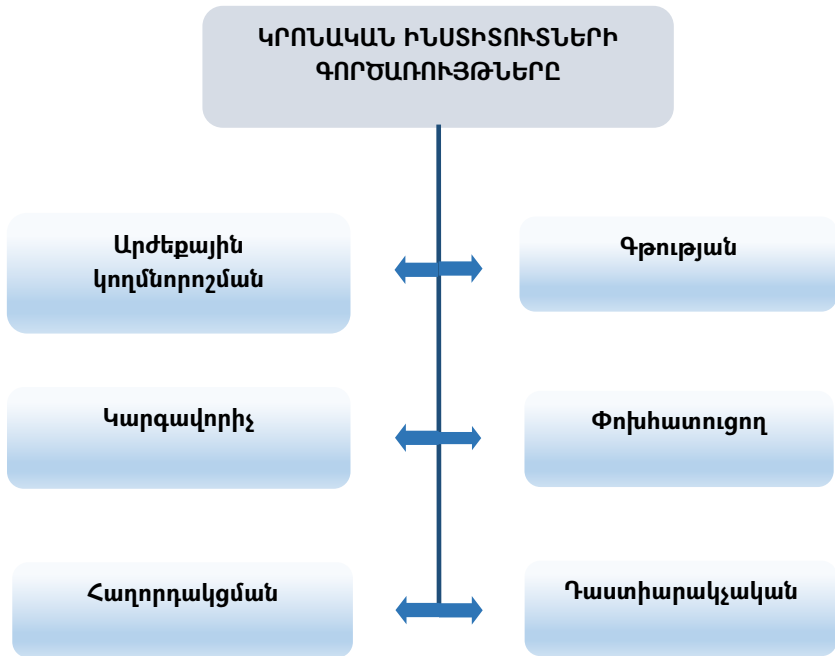
Մարդու սեռը պարտադիր ազդեցություն չունի սոցիալականացման ընթացքի և արդյունքի վրա: Սակայն ընկերների սեռը, եթե նրանք նույն սեռի ներկայացուցիչներ են, կարող են ազդել սոցիալականացման ընթացքի վրա, հատկապես երբ հաշվի է առնվում մոտիկության աստիճանը:

Կրոնական ինստիտուտները և սոցիալականացումը

Կրոնական ինստիտուտների սոցիալականացնող գործառույթը կապված է ոչ միայն հավատացյալների, այլ նաև նրանց ընտանիքների անդամների հետ:



Հավատացյալների սոցիալականացման գործընթացում կրոնական ինստիտուտները կատարում են մի շարք գործառույթներ (նկար 4):



Նկար 4. Կրոնական ինստիտուտների գործառույթները (В. Мудрик)

Կրոնական ինստիտուտների գործառույթները ներառում են.

1. *արժեքային կողմնորոշման գործառույթ*. Կրոնական կազմակերպություններն առաջարկում են կրոնական արժեքներ և նորմեր իրենց անդամներին և ձևավորում նրանց մոտ դրանց նկատմամբ դրական վերաբերմունք: Դա իրականացվում է ինչպես տարբեր արարողությունների (պատարագ, ծիսակատարություններ), այնպես էլ կրոնական լուսավորության ընթացքում:

2. *Կարգավորիչ գործառույթ*. Կրոնական կազմակերպությունները արմատավորում են այնպիսի վարք, որը համապատասխանում է իրենց կրոնի նորմերին: Դա իրականացվում է պաշտամունքի խմբային գործողություններում և կազմակերպու-

թյան (տարբեր կրոններ, եկեղեցիներ, մզկիթ, դացան, սինագոգ) ամբողջ կենսագործունեության ընթացքում:

3. *Հաղորդակցման գործառույթ*. ստեղծվում են պայմաններ՝ որոշակի ձևերով հավատացյալների հաղորդակցվելու, ինչպես նաև հաղորդակցվելու նորմերը սերմանելու համար:

4. *Գթության գործառույթ*. իրականացնում է բարեգործական և գթասիրտ գործունեություն, ինչպես կազմակերպությունների սահմաններում, այնպես էլ դրանից դուրս:

5. *Փոխհարուցող գործառույթ*. դրսևորվում է հավատացյալների կողմից՝ իրենց խնդիրները գիտակցելու և անհաջողություններից, կյանքի ցնցումներից պաշտպանվելու համար:

6. *Դաստիարակչական գործառույթ*. այն կապված է կրոնական դաստիարակության հետ:

Կրոնական դաստիարակության ընթացքում անհատ հավատացյալներին և խմբերին պլանաչափ ներշնչվում են կրոնի աշխարհայացքը, աշխարհընկալումը, հարաբերությունների և վարքի նորմերը, որոնք համապատասխանում են որոշ կրոնների հոգևոր սկզբունքներին:

Կրոնական դաստիարակությունն իրականացվում է հոգևորականների, ծնողների, ուսուցիչների (հոգևոր ուսումնական հաստատություններ), ինչպես նաև ուսումնական հաստատություններում կրոնի ուսուցիչ - դասախոսների միջոցով:

Այդ դաստիարակությանն են ուղղված կրոնական կազմակերպություններին կից գործող տարբեր մանկական և պատանեկան կազմակերպությունները, ինչպես նաև այն ՀՀՄ-ը, որոնք գործում են կրոնական կազմակերպությունների հսկողության տակ:

Բազմազան են կրոնական դաստիարակության ձևերը: Դրանց շարքին կարելի է դասել եկեղեցական ժամերգությունը,

քարոզը (բացատրվում է Աստվածաշնչի կարևորագույն սկզբունքները), խոստովանություն, որը սովորեցնում է ինքնավերլուծություն, պահք, որը ձևավորվում է տոկունություն, զսպվածություն:

Դաստիարակչական կազմակերպություններ

Դաստիարակչական կազմակերպությունները հատուկ ստեղծվում են պետության և ոչ պետական կազմակերպությունների կողմի, ուղղված են լուծելու բնակչության որոշակի տարիքային խմբերի սոցիալական դաստիարակության խնդիրները:

Դաստիարակչական կազմակերպությունների սոցիալականացնող հիմնական գործառույթներն են՝ հաղորդակից դարձնել հասարակության մշակույթին, պայմաններ ստեղծել անհատական զարգացման և հոգևոր կողմնորոշման համար, առանձնացնել աճող սերնդին մեծահասակներից, դաստիարակվողների տարբերակված դաստիարակում՝ իրենց անձնական հնարավորություններին համապատասխան:

Իր անդամների ինքնափոփոխման գործընթացի վրա դաստիարակչական կազմակերպությունն ազդում է տարբեր կերպ: Դա պայմանավորված է նրա կենսագործունեության կազմակերպման ձևով, բովանդակությամբ, փոխգործունեության բնույթով:

Հարաբերականորեն հսկվող սոցիալականացման գործընթացում դաստիարակչական կազմակերպությունները առաջատար դեր են խաղում, քանզի նրանցում մարդը մեծ կամ փոքր չափով ձեռք է բերում հասարակության դաստիարակչական կազմակերպությունների վերաբերյալ գիտելիքներ, հաղորդակցվելու փորձ, վարք:

Դաստիարակչական կազմակերպությունները կարելի է դասակարգել ըստ որոշ չափանիշների.

1. դաստիարակչական կազմակերպության մուտք գործելու սկզբունքով՝

2. պարտադիր (հանրակրթական դպրոց), կամավոր (ակումբներ, բուհ) հարկադրական (հոգեկան առողջության կենտրոն, քրեակատարողական հիմնարկ),

3. իրավական կարգավիճակի՝ պետական, հասարակական, մասնավոր,

4. գերատեսչական պատկանելիության՝ ԿԳՄՍ նախարարություն, արհմիութենական, մարզական միավորումներ՝ հանրապետական կամ մարզային,

5. բաց և փակ լինելու աստիճանի,

6. գործունեության տևողության՝ մշտական (դպրոց, բուհ), ժամանակավոր (ամառային ճամբար):

Միկրոսոցիումը և սոցիալականացման հիմնախնդիրները

Միկրոսոցիումը մարդու անմիջական միջավայրն է, որը սահմանափակվում է որոշակի տարածքով և ազդում նրա զարգացման վրա: Յուրաքանչյուր միկրոսոցիում, ունենալով տարբեր առանձնահատկություններ, կատարում է մարդու՝ որպես անհատի զարգացման համար անհրաժեշտ պայմանների ստեղծման կարևոր գործառույթ:

Միկրոսոցիումը գործող հանրություն է, որը ընդգրկում է ընտանիքը, հարևանությունը, հասակակիցների խմբերը, տարբեր հասարակական, պետական, կրոնական, մասնավոր և դաստիարակչական կազմակերպություններ:

Նրա ազդեցությունը երեխաների, դեռահասների և պատանիների սոցիալականացման վրա կախված է միկրոսոցիումի

օբյեկտիվ բնութագրերից և մարդու առանձնահատկություններից:

Միկրոսոցիումի հիմնական բնութագրերն են՝

1. տարածքային առանձնահատկություններ,
2. ճարտարապետական առանձնահատկություններ,
3. ժողովրդագրական առանձնահատկություններ (ազգաբնակչության կազմ),
4. մշակույթի և վերականգնողական հնարավորություններ:

Երեխաների, դեռահասների և պատանիների սոցիալականացման գործընթացը կապված է միկրոսոցիումում գոյություն ունեցող սոցիալական և հոգեբանական մթնոլորտի հետ, ինչը միկրոսոցիումի բոլոր բնութագրերի փոխգործողության արդյունք է:

Միկրոսոցիումի միկրոկլիման որոշվում է բնակիչների կրթական մակարդակով, պրոսոցիալական և հակասոցիալական բնակիչների թվի հարաբերակցությամբ, քրեածին խմբերի և ընտանիքների թվով, մշակութային կենտրոնների, մարզական և այլ կազմակերպությունների աշխատանքի որակով:

Միկրոսոցիումի ազդեցության արդյունավետությունը պայմանավորված է միկրոսոցիումի կյանքում մարդու ներգրավման աստիճանով և գործող կազմակերպությունների գործունեության արդյունավետությամբ:

Երեխաների, դեռահասների սոցիալականացմանը միկրոսոցիումում նպաստում է դաստիարակչական տարածքի ստեղծումը: Այն ներառում է դաստիարակչական, կուլտուր-լուսավորական, հասարակական կազմակերպությունների, տեղական հաղորդակցման միջոցների, տարբեր ուղղության մասնագետների (սոցիալական աշխատողներ, հոգեբաններ, բժիշկներ) փոխկապակցված համակարգը:

Դաստիարակչական տարածքի ստեղծումը դառնում է իրական այն դեպքում, երբ միկրոսոցիումում գործում է որոշակի պետական մարմին, ծառայություն, որը գործում է թաղապետարանում և իրականացնում է գործառույթների ամբողջ համալիր:

Սկուզիչ հարցեր

1. Բնութագրե՛ք «սոցիալականացում» եզրույթը:
2. Բացատրե՛ք սոցիալականացման էությունը:
3. Որո՞նք են սոցիալականացման օբյեկտը և սուբյեկտը:
4. Նկարագրե՛ք սոցիալականացման փուլերը:
5. Նշե՛ք սոցիալականացման միջոցները և մեխանիզմները:
6. Որո՞նք են սոցիալականացման բաղադրամասերը. բնութագրե՛ք դրանք:
7. Նշե՛ք տարերային և հարաբերականորեն ուղղորդված սոցիալականացման տարբերությունը:
8. Նշե՛ք տարերային և հարաբերականորեն հսկվող սոցիալականացման տարբերությունները:
9. Որո՞նք են սոցիալականացման մեզագործոնները: Բնութագրե՛ք դրանք:
10. Որո՞նք են սոցիալականացման մակրոգործոնները: Բնութագրե՛ք դրանք:
11. Բացատրե՛ք երկրի ազդեցությունը մարդու սոցիալականացման վրա:
12. Նկարագրե՛ք ազգի առանձնահատկությունների ազդեցությունը սոցիալականացման գործընթացում:
13. Ո՞րն է հասարակության սոցիալականացնող դերը:
14. Ինչպե՞ս է պետությունը ազդում մարդու սոցիալականացման վրա:

15. Նշե՛ք սոցիալականացման մեզոգործոնների կառուցվածքը:

16. Բացատրե՛ք կապը տարածաշրջանի և սոցիալականացման միջև:

17. Ինչպիսի՞ դեր են խաղում զանգվածային հաղորդակցման միջոցները սոցիալականացման գործընթացում:

18. Բացատրե՛ք ենթակուլտուրայի ազդեցությունը մարդու սոցիալականացման վրա:

19. Նկարագրե՛ք բնակավայրի տեսակի ազդեցությունը մարդու սոցիալականացման գործընթացում:

20. Բացատրե՛ք սպորտի ներգործության հիմնական ուղղությունները մարդու սոցիալականացման վրա:

21. Թվարկե՛ք սոցիալականացման միկրոգործոնների ցանկը:

22. Բացատրե՛ք ընտանիքի դերը մարդու սոցիալականացման գործընթացում:

23. Ինչպիսի՞ ներգործություն ունեն հարևանները մարդու սոցիալականացման վրա:

24. Նկարագրե՛ք հասակակիցների դերը մարդու սոցիալականացման գործընթացում:

25. Որո՞նք են կրոնական ինստիտուտների գործառույթները:

26. Ինչպիսի՞ ազդեցություն ունեն կրոնական ինստիտուտները մարդու սոցիալականացման ուղղությամբ:

27. Բացատրե՛ք միկրոսոցիումի էությունը և ներգործության առանձնահատկությունները մարդու սոցիալականացման վրա:

Գրականություն

1. Հարությունյան Ն.Կ., Ղազարյան Ա.Փ., Ղուկասյան Լ.Հ. Սոցիալական մանկավարժություն (քուիական ձեռնարկ): - Եր., ԵՊՀ հրատ., 2017 - 336 էջ:
2. Agents of Socialization. <https://rwu.pressbooks.pub/rothschildsintrotosociology/chapter/agents-of-socialization/>
3. Cyberbullying: What is it and how to stop it. <https://www.unicef.org/end-violence/how-to-stop-cyberbullying>
4. Deutsch A.R, Steinley D., Slutske W.S. The role of gender and friends' gender on peer socialization of adolescent drinking: a prospective multilevel social network analysis. J Youth Adolesc. 2014 Sep; 43(9):1421-35. Doi: 10.1007/s10964-013-0048-9.
5. Eather N., Wad L., Pankowiak A., Eime R. The impact of sports participation on mental health and social outcomes in adults: a systematic review and the 'Mental Health through Sport' conceptual mode. <https://systematicreviewsjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13643-023-02264-8>
6. Factors of the Process of Socialization. <https://moirabaricollegeonline.co.in/attendance/classnotes/files/1588905400.pdf>
7. How Socialization Influence a Person. <https://www.writemypapers.org/examples-and-samples/how-socialization-influence-a-person.html>
8. Global social media Statistics. <https://datareportal.com/social-media-users>
9. Globalization and Its Social and Cultural Impact <https://isocarp.org/app/uploads/2015/02/Utrecht-2001-Keynote-van-Zyl.pdf>
10. Kuczynski, L. Parkin M., Pitman R. Socialization as a Dynamic Process: A Dialectical Transactional Perspective. Handbook of Socialization Theory (2014) https://www.academia.edu/38279247/-Kuczynski_Parkin_Pitman_2014_Socialization_as_a_Dynamic_Process_A_dialectical_transactional_perspective_pdf

11. McMichael A., Woodruff R., Hales S. Climate change and human health: present and future risks. [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(06\)68079-3/](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(06)68079-3/)
12. Meeker E.C., O'Connor BC, Kelly L.M., Hodgeman D.D., Scheel-Jones AH, Berbari C. The impact of adverse childhood experiences on adolescent health risk indicators in a community sample. *Psychol Trauma*. 2021 Mar; 13(3):302-312. Doi: 10.1037/tra0001004.
13. Patterson Ch.J., Farr R.H. , Hastings P.D. Socialization in the context of family diversity. Publisher: Guildford Press, 2014 -23p. https://www.researchgate.net/publication/316885819_Socialization_in_the_context_of_family_diversity
14. Perera S. Human Socialization. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3916311
15. Porta D., Portos M. Political Participation in a Globalized World. <https://academic.oup.com/edited-volume/44007/chapter-abstract/371816878?redirectedFrom=fulltext>
16. Socialization and human development <https://masomomsingi.com/socialization-and-human-development/>
17. Social Dimensions of Climate Change <https://www.worldbank.org/en/topic/social-dimensions-of-climate-change>
18. Socialisation. <https://www.studysmarter.co.uk/explanations/social-studies/cultural-identity/socialisation/>
19. The Impact of Social Media on Child and Youth Development. <https://aithor.com/essay-examples/the-impact-of-social-media-on-child-and-youth-development>
20. The Importance of Socialization in Human Development <https://www.studocu.com/en-us/document/seton-hall-university/introduction-to-sociology/the-importance-of-socialization-in-human-development/51448465>
21. The Importance of Socialization. <https://courses.lumenlearning.com/wm-introductiontosociology/chapter/why-socialization-matters/>
22. The Impact of Digital Technology on Children's Social Interaction: A Literature Review. <https://www.researchgate.net/publication/>

- 368751706_The_Impact_of_Digital_Technology_on_Children's_Social_Interaction_A_Literature_Review
23. Understanding Socialization in Sociology. <https://www.simplypsychology.org/socialization.html#Types-of-Socialization>
 24. Weinstein, E. The social media see-saw: Positive and negative influences on adolescents' affective well-being. *New Media & Society*, (2018). 20(10), 3597–3623. <https://doi.org/10.1177/1461444818755634>
 25. Weir K. Social media brings benefits and risks to teens. Psychology can help identify a path forward. <https://www.apa.org/monitor/2023/09/protecting-teens-on-social-media>
 26. What is Primary Socialization? <https://www.simplypsychology.org/primary-socialisation.html>
 27. Андреева Г.М. Социальная психология: учебник для высших учебных заведений. - М.: Аспект Пресс, 2001. - 290 с.
 28. Мардахаев Л.В. Социальная педагогика: учебник. - М.: Гардарики, 2005. - 269 с.
 29. Московцева Е. А. Социальная педагогика : учебное пособие. - Хабаровск: ТОГУ, 2021. - 155.
 30. Мудрик А.В. Социализация человека. Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, М., 2004.-304 с.
 31. Мудрик А.В. Социальная педагогика: учебник для студ. учреждений высш. проф. образования / А.В.Мудрик. - 8-е изд., испр. и доп. - М.: Издательский центр «Академия», 2013. - 240 с.
 32. Мудрик А. В. Социально-педагогические проблемы социализации: Монография. - М.: МПГУ, 2016 - 256 с.
 33. Социализация личности. <http://surl.li/hpnfqf>
 34. Хабибуллина З.Н. Роль коммуникации в социализации личности // Бюллетень науки и практики / Bulletin of Science and Practice 2018, Т. 4. №11. С. 537-541
 35. <http://www.bulletennauki.com>

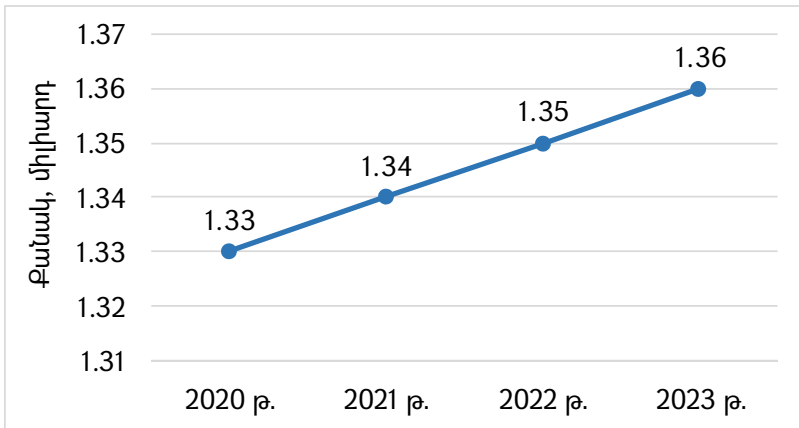
ԳԼՈՒԽ 2. ՍԱՀՄԱՆԱՓԱԿ ԿԱՐՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՎ ՄԱՐԴԻԿ

2.1. Հաշմանդամության էությունը, հաշմանդամության տեսակները

Հաշմանդամությունը անձի մշտական կամ երկարաժամկետ, ամբողջական կամ մասնակի խանգարումն է՝ կապված ֆիզիկական, զգայական, մտավոր, հաղորդակցման և հոգեբանական կարողությունների հետ:

Զուգորդված տարբեր խոչընդոտների հետ՝ այն կարող է սահմանափակել մարդու կարողությունը այլ մարդկանց հետ հավասար հիմունքներով մասնակցելու հասարակական կյանքին: Հաշմանդամությունը կարող է լինել բնածին կամ ձեռքբերովի՝ հիվանդության, վնասվածքի կամ ծերացման հետևանքով:

Համաշխարհային բանկի և ՄԱԿ-ի 2023 թ. տվյալներով՝ հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց թիվը կազմում է աշխարհի բնակչության մոտ 16 %-ը, որը համարժեք է մոտավորապես 1,36 միլիարդ մարդու: Այս թիվը 2000-ականներից աճել է՝ յուրաքանչյուր տարի մոտ 10 միլիոնով (տրամագիր 1): Նման շարժընթացը պայմանավորված է բնակչության աճով, բնակչության ծերացումով և տարատեսակ առողջապահական իրավիճակներով, սակայն հաշմանդամության հիմնական պատճառները մնում են քրոնիկ հիվանդությունները:



Տրամագիր 1. Աշխարհում հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց քանակի շարժընթացը 2020-2023 թվականներին (ըստ who.int տվյալների)

ՄԱԿ-ի զարգացման ծրագրի գնահատմամբ՝ հաշմանդամություն ունեցող բոլոր մարդկանց 80 տոկոսն ապրում է ցածր եկամուտ ունեցող երկրներում: Թեև հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ ամբողջ աշխարհում կազմում են մոտավորապես յուրաքանչյուր 10 մարդուց մեկը, նրանք աշխարհի ամենաաղքատ մարդկանցից յուրաքանչյուր հինգերորդն են:

Հաշմանդամների մոտ 80 տոկոսը ապրում է երկրագնդի հարավային մասում: Նրանք հաճախ ամենաշատն են տուժում բնական վտանգներից, կլիմայական աղետներից և գլոբալ առողջապահական արտակարգ իրավիճակներից, ինչպիսին էր COVID-19 համաճարակը:

Հայաստանի Հանրապետությունում հաշմանդամությունը սոցիալական և բժշկական լուրջ հիմնախնդիր է, որը ազդում է հասարակության կյանքի տարբեր կողմերի վրա:

ՀՀ աշխատանքի և սոցիալական հարցերի նախարարության 2020թ. տվյալներով՝ հանրապետությունում ապրում է շուրջ

200 հազար հաշմանդամություն ունեցող անձ, որը կազմում է ընդհանուր ազգաբնակչության մոտավորապես 6,5%-ը:

Տարիքային կառուցվածքի տեսանկյունից՝ Հայաստանում հաշմանդամների մոտ 60%-ը 60 տարեկանից բարձր մարդիկ են: Դա պայմանավորված է տարիքային հիվանդություններով և բնակչության ծերացումով: Հաշմանդամություն ունեցող երեխաները կազմում են նման մարդկանց ընդհանուր թվի մոտ 5%-ը: 2020 թվականի դրությամբ՝ Հայաստանի Հանրապետությունում պաշտոնապես գրանցված էր հաշմանդամություն ունեցող 8771 երեխա, որոնցից 2757-ը՝ աղջիկ:

Հաշմանդամության հիմնական պատճառներն են քրոնիկական հիվանդությունները, վնասվածքները, բնածին արատները և մասնագիտական հիվանդությունները:

2016 թվականի դրությամբ՝ գրանցված հաշմանդամություն ունեցող երեխաների միայն 1/3-ն է ընդգրկված նախադպրոցական հաստատություններում, մինչդեռ նրանց 2/3-ը վերականգնողական ծառայություններ չի ստանում: Հաշմանդամություն ունեցող երեխաներն ամենից հաճախ զրկվում են կրթության իրավունքից բազմաթիվ գործոնների պատճառով՝ սկսած մատչելիությունից և խտրական վերաբերմունքից մինչև մասնագետների և մասնագիտացված ուսումնական նյութերի բացակայություն:

Վերջին տարիներին Հայաստանում նկատվում է հաշմանդամների թվի աճ՝ առավելապես պայմանավորված Արցախում ռազմական հակամարտությամբ: Ըստ որոշ տվյալների՝ 44-օրյա պատերազմի հետևանքով ՀՀ-ում հաշմանդամություն ունեցող անձանց թիվն ավելացել է 1400-ով:

Ըստ 2020 թ. Տվյալների՝ հաշվառված հաշմանդամների թվաքանակը Հայաստանի Հանրապետությունում կազմում էր մոտ 200 հազար մարդ՝ տարբեր մարզերում իրենց հարաբերակցությամբ (աղյուսակ 1):

2020 թ. ՀՀ մարզերի և Երևան քաղաքի հաշմանդամության խմբերի հաշվառված մարդկանց թվաքանակը

(ըստ armstat.am տվյալների)

Մարզեր	Հաշմանդամների թվաքանակը		Ըստ հաշմանդամության խմբերի						Հաշմանդամ երեխաներ	
			I		II		III			
	Ընդամենը	Նրանցից՝ ժմռուկ	Ընդամենը	Նրանցից՝ ժմռուկ	Ընդամենը	Նրանցից՝ ժմռուկ	Ընդամենը	Նրանցից՝ ժմռուկ	Ընդամենը	Նրանցից՝ ժմռուկ
ք. Երևան	57026	27606	3627	1562	20767	9859	30007	15366	2625	819
Արագածոտն	8991	4101	430	182	3181	1405	4976	2394	404	120
Արարատ	18485	8869	960	417	6090	2696	10463	5469	972	287
Արմավիր	13073	5721	625	264	4438	1771	7226	3440	784	246
Գեղարքունիք	17920	8603	732	287	6174	2801	10309	5315	705	200
Լոռի	18826	9329	801	340	6733	3326	10580	5426	712	237
Կոտայք	15212	6853	676	268	4834	2043	8872	4272	830	270
Շիրակ	18860	9476	759	336	6718	3087	10507	5781	876	272
Սյունիք	10644	5136	469	191	3801	1665	5981	3140	393	140
Վայոց ձոր	4340	2193	140	58	1508	702	2556	1393	136	40
Տավուշ	8450	4210	373	140	3128	1539	4615	2405	334	126
Ընդամենը ՀՀ	191 827	92 097	9 592	4 045	67 372	30 894	106 092	54 401	8 771	2 757

Աշխարհի բնակչության տարբեր խմբերում հաշմանդամության վիճակը զգալիորեն տարբերվում է՝ պայմանավորված տարիքով, սեռով և սոցիալական վիճակով:

Հաշմանդամություն ունեցող կանայք և երեխաները հատկապես խոցելի են խտրականության և սոցիալական բացառման տեսանկյունից, մինչդեռ նույն կարգավիճակում գտնվող չափահաս տղամարդիկ կարող են բախվել աշխատանքի և սոցիալական կարծրատիպերի հետ՝ կապված տարբեր խնդիրներից:

Այսպես՝ առողջապահության համաշխարհային կոմիտեի (ԱՀԿ) և ՅՈՒՆԻՍԵՖ-ի տվյալներով՝ աշխարհում ապրում է հաշմանդամություն ունեցող մոտավորապես 240 միլիոն երեխա, այսինքն՝ 10 երեխայից մոտավորապես 1-ը հաշմանդամ է:

Նման երեխաները բախվում են կրթության հասանելիության լուրջ խոչընդոտների, հատկապես, ցածր և միջին եկամուտ ունեցող երկրներում: Այսպես՝ այդ երկրներում հաշմանդամություն ունեցող երեխաների մոտ 50%-ը չի հաճախում դպրոց:

Հաշմանդամություն ունեցող երեխաները հաճախ բախվում են խտրականության, մեկուսացման, առողջապահական և սոցիալական ծառայությունների հասանելիության սահմանափակման հետ: Այս խոչընդոտները կարող են լրջորեն խաթարել նրանց լիարժեք զարգանալու և հասարակական կյանքին ինտեգրվելու հնարավորությունները:

Հաշմանդամություն ունեցող **մեծահասակները** կազմում են հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց հիմնական մասը: ԱՀԿ-ի գնահատմամբ՝ աշխարհում մեծահասակների մոտ 15%-ը ունի հաշմանդամություն: Պատճառները բազմազան են և կարող են ներառել քրոնիկական հիվանդություններ, վնասվածքներ, ծերացում և հոգեկան խանգարումներ:

Նման մարդիկ հիմնականում դժվարանում են ընդունվել աշխատանքի, իսկ աշխատանք ունենալու դեպքում հաճախ հանդիպում են խտրականության: Աշխարհի ընդհանուր ազգաբնակչության քանակի համեմատ՝ նման անձանց զբաղվածության մակարդակը զգալիորեն ցածր է:

Ինչ վերաբերում է սոցիալական աջակցությանը, ապա հաշմանդամություն ունեցող մեծահասակները հաճախ ապավինում են սոցիալական օգնությանը և առողջապահական ծառայություններ ստանալուն՝ հատկապես սահմանափակ ռեսուրսներ ունեցող երկրներում:

Գենդերային տեսանկյունից՝ հաշմանդամություն ունեցող կանայք կազմում են աշխարհի կանանց մոտ 19%-ը, իսկ ցածր և միջին եկամուտ ունեցող երկրներում հաշմանդամություն ունեցող կանայք կազմում են բոլոր կանանց մոտ 20%-ը:

Նման կանայք հաճախ բախվում են կրկնակի խտրականության՝ սեռի և հաշմանդամության հիման վրա: Ի համեմատ հաշմանդամություն ունեցող տղամարդկանց՝ հաշմանդամ կանայք կարող են ունենալ կրթության, առողջապահության և աշխատանք ունենալու սահմանափակ հնարավորություններ:

Միևնույն ժամանակ հաշմանդամություն ունեցող կանանց մոտ ավելի մեծ է ֆիզիկական և սեռական բռնության վտանգը: ԱՀԿ-ի տվյալներով՝ նման կանայք երկու-երեք անգամ ավելի հաճախ են ենթարկվում բռնության, քան հաշմանդամություն չունեցող կանայք:

Պատկերը մի փոքր այլ է հաշմանդամություն ունեցող տղամարդկանց մոտ, որոնք կազմում են աշխարհի տղամարդկանց մոտ 12%-ը: Տղամարդիկ ավելի շատ են հակված վնասվածքներ և դժբախտ պատահարներ ունենալուն, ինչը կարող է որոշակի տարիքային խմբերում հաշմանդամության բարձր մակարդակի պատճառներից մեկը դառնալ:

Նրանք ունենում են զբաղվածության ավելի բարձր մակարդակ, քան հաշմանդամություն ունեցող կանայք, բայց, միևնույն է, բախվում են խտրականության և աշխատանքի խոչընդոտների առկայությանը:

Հաշմանդամություն ունեցող տղամարդիկ հաճախ բախվում են գենդերային դերերի հետ կապված լրացուցիչ կարծրատիպերի, որոնք կարող են մեծացնել սոցիալական մեկուսացումը և սահմանափակել նրանց հասարակական կյանքին մասնակցելու հնարավորությունը:

Հաշմանդամությունը, դիտարկելով բնածին տեսանկյունից, ի հայտ է գալիս ծննդյան պահից և կարող է առաջանալ գենետիկական շեղումների, հղիության ընթացքում մայրական վարակների, ծննդաբերության ընթացքում առաջացած բարդությունների և արտաքին գործոնների ազդեցությունների հետևանքով, ինչպես, օրինակ, թունավոր նյութերը:

ԱՀԿ-ի տվյալներով՝ աշխարհում նորածինների մոտ 3-4%-ն ունի բնածին արատներ, որոնք կարող են հանգեցնել հաշմանդամության առաջացմանը: Որոշ տարածաշրջաններում այս ցուցանիշը կարող է ավելի բարձր լինել որակյալ բժշկական օգնության և կանխարգելման անբավարար հասանելիության պատճառով:

Որպես օրինակներ՝ նշենք սրտի բնածին արատներ, Դաունի համախտանիշ, նյարդային խողովակի բնածին արատներ (օրինակ՝ սպինա բիֆիդա), մկանային դիստրոֆիա և այլ հիվանդություններ:

Բարձր եկամուտ ունեցող երկրներում բնածին հաշմանդամությունն առավել հաճախ ախտորոշվում է վաղ փուլում՝ առողջապահական ծառայությունների հասանելիության և ժամանակին զննման իրականացման պատճառով: Ցածր եկամուտ ունե-

ցող երկրներում բնածին անոմալիաները հաճախ չեն հայտնաբերվում և չեն բուժվում, ինչը հանգեցնում է հաշմանդամության բարձր մակարդակի:

Ըստ ԱՀԿ-ի տվյալների՝ տարեկան մոտ 7,9 միլիոն երեխա ծնվում է բնածին արատներով: Սա աշխարհի բոլոր նորածինների մոտավորապես 6%-ն է:

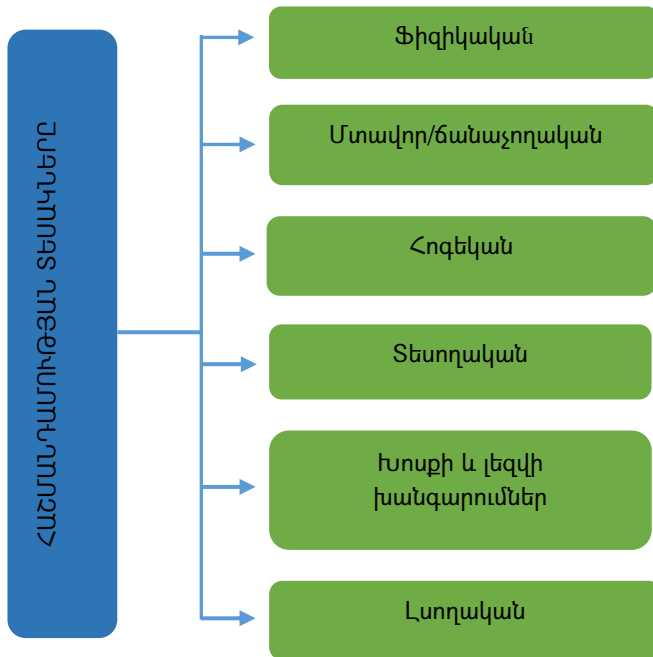
Աշխարհում բոլոր հաշմանդամությունների մոտ 80%-ը ձեռքբերովի է: Այն զարգանում է կյանքի ընթացքում, իսկ հիմնական պատճառները ներառում են քրոնիկական հիվանդություններ (շաքարախտ, սրտանոթային հիվանդություններ), վնասվածքներ (ճանապարհատրանսպորտային պատահարներ), հոգեկան խանգարումներ և տարիքային հիվանդություններ (օստեոարթրիտ, դեմենսիա):

Վնասվածքի հետևանքով մարդը կարող է ունենալ վերջույթի կորուստ, գլխուղեղում արյունահոսության հետևանքով կաթված, տեսողության կորուստ՝ գլաուկոմայի կամ կատարակտի հետևանքով:

Աշխարհի չափահաս բնակչության մոտ 15%-ը (ավելի քան 1 միլիարդ մարդ) ունի ձեռքբերովի հաշմանդամություն, ընդ որում՝ նրանց 80%-ը ապրում է ցածր և միջին եկամուտ ունեցող երկրներում: Եվրոպայում և Հյուսիսային Ամերիկայում հաշմանդամության հիմնական պատճառները տարիքային և քրոնիկական հիվանդություններն են, մինչդեռ ցածր եկամուտ ունեցող երկրներում վարակիչ հիվանդություններն ու վնասվածքները առավել տարածված պատճառներից են:

Համաշխարհային մասշտաբով հաշմանդամության ամենատարածված տեսակներն են համարվում ֆիզիկական հաշմանդամությունը, տեսողության և լսողության խանգարումները, մտավոր և հոգեկան արատները (նկար 5):

Ամբողջ աշխարհում հաշմանդամության այս տեսակները ազդում են զգալի թվով մարդկանց կյանքի որակի վրա և ունեն տարբեր պատճառներ՝ ներառյալ բնածին, քրոնիկական հիվանդություններ և արտաքին գործոններ, ինչպիսիք են՝ վնասվածքներ և վարակներ:



Նկար 5. Հաշմանդամության տեսակները

I Ֆիզիկական հաշմանդամություն

Ֆիզիկական հաշմանդամությունը հաշմանդամության ամենատարածված տեսակներից մեկն է, որն ազդում է հարյուր միլիոնավոր մարդկանց կյանքի որակի վրա: Այն կազմում է հաշմանդամների ընդհանուր թվի զգալի մասը և համաձայն տարբեր

գնահատականների՝ կարող է կազմել հաշմանդամության բոլոր տեսակների 30-50%-ը, ինչը 2023 թվականի դրությամբ կազմում է մոտավորապես 408-680 միլիոն մարդ:

Ֆիզիկական հաշմանդամությունը էական և երկարաժամկետ սահմանափակումն է, որն ազդում է մարդու շարժունության, ֆիզիկական գործունեության կայունության վրա: Այն կարող է սահմանափակել անհատին ժամանակավորապես կամ մշտապես՝ ունենալով բազմաթիվ պատճառներ, ինչպիսիք են՝ գենետիկական խանգարումներ, ֆիզիկական վնասվածք և այլն:

Ֆիզիկական հաշմանդամությունը լրջորեն ազդում է անձի ամենօրյա հատուկ գործողություններ կատարելու կարողության վրա: Այս գործունեությունը ավելի դժվար է կատարվում և ավելի երկար է տևում, օրինակ՝ իրեր կրելը կամ հագնվելը:

Ֆիզիկական հաշմանդամություն ունեցող երեխաները և երիտասարդները կարող են ունենալ դժվարություններ ֆիզիկական միջավայր մուտք գործելու, սարքավորումներից և հարմարություններից անվտանգ օգտվելու, ուսումնական առաջադրանքներին և գնահատումներին մասնակցելու, գործնական առաջադրանքներ և գործողություններ կատարելու ընթացքում: Այնուամենայնիվ, իր յուրահատուկ ֆիզիկական կարիքները տարբեր կերպ են ազդում յուրաքանչյուր անհատի վրա:

Բնածին հաշմանդամություն. բնածին ֆիզիկական հաշմանդամություն ունեցող անձինք, որոնք նաև հայտնի են որպես ժառանգական հաշմանդամներ, ունեցել են այս հիվանդությունը ծնվելուց ի վեր, այն ներառել է խանգարումներ այն ժամանակ, երբ դեռ երեխան մոր արգանդում էր: Ժառանգական գենետիկական խնդիրները, ծննդաբերության ընթացքում վնասվածքը կամ մկանային բջիջների հետ կապված խնդիրները նույնպես կարող են զարգացնել այս վիճակը:

Ձեռքբերովի հաշմանդամություն. մարդու ֆիզիկական հաշմանդամությունը կարող է լինել ոչ միայն բնածին, այլ նաև տարբեր պատճառներով: Դրանք կարող են առաջանալ դժբախտ պատահարների՝ գլխուղեղի վնասվածքների (կաթված), վարակների, հիվանդությունների, ավտովթարների և այլ հետևանքներով:

Պերինատալ պատճառներ. ծննդաբերությունից անմիջապես առաջ և դրան հաջորդող շրջանը հայտնի է որպես պերինատալ շրջան: Այս շրջանում առաջացող հաշմանդամությունը հիմնականում ունի կենսաբանական բնույթ: Այն կարող է առաջանալ վաղաժամ ծննդաբերության, ծանր վնասվածքի, թթվածնի անբավարարության կամ ծննդաբերելու ընթացքում վարակի պատճառով:

Ֆիզիկական հաշմանդամության տեսակները

Բազմաթիվ ֆիզիկական արատներ, ինչպիսիք են լսողության կորուստը, քրոնիկական հոգնածությունը, շարժունության խանգարումը, քրոնիկական ցավը և նոպաները, կարող են բացասաբար ազդել անհատների վրա: Ֆիզիկական հաշմանդամության որոշ հիմնական կատեգորիաներ ներառում են.

1. մկանա-կմախքային վնասվածքներ. ոսկորները, մկանները և հոդերը տուժում են այս տեսակի հաշմանդամությունից: Դա կարող է հանգեցնել վերջույթների կորստի կամ դեֆորմացման, մկանների թուլության (մկանային դիստրոֆիա) և օստեոգենեզի անկատարության, որն առաջացնում է փխրուն ոսկորներ: Մեջքի և պարանոցի ցավը, օստեոարթրիտը, փխրուն ոսկորների հետևանքով առաջացած կոտրվածքները և բորբոքային խանգարումները, ինչպիսին է ռևմատոիդ արթրիտը, մկանա-կմախքային հաշմանդամության տարածված ձևեր են: Մկանային դիստրոֆիան գենետիկ խանգարումների խումբ է, որը հանգեց-

նում է անդառնալի թուլության, ինչպես նաև մկանային զանգվածի կորստի: Գոյություն ունեն մկանային դիստրոֆիայի ավելի քան 30 տեսակներ, և յուրաքանչյուրն ունի առաջացման առանձին պատճառները: Նշաններն ու ախտանիշները կարող են լինել բազմազան, սակայն կարող են ներառել քայլելու, շնչելու կամ կուլ տալու դժվարություն, հոդերի շարժման սահմանափակում, սրտի և այլ օրգանների հետ կապված խնդիրներ: Հիվանդության ամենատարածված ախտանշաններն ի հայտ են գալիս մանկության տարիներին, սակայն մյուսները կարող են չդրսևորվել մինչև միջին կամ ավելի մեծ տարիք:

2. Նյարդամկանային-կմախքային վնասվածքներ. նյարդամկանային-կմախքային խաթարված վիճակը մարդուն դարձնում է անկարող՝ շարժելու մարմնի տուժած մասերը, և կարող է նաև հանգեցնել նյարդային համակարգի խանգարումների: Կաթվածը, ուղեղային կաթվածը, որը ազդում է մարդու բոլոր չորս վերջույթների կամ միայն ստորին վերջույթների վրա կամ ազդում մարմնի մի կողմի վրա՝ աջ կամ ձախ, ողնուղեղի վնասվածքը, շարժիչային նեյրոնների հիվանդությունը, ողնաշարի բիֆիդան, գլխի վնասվածքը, պոլիոմիելիտը և այլ պայմաններ այս տեսակի խանգարումների օրինակներ են: Ուղեղային կաթվածը սովորաբար առաջանում է զարգացող ուղեղի վնասվածքի հետևանքով, որը ի հայտ է գալիս ծննդաբերությունից առաջ կամ ընթացքում, ու պայմանավորված է արյան մատակարարման նվազմամբ և ուղեղում թթվածնի պակասով:

Հղիության ընթացքում այնպիսի հիվանդությունները, ինչպիսիք են կարմրախտը (գերմանական կարմրուկը), փոքր երեխաների մոտ մենինգիտը և վաղաժամ ծնունդը, գլխուղեղի պատահական վնասվածքը, կարող են հաշմանդամության այս տեսակի պատճառ հանդիսանալ:

Ուղեղային կաթվածի տեսակներն են.

- **սպասարիկ ուղեղային կաթված.** սա ուղեղային կաթվածի ամենատարածված տեսակն է, որը ազդում է մարդկանց մոտ 80%-ի վրա: Այն բնութագրվում է մկանների տոնուսի բարձրացմամբ, ինչը հանգեցնում է մկանների կոշտության և ցնցումային շարժումների:
- **Ատաքսիկ ուղեղային կաթված.** այս տեսակը ավելի քիչ է տարածված և ազդում է հավասարակշռության վրա: Ատաքսիկ ուղեղային կաթված ունեցող մարդիկ կարող են ունենալ խնդիրներ ճշգրիտ շարժումների հետ, ինչպիսիք են, օրինակ, մանր մոտորիկայի շարժումները, օրինակ՝ կոշկաքուղերի կապումը: Նրանք կարող են նաև ունենալ դժվարություններ արագ շարժումներ կամ այնպիսի շարժումներ կատարելու դեպքում, որոնք պահանջում են մեծ վերահսկողություն, ինչպես, օրինակ՝ գրելը:
- **Խառը ուղեղային կաթված.** ինչպես անունն է հուշում, այս տեսակը ներառում է ուղեղային կաթվածի մի քանի տեսակների ախտանիշներ: Օրինակ՝ ինչ-որ մեկը կարող է ունենալ ինչպես սպաստիկ, այնպես էլ ատաքսիկ ուղեղային կաթվածի ախտանիշներ:
- **Դիսկինետրիկ ուղեղային կաթված.** այս տեսակը բնութագրվում է ձեռքերի, ոտքերի, նույնիսկ դեմքի ու լեզվի ակամա, չվերահսկվող և երբեմն դանդաղ ու պատվող շարժումներով: Մկանային տոնուսը դիսկինետիկ ուղեղային կաթված ունեցող մարդկանց մոտ կարող է տարբեր լինել՝ կարճ ժամանակահատվածում փոխվելով չափազանց ուժեղից մինչև չափազանց թուլացած:

Յուրաքանչյուր տեսակ ունի իր հետ կապված շարժման խանգարման որոշակի դրսևորում: Մարդը կարող է զգալ անկա-

ռավարելի շարժումներ, կոշտ մկաններ կամ վատ համակարգում կամ հավասարակշռություն: Սա կարող է լրջորեն ազդել մարդու կյանքի հմտությունների վրա և դրսևորվել ողջ կյանքի ընթացքում:

3. Ողնուղեղի վնասվածքներ. ողնուղեղը կարող է վնասվել, եթե չափազանց մեծ ճնշում գործադրվի և/կամ եթե արյան ու թթվածնի մատակարարումը ողնուղեղին դադարեցվի: Երբ ողնուղեղը վնասված է, դա հանգեցնում է այնպիսի գործառույթների կորստի, ինչպիսիք են շարժունությունը կամ զգացողությունը:

Որոշ մարդկանց մոտ ողնուղեղի վնասվածքը հանգեցնում է պարապլեգիայի (մկանային կառուցվածքի և ստորին վերջույթների զգայական գործառույթների, կրծքավանդակի օրգանների ֆունկցիայի կորուստ), ոմանց մոտ՝ քվադրիպլեգիայի (քվադրիպլեգիայով մարդն ամբողջությամբ կորցնում է վերջույթները շարժելու կարողությունը): Ողնուղեղի վնասվածքները առաջանում են ողնուղեղին բավարար արյան և թթվածնի մատակարարման բացակայության հետևանքով: Այն կարող է առաջանալ նաև ողնուղեղի վրա ավելորդ ճնշում գործադրելուց: Դժբախտ պատահարները և անկումները ողնուղեղի վնասվածքի հիմնական պատճառներն են: Այլ գործոններ, ինչպիսիք են ողնաշարի դեգեներատիվ փոփոխությունները, քաղցկեղը և արթրիտը, նույնպես կարող են առաջացնել հաշմանդամության այս տեսակը: Վնասվածքները հանգեցնում են վերջույթների կամ մարմնի շարժողական և զգայական ֆունկցիաների մասնակի կամ ամբողջական խանգարման: Այս պատճառով՝ ողնուղեղի վնասվածքի հաշմանդամություն ունեցող անհատը զգում է զգացողության կամ շարժունակության կորուստ: Ողնուղեղի վնասվածքը հանգեցնում է կա՛մ տետրապլեգիային, կա՛մ պարապլեգիային: Տետրապլեգիան, որը նաև հայտնի է որպես քվադրիպլեգիա, կաթված է,

որը ազդում է մարմնի շատ մասերի վրա: Դրա ազդեցությունը կարող է տարածվել ամբողջ ստամոքս և ստամոքսի որոշ մկանների, երկու ձեռքերի, ոտքերի վրա: Մյուս կողմից՝ պարապլեգիան հանգեցնում է միզապարկի և աղիների վերահսկողության և շարժման կորստի:

4. Տարբեր բնածին արատներ, որոնք առաջանում են գենետիկական կամ ոչ գենետիկական պատճառներով:

5. Ամպուտացիաներ. ամպուտացիան մարմնի մի մասի հատումն է: Ուտնաթաթի, ձեռքի, ոտքի ամպուտացիան տեղի է ունենում առավել հաճախ: Ամպուտացիաները կարող են լինել ավտովթարների, աշխատանքի հետ կապված դժբախտ պատահարների կամ հիվանդության հետևանքով: Թեև անդամահատումը երբեմն բժշկական տեսանկյունից անհրաժեշտ է, այն նաև կյանքը փոխող իրադարձություն է, որը տուժած անձի համար ունի ֆիզիկական, զգացմունքային և հոգեբանական խորը հետևանքներ: Անդամահատվածը ստիպված է հարմարվել կյանքին՝ առանց իր մեկ կամ մի քանի վերջույթների, ինչը կարող է սահմանափակել առօրյա գործողություններ կատարելու նրա կարողությունը և բացասաբար ազդել նրա ընդհանուր կյանքի որակի վրա:

6. Spina Bifida. սա ֆիզիկական հաշմանդամության մի տեսակ է, որը տեղի է ունենում հղիության ընթացքում, երբ ողնուղեղի ոսկրային պատյանը թերի է փակվում: Հայտնի է, որ Spina bifida-ն առաջացնում է մարմնի ստորին հատվածի կաթված, սակայն դա կախված է վնասվածքի չափից և մակարդակից: Spina bifida ունեցող անձը կարող է զգալ նաև թուլություն, զգայական կորուստ կամ միաժամանակ՝ երկուսն էլ: Բացի այդ՝ ողնաշարի բիֆիդա ունեցող շատ անհատներ հակված են կորցնելու վերահսկողությունը իրենց աղիների և միզապարկի նկատմամբ:

Հաշմանդամության այս տեսակը հայտնի պատճառ չունի և չունի նաև բուժում. այն ցմահ հաշմանդամություն է:

7. Էպիլեպսիա. Էպիլեպսիան նյարդաբանական վիճակ է, երբ անհատը հակված է կրկնվող չհսկվող նոպաների: Այս նոպաները հակված են առաջացնելու վարքի փոփոխություն կամ հանգեցնելու գիտակցության կորստի: Հարկ է նշել, որ դրվագների ծանրությունն ու բնույթը տարբերվում են տարբեր մարդկանց մոտ, հետևաբար, դրանք համեմատելի չեն: Այս տեսակի հաշմանդամության առաջացման կոնկրետ պատճառներ չկան: Այնուամենայնիվ, ուղեղի վարակը, ուղեղի վնասվածքը, գենետիկան, կաթված և ուղեղի կառուցվածքային անոմալիաները կարող են առաջացնել էպիլեպսիա: Էպիլեպսիան որոշ անհատների համար ցմահ հաշմանդամություն չէ, և հնարավոր է վերահսկել դեղամիջոցներով: Վիրահատությունը կարող է նաև շտկել հաշմանդամությունը: Բժիշկները էպիլեպսիայով հիվանդ մարդկանց խորհուրդ են տալիս խուսափել նոպան հրահրող գործոններից և ուշադրություն դարձնել ապրելակերպին, որոնք կարող են առաջացնել նոպաներ:

8. Ֆիզիկական հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց շարքին են դասում նաև անվասայլակ օգտագործող անձինք: Հաշմանդամների այս խումբը ներառում է սահմանափակ շարժունակություն կամ վերջույթների գործառական կորուստ ունեցող մարդկանց, որոնց համար պահանջվում է անվասայլակի օգտագործում:

Նման խնդիրներ կարող են առաջանալ տարբեր պատճառներով՝ ողնուղեղի վնասվածքներ, ուղեղային կաթված, ցրված սկլերոզ, անդամահատումներ, դժբախտ պատահարներ, սպորտային վնասվածքներ, կամ հենաշարժողական համակարգի վրա ազդող այլ հիվանդություններ:

Հաշմանդամի սայլակը օգնում է փոխհատուցել շարժունության սահմանափակումները, սակայն դրա օգտագործման անհրաժեշտությունը էական ֆիզիկական արատների կարևոր ցուցիչ է:

Անվասայլակ օգտագործող անձինք բախվում են ֆիզիկական սահմանափակումների, որոնք կարող են ազդել նրանց շարժունության և առօրյա առաջադրանքները կատարելու կարողության վրա:

Այս տեսակի հաշմանդամության առաջացման հիմնական պատճառներից է՝ ողնուղեղի վնասվածքը, որը ամենատարածված պատճառներից մեկն է և պահանջում է սայլակի օգտագործում: Վնասվածքները կարող են առաջանալ դժբախտ պատահարներից, սպորտային վնասվածքներից կամ գենետիկ հիվանդություններից, որոնք հանգեցնում են մկանների ուժի և ֆունկցիայի աստիճանական կորստի:

ԱՀԿ-ի տվյալներով՝ աշխարհի բնակչության մոտ 16%-ն ապրում է հաշմանդամության որոշակի ձևերով, և նրանց մոտ 10-15%-ը ամենօրյա կյանքի համար կարիք ունի հաշմանդամի սայլակների:

Զարգացած երկրներում, ինչպիսին ԱՄՆ-ն է, անվասայլակ օգտագործողների թիվը գնահատվում է 2,3 միլիոն, որից մոտ 10%-ը երեխաներ են:

II Ճանաչողական (մտավոր) հաշմանդամություն

Ճանաչողական հաշմանդամությունը, որը նաև հայտնի է որպես մտավոր հաշմանդամություն (կամ ID), եզրույթ է, որն օգտագործվում է, երբ անձը որոշակի սահմանափակումներ ունի ճանաչողական գործունեության և հմտությունների մեջ՝ ներառյալ հայեցակարգային, սոցիալական և գործնական հմտություն-

ները, ինչպիսիք են լեզվական, սոցիալական և ինքնասպասարկման ոլորտները: Այս սահմանափակումները կարող են պատճառ դառնալ, որ մարդը զարգանա և սովորի ավելի դանդաղ կամ այլ կերպ, քան առողջ զարգացող մարդը: Մտավոր հաշմանդամությունը կարող է առաջանալ ցանկացած ժամանակ՝ մինչև 22 տարեկան դառնալը, նույնիսկ՝ մինչև ծնվելը:

Մտավոր հաշմանդամությունը զարգացման ամենատարածված խանգարումն է:

Ըստ Ինտելեկտուալ և զարգացման հաշմանդամների ամերիկյան ասոցիացիայի՝ անհատն ունի մտավոր հաշմանդամություն, եթե նա համապատասխանում է երեք չափանիշների.

1. IQ-ն (ինտելեկտի մակարդակը) 70-ից ցածր է:

2. Հարմարվողական վարքագծի զգալի սահմանափակումներ կան հետևյալ ոլորտներից մեկում կամ մի քանիսում՝ հայեցակարգային, սոցիալական կամ գործնական հմտություններ (հմտություններ, որոնք անհրաժեշտ են հասարակությունում ապրելու, աշխատելու և խաղալու համար):

3. Վիճակը դրսևորվում է մինչև 22 տարեկանը:

Մտավոր հաշմանդամությունը, որը նախկինում հայտնի էր որպես մտավոր հետամնացություն, կարող է առաջանալ վնասվածքի, հիվանդության կամ գլխուղեղի հետ կապված խնդիրների պատճառով: Բազմաթիվ երեխաների մտավոր հաշմանդամության առաջացման պատճառը անհայտ է: Սակայն որոշ պատճառներ, ինչպիսիք են Դաունի համախտանիշը, պտղի ակոհոլային համախտանիշը, փխրուն X համախտանիշը, բնածին արատները և վարակները, կարող են առաջանալ մինչև ծնունդը: Որոշները առաջանում են երեխայի ծնվելու ժամանակ կամ ծնվելուց անմիջապես հետո:

Մտավոր հաշմանդամության այլ պատճառներ չեն առաջանում, մինչև երեխան մեծանա, դրանք կարող են ներառել գլխի ծանր վնասվածք, վարակներ կամ կաթված:

Մտավոր հաշմանդամության ամենատարածված պատճառներն են.

Գենետիկական պայմաններ. երբեմն մտավոր հաշմանդամությունը պայմանավորված է ծնողներից ժառանգած աննորմալ գեներով, գեների միավորման ժամանակ սխալներով կամ այլ պատճառներով: Գենետիկական պայմանների օրինակներ են Դաունի համախտանիշը, Փխրուն X համախտանիշը և ֆենիլկետոնուրիան (PKU):

Բարդություններ հղիության ընթացքում. մտավոր հաշմանդամություն կարող է առաջանալ, երբ երեխան ճիշտ չի զարգանում մոր արգանդում: Օրինակ՝ կարող է խնդիր լինել երեխայի բջիջների բաժանման հետ կապված: Կինը, որը օգտագործում է ալկոհոլ կամ հղիության ընթացքում կարմրախտի նման վարակ է ձեռքբերում, կարող է ունենալ մտավոր արատով երեխա:

Ծննդաբերության ընթացքում առաջացած խնդիրներ. եթե հղիության ընթացքում կամ ծննդաբերության ժամանակ առաջանում են բարդություններ, օրինակ՝ այն դեպքում, երբ երեխան բավարար թթվածին չի ստանում, նա կարող է ունենալ ինտելեկտուալ խանգարում:

Հիվանդություններ կամ թունավոր ազդեցություն. այնպիսի հիվանդությունները, ինչպիսիք են կապույտ հազը, կարմրուկը կամ մենինգիտը, կարող են առաջացնել մտավոր խանգարումներ: Դրանք կարող են ի հայտ գալ նաև ծայրահեղ թերսնման, համապատասխան բժշկական օգնություն չցուցաբերելու կամ որոշ թույների ներգործության արդյունքում (կապար կամ սնդիկ):

Մտավոր հաշմանդամությունը տարածված է աշխարհի բնակչության՝ 1-3%-ի շրջանում, որի դրսևորման հաճախականությունը տարբեր է՝ պայմանավորված տարածաշրջանով և երկրի սոցիալ-տնտեսական պայմաններով:

Այս տեսակի հաշմանդամությունը զգալիորեն տարածված է ցածր եկամուտ ունեցող երկրներում՝ 16,41 հիվանդ՝ յուրաքանչյուր 1000 մարդու շրջանում:

Գոյություն ունեն ճանաչողական խանգարումների բազմաթիվ տեսակներ, որոնք կարող են տարբեր լինել ազդեցության առումով, բայց բոլորն էլ որոշ չափով ազդում են մարդու մտավոր գործունեության և հմտությունների վրա:

Ճանաչողական հաշմանդամության որոշ ընդհանուր տեսակներ են.

- քուտիզմ,
- Դաունի համախտանիշ,
- ուղեղի տրավմատիկ վնասվածք (TBI),
- թուլամտություն,
- դիսլեքսիա,
- ուշադրության պակասի /հիպերակտիվության խանգարում (ADHD),
- ուսուցման խանգարումներ:

Ճանաչողական հաշմանդամությունը, ինչպես ֆիզիկական արատները, կարող են առկա լինել ծննդյան ժամանակ: Ցանկացած հաշմանդամություն, որն առաջանում է մինչև 22 տարեկանը լրանալը, կոչվում է նաև «զարգացման հաշմանդամություն»: Ծնվելու ժամանակ որոշ ճանաչողական խանգարումներ կարող են գրեթե անհնարին լինել տարբերելու համար, և դրանք սովորաբար սկսում են ի հայտ գալ վաղ մանկությունից: Ճանաչողական հաշմանդամության որոշ ցուցիչներ կարող են առկա լինել

դեռևս մանկուց, օրինակ՝ երեխան չի կարողանում հասնել որոշակի նշաձողերի կամ դրսևորում է անսովոր ախտանիշներ, ինչպիսիք են քնի պակասը և անմխիթար լացը: Թեև այս ցուցանիշները կարող են առկա լինել բժիշկների համար հաճախ դժվար է ախտորոշել նորածինների և փոքր երեխաների ճանաչողական խանգարումները:

Ճանաչողական խանգարումների մեծ մասը ախտորոշվում է մանկության և վաղ պատանեկության շրջանում: Կան մի քանի գնահատումներ, որոնք կարող են իրականացվել՝ որոշելու ճանաչողական հաշմանդամության առկայությունը: Շատ բժիշկներ կասկածներ ունենալով ամենից հաճախ հիվանդներին ուղղորդում են համապատասխան գնահատումների:

Ախտորոշումը հաստատվելուց հետո կան թերապիայի մի քանի ձևեր, որոնք կարող են իրականացվել՝ կախված ճանաչողական հաշմանդամության տեսակից: Երիտասարդ տարիքում վաղ միջամտությունը կարող է լինել չափազանց օգտակար:

Նույնիսկ բժշկական տեխնոլոգիաների առաջընթացի պայմաններում ճանաչողական հաշմանդամության «բուժումները» բացակայում են, թեև տարբեր թերապիաները և որոշ դեղամիջոցներ կարող են օգնել բարելավել ու ճանաչողությունը:

Ճանաչողական հաշմանդամությունը կարող է ազդել անհատների վրա բազմաթիվ մակարդակներում՝ աշխատանքից մինչև անձնական հարաբերություններ: Համապատասխան աջակցության դեպքում ճանաչողական հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ կարող են աշխատել, ապրել և խաղալ իրենց համայնքներում: Նմանատիպ մարդկանց հետ աշխատող սոցիալական աշխատողները պետք է պատրաստ լինեն ճանաչողական հաշմանդամություն ունեցողների շրջանում առկա բազմազանությանը և անհատական մարտահրավերներին:

III Հոգեկան հաշմանդամություն

2019 թվականի դրությամբ՝ աշխարհում յուրաքանչյուր 8 մարդուց 1-ը կամ 970 միլիոն մարդ ապրում է հոգեկան խանգարումներով, որոնցից ամենատարածվածը դեպրեսիվ խանգարումներն են: 2020 թվականին տագնապային և դեպրեսիվ խանգարումներով ապրող մարդկանց թիվը զգալիորեն աճել է՝ պայմանավորված COVID-19 համաճարակով: Հոգեկան խանգարումները ներառում են մտածողության, հուզական կամ վարքի տեսանելի խանգարումներ: 2019 թվականին աշխարհում 280 միլիոն մարդ ապրում էր դեպրեսիայով, այդ թվում՝ 23 միլիոնը կազմում են երեխաներ և դեռահասներ: Դեպրեսիան տարբերվում է առօրյա կյանքում սովորական տրամադրության տատանումներից և կարճատև հուզական արձագանքներից: Դեպրեսիայի ժամանակ անձը դառնում է դյուրագրգիռ, տխուր, մոտը առաջանում է հաճույքի կամ հետաքրքրության կորուստ, դատարկություն, ցածր ինքնագնահատականի զգացում, առաջանում են մահվան կամ ինքնասպանության մասին մտքեր, քնի խանգարում, ախորժակի կամ քաշի կորուստ:

Թեև շատերը հոգեկան հիվանդությունը չեն համարում հաշմանդամության կատեգորիա, կան մի քանի հոգեկան հիվանդություններ, որոնք ազդում են անհատի կյանքի վրա այնպես, որ այն կարող է դասակարգվել որպես հաշմանդամություն՝ իրավական հիմքերի առկայության դեպքում: Հոգեկան հիվանդությունները, ինչպիսիք են շիզոֆրենիան, սահմանային անհատականության խանգարումը և երկբևեռ խանգարումը, կարող են այնքան ծանր դրսևորվել, որ ազդել անհատի առօրյա կյանքի վրա:

Երբ հոգեկան հիվանդությունը խաթարում է անհատի գործելու կարողությունը, այն կարելի է համարել հաշմանդամություն: Որոշ հոգեկան հիվանդությունների դեպքում դեղորայքը կարող է

օգնել մեղմելու ախտանիշները: Սա հատկապես ազդեցիկ է այն-
պիսի խանգարումների դեպքում, ինչպիսիք են շիզոֆրենիան և
երկբևեռ խանգարումը: Թեև այս խանգարումների համար բու-
ժում գոյություն չունի, դեղորայքը վարքային թերապիայի հետ
համատեղ կարող է նվազեցնել ախտանիշները: Այնուամենայ-
նիվ, կան որոշ հոգեկան հիվանդություններ, որոնք նույնիսկ դե-
ղորայքի և թերապիայի դեպքում կարող են դժվարացնել դրսևո-
րումների հաղթահարումը:

Շիզոֆրենիան ազդում է մոտավորապես 24 միլիոն մարդու
կամ 300-ից 1-ի վրա ամբողջ աշխարհում: Շիզոֆրենիա ունեցող
մարդկանց կյանքի տևողությունը 10-20 տարով ցածր է ընդհա-
նուր բնակչության կյանքի տևողության թվից: Այս հիվանդությու-
նը բնութագրվում է ընկալման զգալի խանգարումներով և վարքի
փոփոխություններով: Ախտանիշները կարող են ներառել մշտա-
կան զառացանքներ, հալյուցիանցիաներ, անկազմակերպ մտա-
ծողություն, ծայրահեղ գրգռվածություն:

Սնման խանգարումներ. 2019 թվականին աշխարհում 14
միլիոն մարդ ունեցել է սնվելու խանգարումներ, այդ թվում՝ գրե-
թե 3 միլիոն երեխա և դեռահաս: Սննդառության խանգարումնե-
րը, ինչպիսիք են նյարդային անորեքսիան և բուլիմիան, ներա-
ռում են ոչ նորմալ սնունդ և սննդի հետ կապված մտածողություն,
ինչպես, օրինակ, մարմնի քաշի և ձևի փոփոխության ցանկու-
թյուն: Ախտանիշները և անձի վարքագիծը հանգեցնում են առող-
ջության զգալի վատացմանն թուլացմանը: Նյարդային անորեք-
սիան հաճախ հայտնվում է դեռահասության կամ վաղ հասուն
տարիքում և կապված է վաղաժամ մահվան հետ՝ բժշկական
բարդությունների կամ ինքնասպանության պատճառով:

Վարքագծի խանգարում. աշխարհում 40 միլիոն մարդ, նե-
րառյալ երեխաներն ու դեռահասները, ապրում են վարքագծային

որոշակի խանգարումներով: Այն բնութագրվում է վարքագծի մշտական խնդիրներով, մշտական անհնազանդությամբ:

Նյարդային զարգացման խանգարումներ. ներկայացնում է վարքագծային խանգարումներ, որոնք առաջանում են մարդու զարգացման ընթացքում և ենթադրում են զգալի դժվարություններ ինտելեկտուալ, լեզվական կամ սոցիալական հատուկ գործառույթների ձեռքբերման և իրականացման գործում: Դրանք ներառում են աուտիզմի սպեկտրի խանգարումներ և ուշադրության պակասի և/կամ հիպերակտիվության մշտական օրինաչափությամբ: Աուտիզմի սպեկտրի խանգարումը իրենից ներկայացնում է պայմանների բազմազան խումբ, որը բնութագրվում է սոցիալական հաղորդակցության և փոխադարձ սոցիալական փոխազդեցության որոշակի աստիճանի դժվարությամբ, ինչպես նաև վարքի, հետքերությունների կամ գործունեության մշտական սահմանափակ, կրկնվող և ոչ ճկուն ձևերով: Հոգեկան հիվանդություններն ինքնին կարող են համարվել հաշմանդամություն, երբ դրանք ազդում են անհատի կյանքի վրա մինչև այն աստիճան, որ խաթարում են ֆունկցիոնալությունը:

Հոգեկան հիվանդությունները կարող են նաև նպաստել առողջության այլ մտահոգությունների և վարքագծային ախտանիշների առաջացմանը, որոնք ազդում են կյանքի որակի վրա:

IV Տեսողական խանգարումներ

Տեսողությունը զգայարաններից ամենակարևորն է և էական դեր է խաղում մեր կյանքի յուրաքանչյուր դրվագում: Տեսողությունը խանգարվում է, երբ աչքի հիվանդությունը ազդում է տեսողական համակարգի և նրա տեսողության գործառույթների վրա: Յուրաքանչյուր ոք իր կյանքի ընթացքում ունենում է առնվազն աչքի մեկ հիվանդություն, որը պահանջում է համապատասխան խնամք:

Տեսողության խանգարումը լուրջ հետևանքներ է ունենում անհատի համար ողջ կյանքի ընթացքում: Այս հետևանքներից շատերը կարող են մեղմվել՝ ժամանակին որակյալ ակնաբուժության հասանելիության շնորհիվ: Աչքի հիվանդությունները, որոնք կարող են առաջացնել տեսողության խանգարում և նույնիսկ կուրություն, ինչպես կատարակտը, աչքի խնամքի ռազմավարությունների հիմնական ուղղություններից են: Այնուամենայնիվ, չպետք է անտեսել աչքի այնպիսի հիվանդություններ, ինչպիսիք են չոր աչքը կամ կոնյուկտիվիտը, որոնք սովորաբար չեն առաջացնում տեսողության խանգարում:

Ամբողջ աշխարհում տեսողության խանգարման և կուրության հիմնական պատճառներների թվին են դասվում.

- կատարակտը,
- դիաբետիկ ռետինոպաթիան,
- գլաուկոման,
- տարիքային մակուլյար դեգեներացիան:

Երկրների միջև և նրանց ներսում տեսողության խանգարման պատճառների էական տարբերություն կա՝ կախված ակնաբուժական ծառայությունների առկայությունից, դրանց մատչելիությունից և բնակչության կրթվածությունից: Օրինակ՝ չվիրահատված կատարակտին վերագրվող տեսողության խանգարման մասնաբաժինը ավելի բարձր է ցածր և միջին եկամուտ ունեցող երկրներում: Բարձր եկամուտ ունեցող երկրներում ավելի տարածված են այնպիսի հիվանդությունները, ինչպիսիք են գլաուկոման և տարիքային մակուլյար դեգեներացիան (աչքի հիվանդությունների խումբ է, որն հանգեցնում է տեսանյարդի վնասման, և տեսողության կորստի առաջացման):

Երեխաների մոտ բնածին կատարակտը ցածր եկամուտ ունեցող երկրներում տեսողության խանգարման հիմնական

պատճառներից է, մինչդեռ միջին եկամուտ ունեցող երկրներում դրա առաջացման հավանական պատճառն է վաղահասության ռետինոպաթիան: Բոլոր երկրներում երեխաների և մեծահասակների մոտ չուղղված ռեֆրակցիոն սխալը շարունակում է մնալ տեսողության խանգարման հիմնական պատճառ:

Համաձայն ԱՀԿ-ի տվյալների՝ մոտ 2,2 միլիարդ մարդ ունի տեսողության խանգարումներ, որոնցից մոտավորապես 39 միլիոնը լիովին կույր է:

1 միլիարդ մարդկանց մոտ հեռահար տեսողության խանգարում կամ կուրություն առաջացնող հիմնական պատճառներ են կատարակտը (94 միլիոն), ռեֆրակցիոն սխալը (88,4 միլիոն), տարիքային մակույար դեգեներացիան (8 միլիոն), գլաուկոման (7,7 միլիոն), դիաբետիկ ռետինոպաթիան (3,9 միլիոն): Մոտ տեսողության խանգարում առաջացնող հիմնական պատճառը պրեսբիոպիան է (826 միլիոն):

Վաղ տարիքում անդառնալի ծանր տեսողության խանգարում ունեցող փոքր տարիքի երեխաների մոտ կարող է հետաձգվել շարժիչ, լեզվական, հուզական, սոցիալական և ճանաչողական զարգացումը, ինչը կուղեկցի նրանց ողջ կյանքի ընթացքում: Տեսողության խանգարում ունեցող դպրոցահասակ երեխաները նույնպես կարող են ունենալ կրթական նվաճումների ավելի ցածր մակարդակ:

Տեսողության խանգարումը լրջորեն ազդում է չափահաս բնակչության կյանքի որակի վրա: Նման խնդիրներով մեծահասակները կարող են ունենալ զբաղվածության ավելի ցածր մակարդակ, իսկ դեպրեսիայի և անհանգստության՝ ավելի բարձր մակարդակ:

Տարեցների դեպքում տեսողության խանգարումը կարող է նպաստել սոցիալական մեկուսացմանը, քայլելու դժվարությանը,

ընկնելու և կոտորվածքներ ստանալու ավելի բարձր ռիսկին և ծերանոցներ կամ խնամքի տներ վաղաժամ մուտք գործելու ավելի մեծ հավանականությանը:

Տեսողության խանգարումներ ունեցող անհատները տեսողության նվազում ունեն նույնիսկ ակնոց կամ կոնտակտային ոսպնյակներ օգտագործելիս: Տեսողության խանգարումները կարող են լինել բնածին կամ ծեռք բերվել հիվանդության և/կամ վնասվածքների միջոցով: Անհատները, որոնք կույր են կամ ունեն տեսողության խանգարումներ, կարող են գործածել տարբեր ռազմավարություններ՝ աշխարհով մեկ շրջագայելու համար, ինչպես, օրինակ՝ օգտագործելով ուղեցույց շուն կամ շարժունակ ձեռնափայտ:

V Լսողական խանգարումներ

Առողջապահության համաշխարհային կազմակերպությունը (ԱՀԿ) հայտնում է, որ աշխարհում մոտ 1,5 միլիարդ մարդ ունի տարբեր աստիճանի լսողության խանգարում: Դրանցից մոտավորապես 430 միլիոնը ունի լսողության միջին, ծանր կամ խորը կորուստ, որոնք պահանջում են բժշկական միջամտություն, լսողական սարքեր կամ կոխլեար իմպլանտներ: Նրանցից մոտ 34 միլիոնը երեխաներ են:

Լսողական խանգարումները ազդում են անհատի ծայներ լսելու կարողության վրա: Բազմաթիվ խուլ մարդիկ հաղորդակցվելու համար օգտագործում են ամերիկյան ժեստերի լեզուն (ASL): Նրանց կարող են չճանաչել որպես հաշմանդամություն ունեցող, այլ ավելի շուտ խուլությունը դիտել որպես մշակութային խումբ՝ իր սեփական լեզվով, ավանդույթներով և արժեքներով: Լսողության կորստի հիմնական պատճառները ներառում են բնածին կամ վաղ սկիզբ առած մանկական լսողության կորուս-

տը, միջին ականջի քրոնիկական վարակները, աղմուկից առաջացած լսողության կորուստը, տարիքի հետ կապված լսողության թուլացումը կամ կորուստը և ներքին ականջը վնասող օտոտոքսիկ դեղամիջոցները: Լսողության կորստի ազդեցությունը մեծ է և հետևանքները կարող են խորը լինել: Դրանք ներառում են ուրիշների հետ հաղորդակցվելու կարողության կորուստ՝ երեխաների լեզվի զարգացման հետաձգմամբ, ինչը կարող է հանգեցնել սոցիալական մեկուսացման, միայնության և հիասթափության՝ հատկապես լսողության կորստով տարեցների շրջանում:

Շատ ոլորտներում բացակայում են լսողության կորստի համար բավարար հարմարությունները, որոնք ազդում են ակադեմիական արդյունքների և աշխատանքի տեղավորման հնարավորությունների վրա: Զարգացող երկրներում լսողության կորստով և խլությամբ երեխաները հազվադեպ են դպրոցական կրթություն ստանում:

VI Խոսքի և լեզվի խանգարումներ

Խոսքի և լեզվի խանգարումները զգալիորեն տարածված են աշխարհում: Այս խանգարումները ներառում են լայն շրջանակ, որոնք կարող են ազդել մարդու խոսելու, այլ մարդկանց հասկանալու, կարդալու կամ գրելու կարողության վրա:

Խոսքի խանգարումները ազդում են անհատի կարողության վրա՝ արտաբերելու ձայներ, որոնք անհրաժեշտ են այլոց հետ հաղորդակցվելու համար:

Խոսքի որոշ խանգարումներ կարելի է հաղթահարել, իսկ մյուսները ուղեկցում են մարդուն ողջ կյանքի ընթացքում:

Խոսքի հետ կապված խնդիրները կարող են ներառել հստակ հնչյուններ արտաբերելու անկարողությունը, խռպոտ ձայն ունենալը կամ կակազելը (խոսելիս հնչյունների կրկնությունը կամ դադարը):

Լեզուն նույնը չէ, ինչ խոսքը. դրանք այն բառերն են, որոնք մենք գործածում ենք մտքերը փոխանցելու, կիսելու համար: Լեզվի հետ կապված խնդիրները կարող են ներառել հասկանալու, խոսելու, կարդալու կամ գրելու դժվարությունը:

ԱՀԿ-ի տվյալներով՝ աշխարհի բնակչության մոտ 5%-ը տառապում է խոսքի և լեզվի տարբեր խանգարումներից:

խոսքի խանգարումների տեսակները

- *Արտիկուլյացիայի խանգարումներ.* խոսքի հնչյունների անսովոր արտաբերում, որը ներառում է փոխարինումներ, բացթողումներ, լրացումներ կամ աղավաղումներ, որոնք կարող են խանգարել ուրիշներին՝ հասկանալու հնչյունները:
- *Սահունության խանգարումներ.* մարդու խոսքի հոսքի ընդհատումներ, ինչպիսիք են հնչյունների, վանկերի, բառերի կամ արտահայտությունների հազվադեպ հաճախականությունը, դիմել կամ կրկնությունը:
- *Ձայնի խանգարումներ.* ձայնի որակի, բարձրության, ծավալի, ռեզոնանսի կամ տևողության ոչ նորմալ արտաբերում կամ բացակայություն, որը անհամապատասխան է անձի տարիքին և սեռին:

խոսքի խանգարումների պատճառները

Բժշկական հանրությունը չգիտի խոսքի բոլոր խանգարումների պատճառները, և յուրաքանչյուրի համար դրանք կարող են տարբեր լինել:

Խոսքի խանգարումների հնարավոր պատճառները ներառում են.

- *ուղեղի վնասվածք*. խոսքի որոշ խանգարումներ և հաղորդակցման այլ խանգարումներ պայմանավորված են բնածին պատճառներով: Երեխան կամ մեծահասակը, որը տառապում է գլխուղեղի վնասվածքից, կարող է վնասել գլխուղեղի այն հատվածը, որն ազդում է խոսքի վրա: Նաև այլ հիվանդություններն ու այնպիսի պայմանները, ինչպիսիք են՝ կաթված, դեմենսիան, պարկինսոնի հիվանդությունը, մկանային դիստրոֆիան, քաղցկեղը և ուղեղի բարորակ ուռուցքները կարող են նույնպես ազդել խոսքի վրա:
- *Նյարդային համակարգի վիճակ*. խանգարումը, որն ազդում է մարդու նյարդային համակարգի վրա, կարող է ազդել բերանի, ծնոտի, շուրթերի կամ լեզվի մկանների կամ ձայնային ծալքերի վրա (ձայնային տուփ):
- *Նյարդային վնասվածք*. ձայնային տուփի նյարդի վնասումը կարող է ազդել ձայնային ծալքերի վրա և առաջացնել ձայնի խանգարումներ, որոնք խոսքի խանգարման տեսակ են:
- *Սթրես*. որոշ դեպքերում ենթադրվում է, որ սթրեսը նույնպես կարող է առաջացնել խոսքի որոշակի խանգարումներ:

Այսպիսով՝ հաշմանդամությունը, ողջ աշխարհում ունի ավելացման միտում, որի պատճառները բազմաթիվ են: Ինչ վերաբերում է հաշմանդամության առավել տարածված տեսակներին, ապա դրանք դասակարգվում են վեց հիմնական խմբերի՝ ֆիզիկական, ճանաչողական, հոգեկան, տեսողական, լսողական, խոսքի և լեզվի խանգարումներ:

2.2. Հաշմանդամության ըմբռնման մոդելները

Կարծրատիպերը, խարանը և խտրականությունը հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց առջև ծառացած մարտահրավերներ են: Վերջին տարիներին հաշմանդամների համայնքը նույնպես լուրջան է մատնվել հանրաճանաչ դրական շարժման պատճառով, որը կարծում է՝ «միակ հաշմանդամությունը վատ վերաբերմունքն է»: Թեև մակերեսային մակարդակով այս հայտարարությունը հուսադրող է հնչում, այնուամենայնիվ հիմքում ընկած է ուղերձ այն մասին, որ հաշմանդամ համայնքը պետք է փոխվի:

Հաշմանդամության երևույթի ուսումնասիրությունը ակադեմիական գիտության առարկան է, որը ուսումնասիրում և դասակարգում է սոցիալական, քաղաքական, մշակութային և տնտեսական գործոնները, որոնք սահմանում են հաշմանդամությունը: Հաշմանդամների իրավունքների շարժումը, գիտնականները և ակտիվիստները բանավեճեր են կառուցում հաշմանդամության ընկալման երկու հստակ տարբեր մոդելների՝ հաշմանդամության սոցիալական և բժշկական մոդելների շուրջ:

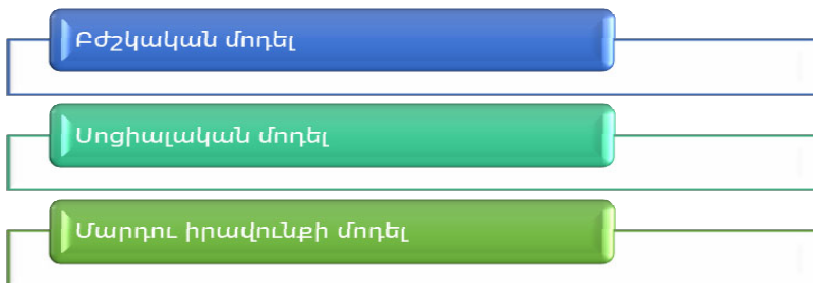
Հաշմանդամությունը ուսումնասիրող բազմաթիվ գիտնականներ նկարագրում են հաշմանդամության բժշկական մոդելը, որը ընդհանուր կենսաբժշկական մոտեցման մաս է կազմում: Այս մոդելում հաշմանդամությունը համարվում է ամբողջովին ֆիզիկական երևույթ, իսկ հաշմանդամ լինելը բացասական երևույթ է, որը կարող է բարելավվել միայն այն դեպքում, եթե հաշմանդամը բուժվի, և մարդը դառնա առողջ: Հաշմանդամների իրավունքների շատ պաշտպաններ մերժում են դա և առաջ են քաշում սոցիալական մոդելի գաղափարը, որտեղ հաշմանդամությունը բնութագրվում է ո՛չ լավ, ո՛չ վատ տեսանկյունից:

Ըստ ՄԱԿ-ի զարգացման ծրագրի (ՄԱԶԾ)՝ հաշմանդամություն ունեցող անձանց 80 տոկոսն ապրում է զարգացող երկրներում: Համաշխարհային բանկը գնահատում է, որ աշխարհի ամենաաղքատ մարդկանց 20 տոկոսն ունի հաշմանդամության ինչ-որ ձև, և նրանք հակված են իրենց համայնքներում համարվել ամենաանբարենպաստները: Այդ պատճառները ներառում են նոր հիվանդությունների ի հայտ գալը, ինչպիսիք են՝ ՄԻԱՎ/ՁԻԱՀ-ը, սթրեսը, ալկոհոլի, թմրամիջոցների չարաշահումը, կյանքի տևողության և տարեցների թվի ավելացումը:

Առաջիկա 30 տարիների ընթացքում հաշմանդամ երեխաների թվի կանխատեսվող աճ է նկատվում, հատկապես զարգացող երկրներում, որը պայմանավորված է թերսնման, հիվանդությունների, երեխաների աշխատելու և այլ պատճառներով:

Աղքատության և հաշմանդամության միջև երկկողմանի կապը ստեղծում է արատավոր շրջան: Աղքատ մարդիկ ավելի շատ են հայտնվում հաշմանդամություն ձեռք բերելու վտանգի տակ՝ լավ սնվելու, առողջապահական խնամքի, սանիտարական պայմանների, ինչպես նաև՝ ապահով կենսապայմանների և աշխատանքային պայմանների բացակայության պատճառով: Երբ առկա են վերոնշյալ պայմանները մարդիկ բախվում են խոչընդոտների, որոնք վերաբերում են կրթությանը, աշխատանքին: Վերջիններս կարող են օգնել նրանց՝ խուսափելու աղքատությունից:

Հաշմանդամության ըմբռնման հիմնական մոդելները կարելի է սահմանել հետևյալ տեսակներով (նկար 6)



Նկար 6. Հաշմանդամության ըմբռնման հիմնական մոդելները

Առաջին երկու մոդելները կենտրոնանում են անհատի հաշմանդամության վրա՝ որպես խնդիր, մինչդեռ մարդու իրավունքի մոդելը կենտրոնանում է արտաքին գործոնների վրա, որոնք պետք է փոխվեն կամ հարմարեցվեն՝ նպաստավոր միջավայր ստեղծելու համար:

Հաշմանդամության մոդելին բնորոշ առանձնահատկությունները ավելի հստակ իմանալու և կայուն պահպանելու նպատակով դրանցից յուրաքանչյուրի բնութագրումը ավարտվում է փոքր գունավոր պաստառով, որտեղ ներկայացված են մոդելին բնորոշ առանցքային բառեր:

Բժշկական մոդելը կենտրոնանում է անհատի վրա և հաշմանդամությունը դիտում է որպես առողջական վիճակ, անհատի մոտ առկա խանգարում: Ենթադրվում է, որ առկա հիվանդությունը լուծելով, այն կլուծի խնդիրը: Այս մոտեցման մեջ հաշմանդամություն ունեցող անձը հիմնականում սահմանվում է որպես հիվանդ՝ բժշկական միջամտություն պահանջող նրանց ախտորոշման առումով՝ իր ֆիզիկական կամ ճանաչողական վիճակով:

Ֆիզիկական հաշմանդամությունը մարդու ֆիզիկական գործունեության, շարժունության, ճարտարության կամ տոկունության սահմանափակումն է: Ֆիզիկական հաշմանդամությունը կարող է ունենալ տարբեր ձևեր և առաջանալ անհատի կյանքի

ցանկացած պահին: Բազմաթիվ ֆիզիկական ոչ նորմալ վիճակներ կարող են առաջանալ մինչև մարդու ծնվելը՝ զարգանալով մոր արգանդում: Այս խանգարումները, որոնք հայտնի են որպես բնածին խանգարումներ, կարող են տարբեր ձևեր ունենալ: Ոմանք կարող են լինել աննշան, ոմանք էլ ծանր՝ ինչպիսին են բացակայող վերջույթը կամ ներքին շեղումները: Երբեմն բնածին հաշմանդամությունը կոչվում է բնածին արատ, սակայն այդ եզրույթը հաճախ համարվում է վիրավորական և հնացած, ուստի համապատասխան նկարագրությունը բնածին հաշմանդամությունն է: Երբ բնածին հաշմանդամությունը ծանր և երկարատև է, այն կարող է վերածվել ցմահ հաշմանդամության: Բացակայող վերջույթներով կամ ոչ պատշաճ զարգացած ֆիզիկական հատկություններով ծնված նորածինները հաճախ դառնում են ֆիզիկական հաշմանդամության ներկայացուցիչներ: Որոշ ֆիզիկական բնածին հաշմանդամություն կարող է շտկվել կամ բարելավվել բժշկական տեխնոլոգիաների կիրառման միջոցով, ինչպիսիք են վիրահատությունները: Այնուամենայնիվ, կան բազմաթիվ խնդիրներ, որոնք չեն կարող ուղղվել, ինչը կարող է հանգեցնել ֆիզիկական հաշմանդամության:

Կան նաև ֆիզիկական հաշմանդամության դեպքեր, որոնք առաջանում են ծնվելուց հետո՝ անհատի կյանքի ցանկացած պահին: Դժբախտ պատահարները կյանքի ընթացքում ֆիզիկական հաշմանդամության ամենատարածված պատճառներից են: Ավտովթարները սովորական պատահարներ են, որոնք կարող են կյանքի ցանկացած ժամանակ առաջացնել ֆիզիկական հաշմանդամություն: Նրանք կարող են հանգեցնել աննշան վնասվածքների, սակայն ծանր դեպքերում կարող են առաջացնել ցմահ ֆիզիկական արատներ, ինչպիսիք են վերջույթների, ուղեղի և ողնուղեղի վնասվածքները:

Անհատները, որոնք ներառված են այս մոդելում, կարծում են, որ խնդիրը հենց հաշմանդամությունն է, և ֆինանսավորման ու միջամտությունների մեծ մասը կենտրոնացած է հաշմանդամության համար բուժում փնտրելու ուղղությամբ: Այս մոդելը հաշմանդամություն ունեցող անձի վրա է դնում հաշմանդամությունը «հաղթահարելու» և իրեն շրջապատող հասարակությանը հարմարվելու պատասխանատվությունը: Օրինակ, եթե դիսլեքսիա ունեցող աշակերտը պայքարում է իր հասակակիցների հետ դասարանի մակարդակով կարդալու համար, բժշկական մոդելը նշում է, որ խնդիրը ուսուցանվողի ճանաչողական կարողություններն են:

Բուժում, հիվանդություն, խնամք

Սոցիալական մոդելը մշակվել է որպես հիմնախնդրի բարեգործական արձագանք: Այն կենտրոնանում է հասարակության բարեփոխման խոչընդոտների վերացման, մասնակցության, իրազեկության բարձրացման և վերաբերմունքի, պրակտիկայի և քաղաքականության փոփոխության վրա: Բարեգործական մոդելը նույնականացնում է անհատին՝ խնդիր ունեցող մարդուն և հակված է հաշմանդամին դիտարկել որպես զոհ կամ խղճահարության առարկա, որի հիմնական նույնականացուցիչը նրանց խանգարումն է: Նրանք դիտվում են որպես ծառայություններ ստացող և շահառու: Այս մոտեցումը հաշմանդամություն ունեցող անձանց համարում է պասիվ, ողբերգական կամ տառապող և խնամք պահանջող:

Այն ենթադրում է, որ համայնքի և հասարակության պարտականությունն է կազմակերպել բոլոր ծառայությունները այս խոցելի մարդկանց համար և իմանալ, թե ինչն է լավ նրանց հա-

մար: Հաշմանդամության սոցիալական մոդելը հուշում է, որ ան-
ձը հաշմանդամ է ոչ թե իր մարմնի կամ մտքի պատճառով, այլ
մեր հասարակության ստեղծած անհասանելի աշխարհի պատ-
ճառով: Այս մոդելն օգտագործող փաստաբանները բացատրում
են, որ հասարակությունը պետք է հարմարեցնի միջավայրը և
ծառայությունները, որպեսզի դրանք հասանելի լինեն հաշման-
դամների համար:

Հաշմանդամությունը դիտվում է որպես մարդկության սովոր-
ական մաս, և հասարակության հավաքական պարտականու-
թյունն է ապահովել տարածքներ և ստեղծել ծառայություններ բո-
լոր մարդկանց համար: Վերադառնալով դիսլեքսիա ունեցող
աշակերտի մեր օրինակին, որը չի կարդում դասարանի մակար-
դակով, հաշմանդամության սոցիալական մոդելը ենթադրում է,
որ խնդիրը ոչ թե աշակերտի հաշմանդամությունն է, այլ այն
ռազմավարությունները, որոնք ուսուցիչներն օգտագործում են
նրան կարդալ սովորեցնելու համար: Նրա հաշմանդամության
դեպքում պետք է հարմարեցվեն ուսուցման պայմանները այն-
պես, որպեսզի նա ավելի լավ կարողանա սովորել: Հաշմանդա-
մության սոցիալական մոդելը դիտում է հաշմանդամությունը որ-
պես հասարակության կողմից ստեղծված վերաբերմունքի, ֆիզի-
կական, համակարգային, հաղորդակցական և տեխնոլոգիական
խոչընդոտներ:

Այն ձգտում է հասարակության վրա պատասխանատվու-
թյուն դնել՝ հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց տեղավորելու
համար, այլ ոչ թե ակնկալել, որ անհատը համապատասխանի
հասարակությանը: Հաշմանդամության սոցիալական մոդելը
«հաշմանդամության» խնդիրը դիտարկում է որպես սոցիալապես
ստեղծված խնդիր և անհատների հասարակության մեջ լիարժեք
ինտեգրման խնդիր: Այս մոդելում հաշմանդամությունը անհատի

հատկանիշ չէ, այլ ոչ լիարժեք պայմանների բարդ հավաքածու, որոնցից շատերը ստեղծված են սոցիալական միջավայրի կողմից:

Հետևաբար, խնդրի կառավարումը պահանջում է սոցիալական գործողություններ և հասարակության ընդհանուր պատասխանատվություն, շրջակա միջավայրի փոփոխություններ, որոնք անհրաժեշտ են հաշմանդամություն ունեցող անձանց լիարժեք մասնակցության համար՝ ապահովելով հասանելիություն սոցիալական կյանքի բոլոր ոլորտներում:

Հաշմանդամության սոցիալական մոդելը «պնդում» է, որ անհատներն ունեն թերություններ, այլ ոչ թե հաշմանդամություն: Համաձայն այս մոդելի՝ «հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ» եզրույթը կարող է ապակողմնորոշիչ լինել, քանի որ այն միավորում է հաշմանդամությունը՝ ենթադրելով, որ այն պայմանավորված է բացառապես անհատով, այլ ոչ թե հասարակությամբ:

Իրականում հաշմանդամությունը հասարակության կողմից հաշմանդամություն ունեցող անձանց կարիքները բավարարելու ձախողման արդյունք է: Հետևաբար, «հաշմանդամներ» եզրույթը օգտագործվում է սոցիալական խոչընդոտների պատճառով հաշմանդամություն ունեցող անձանց նկարագրելու համար: Խնդիրը և՛ մշակութային է, և՛ գաղափարական, որը պահանջում է անհատական, համայնքային և լայնածավալ սոցիալական փոփոխություններ: Այս տեսանկյունից, հաշմանդամություն ունեցող անձի համար հավասար հասանելիության ապահովումը մարդու իրավունքների հիմնական մտահոգության խնդիր է:

Մարդու իրավունքների մոդելը հիմնված է սոցիալական մոդելի վրա և կիսում է նույն նախադրյալը, որ հասարակությունն է, որ պետք է փոխվի: Այս մոտեցումը կենտրոնանում է հավասարության և իրավունքների ապահովման վրա և ձգտում է հասարակության մեջ հավասարապես ներառել բոլոր մարդկանց՝ կանանց և տղամարդկանց, աղքիկներին և տղաներին՝ անկախ ծագումից կամ որևէ հատկանիշից: Մոդելը հիմնված է այն սկզբունքի վրա, որ մարդու իրավունքները բոլոր մարդկանց համար անօտարելի իրավունք են, և որ բոլոր իրավունքները կիրառելի են և անբաժանելի: Այն ընդունում է «Հաշմանդամություն ունեցող անձանց իրավունքների մասին» կոնվենցիան (CRPD)՝ որպես իր հիմնական հղման կետ, և առաջնահերթություն է տալիս ապահովելու, որ բոլոր մակարդակների պարտականություններ կրողները լիարժեք կատարեն իրենց պարտականությունները:

Այս մոտեցումը հաշմանդամություն ունեցող անձանց դիտարկում է որպես իրենց կյանքի կենտրոնական դերակատարների, որոշում կայացնողների, քաղաքացիների և իրավատերերի: Ինչպես սոցիալական մոդելի դեպքում, իրավունքների վրա հիմնված մոդելը ձգտում է վերափոխել անարդար համակարգերն ու պրակտիկան:

Այս մոդելը ընդգծում է, որ հաշմանդամները մարդկային բազմազանության նորմալ մասն են, և որ նրանք պետք է ունենան նույն իրավունքները, ինչ բոլորը: Թեև կան բազմաթիվ համընկնումներ հաշմանդամության սոցիալական և մարդու իրավունքների մոդելների միջև, մարդու իրավունքների մոդելն ընդունում է, որ կան հաշմանդամության որոշ բարդ ձևեր, ինչպիսիք

են քրոնիկ ցավը կամ կյանքի ավելի կարճ տևողությունը, որոնք դեռևս գոյություն կունենան նույնիսկ այն բանից հետո, երբ վերացվեն հասարակության մեջ առկա խոչընդոտները: Այս մոդելը առաջարկում է, որ անհատները պետք է նաև աջակցություն ստանան իրենց հաշմանդամության այն կողմերի համար, որոնք չեն կարող լուծվել միայն սպասարկման հարմարեցումների միջոցով:

Նույնիսկ այն բանից հետո, երբ դիսլեքսիա ունեցող սովորողը ստանա իր կարիքներին համապատասխան կրթություն, դեռ կարող է լրացուցիչ ժամանակ պահանջել կարդալու կամ հասակակիցներին «հասնելու» համար, և նա կարող է հիասթափվել այս գործընթացից: Մարդու իրավունքների մոդելը նշում է, որ հասարակությունը նրանց պետք է պաշտպանի, իր իրավունքներին հարգանքով և հոգատարությամբ վերաբերվի, երբ նա կարդում է այնպես, ինչը լավագույնն է համարվում իր համար:

Մասնագիտական գրականության մեջ որպես հաշմանդամության մոդել առանձնացվում են նաև հետևյալ տեսակները.

ինքնության մոդել. հաշմանդամությունը՝ որպես ինքնության մոդել, սերտորեն կապված է հաշմանդամության սոցիալական մոդելի հետ, սակայն շեշտադրման հիմնարար տարբերությամբ: Այս մոդելն իր մեջ ներառում է ինքնության զարգացման ներքոնշյալ փուլերը.

- պասիվ իրազեկում, երբ սովորողը չի կարողանում ճանաչել իր հաշմանդամությունը,
- իրականություն, երբ սովորողը փորձում է հաշտվել հասարակության հարաբերությունների հետ,
- ընդունում, երբ սովորողը սկսում է՝
 - իր հասակակիցներին համարել իրեն հավասար,
 - ընդունել իր հաշմանդամության ինքնությունը,
 - զարգացնել խմբային հաշմանդամության ինքնությունը;

Իրազեկում, հաշմանդամության ինքնություն, հաշտվում

Հաշմանդամության փոքրամասնության մոդելը. այն հայտնի է որպես հաշմանդամության սոցիալ-քաղաքական մոդել. սոցիալական մոդելին ավելացնում է այն գաղափարը, որ հաշմանդամությունը կապվում է հաշմանդամության հետ բացասական վերաբերմունքի և սոցիալական խոչընդոտների միջոցով՝ նշելով, որ հաշմանդամություն ունեցող անձինք իրավասու անձ են (կապված կամ նյութական գոյություն ունեցող), սոցիալական կատեգորիա, որը կիսում է ընդհանուր հաշմանդամության փորձը:

Փոքրամասնության մոդելը կարգավորում է հաշմանդամության փորձը՝ որպես փոքրամասնության փորձ, ոչ ավելի կամ պակաս շեղված, քան մյուս փոքրամասնությունների խմբերի փորձը (սեռ, ռասա, սեռական կողմնորոշում և այլն): Ըստ էության, սա այն պնդումն է, երբ հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ իրենց ավելի շատ են հաշմանդամ զգում հասարակության աշխատունակ մեծամասնության՝ իրենց հաշմանդամ համարելուց:

Փորձ, սոցիալական խոչընդոտներ, պարտադրում, վատթարացում

Հաշմանդամության մասնագիտական մոդել. հաշմանդամության փորձագետը կամ մասնագիտական մոդելը տվել է ավանդական լուծումներ հաշմանդամության խնդիրներին և կարող է դիտվել որպես բժշկական մոդելի ճյուղ: Դրա շրջանակնե-

րում մասնագետները հետևում են սահմանափակումների բացահայտմանը (բժշկական մոդելի օգտագործմամբ) և հաշմանդամության դիրքը բարելավելու անհրաժեշտ քայլեր ձեռնարկելու գործընթացին: Այս մոդելը հակված է ստեղծելու մի համակարգ, որտեղ ավտորիտար, չափազանց ակտիվ ծառայություններ մատուցողը գործում է պասիվ հաճախորդի համար:

Խախտում, սահմանափակում, բարելավում, հիվանդ, բուժում

Ողբերգություն և/կամ հաշմանդամության բարեգործական մոդել. հաշմանդամության ողբերգությունը և/կամ բարեգործական այս մոդելը հաշմանդամներին ներկայացնում է որպես հանգամանքների զոհ, որոնք արժանի են խղճահարության: Սա բժշկական մոդելի հետ մեկտեղ հաշմանդամություն չունեցող անձանց կողմից ամենաշատ օգտագործվող մոդելն է՝ հաշմանդամությունը սահմանելու և բացատրելու համար:

«Ողբերգության» մոդելը, որտեղ հաշմանդամությունը դիտվում է որպես դժբախտություն անհատի և ընտանիքի համար, իսկ մյուսները պետք է կարեկցանք, խղճահարություն և աջակցություն ցուցաբերեն նրանց նկատմամբ, ինչը վերաբերում է նաև ավանդական հայեցակարգի մոդելին: Կենտրոնանալով մարդու ֆիզիկական բնութագրի վրա՝ «ողբերգությունը» նպաստում է հաշմանդամություն ունեցող անձանց խարանմանը՝ նրանց ներկայացնելով որպես «հիվանդ» և «օգնության կարիք ունեցող» անհատներ:

Խղճահարություն, ողբերգություն, դժբախտություն

Հաշմանդամության բարոյական մոդել. այն ենթադրում է վերաբերմունք, երբ մարդիկ բարոյապես պատասխանատու են իրենց հաշմանդամության համար: Օրինակ՝ սույն դեպքում, երբ հաշմանդամությունը բնածին է, այն կարող է դիտվել որպես ծնողների վատ արարքների հետևանք: Այս վերաբերմունքը կարող է դիտվել նաև որպես մարդկանց սկզբնական կենդանական արժանատիների կրոնական ֆունդամենտալիստական ճյուղ, երբ մարդիկ սպանում էին ցանկացած երեխայի, որը չէր կարող ինքնուրույն գոյատևել վայրի բնության մեջ: Դրա արձագանքները կարելի է տեսնել հնդկական կրոնների կարմայի վարդապետության մեջ:

«Գթություն և ողորմություն» մոդել. սրա շրջանակներում հիմնավորվում են ոչ միայն հնագույն ժամանակներից պահպանված մուրացկանության և ողորմություն տալու գործելակերպը: Որպես կանոն՝ հիմնադրամները և կամավոր կազմակերպությունները օգնությունը ցուցաբերում են ընտրովի՝ կենտրոնանալով որոշակի տեսակի խանգարումների կամ հիվանդությունների վրա՝ դրանով իսկ ստեղծելով բացառման նոր պարամետրեր: «Գթությունը և ողորմությունը» կարող են ունենալ նաև հանցավոր ձևեր, որոնցից ամենատարածվածներն են ստրկավաճառությունը, երեխաների ու մեծահասակների հաշմանդամությունը մուրացկանության նպատակով:

Մեղք, բարոյականություն, կրոն, հոգևորություն, հավատք

Հաշմանդամության օրինականության մոդել. այս մոդելը հաշմանդամությունը դիտարկում է որպես արժեքի վրա հիմնված որոշում, որի վերաբերյալ ոչ տիպական բացատրությունները լեգիտիմ են հաշմանդամության կատեգորիային անդամակցելու

համար: Այս տեսակետը թույլ է տալիս բազմաթիվ բացատրություններ և մոդելներ դիտարկել որպես նպատակային և կենսունակ:

Արժեքների վրա հիմնված, անդամակցություն,
համագործակցություն

Հաշմանդամության «քաղաքական» մոդել. համաձայն այս մոդելի՝ հաշմանդամություն ունեցող անձինք համարվում են սոցիալական փոքրամասնություն, որոնց իրավունքներն ու ազատությունները ոտնահարվում են արտաքին սահմանափակումներով՝ ճարտարապետական միջավայրի անմատչելիություն, հաղորդակցության փակ շրջանակ, հասարակական կյանքի բոլոր կողմերի մասնակցություն, տեղեկատվության և դրանց միջոցների սահմանափակ հասանելիություն:

Այս մոդելի բովանդակությունը սահմանում է հաշմանդամության խնդիրների լուծման հետևյալ մոտեցումը: Հաշմանդամություն ունեցող անձի՝ հասարակական կյանքի բոլոր կողմերին մասնակցելու հավասար իրավունքները պետք է ամրագրվեն օրենսդրությամբ, որոնք պետք է իրականացվեն մարդկային կյանքի բոլոր ոլորտներում կանոնակարգերի և կանոնների ստանդարտացման միջոցով, ինչպես նաև ապահովված սոցիալական կառույցի կողմից ստեղծված հավասար հնարավորություններով:

Հաշմանդամության այս մոդելը հասարակությանը կողմնորոշում է դեպի հաշմանդամություն ունեցող անձանց հատուկ իրավունքների պաշտպանությանը այնպես, ինչպես պետք է երաշխավորվի նմանատիպ վերաբերմունք հատուկ կարիքներ ունեցող յուրաքանչյուր սոցիալական խմբի նկատմամբ:

Կանոնների ստանդարտացում, իրավունքների
պաշտպանություն, սոցիալական փոքրամասնություն

Հաշմանդամության հզորացման մոդել. հաշմանդամության հզորացման մոդելը թույլ է տալիս հաշմանդամություն ունեցող անձին և նրա ընտանիքին որոշել իրենց բուժման ընթացքը, ինչպես նաև ընտրել անհրաժեշտ ծառայություններից օգտվելու ցանկը: Սա իր հերթին մասնագետին վերաժում է ծառայություններ մատուցողի, որի դերն է ուղղորդել և կատարել հաճախորդի որոշումները: Այլ կերպ ասած՝ այս մոդելը «լիազորում» է անհատին՝ հետապնդելու իր սեփական նպատակները:

Հզորացում, բուժում, ընտրություն

Հաշմանդամության սոցիալական հարմարեցված մոդել. հաշմանդամության սոցիալական հարմարեցված մոդելը նշում է, որ թեև անձի հաշմանդամությունը որոշ սահմանափակումներ է առաջացնում աշխատունակ հասարակության մեջ, հաճախ շրջապատող հասարակությունը և շրջակա միջավայրը ավելի սահմանափակող են, քան բուն հաշմանդամության մոդելը:

Կարողություն, միջավայր, սահմանափակումներ,
հասարակություն

Հաշմանդամության տնտեսական մոդել. հաշմանդամության տնտեսական մոդելը սահմանում է հաշմանդամությունը անձի՝ աշխատանքին մասնակցելու անկարողությամբ: Սույն մոդելը գնահատում է նաև այն աստիճանը, որով անձի արժեզրկու-

մը ազդում է անհատի արտադրողականության վրա և ունի տնտեսական հետևանքները անհատի, գործատուի և պետության համար:

Նման հետևանքները ներառում են անհատի կողմից վատակի կորուստը և օգնության դիմաց վարձատրությունը, գործատուի համար շահույթի ցածր մարժան (ապրանքների առք ու վաճառքի գների տարբերություն) և պետական սոցիալական վճարները: Այս մոդելն ուղղակիորեն կապված է բարեգործության (ողբերգության մոդելի) հետ:

Սոցիալ-տնտեսական, վատթարացում, գնահատական, արտադրողականություն, զբաղվածություն

Հաշմանդամության բազմազանության մոդել. հաշմանդամությունը որպես մարդկային տատանումներ, այլընտրանքային մոդել, որը նախատեսված է ուշադրությունը կենտրոնացնելու այն հանգամանքին, թե ինչպես են հասարակության համակարգերը արձագանքում հաշմանդամության կողմից ներկայացված փոփոխությանը: Այս մոդելի համաձայն՝ կառուցված միջավայրում հասանելիությունը, օրինակ, չի ապահովվում միայն «համընդհանուր լուծում» պահանջող հակախտրական կարգավորման միջոցով:

Հասարակության արձագանք, փոփոխություններ, համընդհանուր լուծում

Հաշմանդամության Եվգենիկ մոդել. մոդելը ներկայացնում է մի հայեցակարգ, որը սկսել է բնութագրել հաշմանդամությունը այնպես, ինչպես այն այսօր հասկանում են ժամանակակից աշխարհում: Եվգենիայի տեսության հիմնական տրամաբանու-

թյունն այն է, որ մարդիկ կա՛մ պիտանի են, կա՛մ ոչ պիտանի հասարակության համար: Անպիտան լինելը նշանակում է գենետիկորեն ստորադաս լինել: Տեսությունը նշում է, որ պետք է ջանքեր գործադրել հասարակության գենետիկական թերաթճեքության բոլոր տարրերին անդրադառնալու համար:

Նորմալ մարդիկ, աննորմալ մարդիկ, անարժան, ստորադաս

Հաշմանդամության կրոնական մոդել. բարոյական (կրոնական) մոդելը հաշմանդամության ամենահին մոդելն է և հանդիպում է մի շարք կրոնական ավանդույթների մեջ՝ ներառյալ հուդա-քրիստոնեական ավանդույթը: Հաշմանդամության այս մոդելը նախաարդիական հարացույց է, որը դիտում է հաշմանդամությունը որպես Աստծո գործողություն, որը սովորաբար այն համարում է պատիժ՝ հաշմանդամ անհատի կամ նրա ընտանիքի կողմից կատարած որոշ մեղքերի համար: Այդ առումով՝ հաշմանդամությունը պատժիչ և ողբերգական բնույթ է ստանում:

Այս մոդելը սահմանում է հաշմանդամությունը որպես ամաչելու երևույթ և ենթադրում է, որ հաշմանդամները կամ նրանց ընտանիքները մեղավոր են ինչ-որ անհայտ գործողությունների համար: Բայց այդ մտածելակերպը միայն ծառայում է հաշմանդամությունը խարանելուն, և այն պնդումը, որ աղոթելը բուժում է հաշմանդամությունը, հիմնված է չհիմնավորված ապացույցների վրա:

Մեղք, ամոթ, «Աստծո պատիժ»

Հաշմանդամության շուկայական մոդել. հաշմանդամության շուկայական մոդելը փոքրամասնությունների իրավունքների և սպառողական հաշմանդամության մոդել է, որը ճանաչում է

հաշմանդամություն ունեցող անձանց և նրանց շահագրգիռ կողմերին որպես սպառողների, աշխատողների և ընտրողների մեծ խումբ: Այս մոդելը հաշմանդամությունը սահմանելու համար դիտում է անձնական ինքնությունը և մարդկանց հնարավորություն է տալիս գծելու իրենց ճակատագիրը առօրյա կյանքում՝ հատուկ ուշադրություն դարձնելով տնտեսական հզորացմանը:

Ինքնություն, տնտեսական, սպառող, շուկա

Մարդու իրավունքների վրա հիմնված հաշմանդամության մոդել. 1980-ականների կեսերից այնպիսի երկրներ, ինչպիսին Ավստրալիան է, ընդունեցին օրենսդրություն, որն ընդգրկում էր իրավունքների վրա հիմնված դատողությունը, այլ ոչ թե խնամակալության դիսկուրսը, և ձգտում էր լուծել սոցիալական արդարության և խտրականության խնդիրները: Օրենսդրությունը տեղափոխում էր հաշմանդամության դիտարկումը անհատական բժշկական խնդրից դեպի համայնքի անդամակցության և սոցիալական գործունեության արդար հասանելիությանը, ինչպիսիք են զբաղվածությունը, կրթությունը և հանգիստը: 1980-ականներին շեշտը կախվածությունից տեղափոխվեց անկախություն, քանի որ հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ ձգտում էին քաղաքական ձայն ունենալ: Հաշմանդամության հետ կապված ակտիվությունը նաև օգնեց մշակել և ընդունել օրենսդրություն, և այդ իրավունքները հասանելի դարձան շատ մարդկանց:

Այնուամենայնիվ, թեև հաշմանդամության իրավունքի վրա հիմնված մոդելն օգնել է լրացուցիչ իրավունքների ձևավորմանը, այն չի փոխել հաշմանդամության գաղափարի կառուցման ձևը: «Վատ գեների» կամ «աննորմալության» խարանը դեռ մնում է անառարկելի, և համայնքի գաղափարը դեռևս անհասկանալի է:

Մարդու իրավունքներ, սոցիալական արդարություն,
անկախություն, քաղաքական ձայն, խտրականություն

Հաշմանդամության վարչական մոդել. այն վերաբերում է հետավանդական մեկնաբանություններին՝ հաշմանդամության սահմանումը լրացնելով քննության, անձի ֆունկցիոնալության գնահատման փաստով: Այսինքն՝ անձը հաշմանդամ է դառնում միայն այն դեպքում, երբ ունի օրինական հաստատված տեղեկանք, որը փորձաքննության հիման վրա ապացուցում է իր իրավունքները: Սա բաժանում է նրանց արժանավոր և անարժան իրական հաշմանդամների: 14-րդ դարից ի վեր Մեծ Բրիտանիայում աղքատները իրավաբանորեն բաժանվում էին երկու կատեգորիայի՝ «արժանավորներ» (ծերեր, հաշմանդամներ, այրիներ, որբեր) և «անարժաններ» (աշխատունակ, բայց գործազուրկ):

Հաշմանդամության հարաբերական մոդել. 1960-ականների վերջին Բինգտոն Նիքոլսն՝ շվեդ սոցիալական տեսաբան, ձևակերպեց նորմալացման սկզբունքները՝ ընդգծելով ապահիստիտուցիոնալացման, մարդկային վիճակի բազմազանության ճանաչման և այն համոզմունքը, որ հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ և «նորմալ» (սովորական) կյանքը միմյանց բացառող չեն: 1990-ականների վերջին և 2000-ականների սկզբին մշակվեց հաշմանդամության նոր մոդել, որը հետագայում ճանաչվեց որպես հաշմանդամության (սկանդինավյան) հարաբերական մոդել:

Նորմալացում, մարդկային վիճակի բազմազանություն,
կառուցված միջավայր, աջակցություն

Հաշմանդամության հիվանդի դերը. հիվանդի դերի հայեցակարգը , որը ստեղծվել է 1951 թվականին ամերիկացի սոցիոլոգ Թալքոթ Փարսոնսի կողմից, ուսումնասիրում է հասարակության մեջ հիվանդության դինամիկան: Սկզբում այն բավականին տարածված էր, իսկ հետագայում՝ 1990-ականներին, թուլացավ սոցիալական կոնստրուկտիվիստական տեսությունների աճով: Հաշմանդամության համատեքստում հաշմանդամության հիվանդի դերի մոդելը պնդում է, որ այն անհատները, որոնք դասակարգվում են որպես հիվանդ (ներառյալ անբուժելի դեպքերը ինչպես՝ հաշմանդամությունը), պետք է պահպանեն որոշակի նորմեր՝ համապատասխանության և վերականգնման ցանկությունը: Այնուամենայնիվ, այս ակնկալիքը կարող է նրանց պիտակավորել որպես շեղված: Հիվանդի դերը ընդգծում է հիվանդության սոցիալական չափերը՝ ուրվագծելով հիվանդ համարվող անձից սպասվող վարքագիծը: Այս մոդելը ներառում է բժշկական օգնություն փնտրելը և պոտենցիալ արձակուրդ վերցնելը և հեռացումը այնպիսի պարտականություններից, ինչպիսին աշխատանքն է: Հետևաբար, հիվանդությունը խաթարում է հասարակության նորմերը՝ հանգեցնելով կանոնավոր պարտականությունների ժամանակավոր դադարեցմանը: Այս հայեցակարգը սերտորեն կապված է Թալքոթ Փարսոնսի բժշկական սոցիոլոգիայի հետ: Քննադատները պնդում են, որ Փարսոնսի ֆունկցիոնալիստական տեսակետը անտեսում է հիմնական նրբերանգները: Այն ենթադրում է, որ անհատները պատրաստակամորեն ընդունում են հիվանդի դերը՝ անտեսելով այն դեպքերը, երբ նրանք կարող են դիմադրել կամ չհամապատասխանել իրական հիվանդությանը:

Բացի այդ՝ այն անհարկի մեղադրում է հիվանդներին՝ երբեմն անտեսելով նրանց իրավունքները և հաշվի չառնելով խա-

րանված հիվանդությունները, ինչը կարող է դրդել անհատներին ընդհանրապես խուսափելու հանրային հիվանդի դերը ստանձնելուց:

Հաշմանդամության ինքնության կամ հաստատման մոդել. այս մոդելը, ըստ էության, հաշմանդամության ոչ ողբերգական պատկերացումն է, որը ներառում է հաշմանդամների դրական սոցիալական ինքնությունները և սերտորեն կապված է հաշմանդամության սոցիալական մոդելի հետ: Միաժամանակ սկզբունքորեն այն տարբերվում է նրանով, որ կարևորում է, թե ինչպես են միջավայրերը, քաղաքականությունները դարձնում մարդկանց հաշմանդամ և ավելի շատ հետաքրքրված են հաշմանդամության ինքնության դրական սահմանման մշակմամբ:

Փոքրամասնության ինքնություն, անդամակցություն,
հաշմանդամությունը որպես ինքնություն

Հաշմանդամության սպեկտրային մոդել. հաշմանդամության սպեկտրային մոդելը վերաբերում է տեսանելիության, լսելիության և զգայունության խանգարումների շրջանակին, որի ներքո կարող են գործունեություն ծավալել մարդիկ: Ըստ այս մոդելի՝ հաշմանդամությունը պարտադիր երևույթ չէ, որը ենթադրում է կարևոր գործողությունների սպեկտրի կրճատում:

Մարդկություն, գործառույթ, կրճատում, շահագործում

Այսպիսով՝ ժամանակակից աշխարհն ավելի ու ավելի պարզ և ընդունելի է ընկալում հաշմանդամության՝ (հատուկ կարիքներով մարդկանց) որպես հասարակության լիարժեք անդամների՝ սոցիալական կյանքի բոլոր ոլորտներում ներառելու գաղափարը:

Չափազանց կարևոր է հրաժարվել հաշմանդամություն ունեցող անձի՝ որպես «հիվանդ» ընկալումից և նպաստել այնպիսի միջավայրի ստեղծմանը, որը բացարձակապես բոլորին իրենց հնարավորությունների սահմանում թույլ կտա մասնակցելու հասարակական կյանքին:

Հաշմանդամների հնարավոր բացասական հատկությունների առաջացումը

Հաշմանդամության փաստը կարող է դառնալ բնավորության՝ որոշ բացասական գծերի ձևավորմանը նպաստող գործոն, քանզի նա էական ազդեցություն ունի մարդու հոգեկանի և սոցիալական փոխազդեցության վրա: Դա պայմանավորված է ինչպես մարդու անձնական ապրումների, այնպես էլ՝ հասարակության արձագանքով նրա վիճակին:

Հաշմանդամության փաստի ազդեցությամբ կարող են զարգանալ որոշ բացասական հատկություններ.

1. **Վիրավորվածության և ագրեսիայի զգացում.** անարդարության և սեփական իրավիճակի հանդեպ վիրավորվածության զգացումը կարող է հանգեցնել ագրեսիվ վարքի և զայրույթի բռնկման՝ հատկապես այն իրավիճակներում, երբ անհատը առնչվում է խտրականության կամ թյուրիմացության հետ:

2. **Ցածր ինքնագնահատական և նեգատիվիզմ** (շրջակա աշխարհի, հասկացությունների, գաղափարների կամ հրահանգների նկատմամբ բացասական վերաբերմունք արտահայտելու միտում՝ հաճախ առանց օբյեկտիվ հիմքերի). ֆիզիկական կամ սոցիալական սահմանափակումների պատճառով հաշմանդամը կարող է զգալ սեփական անձի ոչ կարևոր լինելը կամ ունենա որևիցե նպատակի հասնելու կամ գործողություն կատարելու անկարողության զգացում: Դա կարող է հանգեցնել ինքնամեկու-

սացման և իր և ուրիշների նկատմամբ քննադատական վերաբերմունքի:

3. Կախվածություն ուրիշներից. օգնության կամ աջակցության մշտական կարիքը կարող է հանգեցնել մանկական վարքագծի ձևավորմանը, երբ մարդը սկսում է ապավինել ուրիշներին նույնիսկ այն իրավիճակներում, որոնք նա կարող է ինքնուրույն հաղթահարել: Դա կարող է բացասաբար ազդել նրա անձնական մոտիվացիայի և նպատակաուղղվածության վրա:

Ցինիկություն և թերահավատություն. կողմնակալության կամ սահմանափակումների հաղթահարման հաճախակի փորձառությունները կարող են անվստահություն առաջացնել առանձին մարդկանց կամ ամբողջ հասարակության նկատմամբ: Մարդը կարող է ընկալել արտաքին օգնությունը կամ աջակցությունը որպես խղճահարության նշան, ինչը հանգեցնում է ցինիկ վերաբերմունքի և սոցիալական հեռացվածության ձևավորմանը:

5. Բարձր զգայունություն և խռովկանություն. հաշմանդամությունը կարող է ուժեղացնել ցանկացած դիտողության կամ գործողությունների ընկալումը, որը մարդը համարում է վիրավորական: Դրա պատճառով կարող է զարգանալ քննադատության նկատմամբ ավելի մեծ հետադարձ պատասխան, ինչը բարդացնում է փոխգործակցությունը թիմում կամ ընտանիքում:

Կարևոր է նշել, որ նման գծերի ձևավորումը անխուսափելի է: Ընտանիքի, համայնքի և մասնագիտացված ծրագրերի աջակցությունը կարող է օգնել հաշմանդամին ավելի կառուցողական հաղթահարել առաջացող դժվարությունները՝ զարգացնելով այնպիսի դրական հատկություններ, ինչպիսիք են կայունությունը, լավատեսությունը, սեփական անձի և սեփական վիճակի ընդունումը որպես իրողություն:

2.3. Հասարակությանը հաշմանդամների ինտեգրվելու կարևորությունը և հնարավոր խոչընդոտները

Ցանկացած հասարակության զարգացման մակարդակը որոշվում է ոչ միայն տնտեսական բնութագրերով, այլև հաշմանդամների նկատմամբ նրանց վերաբերմունքով: Հայտնի է, որ քաղաքակրթության զարգացման տարբեր փուլերում մարդիկ ունեին մարդու թերաթեքության գնահատման ոչ միանշանակ չափանիշներ, ինչը բնութագրվում էր արտադրողական ուժերը, հասարակության գիտակցության կուլտուրան՝ պայմանավորված անհատի ֆիզիկական և մտավոր հատկություններով:

Սոցիալական ինտեգրման տարածքը նպաստում է մարդու հաղորդակցական մշակույթի զարգացմանը, հնարավորություն է տալիս սոցիալական գործողությունների գիտակցաբար և անգիտակցաբար պրակտիկաների (գործնական հմտությունների) ուսուցման համար՝ ուղղված ձևավորելու հասարակությունից ակնկալվող անհատի վարքագիծ:

«Անհատի սոցիալական ինտեգրումը գործընթաց է և միևնույն ժամանակ անհատին սոցիալական տարբեր խմբերում և հարաբերություններում ընդգրկելու համակարգ՝ համատեղ գործունեության կազմակերպման միջոցով»: Ընդհանուր առմամբ, ինտեգրումը գործընթաց է, որի ընթացքում անհատը ոչ միայն ձգտում է հնարավորինս հարմարվել հասարակական կյանքին, «տեղավորվել» նրա կառուցվածքի մեջ, այլև նա իր հերթին ձեռնարկում է անհրաժեշտ քայլեր՝ հասարակության յուրահատկություններին հարմարվելու համար:

Հաշմանդամություն ունեցող անձանց ինտեգրումը հասարակությանը խզված կապերի վերականգնման գործընթաց է՝ ապահովելու նրանց ընդգրկումը հիմնական կենսագործունեության

ոլորտներում՝ աշխատանք, առօրյա կյանք, ժամանց: Հասարակության մեջ ինտեգրումը հաշմանդամություն ունեցող անձանց հնարավորություն է տալիս լիարժեքորեն մասնակցել հասարակական կյանքին նույն մակարդակով, ինչ հաշմանդամություն չունեցող անձինք: Այս մասնակցությունը կարող է տեղի ունենալ դպրոցներում, աշխատավայրերում և տարբեր այլ միջավայրերում:

Հաշմանդամություն ունեցող անձանց՝ հասարակության մեջ ինտեգրումը կենսական նշանակություն ունի հասարակության ընդհանուր առողջության և բարեկեցության համար: Շատ դեպքերում հաշմանդամները մեկուսացված են և հեռու են գտնվում իրենց՝ ոչ հաշմանդամ հասակակիցներից:

Հաշմանդամների լիարժեք կյանքով ապրելուն օգնելը ներառում է մի շարք կարևոր բաղադրիչներ: Որպեսզի հասարակության մեջ ինտեգրումը երկարաժամկետ լինի և հաջողություն ունենա, հաշմանդամություն ունեցող անձինք պետք է ունենան հետևյալ ոլորտներում այլ մարդկանց նման հավասար հասանելիություն.

- Կրթության,
- զբաղվածություն,
- առողջապահություն,
- բնակարանային ապահովություն,
- հասակակիցների աջակցություն,
- հանգստի և ժամանցի գործունեություն,
- կրոնին հաղորդակցում,
- սոցիալական արժեքավոր դերերի մասնակցություն (ամուսնություն, դաստիարակություն և այլն):

Հասարակության մեջ ինտեգրումը պետք է տեղի ունենա անհատի ողջ կյանքի ընթացքում և հարմարեցվի նրա կյանքի համապատասխան փուլերին՝ հիմնվելով նրա շահերին: Անկախ

տարիքից՝ հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ պետք է լիովին հասկանան իրենց հասանելիք բազմաթիվ աջակցություններն ու ծառայությունները, երբ խոսքը վերաբերում է հասարակության մեջ ինտեգրմանը:

Ներառումը կենտրոնական դեր է խաղում հասարակության մեջ ինտեգրման գործում և օգնում է հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց հասարակության կողմից իրենց լիարժեք ընդունված զգալ: Նրանք, գտնվելով հասարակության մեջ, կարող են զգալ ֆիզիկական ներառականության խնդիր և, այդ պատճառով, հաճախ չզգան իրենց սոցիալապես ներգրավված: Եվ բազմաթիվ հաշմանդամներ ապրում, աշխատում և հանգստանում են հաշմանդամություն ունեցող այլ մարդկանց հետ՝ պատճառ դառնալով նրանց ավելի մեկուսացված զգալուն:

Հաշմանդամները զգում են իրական ներառականություն, երբ իրենց մոտ առկա է պատկանելության և անդամակցության զգացում, երբ նրանց ֆիզիկական և սոցիալական ներկայությունը ընդունվում են, և իրենք կարող են լիովին մասնակցել կյանքի այնպիսի կարևոր դերերին, ինչպիսիք են՝ լինել ուսանող, աշխատող, ամուսին, գործընկեր կամ ծնող: Այն նաև վերացնում է հաշմանդամություն ունեցող անձանց մեկուսացման և օտարման զգացումները:

Հասարակության մեջ նրանց ինտեգրման առավելություններն են.

1. Հասարակության մեջ հաշմանդամություն ունեցող անձանց ինտեգրման ամենամեծ առավելությունը իրենց՝ հասարակության իրապես մաս կազմելու հնարավորությունն է: Անկախ հաշմանդամության կարգավիճակից՝ յուրաքանչյուր ոք ունի յուրահատուկ տաղանդ և կարողություն ու արժանի է հասարակության մեջ ակտիվ դերակատարություն ունենալու իրավունքին:

2. Հասարակության մեջ ինտեգրման ծրագրերը հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց ներգրավված են պահում և հնարավորություն են տալիս սովորելու, աշխատելու և հարաբերվելու բոլորի հետ: Դրա հետ մեկտեղ՝ այդ ծրագրերը օգնում են նման մարդկանց ձևավորելու կյանքի գործնական հմտություններ, որոնք հանգեցնում են ուժեղացված անկախության:

3. Ապահովում է վերականգնման ուղի նրանց համար, ովքեր զգում են մեկուսացված և անցանկալի:

4. Առաջարկում է ուրիշների հետ հաղորդակցման հնարավորություն և բազմազան հասարակության մաս լինելու գոհունակություն:

5. Տրամադրում է համապատասխան սոցիալական վարքագիծ սովորելու և նոր կապեր հաստատելու հնարավորություն:

6. Թույլ է տալիս մուտք գործել ներառական աշխատատեղեր, որտեղ նրանց վերաբերվում են այնպես, ինչպես իրենց ոչ հաշմանդամ հասակակիցներին:

Հասարակության մեջ ինտեգրումը իրականացվում է տարբեր ձևերով, և ծրագրերը սովորաբար ներառում են մի շարք միջոցառումներ և ծառայություններ:

Ներկայացնենք հաշմանդամություն ունեցող անձանց հասարակության մեջ ինտեգրվելու ընդամենը մի քանի օրինակ.

- ընդգրկում հասարակության մեջ գործող սպորտային միջոցառումներին,
- օգտվելը հասարակական տրանսպորտից,
- ընդգրկում երիտասարդական կազմակերպություններին,
- հաճախում ներկայացումների, համերգների կամ սպորտային միջոցառումների,
- այցելություն թանգարաններ կամ պատմական վայրեր,
- կամավորություն բարեգործական կազմակերպությունների հետ:

Կյանքում գրեթե բոլորը երբեմն հանդիպում են որոշակի դժվարությունների, խոչընդոտների: Սակայն հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց համար խոչընդոտները կարող են ավելի հաճախակի լինել և ավելի մեծ հետևանքներ ունենալ:

ԱՀԿ-ը խոչընդոտները նկարագրում է որպես ավելին, քան պարզապես ֆիզիկական խոչընդոտներ:

Այդ կազմակերպությունը արգելքները սահմանում է որպես գործոններ անձի միջավայրում, որոնք իրենց բացակայության կամ ներկայության պատճառով սահմանափակում են մարդու գործունեությունը և ստեղծում հաշմանդամություն: Դրանք ներառում են այնպիսի կողմեր, ինչպիսիք են.

- ֆիզիկական միջավայր, որը հասանելի չէ,
- համապատասխան օժանդակ տեխնոլոգիաների բացակայություն (օժանդակ, հարմարվողական և վերականգնող սարքեր),
- հաշմանդամության նկատմամբ մարդկանց բացասական վերաբերմունք,
- ծառայություններ, համակարգեր և քաղաքականություն, որոնք կա՛մ գոյություն չունեն, կա՛մ խոչընդոտում են առողջական խնդիրներ ունեցող բոլոր մարդկանց ներգրավվածությանը կյանքի բոլոր ոլորտներում:

Գոյություն ունեն բազմաթիվ խոչընդոտներ, որոնք կարող են չափազանց դժվար կամ նույնիսկ անհնար դարձնել հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց աշխատանքը, գործունեությունը:

Ամենատարածված խոչընդոտները, որոնք կարող են հանդես գալ առանձին, կամ միաժամանակ հետևյալն են.

- վերաբերմունքային
- հաղորդակցական
- ֆիզիկական
- քաղաքական

- ծրագրային
- սոցիալական
- տրանսպորտային:

Վերաբերմունքային խոչընդոտներն ամենահիմնականն են և նպաստում են այլ խոչընդոտների առաջացմանը: Օրինակ՝ որոշ մարդիկ կարող են տեղյակ չլինել, որ որևիցե մի վայր հասնելու կամ մուտք գործելու դժվարությունները կարող են սահմանափակել հաշմանդամություն ունեցող անձին առօրյա կյանքին և ընդհանուր առօրյա գործունեությանը մասնակցելուց: Վերաբերմունքային խոչընդոտների օրինակներն են.

- կարծրատիպավորում. երբեմն մարդկանց մոտ կարծրատիպեր են ձևավորվում հաշմանդամություն ունեցողների վերաբերյալ՝ ենթադրելով, որ նրանց կյանքի որակը ցածր է, կամ որ նրանք անառողջ են իրենց թերությունների պատճառով:
- Խսարան, նախապաշարմունք և խտրականություն. հասարակության ներսում այս վերաբերմունքը կարող է բխել հաշմանդամության հետ կապված մարդկանց գաղափարներից: Մարդիկ կարող են հաշմանդամությունը դիտել որպես անձնական ողբերգություն, որպես մի երևույթ, որը պետք է բուժվի կամ կանխվի, որպես պատիժ՝ սխալ արարքի համար, կամ որպես ցուցում, հասարակության մեջ սպասվածի պես վարվելու կարողության բացակայություն:

Այսօր հաշմանդամության մասին հասարակության ըմբռնումը բարելավվում է, քանի որ «հաշմանդամությունը» ընդունված է որպես այն, ինչ տեղի է ունենում, երբ անձի ֆունկցիոնալ կարիքները չեն բավարարվում ֆիզիկական և սոցիալական միջավայրում: Չհամարելով հաշմանդամությունը անձնական թերություն և

դրա փոխարեն վերաբերվելով սոցիալական պատասխանատվության տեսանկյունից, որտեղ բոլոր մարդիկ կարող են աջակցել անկախ, ավելի հեշտ է դառնում ճանաչել և լուծել առաջ եկող մարտահրավերները:

Հաղորդակցության խոչընդոտներ. դրանց են հանդիպում այն մարդիկ, որոնք ունեն լսողության, խոսելու, կարդալու, գրելու և/կամ հասկանալու խնդիրներ և որոնք օգտագործում են հաղորդակցման տարբեր ուղիներ, քան այն մարդիկ, որոնք չունեն հաշմանդամության այդ տեսակը: Հաղորդակցության խոչընդոտների օրինակներն են.

- *Առողջության խթանմանը նպաստող գրավոր հաղորդագրություններ*, որոնք թույլ չեն տալիս տեսողության խանգարումներ ունեցող մարդկանց ստանալ անհրաժեշտ հաղորդագրությունը: Դրանք ներառում են նյութի մանր տպագիր տարբերակների օգտագործումը կամ մեծատառ տարբերակների բացակայությունը և Բրայլի տառեր, կամ բացակայում են տարբերակներ այն մարդկանց համար, որոնք օգտագործում են էկրանի ընթերցիչներ (վազող տող):
- *Լսողական առողջության հաղորդագրություններ*, որոնք կարող են անհասանելի լինել լսողության խանգարումներ ունեցող մարդկանց համար, ներառյալ տեսանյութեր, որոնք չեն ներառում ենթագրեր և բանավոր հաղորդակցություններ՝ առանց ուղեկցող մեխանիկական մեկնաբանության (օրինակ՝ ամերիկյան ժեստերի լեզուն): Տեխնիկական լեզվի, երկար նախադասությունների և բազմաթիվ վանկերով բառերի օգտագործումը կարող է էական խոչընդոտ հանդիսանալ ճանաչողական խանգարումներ ունեցող մարդկանց համար: Հավանաբար, բոլոր

տեսակի հաշմանդամների համար կարևոր խոչընդոտ է տեղեկատվական պատենշը, որը երկկողմանի բնույթ ունի:

Հաշմանդամները դժվարանում են տեղեկատվություն ստանալ ինչպես ընդհանուր, այնպես էլ իրենց համար անմիջական նշանակություն ունեցող ֆունկցիոնալ խանգարումների մասին, հաշմանդամություն ունեցող անձանց՝ պետական աջակցության միջոցառումների և նրանց աջակցության սոցիալական ռեսուրսների վերաբերյալ: Դա պայմանավորված է տնտեսական պատճառներով (օրինակ՝ հեռուստացույց կամ ռադիոընդունիչ գնելու կամ վերանորոգելու անկարողությունը) և հատուկ լրատվամիջոցների (ժեստերի լեզվով թարգմանությամբ հեռուստահաղորդումներ, բրայլյան գրառմամբ գրքեր, ծայներիզներ և սկավառակներ) պակասը և այլն:

Կառուցվածքային տեղեկատվություն կարող է անհրաժեշտ լինել միայն այն հաշմանդամներին, որոնք ունեն ցածր ինտելեկտ, ճանաչողության նվազագույն կարողություններ, շրջապատող իրականության քննադատական գնահատում և ինքնագնահատական: Տեղեկատվության պակասը կամ դրա անբավարար հագեցվածությունը կարող է հանգեցնել նման անհատների ինտելեկտուալ կարողությունների անդառնալի անկման:

Մյուս կողմից՝ գոյություն ունի տեղեկատվական խոչընդոտ, որը մեկուսացնում է հաշմանդամին հասարակությունից: Հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց համար շատ դժվար է ներկայացնել իրենց տեսակետներն ու դիրքորոշումները, իրենց կարիքներն ու շահերը և այդ բոլորը հասցնել հասարակության ուշադրությանը:

Հետևաբար, հաշմանդամություն ունեցող անձանց կարիքների և նրանց անհատական հատկանիշների մասին կարող են

աղավաղված պատկերացումներ առաջանալ: Նման խեղաթյուրված պատկերացումների հիման վրա՝ առաջանում են նախապաշարմունքներ և ֆոբիաներ, որոնք բարդացնում են հասարակության և հաշմանդամի հետ փոխգործությունները:

- *Զգացմունքային պատճենը նույնպես երկկողմանի է*, որը կարող է բաղկացած լինել հաշմանդամի վերաբերյալ ուրիշների անարդյունավետ հուզական արձագանքներից՝ հետաքրքրասիրությունից, ծաղրից, անհարմարությունից, մեղքի զգացումից, գերպաշտպանվածությունից, վախից և հաշմանդամին հիասթափեցնող հույզերից, որն իր հերթին բերում է ինքնախղճահարության, սեփական անձի գերպաշտպանվածության ակնկալիքի զգացման, ինչ-որ մեկին իր արատների համար մեղադրելու, մեկուսանալու ցանկության:

Ի վերջո, հաղորդակցության խոչընդոտն ունի բարդ բնույթ, որը պայմանավորված է վերը նշված բոլոր սահմանափակումների հետևանքների կուտակմամբ, որոնք դեֆորմացնում են մարդու անհատականությունը: Հաղորդակցության խանգարումը, որը հաշմանդամների ամենադժվար սոցիալական խնդիրներից է, հետևանք է ֆիզիկական սահմանափակումների, հուզական պաշտպանիչ ինքնամեկուսացման, աշխատանքային թիմից դուրս մնալու և ծանոթ տեղեկատվության բացակայության: Բնական է, որ տարիքային և սոցիալական կարգավիճակի համար նորմալ հաղորդակցության վերականգնումը հաշմանդամության սոցիալական վերականգնման ամենակարևոր նպատակներից է:

Ֆիզիկական խոչընդոտներ. ֆիզիկական խոչընդոտները կառուցվածքային խոչընդոտներ են բնական կամ տեխնաժին միջավայրերում, որոնք կանխում կամ արգելափակում են շարժունությունը (շրջապատում, շրջակա միջավայրում) կամ մուտքը որոշակի միջավայր: Ֆիզիկական խոչընդոտները քայլերն ու եզ-

րաքարերն են, որոնք արգելափակում են շարժունության խանգարում ունեցող անձի մուտքը շենք կամ այլ վայրերից օգտվելու հնարավորությունը:

Այս սահմանափակումն իր հետ բերում է բազմաթիվ հետևանքներ, որոնք բարդացնում են հաշմանդամի վիճակը և պահանջում հատուկ միջոցների կիրառում, որոնք վերացնում են հաշմանդամի տարածական, տրանսպորտային և կենցաղային մեկուսացումը, հուզական զրկանքը և ապահովում աշխատանքին հարմարվելու հնարավորությունը:

Ծրագրային խոչընդոտներ. Ծրագրային խոչընդոտները սահմանափակում են հանրային առողջության կամ առողջապահական ծրագրերի արդյունավետ իրականացումը տարբեր տեսակի խանգարումներ ունեցող մարդկանց համար:

Ծրագրային խոչընդոտների օրինակներն են.

- անհարմար ժամանակացույց,
- մատչելի սարքավորումների բացակայություն (օրինակ՝ մամոգրաֆիկ զննման սարքավորումներ),
- բժշկական զննման և ընթացակարգերի համար հատկացված ոչ բավարար ժամանակ,
- մատակարարի վերաբերմունքը, գիտելիքները և ըմբռնումը հաշմանդամություն ունեցող անձանց վերաբերյալ:

Սոցիալական խոչընդոտներ. սոցիալական խոչընդոտները կապված են այն պայմանների հետ, որում մարդիկ ծնվում են, ապրում, սովորում, աշխատում, և որոնք կարող են նպաստել հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց գործունեության ձևերի և ծավալի նվազմանը: Սոցիալական խոչընդոտների օրինակներն են.

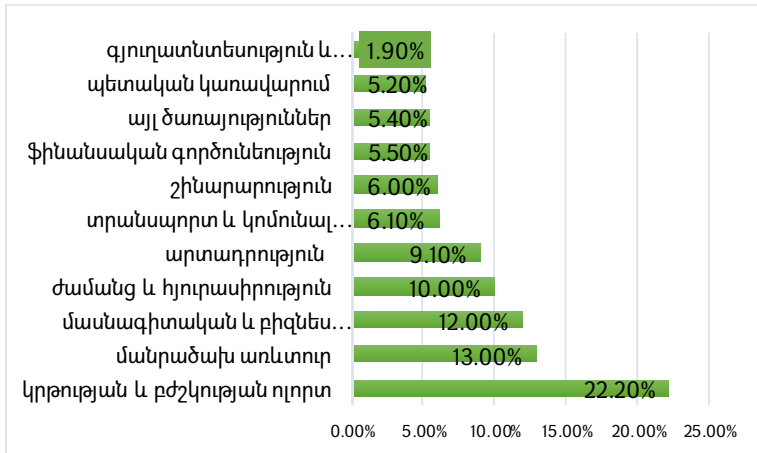
- հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց մոտ փոքր է աշխատանքի ընդունվելու հավանականությունը: Որոշ դեպքերում հաշմանդամը լինում է բացարձակապես անաշ-

խատունակ՝ նույնիսկ ամենապարզ գործողությունը իրականացնելու առումով:

- 18 տարեկան և բարձր հաշմանդամություն ունեցող մեծահասակների մոտ փոքր է ավագ դպրոց ավարտելու հավանականությունը՝ համեմատած հաշմանդամություն չունեցող իրենց հասակակիցների հետ:
- Հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց մոտ փոքր է մեծ եկամուտներ ունենալու հավանականությունը՝ համեմատած հաշմանդամություն չունեցողների:
- Հաշմանդամություն ունեցող երեխաները գրեթե չորս անգամ ավելի շատ են ենթարկվում բռնության, քան հաշմանդամություն չունեցող երեխաները:

Այնուամենայնիվ, այլ իրավիճակներում հաշմանդամներին առաջարկվում են (կամ հասանելի են դառնում) աշխատատեղեր, որոնք պահանջում են ցածր որակավորում, ներառում են միապաղաղ, հասարակ աշխատանք և ցածր աշխատավարձ: Այս իրավիճակը պայմանավորված է ոչ միայն (կամ ոչ այնքան) նրանց անհատական ֆիզիկական կամ մտավոր ռեսուրսների սահմանափակությամբ, այլև առաջին հերթին հատուկ կարիքներ ունեցող անձանց համար աշխատաշուկայի չզարգացած լինելու բնույթով: «Վայրի» շուկայական տնտեսության մեջ նման անձանց համար աշխատատեղերի հարմարեցումը գործատուների կողմից համարվում է ոչ եկամտաբեր և անցանկալի:

Երկրագնդի ամենազարգացած երկիր համարվող ԱՄՆ-ում սահմանափակ կարողություններ ունեցող մարդկանց զբաղվածությունը 2023թ ներկայացված է տրամագիր 2-ում՝ առանձնացնելով դրանք ըստ մասնագիտական ճյուղերի:



Տրամագիր 2. 2023թ տվյալներով ԱՄՆ-ում սահմանափակ կարողություններով մարդկանց զբաղվածության տոկոսը ըստ մասնագիտական ճյուղերի (ըստ [statista.com](https://www.statista.com) տվյալների)

Հաշմանդամի անհատականության և արդյունավետ աշխատանքի միջև խոչընդոտը կարող է պայմանավորված լինել նաև նրա կողմից աշխատանքային մոտիվացիայի բացակայությամբ: Ըստ արտասահմանյան փորձագետների՝ աշխատանքը հասանելի է բոլոր հաշմանդամների մոտավորապես 2/3-ին, սակայն աշխատում է նրանց 11%-ից ոչ ավելին: Դա պայմանավորված է ոչ այնքան հատուկ աշխատատեղերի բացակայությամբ, որքան աշխատանքի փոխարեն նպաստներ ստանալու գերիշխող կողմնորոշմամբ:

Ժամանակակից աշխատանքային մոտիվացիայի և աշխատանքային էթիկայի ձևավորումը հասարակության մեջ արգելափակվում է նրանով, որ հաշմանդամության կենսաթոշակը հաճախ ավելի էական եկամտի աղբյուր է, քան աշխատողի աշխատավարձը: Հետևաբար, հաշմանդամների կյանքում խոչընդոտ է նաև աղքատությունը, որը սոցիալական և աշխատանքային սահմանափակումների հետևանք է:

Նման մարդիկ ստիպված են գոյատևել կա՛մ ցածր աշխատավարձով, կա՛մ նպաստով, ինչը նույնպես չի կարող բավարար լինել անհատի համար արժանապատիվ կենսամակարդակ ապահովելու համար: Սակայն վերջին տարիներին եղել են ձեռնարկատերեր, որոնք հաշմանդամ են դարձել վնասվածքների, ահաբեկչության և այլ պատճառներով, ու նրանց համար ֆինանսական սահմանափակումները էական չեն կամ ընդհանրապես գոյություն չունեն: Նման դեպքում մնացած բոլոր խոչընդոտների հաղթահարումը նրանց կողմից պահանջում է ավելի քիչ ջանքերի գործադրում:

Տրանսպորտային խոչընդոտներ. տրանսպորտային խոչընդոտները պայմանավորված են համապատասխան տրանսպորտային միջոցների բացակայությամբ, ինչը խանգարում է անձի անկախ լինելու և հասարակության մեջ գործելու կարողությանը: Տրանսպորտային խոչընդոտների օրինակներն են.

- մատչելի կամ հարմար փոխադրամիջոցների հասանելիության բացակայություն այն մարդկանց համար, որոնք չեն կարողանում վարել ավտոմեքենա՝ տեսողության կամ ճանաչողական խանգարումների պատճառով,
- հասարակական տրանսպորտը կարող է անհասանելի լինել կամ անհարմար՝ հեռավորությունների կամ բնակավայրերի առումով:

Նույնիսկ այն դեպքերում, երբ ֆիզիկական հաշմանդամություն ունեցող անձը ունի շարժունության միջոցներ (պրոթեզ, անվասայլակ, հատուկ կահավորված ավտոմեքենա), կենցաղային միջավայրի և տրանսպորտի կազմակերպումն ինքնին դեռ բարենպաստ չէ հաշմանդամության վիճակի թեթևացման համար: Առօրյա գործընթացների, ինքնասպասարկման, ազատ տեղաշարժի համար առկա են սարքավորումների և սարքերի լուրջ պակաս:

Զգայական խանգարումներ ունեցող մարդիկ զգում են հատուկ տեղեկատվական գործիքների պակաս, որոնք ծանուցում են նրանց շրջակա միջավայրի ցուցանիշների կամ խոչընդոտների մասին:

Մտավոր հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար միջավայրում անվտանգ տեղաշարժվելու և դրանում գործելու հնարավորությունը բացակայում է:

Թեև հասարակության մեջ հաշմանդամություն ունեցող անձանց ինտեգրման խոչընդոտները կարող են ճնշող թվալ, սակայն առկա են խոչընդոտները հաղթահարելու երեք հիմնական եղանակներ:

1. Մասնակցություն իրական կյանքի հմտությունների ձևավորմանը.

Հասարակության մեջ հաջող ինտեգրմանը և ներառմանը նպաստելու լավագույն միջոցներից մեկը իրական կյանքի հմտությունների ձևավորումն է: Սա կարող է օգնել հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց հստակեցնել և կատարելագործել իրենց ուժեղ կողմերը, բացահայտել հետաքրքրությունները և սահմանել հասարակության մեջ հաջողության հասնելու տեսլականը:

2. Ինքնորոշման զարգացում.

Ինքնորոշումը վերաբերում է սեփական կյանքի այն կողմերը վերահսկելուն, որոնք նրանց համար ամենակարևորն են: Սա ներառում է տեղեկացված որոշումներ կայացնելը և հասկանալ, թե ինչպես են անձնական ընտրություններն ազդում սեփական անկախության վրա: Սեփական կյանքի վրա լիակատար վերահսկողություն ունենալը և սեփական ընտրությունը կատարելու լիազորությունը հասարակության մեջ ինտեգրումը հեշտացնելու լավագույն միջոցներից երկուսն են:

3. Սեփական անձի և իրավունքների պաշտպանություն.

Հասարակության մեջ ինտեգրման հնարավոր խոչընդոտները հաղթահարելու մեկ այլ միջոց է՝ միշտ լինել սեփական պաշտպանը: Թեև ինքնապաշտպանությունը սերտորեն կապված է ինքնորոշման հետ, այն հատկապես ընդգծում է իր օգտին խոսելը և սեփական իրավունքների պաշտպանությունը: Սեփական անձի կարևորումը կենտրոնական դեր է խաղում հասարակության մեջ հաջող ինտեգրման գործում:

Սոցիալական վերականգնման էությունն ու բովանդակությունը մեծապես կախված է նրանից, թե ինչպե՞ս են այս գործընթացի առաջատար սուբյեկտները հասկանում հաշմանդամությունը, և ի՞նչ գաղափարական ու մեթոդական հիմքի վրա են նրանք գործում: Հաշմանդամության՝ նախկինում գերիշխող բժշկական մոդելը հիմնված էր թերության բուժման գործում բժշկության առաջատար դերի գիտակցության վրա՝ հաշմանդամին դիտարկելով որպես հիվանդ, հետևաբար, վերականգնում, դիտարկվում է բացառապես մի կողմից՝ աշխատուժի հնարավորությունների վերականգնման տեսանկյունից: Այս առումով՝ հանրային գիտակցության մեջ «հաշմանդամություն» և «անաշխատունակություն» հասկացությունները ընկալվում են որպես համարժեք և փոխարինելի եզրույթներ:

Նման մոտեցումը հերքելու անհրաժեշտությունը հանգեցրել է գիտական շրջանառության և գրականության մեջ հաշմանդամության բժշկական մոդելի հետ մեկտեղ այնպիսի հասկացության տարածման, ինչպիսին է **«հաշմանդամության սոցիալական մոդելը»**:

Խնդրի քննարկման այս կողմը բխում է ոչ թե կարգավորող փաստաթղթերով թվարկված հիվանդությունների, խանգարումների և պաթոլոգիաների՝ անխուսափելիորեն սահմանափակ ցանկից, այլ ծանոթ, «նորմալ» բնույթի և սոցիալապես գործելու կարողության առկայության և առողջության աստիճանի կորստի փաստից: Ըստ այդմ՝ ակնկալվում է, որ հաշմանդամության հետ կապված խնդիրների լուծումը կիրականացվի հիմնականում ֆունկցիոնալ խանգարումներ ունեցող անձանց աջակցության, սոցիալական սպասարկման հիմնարկների համակարգի ստեղծման միջոցով ինչպես համապարփակ, այնպես էլ մասնագիտացված տարբերակով:

Նման հաստատությունները պետք է հասանելի լինեն բնակչությանը աշխարհագրորեն, առաջարկվող ծառայությունների շրջանակով, իրենց գործունեության պայմաններով և ծառայությունների անվճար մատուցմամբ:

Սոցիալական հաշմանդամության շարժումների ծրագրային փաստաթղթերը, որոնք հիմնված են անկախ կյանքի փիլիսոփայության սկզբունքների վրա, ներառում են նաև **մշակութային բազմակարծության մոդել**: Այստեղ հիմնական շեշտը դրվում է հավասարության հայեցակարգի վրա: Հասարակական կյանքի բոլոր կողմերը պետք է հավասարապես հասանելի լինեն հասարակության բոլոր անդամների համար՝ անկախ նրանց տարբերություններից:

«Հաշմանդամություն ունեցող անձ» հայեցակարգի հաստատումը նույնպես համահունչ է հաշմանդամություն ունեցող անձանց իրավունքների և բնութագրերի մասին հասարակության պատկերացումների շրջանակի և էության այս փոփոխություններին: Նման եզրույթը ցույց է տալիս, որ չկա խիստ կապ հաշմանդամության իրավական ամրագրման, որը միշտ անխուսափելիորեն սահմանափակվում է ֆինանսական և տնտեսական սահմանափակումների պատճառով, և ուժի, առողջության, սոցիալական ու անձնական ռեսուրսների փաստացի սահմանափակումների միջև, որոնք խանգարում են անհատին (երբեմն և նրա անմիջական սոցիալական միջավայր) ապրել նորմալ կյանքով և զարգանալ հասարակության մեջ:

Հաշմանդամությունը երբեմն մեկնաբանվում է որպես հաշմանդամություն ունեցող անձանց «հատուկ կարիքների» չբավարարում, ինչը հանգեցնում է նրանց սոցիալական բացառմանը: Սակայն տեսական և մեթոդական իմաստով յուրաքանչյուր մարդ ունի որոշակի շեղումներ միջին վիճակագրական նորմայից և, սրանով պայմանավորված, անկախ անձնավորություն է՝ տարբերվող մյուսներից: Հետևաբար, յուրաքանչյուր նման տարբերություն կարող է հանդիսանալ սոցիալական բացառման պատճառ: Պատմությանը հայտնի են այնպիսի օրինակներ, երբ մարդիկ խտրականության են ենթարկվել իրենց մաշկի գույնի, մազերի երկարության, հագուստի ձևի կամ իրենց բնույթի համար:

Այսպիսով՝ գրեթե յուրաքանչյուր անհատ ունի որոշակի հատուկ կարիքներ, որոնց հասարակությունը պետք է հարմարեցնի իր արտաքին պայմանները:

Այնուամենայնիվ, դրան անհնար է հասնել, քանի որ որոշ անհատների հատուկ կարիքները կարող են հակասել մյուսների՝ նույնքան հատուկ կարիքներին: Տնտեսական, կազմակերպական

և այլ ռեսուրսների տեսանկյունից չափազանց դժվար է սոցիալական պայմանները հարմարեցնել յուրաքանչյուր անհատի պահանջներին: Ամբողջ հասարակական կյանքը կազմակերպվում է որպես անհատի և հասարակության, անհատի, խմբի և հասարակության միջև գործունեության կազմակերպման փոխզիջումների շարունակական գործընթաց: Անհատական իրավունքների նկատմամբ հարգանքը ենթադրում է որոշակի համայնքային իրավունքների ճանաչում:

Հաշմանդամների հատուկ կարիքների առանձնացումը քանակական նորմայից: Դրանց առանձնահատկություններից մեկն այն է, որ շատ դեպքերում հաշմանդամները չեն կարողանում պատշաճ կերպով հարմարվել կենսապայմաններին՝ իրենց ֆիզիկական կամ մտավոր արատների պատճառով: Այս դեպքում հասարակությունը պարտավոր է դիմել որոշակի անհավասարության՝ հաշմանդամներին իրենց առողջական արատները փոխհատուցելու և նրանց համար առավելագույն հավասարություն ապահովելու համար:

Վերականգնման էությունը ոչ միայն և ոչ այնքան առողջության վերականգնումն է, որքան սոցիալական գործունեության հնարավորությունների վերականգնման ստեղծումը այն առողջական վիճակում, որը կունենա հաշմանդամը ապաքինվելուց հետո:

Այսպիսով՝ հաշմանդամությունը մեկնաբանվում է որպես ոչ այնքան բժշկական, որքան սոցիալական խնդիր: Հիվանդության բուժումը, խանգարման ուղղումը, արատի բժշկական փոխհատուցումն ունեն իրենց սահմանները: Միևնույն ժամանակ, հաշմանդամություն չունեցող մարդիկ տարբերվում են նաև իրենց ֆիզիկական կարողություններով, ֆիզիկական ուժի մակարդա-

կով, արձագանքման արագությամբ, ինտելեկտուալ կարողություններով և այլն:

Հասարակության նպատակն է՝ հնարավորինս լիարժեք սոցիալական գործունեության և զարգացման հնարավորություններ ընձեռել բոլոր մարդկանց՝ ներառյալ հաշմանդամներին: Ուժեղ անձնական ներուժ ունեցող մարդիկ դրան հասնում են ինքնուրույն: Զարգացման գործընթացում ավելի թույլ անհատները փոխհատուցում են իրենց անձի խոցելի կողմերը՝ երբեմն ունենալով օգնության կարիք: Առողջությունը կորցրած կամ այն չունեցող անձինք կարիք ունեն սոցիալական վերականգնման, որն իրականացվում է վերականգնողական կամ սոցիալական աշխատանքի մասնագետների օգնությամբ, քանի որ նրանց արատների աստիճանը պահանջում է առանձնահատուկ փոխհատուցման միջոցների օգտագործում:

Միջոցառումների հետևողական համակարգի կիրառման օգնությամբ կարելի է հասնել ոչ միայն հաշմանդամություն ձևավորող գործոնների և պայմանների ազդեցության նվազմանը, այլև հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար սոցիալական ինտեգրման և հասարակական կյանքին հարմարվելու հնարավորությունների ստեղծմանը:

Հաշմանդամների նկատմամբ հասարակության այս առանձնահատուկ գործունեությունն իրականացնելու համար ստեղծվում են կառույցներ, որոնք կազմակերպում են նրանց սոցիալական պաշտպանությունը: Հաշմանդամների սոցիալական պաշտպանությունը հասկացվում է որպես պետության կողմից երաշխավորված տնտեսական, սոցիալական և իրավական միջոցառումների համակարգ, որը նրանց ապահովում է իրենց խնդիրների հաղթահարման, փոխարինման պայմաններով, և ուղղված է

նրանց համար այլ քաղաքացիների հետ հասարակական կյանքին մասնակցելու հավասար հնարավորությունների ստեղծմանը:

Վերականգնման բովանդակությունը համարվում է բժշկական, հոգեբանական, մանկավարժական, սոցիալ-տնտեսական միջոցառումների գործընթաց և համակարգ, որը ուղղված է վերացնելու կամ փոխհատուցելու առողջական խնդիրներով պայմանավորված մարմնի գործառույթների մշտական խանգարումները: Վերականգնման նպատակն է «հաշմանդամի սոցիալական կարգավիճակի վերականգնումը, նյութական անկախության ձեռքբերումը և սոցիալական հարմարվողականությունը»: Ցավոք, ժամանակակից պայմաններում հենց այս սոցիալական նպատակն է բախվում ամենամեծ դժվարություններին, քանի որ աշխատանքային ոլորտում ճգնաժամը, աշխատանքային մոտիվացիայի բացակայությունը և աշխատանքային ինքնաբավության հնարավորությունները որոշ դեպքերում հանգեցնում են կախյալի կարգավիճակի նախապատվության:

Այն իրավիճակում, երբ լիովին առողջ և աշխատունակ մարդիկ չեն կարող միշտ ապահովել իրենց և իրենց ընտանիքները սեփական աշխատանքով, հաշմանդամների համար իրենց կենսաթոշակները և նպաստները կարող են լինել ապրելու միակ տարբերակը:

Այնուամենայնիվ, սոցիալական վերականգնումը չպետք է ուղղված լինի նպաստ ստացողի սոցիալական կարգավիճակից գոի կախյալի ստեղծմանը: Սոցիալական վերականգնողական միջոցառումների ամբողջ համալիրն ուղղված է ակտիվ սոցիալական սուբյեկտի, կամային ջանքեր գործադրելու ունակ անհատի վերականգնմանն ու զարգացմանը, աշխատանքային մոտիվացիայի և ինքնազարգացմանը:

Այս առումով պետք է նշել, որ վնասվածքներ ստացած հիվանդները, ֆունկցիաների խանգարում ունեցող անձինք ոչ միայն վերականգնողական գործընթացի օբյեկտ են, այլև նրանք պետք է լինեն և ճանաչվեն որպես այս գործունեության լիիրավ մասնակիցներ, սոցիալական վերականգնման, հաջողության առարկա: Նրանցից մեծապես կախված է վերականգնման արդյունավետ սոցիալական դերի նկատմամբ իրենց վերաբերմունքի խորության աստիճանը: Իսկ համագործակցության բացակայությունը կարող է նվազագույնի հասցնել սոցիալական վերականգնման արդյունավետությունը կամ դարձնել ամբողջովին անհնար:

2.4. Հաշմանդամների սոցիալական վերականգնման նշանակությունը, սկզբունքներն ու ձևերը

Վերականգնումը հիմնված է այն փիլիսոփայության վրա, որ յուրաքանչյուր մարդ իրավունք ունի տնօրինելու իր առողջությունը, և որ նման մարդիկ ունեն նաև բնածին արժեք: Այս փիլիսոփայության արդյունքում յուրաքանչյուր անհատ համապարփակ, ամբողջական և եզակի է: Սա վերականգնողական թիմին պատասխանատու է դարձնում հաշմանդամություն ունեցող անձին անհրաժեշտ ուսուցում, գիտելիքներ տրամադրելու և հմտություններ ձևավորելու, նրանց անկախ գործառույթը օպտիմալացնելու, ուժեղացնելու և առավելագույնի հասցնելու համար:

Վերականգնումն օգնում է մարդուն լինել հնարավորինս անկախ առօրյա գործունեության մեջ և հնարավորություն է տալիս մասնակցելու կրթությանը, աշխատանքին, հանգստին և կյանքի տարբեր դերերին, ինչպիսին է, օրինակ, ընտանիքի մասին հոգալը: Դա արվում է՝ աշխատելով անձի և նրա ընտանիքի հետ՝

լուծելու հիմքում ընկած առողջական խնդիրները, փոփոխելով նրանց միջավայրը, որպեսզի այն ավելի լավ համապատասխանի նրանց կարիքներին:

Օգտագործելով օժանդակ միջոցներ, կրթելով, ուժեղացնելով ինքնակառավարումը և հարմարեցնելով առաջադրանքները կարելի է նպաստել ավելի անկախ, ապահով գործունեության կատարմանը: Այս ռազմավարությունները միասին կարող են օգնել անհատին՝ հաղթահարել մտածելու, տեսնելու, լսելու, հաղորդակցվելու, ուտելու կամ շարժվելու հետ կապված դժվարությունները:

Ցանկացած մարդ կարող է վերականգնման կարիք ունենալ իր կյանքի ինչ-որ պահից՝ վնասվածքից, վիրահատությունից, հիվանդությունից հետո, կամ այն պատճառով, որ տարիքի հետ նրանց աշխատունակության մակարդակը նվազել է:

Ամփոփ ձևով ներկայացնենք վերականգնման հետ կապված կարևոր դրույթները:

- ✓ Վերականգնումը համընդհանուր առողջապահական ծածկույթի էական մասն է՝ ուղղված առողջության խթանման, հիվանդությունների կանխարգելման, բուժման և պալիատիվ խնամքի:
- ✓ Վերականգնումը օգնում է մարդուն առօրյա գործունեության մեջ լինել հնարավորինս անկախ և հնարավորություն է տալիս մասնակցել կրթությանը, աշխատանքին, հանգստին և կյանքի տարբեր դերերին:
- ✓ Աշխարհում մոտ 2,4 միլիարդ մարդ ներկայումս ապրում է այնպիսի թերի առողջական վիճակով, որը կարող է բարելավվել վերականգնման միջոցով:
- ✓ Կանխատեսվում է, որ ամբողջ աշխարհում վերականգնման կարիք ունեցող մարդիկ կավելանան՝ կապ-

ված բնակչության առողջության և բնութագրերի փոփոխության հետ: Օրինակ՝ մարդիկ ապրում են ավելի երկար, սակայն ավելի շատ քրոնիկ հիվանդություններով և հաշմանդամությամբ:

- ✓ Ներկայումս վերականգնողական կարիքները հիմնականում բավարարված չեն: Յածր և միջին եկամուտ ունեցող որոշ երկրներում մարդկանց 50%-ից ավելին չի ստանում իրենց պահանջած վերականգնողական ծառայությունները:

Արտակարգ իրավիճակները (ներառյալ հակամարտությունները), աղետները և հիվանդությունների բռնկումները ստեղծում են վերականգնողական կարիքների հսկայական աճ՝ միաժամանակ խաթարելով վերականգնողական ծառայությունների գործունեությունը:

Վերականգնման օրինակներից են.

- խոսքի և լեզվի ուսուցում՝ գլխուղեղի վնասվածքից հետո մարդու հաղորդակցությունը բարելավելու համար.
- կաթվածով կամ Պարկինսոնի հիվանդությամբ տառապողների մոտ ֆիզիկական վարժությունների կիրառումը՝ մկանային ուժը, կամաժին շարժումները և հավասարակշռությունը բարելավելու համար.
- փոփոխել տարեցների տան միջավայրը՝ բարելավելու նրանց անվտանգությունն ու անկախությունը և նվազեցնելու նրանց ընկնելու և վնասվածք ստանալու վտանգը.
- կրթել սրտի հիվանդություն ունեցող անձանց՝ բացատրելով առօրյան անվտանգ կազմակերպելու հիմունքները.
- անդամահատված անձանց պատրաստել պրոթեզ օգտագործելուն.
- դիրքավորման և սալինտավորման տեխնիկայի կիրառում՝ օգնելու մաշկի ապաքինմանը, այտուցի նվազմանը

և այրվածքի վիրահատությունից հետո շարժումների վերականգնմանը.

- ուղեղային կաթված ունեցող երեխաների համար սպաստիկությունը նվազեցնելու համար ապահովել դեղամիջոցների նշանակումը և օգտագործումը
- տրամադրել հոգեկան թերապիա՝ ողնաշարի վնասվածքից հետո զգացմունքային անհանգստություն ունեցող անձի համար.
- սոցիալական հմտությունների ձևավորում՝ շիզոֆրենիա, աուտիզմի սպեկտրի խանգարումներ կամ մտավոր հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար.
- տեսողության կորստով մարդուն ուսուցանել սպիտակ ձեռնափայտի օգտագործմանը
- աշխատել ինտենսիվ թերապիայի հիվանդի հետ՝ բարելավելու նրա շնչառությունը, կանխելու բարդությունները և արագացնելու նրանց վերականգնումը ծանր հիվանդությունից հետո:

Վերականգնումը խիստ անձնակենտրոն է, ինչը նշանակում է, որ յուրաքանչյուր անհատի համար ընտրված միջամտությունները ուղղված են նրա նպատակների իրականացմանը և նախասիրությունների բավարարմանը: Վերականգնումը կարող է իրականացվել տարբեր վայրերում, ինչպիսիք են ստացիոնար կամ ամբուլատոր հիվանդանոցային հաստատությունները, ամբուլատոր ֆիզիո կամ օկուպացիոն թերապիայի պրակտիկաները և համայնքային միջավայրերը, ինչպես անհատի տունը, դպրոցը կամ աշխատավայրը:

Վերականգնողական խումբը կազմված է տարբեր բուժաշխատողներից՝ ֆիզիոթերապևտներից, օկուպացիոն թերապևտներից, խոսքի և հաղորդակցման խանգարման մասնագետներից,

րից՝ լոգոպետներից, օրթոտիստներից և պրոթեզավորողներից, կլինիկական հոգեբաններից, ֆիզիկական բժշկության և վերականգնողական բժշկներից և վերականգնողական բուժքույրերից:

Շատ այլ բուժաշխատողներ, ընդհանուր բժիշկներ, վիրաբույժներ և համայնքային բուժաշխատողներ նույնպես կարող են կարևոր դեր խաղալ անձի վերականգնման գործում:

Վերականգնումը կարող է նվազեցնել մարդու վրա առողջական վիճակների լայն շրջանակի ազդեցությունը՝ ներառյալ հիվանդությունները (սուր կամ քրոնիկ) կամ վնասվածքները: Այն լրացնում է առողջապահական այլ միջամտությունները, ինչպես բժշկական և վիրաբուժական միջամտությունները, որոնք օգնում են հեշտացնելու վերականգնումը և հասնելու հնարավոր լավագույն արդյունքի: Բացի այդ՝ վերականգնումը կարող է օգնել կանխելու, նվազեցնելու կամ կառավարելու բազմաթիվ առողջական պայմանների հետ կապված բարդությունները, ինչպիսիք են, օրինակ, ողնուղեղի վնասվածքը, կաթվածը կամ կոտրվածքները:

Վերականգնումը օգնում է նվազագույնի հասցնել կամ դանդաղեցնել քրոնիկական հիվանդություններով պայմանավորված հաշմանդամության հետևանքները, ինչպես սիրտ-անոթային հիվանդությունները, քաղցկեղը և շաքարախտը՝ մարդկանց տրամադրելով ինքնակառավարման ռազմավարություններ և անհրաժեշտ օժանդակ միջոցներ: Որպես այդպիսին՝ նման միջոցառումները նպաստում են առողջ ծերացմանը:

Վերականգնումը ներդրում է, որն ունի ֆինանսական օգուտ ինչպես անհատների, այնպես էլ հասարակության համար: Այն կարող է օգնել խուսափել ծախսատար հոսպիտալացումից, նվազեցնել հիվանդանոցում մնալու տևողությունը և կանխել բուժման

կրկնակի ընդունումը: Քանի որ վերականգնումը նաև հնարավորություն է տալիս անհատներին ներգրավվելու կամ վերադառնալու աշխատանք, կամ մնալու տանը, այն նվազագույնի է հասցնում ֆինանսական կամ խնամակալների աջակցության կարիքը:

Վերականգնման վերաբերյալ թյուր պատկերացումներ

Վերականգնումը միայն հաշմանդամություն ունեցող, երկարատև կամ ֆիզիկական արատ ունեցող մարդկանց խնդիրը չէ: Ավելի շուտ՝ վերականգնումը կարևոր առողջապահական ծառայություն է յուրաքանչյուրի համար, ով ունի սուր կամ քրոնիկ առողջական վիճակ, խանգարում կամ վնասվածք, որը սահմանափակում է մարդու գործունեությունը: Որպես այդպիսին՝ վերականգնումը պետք է հասանելի լինի յուրաքանչյուրի համար, ով ունի դրա կարիքը:

Վերականգնումը շքեղ առողջապահական ծառայություն չէ, որը հասանելի է միայն նրանց համար, ովքեր կարող են իրենց դա թույլ տալ: Դա ոչ էլ կամընտրական ծառայություն է, որ կիրառվում է միայն այն դեպքում, երբ անհրաժեշտ է կանխարգելել առողջական վիճակը կամ բուժել այն:

Որպեսզի վերականգնողական սոցիալական, տնտեսական և առողջապահական օգուտներն ամբողջությամբ իրականացվեն, ժամանակին բարձրորակ և մատչելի վերականգնողական միջամտությունները պետք է հասանելի լինեն բոլորին: Շատ դեպքերում դա նշանակում է սկսել վերականգնումը, երբ առողջական վիճակում նկատվեն խնդիրներ, և շարունակել վերականգնումը նաև առողջական այլ միջամտությունների հետ:

Վերականգնման գլոբալ կարիք չկա

Աշխարհում մոտ 2,4 միլիարդ մարդ ներկայումս ապրում է առողջական խնդիրներով, որոնք կարող են բարելավել իրենց վիճակը վերականգնման շնորհիվ: Աշխարհում բնակչության առողջության և բնութագրերի փոփոխություններով պայմանավորված՝ վերականգնման այս գնահատված կարիքը միայն կավելանա առաջիկա տարիներին:

Մարդիկ ավելի երկար են ապրում, 60 տարեկանից բարձր մարդկանց թիվը մինչև 2050 թվականը կկրկնապատկվի: Ավելի շատ մարդիկ են ապրում քրոնիկ հիվանդություններով, ինչպիսիք են՝ շաքարախտը, կաթվածը, ինֆարկտը և քաղցկեղը: Միևնույն ժամանակ՝ վնասվածքների և երեխայի զարգացման վատթարացման հետևանքների (օրինակ՝ ուղեղային կաթվածի) շարունակական դեպքերը պահպանվում են: Այս առողջական պայմանները կարող են ազդել անհատի գործունեության վրա և կապված են հաշմանդամության մակարդակի բարձրացման հետ, որի համար վերականգնումը կարող է օգտակար լինել:

Աշխարհի բազմաթիվ երկրներում վերականգնման այս աճող կարիքը հիմնականում չի բավարարվում: Ցածր և միջին եկամուտ ունեցող որոշ երկրներում ապրող մարդկանց կեսից ավելին, որոնք վերականգնողական ծառայությունների կարիք ունեն, դրանք չեն ստանում:

Վերականգնման համաշխարհային կարիքները շարունակում են չբավարարվել բազմաթիվ գործոնների պատճառով, որոնց թվին են դասվում՝

- ազգային մակարդակով վերականգնման համար առաջնահերթությունների, ֆինանսավորման, քաղաքականության և պլանների բացակայություն,

- քաղաքային տարածքներից դուրս մատչելի վերականգնողական ծառայությունների բացակայություն կամ ծառայության սպասման երկար ժամանակ,
- ստացված եկամուտից ավելի բարձր ծախսեր և ֆինանսավորման բացակայություն կամ անբավարար միջոցներ,
- վերապատրաստված վերականգնողական մասնագետների բացակայություն՝ 1 միլիոն բնակչին՝ 10-ից պակաս հմուտ մասնագետներ՝ ցածր և միջին եկամուտ ունեցող ազգաբնակչության խմբերի համար,
- ռեսուրսների, ներառյալ օժանդակ տեխնոլոգիաների, սարքավորումների և ծախսվող նյութերի բացակայություն,
- վերականգնման վերաբերյալ ավելի շատ հետազոտությունների և տվյալների անհրաժեշտությունը,
- վերականգնման անարդյունավետ և չօգտագործված մոտեցումներ:

Վերականգնում արտակարգ իրավիճակներում

Բնական վտանգները, ինչպիսիք են երկրաշարժերը կամ հիվանդությունների բռնկումները և մարդկանց կողմից առաջացած վտանգները՝ ներառյալ հակամարտությունը, ահաբեկչությունը կամ արդյունաբերական վթարները, կարող են առաջացնել վերականգնողական միջոցառումների մեծ պահանջարկ: Դրանք միաժամանակ խաթարում են նաև գոյություն ունեցող ծառայությունները և ամենամեծ ազդեցությունն ունեն առավել խոցելի բնակչության և ամենաթույլ առողջապահական համակարգերի վրա:

Թեև արտակարգ իրավիճակներում վերականգնման կարևոր դերը արտացոլված է կլինիկական և հումանիտար ուղե-

ցույցներում, այն հազվադեպ է դիտարկվում որպես առողջապահական համակարգի պատրաստվածության և վաղ արձագանքման մաս: Արդյունքում՝ մեծանում են վերականգնողական ծառայությունների՝ նախկինում գոյություն ունեցող սահմանափակումները, նվազում է առողջապահական ծառայությունների մատուցման արդյունավետությունը, և վտանգներին անմիջականորեն ենթարկված մարդկանց մոտ առաջանում են խանգարումներ և, նույնիսկ, հաշմանդամություն:

Վերկանգնման հայեցակարգը անհնար է պատկերացնել առանց գոյություն ունեցող վերականգնման սկզբունքների:

Սկզբունքները ուղղորդում են վերականգնողական մասնագետին վերականգնողական փուլ անցնող անհատի խնամքի պլան մշակելու հարցում: Ուստի գործող վերականգնողական սկզբունքների վերաբերյալ պետք է քաջատեղյակ լինեն վերականգնողական թիմի բոլոր անդամները՝ վերականգնողական գործընթացում ցանկալի արդյունքներ ստանալու համար:

Վերականգնողական սկզբունքներն են՝

1. Հարմարվողականության խթանում

Խնդիրները, որոնք ուղեկցում են խանգարումները և ֆունկցիայի կորուստները, հաճախ ճնշող են հիվանդի համար և ներառում են ֆիզիկական, սոցիալական և հուզական մարտահրավերներ: Այդ պատճառով՝ վերականգնողական գործընթացում ցանկալի արդյունքներ ստանալու համար պետք է հասկանալ անհատի ընդհանուր վիճակը: Անհրաժեշտ է նաև իմանալ, որ ընդհանուր վերականգնումը միշտ չէ, որ բազմաթիվ անհատների համար կարող է լինել վերականգնման վերջնական նպատակ, այլ ավելի ստույգ՝ առավելագույնի հասցնել նրա ոչ լիարժեք գործառույթը: Հետևաբար, վերականգնումն օգնում է անհատներին հարմարվել առողջական դժվար պայմաններին և ոչ միայն «վե-

րականգնվել»։ «Վերականգնում» եզրույթը հաճախ անհատի կողմից սխալ է ընկալվում, քանի որ այն տարբերվում է առողջապահական մասնագետի կարծիքից։

Հետևաբար, «հարմարվողականության» մոտեցման օգտագործումը կարող է անհատին ավելի իրատեսական առաջարկներ ստեղծել, որպեսզի նա կարողանա հաղթահարել դժվարությունները և շտկել առկա խնդիրները, որոնք առաջացել են առողջական վիճակի վատթարացումից, հատկապես այն պայմաններից հետո, որոնք ներառում են ողջ կյանքի ընթացքում փոփոխությունների կատարումը։

Ակտիվության նվազումը, սահմանափակումները և վերաինտեգրման աճը տեղի են ունենում վերականգնման ժամանակ։ Այնուամենայնիվ, հիվանդի մոտ հարմարվողականության զգացումի ստեղծումը բարձրացնում է նրանց ինքնավստահության մակարդակը և բարելավում է սեփական կերպարի ընդունումը։

2. Կարողությունների ընդգծում

Վերականգնումը ընդգծում է լավատեսական հեռանկարը այն անհատների համար, որոնք ենթարկվել են առողջական տարբեր մարտահրավերների՝ պայմանավորված կյանքի պայմանների փոփոխությամբ։ Հետևաբար, վերականգնումը կենտրոնանում է ոչ թե կորցրածի վրա, այլ այն, ինչ կարելի է վերականգնել և հասնել վերականգնող մասնագետի և անհատի կողմից փոխադարձ նպատակադրման միջոցով։

3. Անհատի համալիր բուժում

Վերականգնման հիմնական սկզբունքը բուժման համալիր մոտեցումն է։ Սա նշանակում է, որ անհատի նախասիրությունները, ծագումը, մշակույթը, կրոնական համոզմունքները, սոցիալական աջակցությունը, ֆիզիկական կարողությունները, զարգացման փուլերը, հոգեկանի առանձնահատկությունները պետք

է դիտարկվեն որպէս խնամքի ծրագրեր, որոնք մշակվում են վերականգնողական թիմի անդամների կողմից:

4. Ժամանակի հաշվառում

Վերականգնման վրա ժամանակի ազդեցության ուսումնասիրությունը կարևոր դեր է խաղում այն սկսելուց մինչև առավելագույն արդյունքների հասնելու համար: Ընդհանրապէս ժամանակը կարևոր է վերականգնման գործընթացի արդյունավետության համար: Որոշակի պայմանների դեպքում վերականգնման վաղ սկիզբը կարող է նվազեցնել առկա ռիսկերը, ինչպիսիք են թոքային քրոնիկ օբստրուկտիվ հիվանդությունները, բարելավել ողնուղեղի վնասվածքի և կաթվածի դեպքում շարժիչ գործառույթը և այլն: Որքան վաղ սկսվի անհատի այս գործընթացը, այնքան կմեծանա նրա կազդուրման հավանականության աստիճանը:

5. Կրթության իրականացում

Վերականգնումը կախարդական հաբ չէ, և կրթությունը վերականգնողական բոլոր փուլերում գործընթացի կենսական կողմն է, որը ապահովում է անհատի և նրան աջակցող կառույցների լավ պատկերացումն այն մասին, թե ինչ է կատարվում իրատեսական ակնկալիքներ առաջադրելու և առաջադրված նպատակներին հասնելու համար: Անհատի վերականգնման հետ կապված կրթությունը հնարավորություն է տալիս այդ անձին ստանձնել պատասխանատվություն իր առողջության համար, նպաստում է հիվանդակենտրոն խնամքին գործունեության և վերականգնողական ծրագրերում ներգրավվածության մեջ ու խթանում անկախության առավելագույն մակարդակը:

6. Մարդակենտրոն, հոգատարության իրականացում

Անհատի խնամքին ուղղված տարբեր մոտեցումներ գիտակցաբար ընդունում են անհատներին, խնամակալներին, ընտա-

նիքներին և համայնքներին որպես վստահելի առողջապահական համակարգերի մասնակիցներ և շահառուներ, որոնք կազմակերպված են ոչ թե անհատական հիվանդությունների, այլ մարդկանց համապարփակ կարիքների շուրջ, և հարգում են սոցիալական նախասիրությունները:

Մարդկանց խնամքը պահանջում է նաև, որ հիվանդները ունենան կրթություն և ստանան աջակցություն, որն անհրաժեշտ է որոշումներ կայացնելու և սեփական խնամքին մասնակցելու համար: Խնամքի մարդակենտրոնությունը ընդգրկում է ավելի լայն շրջանակ, քան հիվանդի անձակենտրոն խնամքը, որը ներառում է ոչ միայն կլինիկական հանդիպումներ, այլև ուշադրություն է դարձնում իրենց համայնքների մարդկանց առողջությանը և առողջապահական քաղաքականության, առողջապահական ծառայությունների ձևավորման գործում նրանց վճռական դերին:

Այսպիսով, վերականգնման սկզբունքների իմացությունը մասնագետին տրամադրում է էական գիտելիքներ՝ վստահորեն և ճշգրիտ մոտենալու վերականգնման գործընթացին՝ նպաստելով հիվանդի ֆունկցիոնալ անկախության և գործունեությանը մասնակցության ամենակարևոր ձեռքբերումներին:

Այստեղ առանձնահատուկ դեր և նշանակություն ունի նաև **սոցիալական վերականգնումը**, որի հիմքում այն հիմնարար գաղափարն է, որ անհատները կարող են զարգանալ ցանկացած հաշմանդամության կամ «հիվանդության» հաշմանդամության ազդեցությունից դուրս:

Սոցիալական վերականգնման նպատակն է ստեղծել հնարավորություններ, որտեղ կարող է միաժամանակ տեղի ունենալ մարդկային բնական կարողությունների զարգացումն ու բուժումը: Սոցիալական վերականգնողական ծառայությունները կոչված են օգնելու հոգեկան առողջության լուրջ խնդիրներ ունեցող

անձին արդյունավետորեն ինքնուրույն կառավարել ախտանիշների դրսևորումը և փոխհատուցել հիվանդության ու դրա բուժման հետ կապված դժվարությունները:

Դա միջոցառումների մի շարք է, որն օգնում է սովորել, թե ինչպես հաղթահարել ֆունկցիոնալ խանգարումները, վերականգնել կամ ձեռք բերել տարբեր հանգամանքների պատճառով կորցրած կարողություններն ու հմտությունները, օգնել մարդկանց վերադառնալ աշխատանքի և զբաղվել հասարակական գործունեությամբ: Այն ներառում է անհատական սոցիալական վերականգնման պլանի մշակում, վերապատրաստում շրջակա միջավայրի հարմարվողականության ոլորտում և օգնում բարելավել շարժունությունը ու անկախ կյանքի հմտությունները:

Ոլորտում կատարված հետազոտությունները ցույց են տվել, որ այն անձինք, որոնք ստանում են սոցիալական վերականգնողական ծառայություններ, զգալիորեն ավելի քիչ են հոսպիտալացվել, և ավելի մեծ է հավանականությունը՝ ուղղորդելու նրանց դեպի աշխատանք, դպրոց, վերադառնալու հասարակություն՝ ստանձնելով իրենց անհատական դերն ու նշանակությունը:

Այսպիսով՝ սոցիալական վերականգնումը միջոցառումների շարք է, որը պետք է օգնի դժվար իրավիճակներում գտնվող մարդկանց վերականգնել իրենց սոցիալական կարգավիճակը, առողջությունը և աշխատելու կարողությունը, վերականգնել կորցրած սոցիալական կապերն ու հարաբերությունները կամ կառուցել նորերը, հարմարվել փոփոխված պայմաններին և կրկին լիարժեք ու ակտիվ ներգրավվել հասարակության կյանքում:

Հարկադրված մեկուսացման պատճառները կարող են տարբեր լինել.

- լուրջ հիվանդություն, օրգանիզմի ֆունկցիոնալ կարողությունների խանգարում և, որպես հետևանք, հաշմանդամություն,
- շեղված վարքագիծ (ագրեսիվ վարք, գողություն, ֆիզիոլոգիական կամ հոգեբանական կախվածություն և այլն),
- բնական կամ մարդու կողմից ստեղծված արտակարգ իրավիճակներ,
- տարիքն ու աշխատելու նախկին կարողության կորուստ,
- աշխատանքի և ապրուստի միջոցների կորուստ և այլն:

Այս առումով՝ վերասոցիալականացման օբյեկտները կարող են լինել մարդկանց, ընտանիքների, բնակչության այնպիսի կատեգորիաների անհատներ կամ խմբեր, ինչպիսիք են՝

- միայնակ կենսաթոշակառուները,
- հաշմանդամություն ունեցող երեխաները և նրանց ընտանիքները,
- հաշմանդամություն ունեցող անչափահասները,
- անչափահաս մայրերը,
- բռնության ենթարկված անձինք,
- շեղված վարք ունեցող դեռահասները (օրինակ՝ ինքնասպանության հակումներով, մոլախաղերի մոլուցքով, պաթոլոգիկ ագրեսորներով),
- պատիժը կրող կամ կալանքից ազատված անձինք,
- թմրամոլությամբ, ալկոհոլիզմով տառապող մարդիկ,
- որբեր,
- փախստականներ և այլք:

Այն մարդիկ, որոնք բախվում են դժբախտության, կարիք ունեն համապարփակ օգնության և աջակցության՝ պետական, բժշկական, սոցիալ-տնտեսական, հոգեբանական, դաստիարակչական և մասնագիտական: Միայն այս կերպ նրանք կկարողա-

նան հաղթահարել ճգնաժամային իրավիճակի հետևանքները, առողջանալ և վերադառնալ բնականոն կյանքին, չընկնեն կախվածության մեջ:

Սոցիալական վերականգնման հիմնական նպատակներն են՝

- ակտիվացնել այն մարդու գործունեությունը, որը գտնվել է պասիվ և ընկճված վիճակում, դուրս բերել նրան այդ վիճակից (սոցիալական, հոգեբանական և ֆիզիկական տեսանկյունից), նրա մեջ արթնացնել հասարակության մեջ լիարժեք կյանքին վերադառնալու ցանկություն,
- վերամիավորելու մարդուն հասարակության հետ և նրա մեջ վերակենդանացնելու ցանկություն՝ սկսելու գործել, գտնել զբաղմունք, որը կօգնի նրան դառնալ անկախ՝ այդ թվում նաև ֆինանսապես,
- ազատել նրան հարկադիր սոցիալական մեկուսացման վանդակից և օգնել վերականգնել կորցրած սոցիալական կապերը, կառուցել նոր հարաբերություններ:

Վերոշարադրյալ կետերը իրականացնելու համար անհրաժեշտ է կազմակերպել մեծածավալ աշխատանքներ միանգամից երկու ուղղությամբ:

- Առաջինը՝ պետք է հիշեցնել մարդուն, թե ինչպես ապրել հասարակության մեջ, ինչպես արդյունավետորեն հաղորդակցվել և կառուցել հարաբերություններ այլ մարդկանց հետ, կամ սովորեցնել նրանց այդ կարևոր հմտությունները:
- Երկրորդ՝ անհրաժեշտ է փոխել սոցիալական միջավայրը, վերացնել անհաղթահարելի խոչընդոտները, ստեղծել այնպիսի պայմաններ, որոնք կնպաստեն արագ հարմարեցմանը, ինտեգրմանը և վերասոցիալականացմանը:

Սոցիալական վերականգնման համալիր ծրագիրը թույլ կտա լուծելու բազմաթիվ խնդիրներ.

1. վերակենդանացնել անձնական՝ սոցիալապես նշանակալից հատկությունները, վերականգնել կորցրած ֆիզիկական, հուզական և հոգեբանական ռեսուրսները,
2. օգնել անձին գիտակցելու սեփական կարևորությունը, ընկալելու իրեն՝ որպես հասարակության անկախ, ակտիվ անդամ,
3. օգնել վերականգնելու կորցրած սոցիալական դիրքերը, կառուցելու նոր կապեր և հարաբերություններ այլ մարդկանց հետ,
4. նպաստել առողջության վերականգնմանն ու ամրապնդմանը, կանխել քրոնիկական հիվանդությունների բարդացումներն ու մեծացնել ֆիզիկական ակտիվությունը, օրգանիզմին համապատասխանեցնել սոցիալական և անձնական ոլորտում ավելացող խնդիրներին,
5. արագացնել հարմարվելը փոփոխված կենսապայմաններին,
6. օգնել անձին որոշելու կյանքի նոր ուղեցույցները, անձնական առաջնահերթությունները, դրանց հասնելու նոր նպատակներն ու ուղիները:

Ինչ վերաբերում է սոցիալական վերականգնման հիմնական տեսակներին, ապա անհրաժեշտ է նշել հետևյալները՝

- բժշկական կամ սոցիալ-բժշկական. սրա նպատակն է լիովին կամ մասնակիորեն վերականգնել, փոխհատուցել կամ փոխարինել մարմնի վատթարացած կամ կորցրած ֆունկցիաները կամ դանդաղեցնել հիվանդության արագ զարգացումը: Այդ նպատակով կիրառվում են յուրաքանչյուր դեպքի համար անհրաժեշտ բոլոր միջոցները՝ վերա-

կանգնողական վիրաբուժական վիրահատություններ և վերականգնողական բուժում (սա կարող է լինել բուժական, ֆիզիկական վարժությունների և ֆիզիոթերապիայի, մերսման, առողջարանային բուժման և այլն), օրթոպեդիայի և պրոթեզավորման, օժանդակ տեխնիկական միջոցների ապահովման համար:

Ծանր վնասվածքների, հիվանդությունների կամ բնածին արատների հետևանքների վերացումը հնարավորություն է տալիս հեռացնել մարդուն հասարակությունից հարկադրաբար մեկուսացնելու հիմնական պատճառները, վերականգնել նրա սոցիալական գործունեությունը և կանխել իրադարձությունների բացասական զարգացումը:

- Սոցիալ-հոգեբանական. այն մարդը, որը կորցրել է իր սովորական կենսապայմանները (օրինակ՝ կորցրել է աշխատանքը, մնացել է անօթևան բնական աղետի պատճառով) կամ դարձել է հաշմանդամ (անօգնական, կախված արտաքին հանգամանքներից և այլ մարդկանցից), դժվարանում է համակերպվել իր համար նոր իրականության հետ:

Սոցիալ-հոգեբանական վերազինումը հնարավորություն է տալիս հարմարվելու փոփոխված, ոչ միշտ բարենպաստ պայմաններին, հարմարվելու վարքագծին, հարմարվելու մարդու նոր դերին, վերագտնելու վստահությունը մարդու կարողությունների նկատմամբ, գիտակցելու մարդու թաքնված կարողությունները: Այն հնարավորություն է տալիս վերականգնելու և բարելավելու հարաբերությունները հարազատների հետ, զարգացնելու անձնական հատկությունները, որոնք անհրաժեշտ են հասարակության մեջ ակտիվ վերաինտեգրման համար: Այս տիպի վերականգնման ձևը այս կամ այն կերպ ներառված է բոլոր այն միջո-

ցառումների մեջ, որոնք ուղղված են մարդուն հասարակության մեջ լիարժեք ակտիվ կյանք վերադարձնելուն:

- Սոցիալական-մանկավարժական. սոցիալական վերականգնման այս ուղղությունը առաջին հերթին անհրաժեշտ է դպրոցական կյանքին և ուսմանը չհարմարվող երեխաներին, դեռահասներին, որոնք դժվարանում են ընդհանուր լեզու գտնել իրենց դասընկերների, ուսուցիչների հետ, ինչպես նաև դժվարանում են վերահսկել սեփական վարքը: Սոցիալ-մանկավարժական վերարտադրության տարբեր մեթոդներ օգնում են հաղթահարել և ձևավորել կամ վերականգնել ինքնազբաղվածության հմտությունները, զարգացնել անձնական կարևոր հատկությունները, ծանոթանալ հասարակության մեջ գործող վարքի նորմերին և կանոններին:

Ուղղիչ կրթությունն ու դաստիարակությունը օգնում են երեխային հարմարվելու, վստահություն են ձևավորում սեփական արժանիքների նկատմամբ, որ ինքը մյուսներից վատը չէ, և արդյունքում՝ նրան նախապատրաստում են վերականգնման հասանելի հարթակների օգտագործմանը:

- Սոցիալական և բնապահպանական. այն մարդը, որը հայտնվում է նոր սոցիալական միջավայրում, որտեղ դեռևս կան անհասկանալի կանոններ, և ամեն ինչ անսովոր է, ունի աջակցության կարիք: Սոցիալական և բնապահպանական վերականգնման միջոցները նախատեսված են նրան ծանոթացնելու և օգնելու հարմարվել նոր կենսապայմաններին, սովորել ազատ կողմնորոշվելու դրանցում:

Միաժամանակ այն թույլ է տալիս հիշել և վերականգնել գործողությունների մոռացված ալգորիթմները, վարքի մոդելները,

աստիճանաբար սովորել ինքնուրույն կազմակերպել սեփական կյանքը, պլանավորել իր առօրյան և ինքնուրույն որոշումներ կայացնել: Սա ներառում է նաև հարմարավետ մատչելի միջավայրի ստեղծումը և իրավական խնդիրների ու անձնական խնդիրների լուծման համար անհրաժեշտ օժանդակ տեխնիկական միջոցների, խորհրդատվության և օժանդակության ապահովումը:

- Մասնագիտություն և աշխատասիրություն. դրա հիմնական նպատակն է վերականգնել կորցրածը կամ ձևավորել նոր աշխատանքային հմտություններ, օգնել որոշելու մասնագիտությունը, ստանալ մասնագիտական կրթություն, գտնել այնպիսի աշխատանք, որը կհամապատասխանի մարդու կարողություններին և թույլ կտա հարմարվելու նոր միջավայրին: Դա հնարավորություն է տալիս ձեռք բերել անկախություն, վստահություն կենսունակության ինքնապահովման նկատմամբ և ի վերջո բացահայտել սեփական ներուժը:
- Սոցիալ-մշակութային. նպատակ ունի վերականգնել կամ ստեղծել այնպիսի միջավայր, որը կապահովի հնարավոր հոգևոր ինքնիրացում, կմեծացնի մարդու ստեղծագործական գործունեությունը, կբացահայտի իր մտավոր ներուժը, կնպաստի իր կյանքում դրական փոփոխություններին և կօգնի ընդլայնել անկախության և ինքնապահովման շրջանակները: Սոցիալ-մշակութային հաջող վերականգնման կարևոր պայմաններից է կրթական հաստատությունների, գրադարանների, թատրոնների ու կինոթատրոնների, համերգասրահների եւ թանգարանների ընդհանուր մատչելիությունը և այլն:
- Սոցիալ-տնտեսական. իրենից ներկայացնում է անձի կամ որոշակի սոցիալական խմբերի սոցիալ-տնտեսական վի-

ճակի վերականգնում, բարելավում: Դրա հիմնական նպատակն է տնտեսական անկախության վերականգնումը. ապահովել բարեկեցիկ բնակարան, երաշխավորել ֆինանսական աջակցություն կենսաթոշակների, նպաստների և այլ աջակցության տեսքով, որոնք տրամադրվում են պետության կողմից:

Սոցիալական վերականգնման գործընթացը, որպես կանոն, բաղկացած է 5 փուլից.

1. Առաջին փուլում՝ ախտորոշում և կանխորոշում. մասնագետները զննում են մարդու վիճակը, որի ընթացքում որոշում են, թե որն է վերականգնման ներուժը, և արդյունքների հիման վրա՝ մշակում են վերականգնողական անհատական միջոցառումների համալիր մոտեցում:

2. Երկրորդ փուլում՝ պլանավորում. ընտրվում են վերականգնման օպտիմալ ձևերը, մեթոդները և տեխնոլոգիաները, որոնք կօգտագործվեն կոնկրետ դեպքում:

3. Երրորդ փուլը վերականգնող մասնագետների հետ աշխատելու նախապատրաստությունն է:

4. Չորրորդ փուլը համալիր վերականգնողական ծրագրի իրականացումն է, անձի հետ տեղի ունեցող փոփոխությունների մշտադիտարկումը և անհրաժեշտության դեպքում շտկումների իրականացումը:

5. Հինգերորդ փուլը մշտադիտարկման ընթացքում ձեռք բերված տվյալների համակարգումն է, իրականացվող վերականգնողական աշխատանքների արդյունքների վերահսկումը:

Այս ամենի հետ մեկտեղ՝ առկա են սոցիալական վերականգնումը խոչընդոտող մի շարք խնդիրներ, մասնավորապես՝

- հասանելի միջավայրը չի ստեղծվում ամենուր. օրինակ՝ չկան հատուկ վերելակներ, այն անձինք որոնք ստիպված

են տեղաշարժվել հաշմանդամի սայլակի կամ ձեռնափայտի օգնությամբ, չեն կարող միշտ օգտվել ցանկացած տեսակի տրանսպորտից, հասնել կրթական հաստատություններ, հիվանդանոցներ, թատրոններ կամ սրճարաններ.

- անբավարար աջակցություն է ցուցաբերվում հաշմանդամություն ունեցող ընտանիքներին,
- հաշմանդամություն ունեցող երեխաներին հատուկ հաստատություններում (հատուկ դպրոցներ, վերականգնողական կենտրոններ, զվարճանքի և ժամանցի կենտրոններ) տեղավորելու ներկայիս համակարգը սահմանափակում է նրանց սոցիալական հաղորդակցության շրջանակը, զրկում նրանց առողջ երեխաների հետ հաղորդակցվելու հնարավորությունից, նվազեցնում է շարժունությունը և կրթության մակարդակը, ինչի հետևանքով նվազում է մրցունակությունը, և նվազում է աշխատանքի ընդունվելու և հասարակության մեջ հարմարվելու հնարավորությունը,
- չկան բավարար դասագրքեր, հատուկ գրականություն, տեխնիկական միջոցներ՝ տեսողական խնդիրներ ունեցողների համար (կոյր, խուլ), ինչը անհնար է դարձնում պատշաճ կրթություն ստանալը,
- անօթևանների հետ աշխատանք կազմակերպելու փորձերը (անձինք առանց բնակության կոնկրետ վայրի, որոնք տարբեր պատճառներով հայտնվել են փողոցում). առանց պետության հիմնավոր աջակցության չեն կարող ինտեգրվել հասարակությանը, ինչն էլ իր հերթին չափազանց բացասական ազդեցություն է թողնում նրանց գիտակցության, հոգեկանի, կարիքների և շարժառիթների վրա, և գրեթե անհնար է դարձնում վերադարձը բնականոն կյանքին,

- գործատուները չեն ցանկանում մշտական աշխատանքի ընդունել հաշմանդամություն ունեցող անձանց, ուստի աշխատանքի շուկայում հաշմանդամություն ունեցող անձանց մրցունակությունը ցածր է, ինչպես նաև ցածր է սահմանափակ թվով թափուր աշխատատեղերի աշխատավարձի չափը:

Այսպիսով՝ սոցիալական վերականգնման հիմնական նպատակը հաշմանդամություն ունեցող անձին կյանքի նոր հմտություններ ձեռք բերելու կարողությունն է: Դա ենթադրում է կորցրած հմտությունների վերականգնում, ինքնապահովման և առողջության խթանման շրջանի երկարաձգում, կյանքի տևողության ավելացում, հաշմանդամություն ունեցող անձանց կողմնորոշումը պասիվ ապրելակերպից դեպի ակտիվ, մտավոր և մշակութային կարիքների իրականացման պայմանների ստեղծում, կյանքի մակարդակի և կյանքի որակի բարձրացում:



Հաշմանդամների ֆիզիկական վերականգնում

Ֆիզիկական վարժությունների կիրառման պատմությունը բուժական և կանխարգելիչ նպատակներով ունի մի քանի հազար տարվա վաղեմություն: Շարժումների բուժիչ ազդեցության մասին ամենավաղ վկայությունները հայտնաբերվել են Չինաս-

տանում՝ Ք.Ճ.ա. 3000-2000 թվականների ձեռագրերում: Ձեռագրերում նշված է, որ Հին Չինաստանում գործում էին բժշկական մարմնամարզության դպրոցներ, որտեղ սովորեցնում էին բուժական մարմնամարզություն, ինչպես նաև հիվանդների բուժման ընթացքում կիրառվող մեթոդները:

Ֆիզիկական վարժությունների օգտագործումը բուժական նպատակներով լայն տարածում գտավ Հին Հունաստանում՝ շնորհիվ հին հույն բժիշկ և փիլիսոփա Հիպոկրատի (Ք.Ճ.ա. 459-377 թթ.): Մեկ այլ՝ հին հույն մեծ փիլիսոփա Արիստոտելը գրել է. «Կյանքը շարժում է պահանջում: Ոչինչ այնքան չի հյուծում ու ոչնչացնում մարդուն, որքան տևական ֆիզիկական անգործությունը»:

Վերածննդի դարաշրջանում տարածում ստացավ Ժ. Տիսսոյի հայտնի արտահայտությունը. **«Շարժումը որպես այդպիսին կարող է փոխարինել ցանկացած դեղամիջոցի ազդեցությունը, բայց աշխարհի բոլոր դեղամիջոցները չեն կարող փոխարինել շարժման ազդեցությունը»:**

Հետագայում մեծ ուշադրություն դարձվեց շարժումների վրա հիմնված բուժման մոտեցմանը:

Ֆիզիկական վերականգնման անբաժանելի մասն է կազմում բժշկական, սոցիալ-տնտեսական և մասնագիտական վերականգնումը: Դա միջոցառումների համակարգ է, որն ուղղված է մարդու ֆիզիկական և մտավոր կարողությունների վերականգնմանը կամ փոխհատուցմանը, մարմնի ֆունկցիոնալ վիճակի, անհրաժեշտ շարժողական ընդունակությունների բարելավմանը, հոգեհուզական կայունության զարգացմանը, մարդու մարմնի հարմարվողական կարողությունների բարձրացմանը ֆիզիկական միջոցների և մեթոդների կիրառմամբ:

Ֆիզիկական վերականգնման հիմնական միջոցները ֆիզիկական վարժություններն են, մասնավորապես՝ բուժական ֆիզիկական կուլտուրան, որը ցուցված է գրեթե բոլոր հիվանդությունների և վնասվածքների դեպքում:

Ընդհանուր նյութափոխանակության ակտիվացումը և նորմալացումը՝ որպես ֆիզիկական վարժությունների ընդհանուր տրոֆիկ ազդեցության դրսևորում, օպտիմալ ֆոն է ստեղծում տեղական տրոֆիկ գործընթացների առաջացման համար:

Ֆիզիկական վարժությունները արագացնում են փոխհատուցման ձևավորումը և նպաստում են նոր շարժիչ կապերի առաջացմանը, որոնք բարելավում են փոխհատուցման երևույթը:

Համակարգված ֆիզիկական մարզումները բարձրացնում են շարժիչ հմտությունների առաջատար նշանակությունը, ինչպես նաև նպաստում շարժման խանգարումների վերականգնմանը:

Բուժական ֆիզիկական կուլտուրայի հիմնական միջոցներն են.

- ֆիզիկական վարժություններ,
- բնության գործոններ (արև, օդ, ջուր),
- բուժական մերսում,
- շարժողական ռեժիմ:

Բուժական նպատակներով կիրառվող ֆիզիկական վարժությունները բաժանվում են մարմնամարզական, իդեոմոտորային, մարզակիրառական, մկանների կծկման ազդակներ ուղարկելու վարժությունների, չափավորված բեռնվածություն՝ տարբեր մարզվածների կիրառմամբ:

Սպորտային և կիրառական վարժությունների խմբից բուժական ֆիզիկական կուլտուրայում առավել հաճախ օգտագործվում են չափավորված քայլքը, վազքը, ցատկը, նետումները, մագլցումը, հավասարակշռության վարժությունները, ծանրու-

թյունների բարձրացումը և տեղափոխումը, ինչպես նաև չափավորված թիավարությունը, դահուկավագքը, չմշկավագքը, հեծանվավագքը, բուժական լողը և այլ մարզաձևեր:

Տարբեր մարզաձևեր՝ լող, թիավարություն, դահուկասահք, չմշկասահք և այլն և դրանց համակարգում վարժությունների չափավորված կատարումը ոչ միայն բուժական ֆիզիկական կուլտուրայի կարևոր միջոց են, այլ նաև մարզումների կազմակերպման ինքնուրույն ձև: Դրանք նպաստում են հաշմանդամների վնասված օրգանի, համակարգի կամ ամբողջ օրգանիզմի գործառույթների հետագա մարզմանը, ինչպես նաև ապաքինվողների աշխատունակության մակարդակի բարձրացմանը:

Սպորտիչ հարցեր

1. Բացատրե՛ք հաշմանդամության էությունը:
2. Ինչպիսի՞ դժվարությունների են կյանքում հանդիպում հաշմանդամները:
3. Որո՞նք են հաշմանդամության տեսակները:
4. Բնութագրե՛ք ֆիզիկական հաշմանդամությունը:
5. Բնութագրե՛ք մտավոր հաշմանդամության առանձնահատկությունները:
6. Բնութագրե՛ք հոգեկան հաշմանդամության առանձնահատկությունները:
7. Բնութագրե՛ք տեսողական հաշմանդամության առանձնահատկությունները:
8. Բնութագրե՛ք լսողական հաշմանդամության խնդիրները:
9. Բնութագրե՛ք խոսքի և լեզվի խանգարումներով հաշմանդամների առանձնահատկությունները:
10. Ներկայացրե՛ք հաշմանդամության հիմնական մոդելները:

11. Բնութագրե՛ք հաշմանդամության բժշկական մոդելի էությունը:
12. Բնութագրե՛ք հաշմանդամության սոցիալական մոդելի էությունը:
13. Բնութագրե՛ք հաշմանդամության մարդու իրավունքի մոդելի առանձնահատկությունը:
14. Նկարագրե՛ք հաշմանդամության փոքրամասնության մոդելը:
15. Նկարագրե՛ք մարդու իրավունքների վրա հիմնված հաշմանդամության մոդելը:
16. Նկարագրե՛ք հաշմանդամության կրոնական և շուկայական մոդելները:
17. Նկարագրե՛ք հաշմանդամության փոքրամասնության մոդելը:
18. Նշե՛ք հաշմանդամության ամենատարածված խոչընդոտները:
19. Բնութագրե՛ք վերաբերմունքային խոչընդոտների էությունը:
20. Նկարագրե՛ք հաշմանդամության հաղորդակցության խոչընդոտները:
21. Բացատրե՛ք հաշմանդամների ֆիզիկական խոչընդոտների էությունը:
22. Բնութագրե՛ք հաշմանդամների ծրագրային և սոցիալական խոչընդոտները:
23. Ներկայացրե՛ք հաշմանդամների տրանսպորտային խոչընդոտները:
24. Նկարագրե՛ք հաշմանդամների վերականգնման կարևորությունը և ուղղությունները:

25. Նկարագրե՛ք վերականգնման վերաբերյալ թյուր պատկերացումները:
26. Բացատրե՛ք հաշմանդամների վերականգնման առանձնահատկությունները արտակարգ իրավիճակներում:
27. Ներկայացրե՛ք հաշմանդամների վերականգնման սկզբունքները:
28. Բացատրե՛ք հարմարվողականության խթանման սկզբունքը:
29. Նկարագրե՛ք հաշմանդամների կարողությունների ընդգծման սկզբունքի էությունը:
30. Բացատրե՛ք հաշմանդամի համալիր բուժման և ժամանակի հաշվառման սկզբունքի էությունը:
31. Բացատրե՛ք հաշմանդամի կրթության և մարդակենտրոն հոգատարության իրականացման սկզբունքները:
32. Բացատրե՛ք ի՞նչ խնդիրներ է հնարավոր լուծել սոցիալական վերականգնման համալիր ծրագրով:
33. Նշե՛ք հաշմանդամի սոցիալական վերականգնման հիմնական տեսակները:
34. Նկարագրե՛ք հաշմանդամի բժշկական վերականգնման նպատակը:
35. Բացատրե՛ք հաշմանդամի վերականգնման սոցիալ-հոգեբանական ուղղության նպատակը:
36. Բացատրե՛ք հաշմանդամի վերականգնման սոցիալ-մանկավարժական մոտեցման էությունը:
37. Ո՞րն է հաշմանդամի սոցիալական վերականգնման, սոցիալական և բնապահպանական, մասնագիտության և աշխատասիրության ուղղությունների էությունը:

38. Ո՞րն է հաշմանդամների սոցիալական վերականգնման սոցիալ-մշակութային և սոցիալ-տնտեսական ուղղությունների բովանդակությունը:
39. Նկարագրե՛ք հաշմանդամի սոցիալական վերականգնման գործընթացի փուլերը:
40. Ներկայացրե՛ք հաշմանդամի սոցիալական վերականգնմանը խոչընդոտող գործոնները:
41. Որո՞նք են հասարակության մեջ հաշմանդամների ինտեգրվելու առավելությունները:
42. Որո՞նք են հաշմանդամության խնդիրների հաղթահարման երեք հիմնական եղանակները:

Գրականություն

1. 44-օրյա պատերազմի հետևանքով ՀՀ-ում հաշմանդամություն ունեցող անձանց թիվն ավելացել է 1400-ով. <https://arm.sputniknews.ru/20221203/44-orja-paterazmi-hetevanqvov-hhum-hashmandamutjun-unecvogh-andzanc-tivn-avelacel-e-1400vov-52114915.html>
2. Ամբողջ աշխարհում մոտ 240 միլիոն հաշմանդամություն ունեցող երեխա կա. սրա մասին է փաստում ՅՈՒՆԻՍԵֆ-ի ամենաընդգրկուն վիճակագրական վերլուծությունը <http://surf.li/xfsjlw>
3. Ի՞նչ իրավունքներ և արտոնություններ ունեն հաշմանդամություն ունեցող անձինք <https://www.mlsa.am/blockpage/68>
4. Հաստատվել են նախադպրոցական կրթության ոլորտում ներառական կրթության համակարգը ներդնելու պլանը և ժամանակացույցը. <https://escs.am/am/news/8453>
5. Հայաստանի սոցիալական պատկերը և աղքատությունը զեկույց, 2020թ. <https://armstat.am/am/?nid=82&id=2617>
6. Հաշվառված հաշմանդամների թվաքանակը և բժշկասոցիալական փորձաքննական հանձնաժողովների գործունեությունը

- 2020 թվականին PDF https://armstat.am/file/article/sv_01_21a_-530.pdf
7. Խտրականության դրսևորումները հաշմանդամություն ունեցող անձանց նկատմամբ: <https://rm.coe.int/unison-discrimination-survey-report/1680a25dfe>
 8. 2017 Community Health Needs Assessment Progress Report <https://www.nemours.org/content/dam/nemours/wwwv2/filebox/about/FL-2017-CHNA-Progress-Report.pdf>
 9. 2023 Global Survey Report on Persons with Disabilities and Disasters - World | ReliefWeb
 10. A Clinical Practice Guideline for the Management of Patients With Acute Spinal Cord Injury: Recommendations on the Type and Timing of Rehabilitation <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29164029/>
 11. American Foundation for the Blind, 2020 <https://www.afb.org/>
 12. Annual Disability Statistics Collection https://disabilitycompensium.org/sites/default/files/user-uploads/Annual_Report_2018_-_Accessible_AdobeReaderFriendly.pdf
 13. California Association of Social Rehabilitation Agencies | CASRA
 14. Disability Advocacy Resource Unit. <https://daru.org.au/>
 15. Deafness and hearing loss (who.int)
 16. Disability and social policy: Global evidence and perspectives - Sophie Mitra, Qin Gao, 2023 (journals-sagepub-com.)
 17. Disability and Social Protection - ENIL <https://enil.eu/disability-and-social-protection/>
 18. Disabled World: Disability News and Information. <https://www.disabled-world.com/>
 19. Disability. <https://www.who.int/health-topics/disability>
 20. Disability. <https://www.moh.gov.sa/en/awarenessplatform/VariousTopics/Documents/Disability.pdf>
 21. Disability Identity Development Theory (weebly.com)
 22. Disability Statistics: Information, Charts, Graphs and Tables (www-disabled-world-com.)

23. Disability Issues for Social Workers and Human Services Professionals in the Twenty-First Century (researchgate.net)
24. Emily E. Clarke, BSW and Megan R. Westmor Social Work with Persons with Disabilities. <https://uta.pressbooks.pub/introtosocial-work/chapter/social-work-with-persons-with-disabilities/>
25. FACT SHEET: The world's nearly 240 million children living with disabilities are being denied basic rights – UNICEF <https://www.unicef.org/press-releases/fact-sheet-worlds-nearly-240-million-children-living-disabilities-are-being-denied>
26. Global report on health equity for persons with disabilities. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240063600>
27. Goodley D., Runswick-Cole K. The violence of disablism - Goodley - 2011 - Sociology of Health & Illness - Wiley Online Library <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1467-9566.2010.01302.x>
28. Current situation. <https://www.un.org/esa/socdev/enable/-diswpa04.htm>
29. Houtenville, A. and Boege, S. 2019 Annual Report on People with Disabilities in America: <https://eric.ed.gov/?id=ED605685>
30. Lindberg J, Kreuter M, Taft C, Person LO. Patient participation in care and rehabilitation from the perspective of patients with spinal cord injury. *Spinal Cord*. 2013 Nov;51(11):834-7.
31. Mental disorders (who.int)
32. National Center on Birth Defects and Developmental Disabilities. <https://www.cdc.gov/ncbddd/index.html>
33. Opinions on discrimination of people with disabilities | Statista
34. Patient participation in care and rehabilitation from the perspective of patients with spinal cord injury. https://www.researchgate.net/publication/256377428_Patient_participation_in_care_and_rehabilitation_from_the_perspective_of_patients_with_spinal_cord_injury
35. Physical Disability: Types & Causes - Leaf Complex Care (leafcare.co.uk)
36. Principles of Rehabilitation - Physiopedia (physio-pedia.com)

37. publicatie-online.nl/uploaded/flipbook/137769-Emma-Op-den-Kamp/179/
38. Share of employment of persons with a disability U.S. by industry 2023 | Statista
39. Schriener K. Disability and Institutional Change A Human Variation Perspective on Overcoming Oppression file:///C:/Documents%20and%20Settings/Andrew%20Croot/Desktop/journals/-proed13.html.htm (worksupport.com)
40. Social Model Of Disability. <https://afdo.org.au/social-model-of-disability/>
41. Stephen Gilson and Elizabeth DePoy: An expansive vision of mobility | UMaine Alumni Association <https://www.umaine-alumni.com/science-technology/stephen-gilson-and-elizabeth-depoy-an-expansive-vision-of-mobility/>
42. The 3 Most Common Physical Disabilities | John Foy & Associates
43. The biggest barrier for people with disability is how society disables them | EPIC Assist (epicassist-org.translate.google.com)
44. What is Intellectual Disability? (specialolympics.org)
45. What The Importance of Community Integration for People with Disabilities. Community Integration for People with Disabilities | UDS Wheelchair Service Provision Open Online Courses Evaluation Report.
46. What are models of disability- Inclusive Participation Toolbox (participation-cbm-org.)
47. World Health Organization, International classification of functioning, disability and health. Geneva:2001, WHO. p. 214.
48. WSP_Open_Online_Course_Final_Report_2018.pdf
49. 80 процентов людей с инвалидностью живут в развивающихся странах <https://www.un.org/ru/206691>
50. Аверина Е.А. Социология социальной сферы <https://cyberleninka.ru/article/n/integratsiya-invalidov-v-obschestvo-teoreticheskoe-osmyslenie-problemy/viewer>
51. Аверина Е.А. Интеграция инвалидов в общество: теоретическое осмысление проблемы. <https://cyberleninka.ru/article/n/integrat>

siya-invalidov-v-obschestvo-teoreticheskoe-osmyslenie-prob-
lemy/viewer

52. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина: учебник. – М.: Медицина, 1999. – 304 с
53. Интеграция инвалидов в обществе. <http://surl.li/egftdq>
54. Лечебная физическая культура: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений/С.Н. Попов, Н.М. Валеев, Т.С. Гарасева и др.; под ред. С.Н. Попова. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 416 с.
55. Калашникова И., Тринадцатко Ф. Эволюция моделей инвалидности. <http://surl.li/hfxgsa>
56. Почему людей с инвалидностью становится все больше. <https://plus-one.ru/society/2022/12/02/pochemu-lyudey-s-invalidnostyu-stanovitsya-vse-bolshe>
57. Смирнова Е. Р. Семья нетипичного ребенка. Саратов, <https://www.journal-socjournal.ru/index.php/socjour/article/view/353/326>
58. Социальные ограничения инвалидов (studfile.net)
59. Социальная реабилитация – виды и проблемы (nadpo.ru)
60. Ярская-Смирнова Е., Большаков Н. Модели понимания инвалидности | Музей «Гараж» (garagemca.org)
61. Ярская-Смирнова Е.Р., Наберушкина Э.К. Социальная работа с инвалидами. Учеб. пособие. Издание 2-е, переработанное и дополненное. Санкт-Петербург: Изд-во «Питер», 2004. – 316 с.

ԳԼՈՒԽ 3. ՍՊՈՐՏԱՅԻՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ՄԵԶ ՆԵՐԳՐԱՎՎԱԾ ՄԱՐԴԿԱՆՑ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆԱՑՈՒՄԸ

3.1. Սպորտը՝ որպես սոցիալական երևույթ. ժամանակակից սպորտի գործառույթներ

«Սպորտ» բառը ունի հարուստ պատմություն և ժամանակի ընթացքում ենթարկվել է բովանդակային էական փոփոխությունների:

«Սպորտ» բառը առաջացել է հին ֆրանսիական «desport» բառից, ինչը նշանակում է՝ զվարճություն կամ հանգիստ: Այս եզրույթը իր հերթին սկիզբ է առել լատինական «deportare» բառից, ինչը նշանակում է զվարճացնել կամ գրավել: Անգլերենում «sport» բառը ի հայտ է եկել 14-րդ դարում՝ ի սկզբանե նշանակելով ֆիզիկական ակտիվության կամ ցանկացած զվարճանքի ձև, որը հաճույք է պատճառում և շեղում աշխատանքից կամ առօրյայից: Միջնադարյան Անգլիայում և Ֆրանսիայում այդ բառը կարող էր օգտագործվել որսորդությունը, ձկնորսությունը, խաղերը և հանգստի ժամանցի այլ ձևերը նկարագրելու համար:

Ժամանակի ընթացքում «սպորտ» բառի իմաստը սկսեց նեղանալ և մասնագիտանալ: 16-րդ դարում այն կիրառվում էր որպես ֆիզիկական պարապմունքները նշելու միջոց, որոնք պահանջում էին ուժ, ճարակություն և մրցակցային ոգի: Այդ ժամանակ սպորտը զուգորդվում էր նաև կազմակերպված մրցումների հետ, որոնք ներառում էին այնպիսի ձևեր, ինչպիսին են ըմբշամարտը, ձեռնամարտը և վազքը:

19-րդ դարում «սպորտ» բառը ընդունեց իր ժամանակակից իմաստը: Այն կապված էր կազմակերպված մրցումների հետ, որոնք անց էին կացվում հաստատված կանոններով և հաճախ

հանդիսատեսի ներկայությամբ: «Սպորտ» բառի այդ իմաստը դարձավ գերիշխող և տարածվեց ողջ աշխարհում՝ հատկապես այնպիսի միջազգային սպորտային իրադարձությունների ընթացքում, ինչպիսիք են Օլիմպիական խաղերը: Սպորտն այսօր դարձել է մշակույթի և հասարակության կարևոր բաղկացուցիչ, առողջ ապրելակերպի, կարգապահության, ինքնադրսևորման, ինչպես նաև սոցիալական ինտեգրման խորհրդանիշ:

Ժամանակից սպորտը ներառում է իր մեջ այնպիսի հայեցակետեր, ինչպիսին են պրոֆեսիոնալ սպորտային լիգաները, միջազգային մրցումները, զանգվածային սպորտը, ֆիտնեսի տարբեր ձևերը և, նույնիսկ, կիբեռ սպորտը: Վերջինս վկայում է այս բառի իմաստի ընդլայնման մասին՝ կապված ժամանակակից տեխնոլոգիական առաջընթացի հետ:

Սպորտի ծագումը իր արմատներով գնում է դեպի հին ժամանակներ, երբ ֆիզիկական ակտիվությունը և մրցումները հասարակական կյանքում սկսեցին խաղալ կարևոր դեր: Սպորտի առաջացման հիմնական պատճառները կարելի է հայտնաբերել տարբեր մշակույթների և սոցիալական տեսակետների ուսումնասիրմամբ՝ սկսած հնագույն քաղաքակրթություններից, որտեղ այն կիրառվում էր տարբեր նպատակներով.

1. կրոնական և ծիսական նպատակներ,
2. ռազմական պատրաստություն,
3. սոցիալական ինտեգրում և մրցակցություն:

Կրոնական և ծիսական նպատակներ: Բազմաթիվ հին հասարակություններում սպորտը ի սկզբանե կրում էր կրոնական կամ ծիսական բնույթ: Սպորտի հնագույն ակունքները, որոնք կապված են ծիսակատարությունների և կրոնական այլ միջոցառումների հետ, հայտնաբերվում են տարբեր մշակույթներում և քաղաքակրթություններում: Հին Միջագետքում սպորտային

մրցումները հաճախ կազմում էին կրոնական տոների մաս, որոնք նվիրված էին հին աստվածներին: Օրինակ՝ վազքը և ըմբշամարտը անց էին կացվում տաճարների տոների ընթացքում: Այդ միջոցառումները խորհրդանշում էին բարու և չարի պայքարը ու ծառայում էին որպես աստվածներին շնորհակալության դրսևորում:

Հին Եգիպտոսում այնպիսի ֆիզիկական վարժություններ, ինչպիսին էին ըմբշամարտը և ցատկերը, նույնպես ունեին կրոնական նշանակություն: Դրանք կարող էին անցկացվել ի պատիվ փարավոնների, որոնք համարվում էին կիսաստվածներ, կամ կարող էին կազմակերպվել թաղման արարողությունների շրջանակում, որոնք խորհրդանշում էին անցում անդրշիրիմյան կյանքին:

Օլիմպիական խաղերը Հին Հունաստանում, որոնք սկսեցին անցկացվել Ք.ծ.ա. 776 թվականին, ի սկզբանե ունեին վառ արտահայտված կրոնական բնույթ: Խաղերը անցկացվում էին հունական աստված Զևսի պատվին: Վազքի, ըմբշամարտի և սկավառակի նետման մրցումները ուղղված էին հարգելու և պատվելու աստվածներին, ամրապնդելու կապը մարդկանց և աստվածայինի միջև:

Կենտրոնական Ամերիկայի քաղաքակրթություններում, ինչպիսին էին մայան և ացտեկները, գոյություն ունեին ծիսական սպորտային խաղեր, ինչպիսիք են խաղազնդակով մեզոամերիկյան խաղը: Այն ուներ ոչ միայն զվարճանքի, այլ նաև խորը կրոնական նշանակություն և խորհրդանշում էր պայքարը լույսի ու խավար ուժերի, կյանքի և մահվան միջև: Պարտված թիմը երբեմն զոհաբերվում էր աստվածներին, ինչը ընդգծում էր այդ ծիսակատարությունների կարևորությունը:

Ռազմական պատրաստություն: Հնագույն մշակույթներում սպորտի առաջացման առանցքային պատճառներից մեկը ռազմական պատրաստությունն էր, քանի որ ֆիզիկական ուժը, ճկունությունը և դիմացկունությունը անհրաժեշտ էին ռազմական գործողությունները հաջող վարելու համար: Սպորտային պարամունքները հաճախ նպատակ ունեին նախապատրաստվելու պատերազմին: Հին Հունաստանում սպորտը և ռազմական արվեստը սերտորեն փոխկապակցված էին: Օրինակ՝ պենտատլոնը (հնգամարտը) իր մեջ ներառում էր այնպիսի ձևեր, ինչպիսին էին՝ վազքը, ցատկերը, սկավառակի, նիզակի նետումը և ըմբշամարտը: Այդ մրցումները զարգացնում էին այնպիսի կարևոր հմտություններ, որոնք անհրաժեշտ էին պատերազմները հաջող վարելու համար և միաժամանակ կիրառվում էին զինվորներին մարզելու նպատակով: Նիզակի և սկավառակի նետումը զարգացնում էր ճշգրտությունը, իսկ ըմբշամարտն ու վազքը ուղղված էին ուժի և դիմացկունության մշակմանը:

Սպարտա պետությունը բավականին հայտնի էր իր ռազմական պատրաստության համակարգով, որը սկսվում էր վաղ մանկությունից: Պատանի և երիտասարդ սպարտացիների համար գոյություն ուներ էր հատուկ դաստիարակության համակարգ, որտեղ սպորտը խաղում էր կարևոր դեր զինվորական հմտությունների և ֆիզիկական հատկությունների ձևավորման գործում: Վազքը, ըմբշամարտը, ցատկերը և այլ վարժությունները կազմում էին ամենօրյա ուսուցման ու մարզման կարևորագույն մաս և ուղղված էին ֆիզիկական պատրաստվածության և մտավոր գործունեության բարձրացմանը:

Հին Հռոմում սպորտը նույնպես կապված էր ռազմական պատրաստության հետ. գլադիատորական մարտերը ոչ միայն զվարճանքի ձև էին, այլ նաև ուղղված էին մարզելու ապագա

զինվորներին: Գլադիատորները կատարելագործում էին իրենց զինվորական հմտությունները՝ մրցելով մենամարտերի տարբեր ձևերում, ինչը թույլ էր տալիս բարձր պահելու իրենց ֆիզիկական մարզավիճակը և մարտնչելու պատրաստվածությունը:

Հռոմեական զինվորները մարզվում էին տարբեր մարզաձևերում՝ վազք, ցատկեր, նիզակի նետում և ըմբշամարտ, ինչը թույլ էր տալիս նրանց լավ պատրաստվելու պատերազմին:

Հին մշակույթներում, ինչպիսին Հին Չինաստանն էր, զինվորական մարզումները նույնպես ընդգրկում էին սպորտի տարրեր: Ավանդական չինական զինվորական արվեստը՝ կունֆուն, կիրառվում էր որպես զինվորների պատրաստության միջոց, որում զուգակցվում էին ֆիզիկական վարժությունները նաև հոգևոր զարգացման հետ:

Միջնադարյան Եվրոպայում ասպետական մրցաշարերը, որոնք ընդգրկում էին այնպիսի մրցաձևեր, ինչպիսին ջոստինգն էր (նիզակներով մրցումներ), ոչ միայն զվարճանքի միջոց էին, այլ նաև օգնում էին մարզելու ասպետներին՝ նպաստելով նրանց մարտական հմտությունների կատարելագործմանը և ֆիզիկական դիմացկունության բարձրացմանը:

Սոցիալական ինտեգրում և մրցումներ: Աշխարհի տարբեր մշակույթներում սպորտը զարգանում էր որպես սոցիալական ինտեգրման, կոլեկտիվ ոգու ամրապնդման, ցեղի և հասարակության ուժի ցուցադրման սոցիալական միջոց: Հին Հունաստանում սպորտը կիրառվում էր ոչ միայն որպես ֆիզիկական պատրաստության միջոց, այլ նաև որպես կարևոր սոցիալական ինստիտուտ: Սոցիալական ինտեգրումը և մրցումները կարևոր դեր էին խաղում սպորտի ծագման գործում, քանի որ մրցումները նպաստում էին համայնքային կապերի ամրապնդմանը, ուժի, ճարպկության և տարբեր հմտությունների ցուցադրմանը, ինչպես նաև

տարբեր մշակույթներում սոցիալական կարգ ու կանոնի պահպանմանը:

Օլիմպիական խաղերը նպաստում էին հույների միավորմանը, ծառայում որպես հունական քաղաքների ինտեգրման կարևոր միջոց: Խաղերի ժամանակ քաղաք-պետությունների միջև սահմանվում էր սուրբ խաղաղություն, որը թույլ էր տալիս մասնակիցներին և հանդիսատեսին անվտանգ հավաքվել ու մրցակցել: Դա նպաստում էր ընդհանուր հունական մշակութային տարածքի ձևավորմանը, ինչպես նաև նույնականացման ամրապնդմանը:

Բացի Օլիմպիական խաղերից՝ Հին Հունաստանում անցկացվում էին Բիֆիական, Նեմեական և Իստմիական խաղեր, որոնք նույնպես նպաստում էին սոցիալական միավորմանը և քաղաքների միջև մրցակցությանը: Մրցումները թույլ էին տալիս դրսևորելու քաջություն, պատիվ, ինչպես նաև ամրապնդում էին կապերը տարբեր սոցիալական խմբերի միջև: Հին Հռոմում գլադիատորական մարտերը և այլ զանգվածային հանդիպումները կարևոր դեր էին խաղում մարդկանց սոցիալական ինտեգրման գործում:

Հրապարակներում, որտեղ անց էին կացվում մեծ մրցումները, հավաքում էին հազարավոր մարդիկ՝ ստրուկներից մինչև կայսրեր: Այդ միջոցառումները ամրապնդում էին համայնական զգացողությունը և պետության նկատմամբ հավատարմությունը, իսկ տեսարժան զվարճանքները ծառայում էին որպես բնակչության հսկողության ձևերից մեկը:

Շքերթները, ի պատիվ հաղթանակած հռոմեական հրամանատարների, նույնպես պարունակում էին սպորտի այնպիսի տարրեր, ինչպիսին են մարտակառքերի մրցարշավները և աթլետիկական մրցումները՝ նպաստելով հասարակության միավորմանը Հռոմի հաղթանակների և նվաճումների շուրջ:

Հին Արևելքում, մասնավորապես Հնդկաստանում և Պարսկաստանում, մրցումները նույնպես ծառայում էին սոցիալական նպատակներին: Այսպես՝ մարտերը փղերով և ձիերով ոչ միայն զվարճանքի միջոց էին, այլ նաև զինվորական վերնախավին և բարձր դասի մարդկանց հասարակությանը ինտեգրվելու կարևոր ձև: Նման միջոցառումները մարդկանց միավորում էին առաջատարների շուրջ և ամրապնդում սոցիալական կապերը:

Հնդկական ավանդական ըմբշամարտի «կուշտի» ձևը նույնպես ծառայում էր որպես սոցիալական ինտեգրման կարևոր ձև: Ըմբիշները տոնախմբության ժամանակ հավաքվում էին տոնավաճառներում, որտեղ մրցումները նպաստում էին համայնքի միավորմանը և ուժի ներկայացմանը:

Լատինական Ամերիկայի առումով կարելի է նշել, որ ացտեկների և մայայի մշակույթներում գնդակով խաղերը ունեին ոչ միայն ծիսական նշանակություն, այլև ծառայում էին որպես մարդու՝ հասարակության մեջ ինտեգրվելու կարևոր ձև: Խաղերը անցկացվում էին հատուկ վայրերում, որոնք կարևոր սոցիալական և կրոնական կենտրոններ էին: Մասնակցությունը խաղերին և հենց բուն ներկայացումը միավորում էին հասարակության տարբեր շերտեր՝ նպաստելով սոցիալական կարգ ու կանոնի և հասարակական կապերի պահպանմանը:

Ժամանակակից սպորտի զարգացման ակունքները

Սպորտի զարգացումը 19-րդ դարում տեղի էր ունենում սոցիալական, տնտեսական, մշակութային զգալի փոփոխությունների ֆոնին: Այդ շրջանը նշանավորվեց սպորտի տեղափոխմամբ էլիտար զվարճանքների ոլորտից դեպի զանգվածային սոցիալականի, որը հասանելի էր հասարակության լայն շրջանակներին:

Ժամանակակից սպորտի վերածնունդը կապված է Անգլիայի հետ, որը առանցքային դեր է խաղացել ողջ աշխարհում ժամանակակից սպորտային ավանդույթների ձևավորմանը և նրանց տարածմանը:

19-րդ դարում Անգլիայում տեղի էին ունենում էական սոցիալական և մշակութային փոփոխությունների շարք, ինչպիսին են ինդուստրիալացումը, ուրբանիզացիան և բնակչության միջին դասի աճը: Անգլիայի դպրոցները և համալսարանները սկսեցին կազմակերպել մարզակումբներ և սպորտային մրցումներ: Այդ ուսումնական հաստատությունները կենտրոնական դեր էին խաղում մրցումների կանոնների և ստանդարտների ձևավորման գործում: Օրինակ ռեգբին և ֆուտբոլը ինտեգրվեցին կրթական հաստատություններ՝ որպես մարզաձևեր:

Անգլիական գաղութային ազդեցության ընդարձակումը, ինչպես նաև առևտուրը նպաստեցին սպորտի տարածմանը և զարգացմանը նաև այլ աշխարհամասերում:

Անգլիական նավաստիները, զինվորները, դիվանագետները և գաղութաբնակները ներմուծեցին տարբեր մարզախաղեր և ավանդույթներ այլ տարածաշրջաններ՝ Հնդկաստան, Ավստրալիա, Հարավային Աֆրիկա և Ամերիկա: Դրա շնորհիվ՝ անգլիական այնպիսի մարզաձևեր, ինչպիսիք են ֆուտբոլը, կրիկետը, թենիսը և ռեգբին, միջազգային ասպարեզում ստացան լայն տարածում: Անգլիան համարվում է նաև այլ մարզաձևերի հայրենիք, որոնք հետագայում միջազգային ճանաչում և տարածում ստացան: Դրանց շարքում են ռեգբին, գոլֆը, բոնցքամարտը, խոտի հոկեյը, սնուկերը, դարթսը:

Ներկայացնենք հիմնական պատճառները և առավել կարևոր սոցիալական երևույթները, որոնք նպաստեցին սպորտի զարգացմանը՝ որպես սոցիալական երևույթ.

1. Ինդուստրիացում և ուրբանիզացիա: Ինդուստրիալացումը, որը սկսվեց Եվրոպայում և Հյուսիսային Ամերիկայում 18-րդ դարի վերջում ու շարունակվեց նաև 19-րդ դարում, մեծ ազդեցություն ունեցավ սպորտի զարգացման վրա: Այդ գործընթացը արմատականորեն փոխեց պետությունների սոցիալական կառուցվածքը, տնտեսությունը և առօրյա կյանքը, ինչը նպաստեց սպորտի էության փոփոխությանը և նրա հանրաճանաչությանը: Ինդուստրիալացումը հանգեցրեց գործարաններում աշխատաժամանակի ավելացմանը: Բանվորները միաժամանակ ունեցան հանգստյան օրեր և կրճատված աշխատանքային ժամեր, ինչը թույլ տվեց նրանց անցկացնել ակտիվ ժամանց և պարապել սպորտով:

Կանոնավոր հանգստյան և տոնական օրերի առաջացման հետևանքով մարդիկ սկսեցին աշխատանքից դուրս փնտրել ժամանակի անցկացման նոր ձևեր, ինչը նպաստում էր սպորտային միջոցառումների նկատմամբ հետաքրքրությունների բարձրացմանը:

Ուրբանիզացիան (քաղաքների բնակչության արագ աճ, որի պատճառն էր գյուղական վայրերից ազգաբնակչության տեղափոխումը քաղաք՝ ավելի լավ աշխատանքի կամ կյանքի ավելի լավ պայմանների որոնման նպատակով) հանգեցրեց ազգաբնակչության կենտրոնացմանը քաղաքներում, որտեղ սկսեցին ձևավորվել մարզակումբներ, կառուցվել մարզադաշտեր, մարզահրապարակներ, դահլիճներ և այլ մարզաշինություններ՝ տարբեր մարզաձևերով պարապելու համար:

Անգլիայում սկսեցին ձևավորվել ֆուտբոլային ակումբները, որոնք բանվորների շրջանում շատ արագ հանրաճանաչություն վայելեցին: Ճարտարապետները իրենց նախագծերի մեջ արդեն ներառում էին հասարակական զբոսայգիներ և մարզական հրա-

պարակներ, ինչը սպորտային պարապմունքները դարձրեց ավելի մատչելի հասարակության լայն շրջանակների համար:

2. Տրանսպորտային ենթակառուցվածքների զարգացում:

19-րդ դարում տրանսպորտային ենթակառուցվածքների զարգացումը էական ազդեցություն ունեցավ սպորտի զարգացման վրա՝ նպաստելով նրա զանգվածայնացմանը և կազմակերպմանը նոր մակարդակներում: Տրանսպորտային նորարարությունները կարևոր դեր խաղացին սպորտային մրցումների տարածման և պրոֆեսիոնալ լիգաների զարգացման գործում:

Երկաթուղային ճանապարհների շինարարությունը և տրանսպորտի այլ ձևերի զարգացումը, մասնավորապես՝ նավերի, կարևոր դեր խաղացին սպորտի զանգվածայնացման գործում: Այսպես՝ ժամանակակից առաջին Օլիմպիական խաղերը, որոնք անցկացվեցին Աթենքում 1896 թ-ին, հնարավոր եղավ կազմակերպել միջազգային տրանսպորտային կապերի շնորհիվ, ինչը թույլ տվեց տարբեր երկրների մարզիկներին հավաքվել մեկ քաղաքում:

19-րդ և 20-րդ դարերում երկաթուղային, ավտոմոբիլային ճանապարհների և ավիափոխադրումների զարգացման հետ մեկտեղ հնարավոր եղավ ավելի հեշտ կազմակերպել մարզային և ազգային մրցումներն ու տարբեր միջոցառումները, էականորեն բարձրացնել ազգաբնակչության շարժունությունը: Մարդիկ հնարավորություն ստացան այցելելու սպորտային միջոցառումներ, որոնք անցկացվում էին այլ քաղաքներում և երկրներում: Դա մեծացրեց սպորտային մրցումների լսարանը՝ նպաստելով նրանց զանգվածայնացմանը և առևտրայնացմանը:

3. Կրթության ազդեցությունը: Մեծ Բրիտանիայում և այլ երկրներում սպորտը 19-րդ դարում սկսեց ինտեգրվել կրթական ծրագրերում: Սպորտային պարապմունքները սկսեցին կարևոր

դեր խաղալ երիտասարդության դաստիարակության գործում և նպաստել ֆիզիկական ու բարոյական հատկությունների ձևավորմանը: Բրիտանական այնպիսի հանրաճանաչ էլիտար դպրոցներում, ինչպիսին էին Իտոնը, Խառռոուն և Ռադլին, սպորտը կրթական ծրագրերում խաղում էր առանցքային դեր: Այդ դպրոցները իրենց ուսումնական գործընթացում ներդրեցին ֆուտբոլը, ռեգբին և կրիկետը ոչ միայն ֆիզիկական զարգացման, այլ նաև թիմային ոգու դաստիարակության, առաջատարի հատկությունների և կարգապահության զարգացման համար:

Օքսֆորդի և Քեմբրիջի համալսարաններում ստեղծվեցին մարզակումբներ, որոնք հիմք հանդիսացան կազմակերպված սպորտային մրցումների և մրցաշարերի զարգացման համար: Մասնավորապես, Քեմբրիջի և Օքսֆորդի համալսարանները սկսեցին անցկացնել ավանդական մրցումներ ռեգբի մարզաձևով և հանրաճանաչ թիավարություն Թեմզա գետի վրա, որոնք շարունակվում են մինչ օրս: Սպորտային կրթության կարևոր բաղադրիչներ դարձան դպրոցական և համալսարանական մրցումները, որոնք զանգվածային բնույթ ստացան 19-րդ դարում: Այդ մրցումները ներգրավում էին հասարակության լայն շրջանակներ և նպաստում էին սպորտի նկատմամբ հետաքրքրության բարձրացմանը: Արդյունքում, բազմաթիվ մարզաձևեր դարձան զանգվածային ոչ միայն կրթական հաստատություններում, այլ նաև ազգաբնակչության լայն շրջանակներում:

4. Սպորտի պրոֆեսիոնալացումը: 19-րդ դարում սպորտը դարձավ մասնագիտություն: Սպորտի պրոֆեսիոնալացումը նույնպես խթանում էր սպորտային կազմակերպությունների և միությունների ստեղծմանն ու զարգացմանը, որոնք զբաղվում էին մրցումների կանոնավոր անցկացման և մարզիկների շահերի պաշտպանությամբ:

1888 թ-ին Մեծ Բրիտանիայում ստեղծվեց ֆուտբոլային լիգան, որը դարձավ առաջին պրոֆեսիոնալ լիգան աշխարհում: Այդ իրադարձությունները առանցքային կարևոր պահ էին ֆուտբոլի պրոֆեսիոնալիզացման գործում՝ նպաստելով կանոնավոր մրցումների համակարգի ձևավորմանը և մարզական միջոցառումների անցկացմանը, որը թույլ տվեց ակումբներին մրցակցելու պրոֆեսիոնալ մակարդակով: Այդ գործընթացը անդրադարձավ նաև այնպիսի մարզաձևերի վրա, ինչպիսին են կրիկետը և ռեգբին:

Դրա հետ մեկտեղ պրոֆեսիոնալացումը նպաստեց ֆինանսական ներդրումների ավելացմանը դեպի սպորտի ոլորտ: Տոմսերի վաճառքից, գովազդից և հովանավորների պայմանագրերից ակումբները սկսեցին վաստակել գումարներ, որոնք իրենց թույլ տվեց ֆինանսական ներդրումներ իրականացնել սպորտային ենթակառուցվածքների զարգացման և մրցումների մակարդակի բարձրացման գործում: Դրա հետ մեկտեղ՝ սպորտի պրոֆեսիոնալացումը բազմաթիվ մարզիկների համար ձևավորեց կարիերայի նոր ճանապարհ: Նրանք սկսեցին հոնորարներ ստանալ ելույթների համար, և դա իրենց թույլ տվեց կենտրոնանալ սպորտի վրա՝ որպես հիմնական մասնագիտության: Դա նպաստեց նաև տաղանդավոր մարզիկների ներգրավմանը և մրցակցության մակարդակի բարձրացմանը, իսկ, ընդհանուր առմամբ, ազդեց տարբեր մարզաձևերի զանգվածայնացման և զարգացման վրա:

5. Զանգվածային լրատվական միջոցներ: Մինչ զանգվածային լրատվական միջոցների զարգացումը՝ սպորտային միջոցառումները սահմանափակ էին այն հանդիսատեսներով, որոնք կարող էին ֆիզիկապես ներկա գտնվել մրցումների անցկացման վայրում: Տպագրական տեղեկատվության զանգվածային միջոց-

ների ի հայտ գալը, ինչպիսիք էին՝ թերթերը, ամսագրերը, թույլ տվեց տարածել սպորտային միջոցառումների վերաբերյալ տեղեկատվությունը հանդիսատեսների լայն շրջանում՝ նպաստելով սպորտի ձևավորմանը՝ որպես գլոբալ երևույթ:

Այսօր ժամանակակից տեխնոլոգիաները (համացանց, սոցիալական ցանցեր, բջջային կապ) ավելի արագացրեցին այդ գործընթացը՝ ձևավորելով սպորտը որպես զանգվածային զվարճանքի, հանգստի ամենատարածված ձևերից մեկը:

Մարզակումբները սկսեցին ակտիվ օգտագործել գովազդը և մարքեթինգը՝ սեփական թիմերը և միջոցառումները գովազդելու համար, ինչը նպաստեց մրցումների հաճախաելիության բարձրացմանը և սպորտային միջոցառումների վերաբերյալ տեղեկատվության տարածմանը:

Հետագայում ռադիոն և հեռուստատեսությունը հնարավորություն ստեղծեցին ուղիղ հեռարձակելու սպորտային մրցումները, ինչը էականորեն ընդլայնեց սպորտի սիրահարների լսարանը:

Հավելենք, որ սպորտային մրցումների մասին առաջին ռադիոռեպորտաժը, որում լուսաբանվում էր բռնցքամարտը, անց է կացվել Միացյալ Նահանգներում 1921 թվականին և ներգրավել է միլիոնավոր լսողներ, ձևավորել սպորտային միջոցառումների լուսաբանման նոր ստանդարտներ:

6. Օլիմպիական խաղերի վերածնունդը: Սպորտի զարգացման կարևորագույն երևույթներից մեկը 1896 թ-ին միջազգային մակարդակում Պիեռ դը Կուբերտենի նախաձեռնությամբ ժամանակակից Օլիմպիական խաղերի վերածնունդն էր, որը դարձավ միջազգային սպորտային շարժման խորհրդանիշ: Նման խոշորագույն մրցումների անցկացումը նպաստեց բազմաթիվ երկրներում տարբեր մարզաձևերի նկատմամբ հե-

տաքրքրության բարձրացմանը և միաժամանակ ազդեց մրցումների մասնակիցների, ինչպես նաև հանդիսատեսների թվի ավելացման վրա:

Օլիմպիական խաղերը առաջին խոշոր միջազգային սպորտային իրադարձություն էր, որը միավորեցին տարբեր երկրների մարզիկներին: Վերջինս նպաստեց միջազգային համագործակցության ամրապնդմանը, մշակութային և սպորտային հաջողությունների փոխանակմանը: Այդ մրցումները արագացրեցին ազգային և միջազգային ֆեդերացիաների ստեղծումը, որոնք սկսեցին սահմանել և պահպանել ստանդարտներ տարբեր մարզաձևերի համար:

Օլիմպիական խաղերի կազմակերպումը նպաստեց նաև նոր մարզական օբյեկտների շինարարությանը՝ մարզադաշտեր, լողավազաններ և այլ մարզական շինություններ, նպաստեց նաև նրանց արդիականացմանը ոչ միայն այն երկրներում, որոնք անց էին կացնում Օլիմպիական խաղերը, այլ նաև այն երկրներում, որոնք պատրաստվում էին մասնակցել այդ հեղինակավոր մարզական միջոցառմանը:

Դրա հետ մեկտեղ՝ մասնակցությունը Օլիմպիական խաղերին և նամանավանդ հաջող ելույթները նպաստում էին ազգային հպարտության ամրապնդմանը, սպորտի նկատմամբ ազգաբնակչության հետաքրքրության բարձրացմանը:

Սպորտի սոցիալական գործառույթները

Հայտնի է, որ սպորտը բուն մրցակցային գործունեություն է, դրան հատուկ պատրաստության գործընթաց, ինչպես նաև յուրահատուկ հարաբերությունների շրջանակ, որը առաջանում է այդ գործունեության ընթացքում:

Սպորտի բազմավեկտորային ուղղվածությունը և կարևորությունը՝ որպես ժամանակակից հասարակական կյանքի կառուցվածքի մի մաս, պայմանավորում է նրա գործառույթների բազմազանությունը: Դրանք չեն սահմանափակվում միայն զուտ մրցակցական նպատակների նվաճմամբ:

Սպորտը կատարում է բազմաթիվ սոցիալական գործառույթներ, որոնք տարափոխվում են նույնականացման և սոցիալական փոխգործողության ձևավորումից մինչև կարգապահության դաստիարակում և սոցիալական հսկողության իրականացում:

1. Նույնականացման և պատկանելության ձևավորում. սպորտի միջոցով տեղի ունեցող սոցիալական նույնականացման և պատկանելության ձևավորումը կարևոր սոցիալական գործառույթ է, որը նպաստում է անհատի և հասարակության միջև կապերի ստեղծմանը և ամրապնդմանը: Մասնավորապես ձևավորվում է.

Անհատական նույնականացում. սպորտը հնարավորություն է տալիս անհատին զարգացնելու սեփական ինքնագնահատականը և ինքնորոշումը՝ սպորտային միջոցառումներին մասնակցելու և անհատական նվաճումների ձեռքբերման ճանապարհով: Հաջողությունները մարզական ասպարեզում կարող են կարևոր մաս դառնալ անձնային նույնականացմանը, ինչը կնպաստի ինքնահարգանքի և ինքնավստայության բարձրացմանը: Օրինակ՝ հաջողակ մարզիկները հաճախ նույնականացվում են իրենց սեփական նվաճումների, ռեկորդների և մեդալների միջոցով:

Սոցիալական նույնականացում. սպորտը հնարավորություն է ստեղծում սպորտային խմբերին և թիմերին՝ պատկանելության ճանապարհով սոցիալական նույնականացման ձևավորման և ամրապնդման համար: Մասնակցությունը մրցումներին և մարզումներին սեփական ակումբներում կամ թիմերում թույլ է տալիս

մարդկանց զգալ իրենց որպես կոլեկտիվի մի մաս, ինչը ուժեղացնում է պատկանելության զգացողությունը: Դա առավել կարևոր է թիմային մարզաձևերում, որտեղ ընդհանուր ջանքերը և նվաճումները ամրապնդում են թիմային նույնականացումը:

Ազգային նույնականացում. սպորտը կարող է նպաստել մշակութային և ազգային նույնականացմանը: Մարզական միջոցառումները, ինչպիսիք են Օլիմպիական խաղերը կամ Աշխարհի առաջնությունները, կարող են դառնալ հարթակ մշակութային և ազգային առանձնահատկությունների դրսևորման համար: Դա ամրապնդում է ազգին կամ մշակույթին պատկանելության որոշակի զգացողությունը:

2. Սոցիալական փոխգործողություն և ինտեգրում. սպորտը կարևոր դեր է խաղում փոխգործողության և ինտեգրման մեջ՝ նպաստելով մարդկանց միջև սոցիալական կապերի ձևավորմանը և ամրապնդմանը, ինչպես նաև հասարակության մեջ տարբեր սոցիալական մշակութային և էթնիկական խմբերի ինտեգրմանը: Սպորտի այդ գործառույթները առավել կարևոր են ժամանակակից բազմամշակութային և բազմազգային հասարակություններում:

Սոցիալական կապեր. սպորտը նպաստում է մարդկանց միջև սոցիալական կապերի և փոխգործողության ձևավորմանը: Մասնակցությունը սպորտային մարզումներին և մրցումներին նպաստում է մասնակիցների միջև հաղորդակցմանը և փոխգործողությանը, սովորեցնում է վստահել մյուսներին, գնահատել մտքերի և կարողությունների բազմազանությունը: Դա նպաստում է խմբի, թիմի ներսում և դրանից դուրս ամուր սոցիալական կապերի ձևավորմանը, թույլ է տալիս ստեղծել ընկերական հարաբերություններ և պրոֆեսիոնալ կապեր, որոնք կարող են ունենալ երկարաժամկետ դրական արդյունքներ ինչպես անձնական, այնպես էլ հասարակական մակարդակներում:

Դրա հետ մեկտեղ մարզակումքները նաև հարթակներ են տրամադրում մարդկանց համար, որոնք ունեն ընդհանուր հետաքրքրություններ և զբաղմունքներ, ինչը նպաստում է սոցիալական ցանցերի և ընկերական կապերի ձևավորմանը: Մասնակցությունը մարզակումքների գործունեությանը հնարավորություն է տալիս մարդկանց գտնել նոր ընկերներ, փոխանակվել փորձով և կազմակերպել համատեղ միջոցառումներ, ինչը նպաստում է ընկերության ներսում սոցիալական կապերի ամրապնդմանը:

Սոցիալական ինտեգրում. սպորտը կարող է ծառայել նաև որպես սոցիալական ինտեգրման հզոր գործիք՝ նպաստելով ներառությանը և հավասարությանը: Մարզական ծրագրերը և միջոցառումները հաճախ ներառում են տարբեր հնարավորություններ ունեցող մարդկանց, որոնք տարբերվում են մշակութային և էթնիկ առանձնահատկություններով՝ թույլ տալով իրենց հաղթահարելու սոցիալական և մշակութային արգելքներ: Օրինակ՝ սահմանափակ կարողություններով մարդկանց համար նախատեսված ծրագրերը նպաստում են նրանց ինտեգրմանը հասարակություն՝ տրամադրելով հնարավորություն մասնակցելու սպորտային միջոցառումներին այլ մարդկանց հետ հավասար: Տարբեր սոցիալական խմբերի ներառումը սպորտային միջոցառումներին նպաստում է համբերատարության, փոխըմբռնման և հարգանքի զարգացմանը: Դա թույլ է տալիս կոտրելու կարծրատիպեր՝ ստեղծելով ավելի ներդաշնակ և ներառված հասարակություն:

3. Կարգապահության և էթիկայի դաստիարակություն. կանոնավոր մարզումները և մասնակցությունը մրցումներին նպաստում են կարգապահության և ինքնակարգապահության ձևավորմանը, պահանջում են համառություն: Այդ ամենը նպաստում է աշխատանքային էթիկայի դաստիարակմանը և առա-

ջադրված նպատակներին հասնելու կարողության ձևավորմանը: Մարզիկները սովորում են հետևել խիստ ռեժիմին, հսկել սեփական գործողությունները և հույզերը, ինչպես նաև կենտրոնանալ առաջադրված նպատակի նվաճման վրա:

Սպորտում մեծ ուշադրություն է դարձվում խաղի կանոնների պահպանմանը և մարզչի հրահանգներին կատարմանը: Դա ձևավորում է մարզիկների մոտ հարգանք՝ ընդունված կանոնների, նորմերի, հրահանգների նկատմամբ, ինչը կարգապահության ձևավորման կարևոր կողմերից մեկն է: Սպորտը նպաստում է նաև աշխատասիրության և համառության ձևավորմանը՝ թույլ տալով մարզիկներին, չնայած ֆիզիկական և հոգեբանական էական դժվարություններին, հաղթահարել դրանք, բարելավել տեխնիկական և ֆիզիկական պատրաստվածությունը, հասնել բարձր մարզական արդյունքների:

Սպորտը դաստիարակում է պատասխանատվություն սեփական գործողությունների համար ինչպես անհատական մարզաձևերի, այնպես էլ թիմային մարզաձևերի մակարդակներում: Մարզիկները սովորում են կատարել իրենց պարտականությունները մարզչի, թիմի և իրենց առջև, ինչը ձևավորում է պատասխանատու վարք ոչ միայն սպորտի, այլ նաև կյանքի այլ ոլորտներում: Թիմային մարզաձևերը պահանջում են մարզիկից սեփական խնդիրների և դերերի հստակ կատարում, ինչը դաստիարակում է նրանց մոտ պատասխանատվություն թիմի հաջողությունների համար:

Սպորտը զարգացնում է նաև ազնիվ խաղի սկզբունքներ, հարգանք մրցակցի հանդեպ և թիմային աշխատանքի նկատմամբ: Այդ սկզբունքները կարող են տեղափոխվել կյանքի այլ ոլորտներ, նպաստել մարզիկի մոտ սեփական վարքի նորմերի և արժեքների ձևավորմանը: Սպորտային էթիկան ներառում է ազ-

նիվ խաղի սկզբունքներ, որոնք ենթադրում են խաղի կանոնների պահպանում, հարգանք մրցակցի և մրցավարի հանդեպ, ազնվություն մրցումների ընթացքում: Այս սկզբունքները օգնում են մարզիկներին պահպանել բարոյական վարքի նորմերը և արժանապատիվ պահել ինչպես մրցասպարեզում, այնպես էլ դրանից դուրս:

Մարզիկները սովորում են հարգել այլ մասնակիցների ջանքերը և հաջողությունները, ընդունել մրցավարների որոշումները արժանապատվորեն նույնիսկ այն դեպքում, եթե նրանք համաձայն չեն այդ որոշումների հետ: Դա զարգացնում է ապրումակցման զգացողություն (անձի ընդունակությունը՝ հասկանալու այլ մարդկանց հոգեվիճակները և նրանց հույզերին հաղորդակից լինել), ինչը կարևոր է ներդաշնակ սոցիալական փոխգործողության համար: Սպորտը սովորեցնում է մարզիկին ձգտել կատարելագործման՝ միաժամանակ հարգելով մրցումների էթիկական նորմերը և կանոնները: Ձգտելով բարձր մարզական արդյունքների՝ մարզիկները պետք է խուսափեն օգտագործել այնպիսի դատապարտվող միջոցներ, ինչպիսին են խթանիչները, կամ զբաղվեն արդյունքների մանիպուլյացիայով: Դա դաստիարակում է նրանց մոտ բարոյական պատասխանատվության զգացողություն և հարգանք սպորտի՝ որպես մասնագիտության նկատմամբ:

4. Սոցիալական հսկողություն և կարգ ու կանոն. սպորտը կարող է ծառայել վարքի կանոնավորման արդյունավետ միջոց հատկապես երիտասարդների շրջանում: Սպորտային մարզումները և հատկապես մասնակցությունը մրցումներին օգնում են զսպել, ետ պահել մարդկանց հակահասարակական վարքից, նպաստում առողջ սովորույթների ձևավորմանը: Սպորտը թույլ է տալիս կարգավորել անհատների վարքը՝ նպաստելով սոցիալական նորմերի ու օրենքների պահպանմանը: Այն նպաստում է

նաև հասարակական կարգի պահպանմանը, վարքի ընդունված ստանդարտներին հետևելուն, ինչպես նաև դրական մոդելների ընդօրինակմանը:

Սպորտային մրցումները և այլ միջոցառումները կարող են բռնության և հանցագործության կանխարգելման լավ միջոց հանդիսանալ՝ առաջարկելով հաջողության հասնելու և ինքնադրսևորվելու այլընտրանքային ձևեր: Ներգրավվածությունը սպորտային մարզումներում շեղում է մարդկանց վտանգավոր և քրեածին գործունեության ձևերից՝ նվազեցնելով դրանով նրանց ներգրավումը հակահասարակական և քրեական գործողությունների մեջ:

Դա հնարավոր է, քանի որ սպորտը զբաղեցնում է մարդկանց ազատ ժամանակը, պահանջում է կարգապահություն, ֆիզիկական ու մտավոր ճիգերի ներդրում: Սպորտային մրցումները անց են կացվում խիստ հսկվող միջավայրերում, որտեղ հստակ որոշված են մրցումների կանոնները ու նորմերը, և դրանք պարտադիր են կատարման համար:

Սպորտը ձևավորում է վարքի այնպիսի մոդել, որը հեշտությամբ կարող է տեղափոխվել հասարակական կյանքի այլ կողմեր: Կանոնները, որոնք գոյություն ունեն սպորտում, նույնանման են հասարակական կանոններին ու նորմերին, իսկ սպորտային միջոցառումների մասնակցության արդյունքում մարզիկները սովորում են հետևել այդ կանոններին՝ հետագայում կիրառելով դրանք ամենօրյա կյանքի ընթացքում: Դա նպաստում է ինքնագիտակցության զարգացմանը և հասարակական կարգի նկատմամբ հարգանքի ձևավորմանը:

5. Սոցիալական փոփոխությունները և առաջընթացը. վերջին տասնամյակներում սպորտը դարձել է խտրականության դեմ պայքարի և ազգային փոքրամասնությունների իրավունքնե-

րի առաջխաղացման կարևոր հարթակ: Հաճախ այն օգտագործվում է որպես խտրականության տարբեր ձևերի դրսևորման դեմ պայքարի միջոց՝ ներառելով գենդերային, էթնիկական և սոցիալական ձևերը:

Այնպիսի միջազգային մարզական իրադարձություն, ինչպիսին Օլիմպիական խաղերն են, հաճախ նպաստում են ազգային, մշակութային, էթնիկական խոչընդոտների վերացմանը՝ միավորելով մարդկանց ընդհանուր հետաքրքրությունների և արժեքների շուրջ: Դա միջավայր է ստեղծում մշակութային արժեքների փոխանակման և ազգերի միջև փոխըմբռնման մթնոլորտի ձևավորման համար: Օրինակ՝ սառը պատերազմի ժամանակ (1946-1991թթ.) Օլիմպիական խաղերը նպաստեցին Արևելքի և Արևմուտքի միջև լարվածության թուլացմանը՝ ստեղծելով պայմաններ երկխոսության և փոխըմբռնման համար:

Սպորտային միջոցառումները կարող են դառնալ սոցիալական և քաղաքական լուրջ հարթակ՝ նպաստելով ազգաբնակչության իրազեկության բարձրացմանը և հասարակական կարծիքի փոփոխությանը: Սպորտը հաճախ ակտիվացնում է հասարակական շարժումները, որոնք ուղղված են սոցիալական բարեփոխումներին և առաջընթացին:

Մարզիկները և մարզական կազմակերպությունները կարող են օգտագործել իրենց հանրաճանաչությունը և ազդեցությունը, որպեսզի ներգործեն հասարակության կարծիքի ձևավորման վրա: Այն ձևավորում է մշակութային արժեքներ, որոնք կապված են առողջության և ֆիզիկական ակտիվության հետ:

Սպորտի միջոցով առողջ ապրելակերպի և ֆիզիկական ակտիվության կարևորության քարոզումը նպաստում է հասարակության մեջ մարդկանց վարքի փոփոխությանը, առողջության ստանդարտների ձևավորմանը: Դա իր հերթին նպաստում է հա-

սարակական առողջապահության և ազգաբնակչության կյանքի որակի բարելավման առաջընթացին:

6. Գիտական գիտելիքների համակարգի զարգացում.

սպորտը կարևոր դեր է խաղում գիտական գիտելիքների զարգացման գործընթացում՝ հանդես գալով որպես հզոր խթան գիտական հետազոտությունների իրականացման և տեխնոլոգիական նորարարությունների մշակման համար:

Սպորտի և գիտության միջև այդ համագործակցությունը նպաստում է տարբեր ոլորտների առաջընթացին՝ սկսած բժշկությունից և կենսամեխանիկայից, մինչև հոգեբանություն և սոցիոլոգիա: Դա իր հերթին անդրադառնում է մարզիկների պատրաստության և վերականգնման գործընթացի բարելավմանը, մարզումների արդյունավետության բարձրացմանը, վնասվածքների ռիսկի նվազեցմանը: Մասնավորապես ֆիզիոլոգիական և կենսամեխանիկական հետազոտությունները օգնում են բարելավել սպորտային արդյունքները, մշակել մարզման և վերականգնման նոր մեթոդներ, ինչպես նաև կանխատեսել և չեզոքացնել պոտենցիալ վնասվածքների առաջացման վտանգները:

Սպորտային բժշկությունը, զարգանալով որպես ինքնուրույն ոլորտ, կողմնորոշված է սպորտային վնասվածքների բուժմանը և կանխարգելմանը, ինչպես նաև ֆիզիկական մարզավիճակի բարելավմանը և մարզիկի ընդհանուր դիմացկունության բարձրացմանը:

Սպորտային սննդաբանության ոլորտում անցկացվող հետազոտությունները օգնում են բարելավելու մարզիկների սննդակարգը՝ նպաստելով բարձր սպորտային արդյունքներին: Հատուկ դիետաների և հավելումների մշակումը օգնում է մարզիկներին պահպանել բարձր աշխատունակություն, արագացնել վերականգնումը իրականացրած մարզումներից և մրցումներից հետո,

ինչպես նաև նպաստում է վնասվածքների և հիվանդությունների առաջացման վտանգի նվազեցմանը:

Սպորտը խթանում է նաև հոգեբանության զարգացումը ուշադրության կենտրոնացման և մոտիվացիայի տեսանկյունից՝ հատկապես սթրեսի կառավարման համատեքստում: Հոգեբանական պատրաստությունը առանցքային դեր է խաղում մարզիկի հաջողություններում՝ օգնելով հաղթահարելու լարվածությունը, անհաջողությունները և հասնելու առաջադրված նպատակներին:

Սպորտի սոցիոլոգիայի զարգացումը թույլ է տալիս ուսումնասիրելու այնպիսի կարևոր հարցեր, ինչպիսիք են սպորտի դերը մարդու սոցիալական նույնականացման ձևավորման գործում, սպորտի ազդեցությունը գենդերային հարաբերությունների վրա, սոցիալական անհավասարությունը և տարբեր սոցիալական խմբերի ինտեգրումը մարզական գործունեությունում:

Սպորտը կարող է դիտարկվել որպես սոցիալական հսկողության և ազդեցության հզոր գործիք, որը կարող է նպաստել հասարակության մեջ դրական փոփոխությունների իրականացմանը, ինչպես նաև ուժեղացնել սոցիալ- մշակութային նորմերը և կարծրատիպերը:

Այն նպաստում է նաև տեխնոլոգիայի ոլորտում այնպիսի նորարարությունների, ինչպիսին են մարզումների և մրցումների ընթացքում օգտագործվող դյուրակիր էլեկտրոնային սարքերը, տեսատեխնոլոգիաները և տվյալների արագ վերլուծության արդի էլեկտրոնային սարքավորումները, որոնք էականորեն փոխեցին մոտեցումները մարզումների, մրցումների և մարզական թիմերի կառավարման գործում:

Այդ տեխնոլոգիաները օգնում են վերլուծելու մարզիկների ցուցանիշները իրական ժամանակում, մշակելու պատրաստու-

թյան ռազմավարություն և ընդունելու ավելի հիմնավորված որոշումներ: Նրանք նպաստում են նոր արտադրանքի և որոշումների ձևավորմանը, որոնց թվին են դասվում հազուստը, կենսաչափական սենսորները, վիրտուալ վարժասարքերը: Դրանց միջոցով բարելավվում են մարզիկների արդյունքները և բարձրացվում նաև նրանց անվտանգությունը:

7. Տնտեսական զարգացում և վերականգնում. սպորտը կարևոր դեր է խաղում երկրի տնտեսական զարգացման և մարդկանց վերականգնման պայմանների ստեղծման գործում: Սպորտի այդ գործառույթները փոխկապակցված են, քանի որ սպորտի տնտեսական ներդրումը նպաստում է ենթակառուցվածքների և աշխատատեղերի ստեղծմանը, զբոսաշրջության խթանմանը: Վերականգնումը ապահովում է ազգաբնակչության ֆիզիկական և հոգեբանական առողջությունը՝ բարձրացնելով կյանքի որակը և սոցիալական բարեկեցությունը:

Սպորտային ինդուստրիան ներառում է սպորտային օբյեկտների շինարարություն, մրցումների և սպորտային իրադարձությունների անցկացում, մարզագույքի, հանդերձանքի արտադրություն, որոնք նպաստում են ողջ աշխարհում միլիոնավոր աշխատատեղերի ստեղծմանը: Որպես օրինակ՝ կարելի է ներկայացնել մարզադաշտերի շինարարությունը, մարզակումբների մարզիչների, մարքեթոլոգների և սպորտային միջոցառումների մասնագետների գործունեությունը: Խոշոր միջազգային մրցումների անցկացումը, ինչպիսիք են Օլիմպիական խաղերը կամ ֆուտբոլի, բասկետբոլի Աշխարհի առաջնությունները, խթանում են տեղական տնտեսությունը՝ նոր աշխատատեղերի ստեղծման, հյուրանոցային բիզնեսի զարգացման ճանապարհով, ինչպես նաև սննդի ծառայությունների, տրանսպորտի և զբոսաշրջության ենթակառուցվածքների զարգացման միջոցով:

Այսօր սպորտային զբոսաշրջությունը դարձել է երկրի տնտեսական զարգացման կարևոր գործոն: Միլիոնավոր մարդիկ ամեն տարի ճանապարհորդում են, որպեսզի մասնակցեն և հետևեն իրենց երկրի կամ իրենց սիրելի թիմի սպորտային մրցումներին: Օրինակ՝ զբոսաշրջությունը, որը կապված է Օլիմպիական խաղերի հետ, կենտրոնացնում է այդ երկրում էական եկամուտներ՝ նպաստելով հյուրանոցային բիզնեսի զարգացմանը, ռեստորանների և այլ ծառայությունների ընդլայնմանը կամ բարելավմանը:

Վերականգնումը՝ որպես սպորտի գործառույթներից մեկը, կապված է այն հանգամանքի հետ, որ սպորտը, ֆիզիկական ակտիվությունը առանցքային դեր են խաղում մարդկանց ֆիզիկական և հոգեբանական առողջության պահպանման և ամրապնդման գործում: Սպորտային կանոնավոր մարզումները նվազեցնում են սիրտ-անոթային հիվանդությունների, դիաբետի, ճարպակալման և այլ խրոնիկ հիվանդությունների առաջացման վտանգները: Դրանք նպաստում են նաև սթրեսի նվազմանը, բարձրացնում են մարդու տրամադրությունը և ընդհանուր ինքնազգացողությունը:

Սպորտը՝ որպես վերականգնողական գործունեություն, մատչելի է մարդկանց լայն շրջանակի համար՝ անկախ նրանց տարիքից, սեռից կամ սոցիալական կարգավիճակից: Այն դառնում է հանգստի կարևոր տարր՝ հնարավորություն տալով մարդկանց ակտիվ անցկացնելու ազատ ժամանակը, զբաղվելու սիրված գործով և ամրապնդելու սեփական առողջությունը:

3.2. Սոցիալականացումը սպորտում, առանձնահատկությունները, փուլերը

Սպորտը կարելի է դիտարկել որպես յուրահատուկ գործունեության միջոցով մարդու պահանջմունքների բավարարման հատուկ ձև, միջոց:

Սպորտային գործունեության՝ սպորտային մարզումների և հատկապես մրցումների ընթացքում մարդը կարող է «բացել», դրսևորել, հաստատել և ձևավորել սեփական անձը:

Այն մարդիկ, որոնք անցել են սպորտային պատրաստության գործընթացը, սպորտի «դպրոցը», համոզված են, որ այն օգնել է դաստիարակելու հավատ սեփական ուժերի նկատմամբ, դրանցից գրագետ օգտվելու կարողություն, օգնել է զարգացնելու բազմաթիվ կարևոր հատկություններ: Սպորտը սովորեցնում է հանուն նպատակի գնալ «զոհերի», հաղթահարել դժվարություններ, նույնիսկ հրաժարվել կյանքի որոշ հաճույքներից:

Սպորտը արիության, կամքի, կարգապահության և բնավորության դաստիարակման դպրոց է: Մարզական գործունեության ընթացքում յուրացված դասերը հնարավորություն են տալիս մարզիկին հաղթահարելու այն դժվարությունները, որոնք կարող են առաջանալ ընտանիքում, դպրոցում, ընկերական միջավայրում, կյանքի այլ իրավիճակներում:

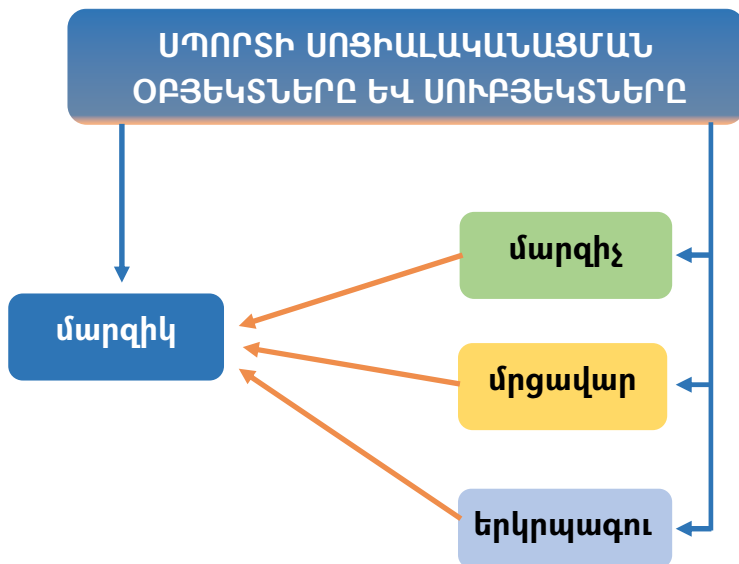


Մարզիկներից շատերը համոզված են, որ սպորտն է կերտել իրենց՝ որպես մարդ, անձ:

Սպորտը և դրա հետ կապված գործունեությունը նաև ազատում են մարդու մեջ կուտակված նյարդային լարվածությունը սոցիալապես ընդունելի ձևերով՝ զարգացնելով սոցիալական մտածողությունը:

Իր բնույթով և առանձնահատկություններով՝ սպորտը արդեն իսկ ենթադրում է որոշակի սոցիալականացում՝ ներգործելով այն սոցիալական արժեքների վրա, որոնք մարդը ձեռք է բերում սպորտով պարապելու ընթացքում (հատկապես օլիմպիական սպորտում), և որոնք կապված են բնավորության ձևավորման, հումանիստական իդեալների, սպորտային էթիկայի դաստիարակության հետ:

Սպորտի սոցիալականացնող ներգործությունը տարածվում է նրանում ներգրավված բոլոր մարդկանց և առավելապես տարբեր տարիքի, սեռի և տարբեր պատրաստվածության մարզիկների վրա: Սպորտի ազդեցությունը միաժամանակ տարածվում է նաև մարզչի, մրցավարի, մարզականքի նախագահի, ինչպես նաև հանդիսատեսների և երկրպագուների վրա (նկար 7): Նրանք ոչ միայն ենթարկվում են սպորտային մարզումների, մրցումների սոցիալականացնող ազդեցություններին, այլև տարբեր աստիճաններով և ուղղություններով նույնպես կարող են ներգործել մարզիկների սոցիալականացման գործընթացի վրա:



Նկար 7. Սպորտի սոցիալականացման ազդեցության հիմնական օբյեկտները և սուբյեկտները

Սպորտը՝ որպես ներկայիս կյանքի կարևոր սոցիալական երևույթ, թափանցում է ժամանակակից սոցիումի բոլոր մակարդակները՝ լայն ներգործելով հասարակության գործունեության հիմնական ոլորտները: Նա ազդում է միջազգային հարաբերությունների, գործարար կյանքի, հասարակական դիրքի վրա, ձևավորում է նորաձևությունը, բարոյական արժեքները, մարդկանց կենսակերպը:

Սպորտը համալիր խորը և բազմակողմանի դրական ազդեցություն ունի մարդու կարևոր կողմերի ձևավորման, սոցիալականացման վրա՝ նպաստելով սոցիալական հմտությունների զարգացմանը, ինքնության ամրապնդմանը, ֆիզիկական և հոգեկան առողջության բարելավմանը: Սպորտով պարապելը օգնում է մարզիկներին գտնել իրենց տեղը հասարակության մեջ,

ստեղծել ամուր սոցիալական կապեր և հաջողությամբ հարմարվել կյանքի տարբեր իրավիճակներին: Արդյունքում՝ սպորտը դառնում է մարզիկների անձնական աճի և սոցիալական ինտեգրման հզոր գործիք՝ նպաստելով նրանց հաջող սոցիալականացմանը և հասարակության մեջ բարեկեցության ապահովմանը:

Թիմակիցների, մարզիչների և մրցակիցների հետ մշտական փոխգործակցությունը պահանջում է թիմում աշխատելու, արդյունավետ հաղորդակցվելու կարողություն և առաջնորդական հմտությունների դրսևորում: Իսկ թիմային մարզաձևերում, ինչպիսիք են ֆուտբոլը կամ բասկետբոլը, մարզիկները սովորում են համակարգել իրենց գործողությունները խաղընկերների հետ, ինչը օգնում է զարգացնել համագործակցության և փոխօգնության հմտությունները:

Միևնույն ժամանակ՝ սպորտը օգնում է զարգացնել այնպիսի կարևոր անձնային հատկություններ, ինչպիսիք են՝ կարգապահությունը, ինքնատիրապետումը, հաստատականությունը, նպատակներ առաջադրելու և դրանց հասնելու կարողությունը, կոնֆլիկտները արդյունավետ լուծելու կարողությունը, ռազմավարական մտածողությունը, սթրեսի կառավարումը, ինչը սպորտային կարիերան ավարտելուց հետո կարող է կիրառվել նաև կյանքի այլ ոլորտներում: Սա նպաստում է մարզիկների սոցիալական հարմարեցմանը և ինտեգրմանը հասարակության մեջ՝ ապահովելով հաջող անցում դեպի գործունեության նոր տեսակ:

Բազմաթիվ մարզիկների համար մարզական թիմը դառնում է երկրորդ տուն, որտեղ նրանք գտնում են աջակցություն, ըմբռնում և ձևավորում ընդհանուր նպատակներ: Դա օգնում է նրանց ստեղծելու ամուր սոցիալական կապեր, որոնք շարունա-

կում են դրական ազդեցություն ունենալ կյանքի վրա նույնիսկ մարզական կարիերայի ավարտից հետո:

Սպորտը մարզիկներին սոցիալական շարժունակության և հասարակական կյանքին մասնակցելու մեծ հնարավորություններ է տալիս: Հաջողությունները սպորտում կարող են հանգեցնել հանրային ճանաչման և մարզիկներին հարթակ տրամադրել ազդելու սոցիալական գործընթացների վրա: Օրինակ՝ հաջողակ մարզիկներ օգտագործում են իրենց հանրաճանաչությունը և հեղինակությունը՝ սոցիալական նախաձեռնությունները խթանելու և բարեգործական նախագծերին մասնակցելու համար:

Սպորտը դրական ազդեցություն ունի նաև մարզիկի ինտելեկտուալ ոլորտի վրա: Սպորտի էությունը կազմող շարժողական գործունեությունը մասնավորապես նպաստում է.

- ժամանակի և տարածության մասին պարապողի պատկերացումների ձևավորմանը՝ մասնավորապես շարժումների արագության, տեմպի և ռիթմի, սեփական մարմնի շարժողական հնարավորությունների վերաբերյալ,
- դիտողականության զարգացմանը, քանի որ մարզական գործունեությունը և հատկապես մրցումները պահանջում են շարժումների կատարման պայմանների վրա բարձր կենտրոնացում, ինչպես նաև տարբեր տեսակի գրգռիչների նկատմամբ ուշադրության արագ փոխարկում,
- կողմնորոշման արագության զարգացման, քանի որ մարզաձևերի մեծ մասը պահանջում և բարձրացնում է տեղի ունեցող մարզումային և հատկապես մրցումային դրվագների ընկալման սրություն,
- մտածողության զարգացմանը, քանի որ մարզական և հատկապես մրցակցային գործունեությունը կրում է ստեղծագործական բնույթ, և այդ ընթացքում անհրաժեշտ է

մշտապես վերլուծել սեփական գործողությունները, ճիշտ գնահատել ստեղծված իրավիճակը և փնտրել դրա լուծման արդյունավետ ուղիներ:

Սպորտի՝ հնարավոր բացասական ազդեցությունը մարզիկի սոցիալականացման գործընթացի վրա

Չնայած սպորտի բազմաթիվ դրական կողմերին՝ այն կարող է նաև բացասական ազդեցություն ունենալ մարզիկների սոցիալականացման վրա: Այս բացասական կողմերը կարող են դրսևորվել հոգեբանական սթրեսի, սոցիալական մեկուսացման, ավելորդ ճնշման և այլ գործոնների ձևով, որոնք կարող են խոչընդոտել մարզիկների հաջող ինտեգրմանը հասարակություն:

Սպորտը կարող է նպաստել բնավորության մի շարք բացասական գծերի զարգացմանը, որոնք բարդացնում են սոցիալականացման գործընթացը: Ագրեսիվությունը, եսակենտրոնությունը, անվստահությունը, դաժանությունը, մրցակցության զգացումի գերզարգացվածությունը, պարտությունն ընդունելու դժվարությունը և արտաքին գնահատականից կախվածությունը կարող են խոչընդոտ հանդիսանալ մարզիկների հաջող ինտեգրմանը հասարակությանը և առողջ միջանձնային հարաբերությունների ձևավորմանը:

Սպորտի հիմնական բացասական կողմերից մեկը սոցիալական մեկուսացումն է: Պրոֆեսիոնալ մարզիկները հաճախ ստիպված են լինում զոհաբերել իրենց անձնական կյանքը, ընտանիքին ու ընկերներին տրամադրելիք ժամանակը՝ հանուն մարզումների և մրցումների մասնակցության: Պատրաստության ինտենսիվ գրաֆիկը կարող է հանգեցնել օտարացմանը մերձականերից և սպորտային աշխարհից դուրս գտնվող սոցիալական շրջանակներից:

Տնից դուրս երկար գտնվելը, հաճախակի ճամփորդությունները և ինտենսիվ մարզումները կարող են նվազեցնել շրջապատողների հետ մարզիկի սոցիալական փոխհարաբերությունների քանակն ու որակը: Արդյունքում՝ մարզիկները կարող են զգալ իրենց միայնակ և մեկուսացած, ինչը բացասաբար է անդրադառնում նրանց հոգեկան առողջության և սոցիալական հարմարվողականության վրա:

Պրոֆեսիոնալ մարզիկները հաճախ զգալի ճնշում են զգում մարզիչների, հովանավորների, երկրպագուների և, նույնիսկ, հենց իրենց կողմից: Այս ճնշումը կարող է պայմանավորված լինել լավ արդյունքների ցուցադրելու, որոշակի իմիջ պահպանելու և ուրիշների սպասելիքներն արդարացնելու անհրաժեշտությամբ: Ավելորդ ճնշումը կարող է հանգեցնել սթրեսի, անհանգստության և, նույնիսկ, դեպրեսիայի բարձր մակարդակի առաջացմանը:

Հաջողության ու հաղթանակի մշտական ցանկությունը կարող է հանգեցնել հոգեբանական «այրման», ինչը բացասաբար է անդրադառնում մարզիկների սոցիալականացման վրա: Նրանք կարող են հետ քաշվել, խուսափել այլ մարդկանց հետ հաղորդակցվելուց և դժվարությամբ պահպանել սոցիալական կապերը: Դա կարող է նաև ազդել մարզական կարիերայից հետո կյանքին հարմարվելու նրանց կարողության վրա:

Սպորտը, հատկապես պրոֆեսիոնալ մակարդակում, խրախուսում է մրցակցային վարքագիծը, որը երբեմն կարող է փոխանցվել կյանքի այլ կողմերին: Մարզիկները, որոնք սովոր են առաջնորդության համար մշտական մրցակցությանը, կարող են դժվարություններ ունենալ անձնական կյանքում կամ աշխատավայրում՝ հավասար և ներդաշնակ հարաբերություններ պահպանելու հարցում:

Նման մրցակցային վարքագիծը կարող է դրսևորվել որպես անվստահություն ուրիշների նկատմամբ, ագրեսիվություն կամ փոխզիջման չգնալու ցանկություն: Արդյունքում՝ նման վարքագծային հատկանիշները կարող են բացասաբար ազդել մարզիկների սոցիալականացման վրա՝ դժվարացնելով նրանց ինտեգրումը թիմերում, որտեղ գնահատվում է համագործակցությունն ու փոխօգնությունը:

Շատ մարզիկների համար սպորտը դառնում է նրանց նույնականացման անբաժանելի մասը, և նրանք կարող են դժվարություններ ունենալ մարզական համատեքստից դուրս սեփական անձը գիտակցելու առումով: Սա կարող է հանգեցնել սպորտից կախվածության, երբ մարզիկի ողջ կյանքը կենտրոնացած է միայն այս ոլորտում ձեռքբերումների և հաջողությունների վրա:

Այս վիճակը կարող է խանգարել անձի այլ կողմերի զարգացմանը և հանգեցնել սոցիալականացման լուրջ խնդիրների հատկապես սպորտային կարիերայի ավարտից հետո: Մարզիկները կարող են դժվարությամբ հարմարվել նոր իրականությանը, զգալ կյանքի իմաստի կորուստ և ընկճվածություն, ինչը դժվարացնում է նրանց ինտեգրումը հասարակությանը:

Պրոֆեսիոնալ մարզիկները և նրանք, ովքեր ակտիվորեն պարապում են սպորտով բարձր մակարդակում, հաճախ բախվում են ուսման համար ժամանակի սղության: Ինտենսիվ մարզումները, մրցումները և ուղևորությունները կարող են խլել իրենց ժամանակի մեծ մասը՝ քիչ հնարավորություն թողնելով ակադեմիական առաջադրանքները կատարելու, քննություններին պատրաստվելու կամ կրթական գործընթացին մասնակցելու համար:

Ժամանակի այս սղությունը կարող է հանգեցնել ակադեմիական կատարողականի նվազեցմանը, կրթական և սոցիալական ծրագրերին սահմանափակ մասնակցությանը, ինչը բացասաբար

է անդրադառնում մարզիկի ընդհանուր սոցիալականացման վրա:

Մարզիկների մոտ կարող է ձևավորվել այնպիսի մտածելակերպ, որ սպորտն ավելի կարևոր է, քան կրթությունը, հատկապես, եթե սպորտը համարում են իրենց ապագա կարիերայի հիմնական ուղղություն: Նման դեպքերում ուսուցումը կարող է ընկալվել որպես երկրորդական խնդիր, ինչը հանգեցնում է մոտիվացիայի նվազմանը և, որպես հետևանք, անհրաժեշտ գիտելիքների և հմտությունների անբավարար յուրացմանը:

Սա կարող է սահմանափակել նրանց հնարավորությունները մարզական կարիերան ավարտելուց հետո՝ դժվարացնելով հարմարվելը սոցիումում ու ինտեգրումը գործունեության այլ ոլորտներում:



Բնութագրելով սպորտը որպես գործունեություն, որում ներգրավված են տարբեր տարիքի մարդիկ, կարևոր է ներկայացնել մանկապատանեկան և բարձր նվաճումների սպորտում սոցիալականացման տարբերությունները:

Այդ տարբերություններից առավել էականներն են և դրսևորվում են հետևալում՝ ֆիզիկական և հոգեբանական սթրես, պատասխանատվություն, վնասվածքներ, սոցիալական միջավայր և սոցիալականացման «գործակալներ»:

Հաշվի առնելով այս և շատ այլ տարբերություններ՝ կարելի է նշել, որ մի շարք առումներով կան տարբերություններ բարձր նվաճումների սպորտում և մանկապատանեկան տարիքի մարզիկների սոցիալականացման գործընթացում:

Երեխաների սոցիալականացումը թիմային մարզաձևերի միջոցով առավել հաճախ տեղի է ունենում խաղերի և համատեղ մարզումների ճանապարհով: Մարզական գործունեության այս մակարդակում շեշտը դրվում է համագործակցության, հաղորդակցման հմտությունների զարգացման և ընկերական հարաբերությունների ձևավորման վրա: Այստեղ հիմնական նպատակը թիմային աշխատանքն է և ուրիշների նկատմամբ հարգանքի ձևավորումը: Երեխաները սովորում են սոցիալական ստորակարգության հիմունքներին և կարևորում վստահությունը և աջակցությունը դիմացինի նկատմամբ:

Բարձր նվաճումների սպորտի մակարդակում թիմային ոգին հաջողության ռազմավարական հիմքն է: Այստեղ մարզիկները հասկանում են իրենց դերը թիմում՝ որպես համակարգի մաս, որն ուղղված է բարձր արդյունքների նվաճմանը: Հարաբերությունների շարժընթացը թիմում դառնում է ավելի բարդ, թիմի յուրաքանչյուր անդամից պահանջում է բարձր պատասխանատվություն և կարողություն՝ զոհաբերելու անձնական շահերը հանուն հավաքական հաջողության: Ձևավորված ընկերական հարաբերությունները դառնում են նաև պրոֆեսիոնալ, իսկ թիմի ներսում աջակցությունը կարող է հիմնված լինել ընդհանուր նպատակներին հասնելու կարևորության գիտակցման վրա:

Անհատական մարզաձևերում երեխաները նոր-նոր սկսում են զարգացնել պատասխանատվության զգացում իրենց գործողությունների համար: Այստեղ սոցիալականացումը կենտրոնացած է ինքնակարգավորման և անկախության հիմնական հմտու-

թյունների ձևավորման վրա: Ուշադրության կենտրոնում պետք է լինեն անձնական ձեռքբերումների խրախուսումը և ինքնավստահության զարգացումը:

Բարձր նվաճումների սպորտում մարզիկների համար անկախությունը հաջողության հասնելու առանցքային գործոն է: Նրանք լիովին պատասխանատվություն են կրում իրենց արդյունքների համար, իսկ անհաջողությունները կարող են լուրջ հետևանքներ ունենալ իրենց կարիերայի վրա: Այստեղ առաջատար դեր են խաղում կարգապահությունը, ինքնակազմակերպվածությունը, ներքին վերահսկողությունը, իսկ սոցիալականացումը հաճախ տեղի է ունենում մարզիչների, մասնագետների և աջակցող միջավայրի հետ անհատական հաղորդակցության միջոցով:

Կոնֆլիկտների և վեճերի վերաբերյալ կարելի է նշել, որ երեխաների մոտ կոնֆլիկտները հաճախ առաջանում են միջանձնային թյուրիմացությունների կամ խաղի կանոնների հետ կապված վեճերի պատճառով: Կարևոր է, որ այս փուլում երեխաները սովորեն լուծել կոնֆլիկտները մարզիչների և մեծահասակների օգնությամբ, որոնք օգնում են նրանց հասկանալու փոխզիջումների և ուրիշների հանդեպ հարգանքի կարևորությունը:

Բարձր նվաճումների սպորտում կոնֆլիկտներն ավելի հաճախ կրում են մասնագիտական բնույթ: Համագործակցությունը կառուցվում է պարապմունքների բարձր արդյունավետության և անձնական պատասխանատվության ակնկալիքների վրա: Մարզիկները պետք է կարողանան ինքնուրույն և արդյունավետ լուծել կոնֆլիկտները, քանի որ դրանք ուղղակիորեն ազդում են նրանց կատարողականի և թիմային աշխատանքի վերջնարդյունքներին:

Ինչ վերաբերում է սոցիալական կապերին, ապա կարելի է նշել, որ սպորտում երեխաների սոցիալական կապերը սահմանափակվում են հիմնականում իրենց անմիջական միջավայրով՝ հասակակիցներով, մարզիչներով և ընտանիքով: Սպորտը հաճախ ծառայում է որպես առաջին ընկերներ ձեռք բերելու և սոցիալական փոխազդեցության հմտություններ զարգացնելու հարթակ:

Պրոֆեսիոնալ մարզիկների համար սոցիալական կապերը դուրս են գալիս սպորտից: Մեծ հաջողությունները հանգեցնում են ոչ միայն մարզական նվաճումներին, այլև հանրային ճանաչմանը, ինչը դռներ է բացում լրատվամիջոցների, հովանավորների և սոցիալական կազմակերպությունների հետ համագործակցության համար: Սոցիալականացումը տեղի է ունենում նաև միջազգային մակարդակում երկրպագուների և համայնքային նախագծերի հետ փոխգործակցության միջոցով:

Սոցիալականացման առումով տարբերություններ կան նաև պատանի և որակավորված մարզիկների մոտիվացիայի հարցում:



Մասնավորապես՝ մանկական սպորտում ներքին մոտիվացիան սնուցվում է անձնական հաջողության խրախուսման և դժվարությունների հաղթահարմանն աջակցման ճանապարհով: Սոցիալականացումը ուղղված է ֆիզիկական վարժությունների և

սպորտի նկատմամբ դրական վերաբերմունքի ձևավորմանը՝ որպես առողջ ապրելակերպի բաղադրամաս:

Բարձրակարգ մարզիկների մոտիվացիան ավելի հասցեական է, ինչը սերտորեն կապված է նրանց կարիերայի և երկարաժամկետ նպատակների նվաճման հետ, ինչպես մրցումներում հաղթելը կամ ռեկորդներ սահմանելը: Անձնական աճը հաճախ ձևավորվում է ծայրահեղ սթրեսի հաղթահարման և մեծ ակնկալիքների ձևավորման միջոցով, իսկ սոցիալականացումը տեղի է ունենում անձնական նվաճումների և ինքնակատարելագործման շնորհիվ:

Էթիկայի և բարոյական սկզբունքների վերաբերյալ կարելի է նշել, որ մանկական սպորտում մեծ ուշադրություն է դարձվում արդար խաղի հիմունքների ուսուցմանը, մարզական պայքարում վարքագծի կանոններին և մյուս մասնակիցների նկատմամբ հարգանքի կարևորությանը: Բարձր նվաճումների սպորտը պահանջում է էթիկայի չափանիշների խստիվ պահպանում, քանի որ ոչ միայն նրանց անձնական համբավը, այլև նրանց միջոցով ներկայացվող թիմի կամ երկրի հեղինակությունը կախված է մարզիկների վարքագծից: Արդար խաղի էթիկան կարևոր է միջազգային ասպարեզում, որտեղ յուրաքանչյուր գործողություն կարող է հրապարակայնորեն քննարկվել, դատապարտվել կամ գովաբանվել:

Երեխաները հազվադեպ են հանդիպում սոցիալական ճնշման՝ կապված իրենց մարզական հաջողությունների հետ: Մարզման սկզբնական շրջանում հիմնական ուշադրությունը դարձվում է իրենց բազմակողմանի զարգացմանն ու մարզման գործընթացից հաճույք ստանալուն:

Բարձրակարգ մարզիկների վրա սոցիալական ճնշումը շատ ավելի մեծ է: Նրանք բախվում են ԶԼՄ-ների մշտական ուշադրու-

թյանն ու հասարակության սպասելիքներին: Հանրային իմիջի կառավարումը դառնում է իրենց կարիերայի կարևոր մասը, որը պահանջում է սոցիալական հմտություններ և սեփական անձնական կյանքի վերահսկողություն:

Երեխաների և բարձակարգ մարզիկների սոցիալականացման տարբերություններն ակնհայտ են:

Երեխաների համար սպորտը սոցիալական հարաբերություններում առաջին քայլերի, հաղորդակցման հիմնական հմտությունների ու կարգապահության ձևավորման տարածք է:

Բարձրակարգ մարզիկների համար սպորտը դառնում է կարիերա, իսկ սոցիալականացումը կապված է բարձր պահանջների, անձնական պատասխանատվության և միջազգային ասպարեզում փոխգործակցության հետ:

Մարդու սոցիալականացման գործընթացում գոյություն ունեն գործոններ, որոնք ունեն առաջնային կամ երկրորդական դերակատարություն՝ իրականացնելով տարիքին համապատասխան սկզբնական կամ երկրորդական ազդեցություններ: Այս տեսանկյունից տարբերակում են առաջնային և երկրորդական սոցիալականացում:

Յուրաքանչյուր մարդու համար առավել կարևոր է առաջնային սոցիալականացումը, երբ հիմք է դրվում անձի շարժողական ընդունակությունների և բարոյական հիմնական հատկանիշների ակտիվ ձևավորմանը:

Մարզիկի առաջնային սոցիալականացման գործընթացում, ընտանիքից և դպրոցից բացի, ներգրավված է սպորտի սոցիալական ինստիտուտը: Այս տեսանկյունից մարզիկը ենթարկվում է կրկնակի առաջնային սոցիալականացմանը՝ նախ կապված բոլոր մարդկանց համար բնորոշ առաջնային սոցիալականացման «գործակալների» ազդեցության (ընտանիք, հարազատներ, ըն-

կերներ), ինչպես նաև սպորտի ոլորտի «գործակալների» ներգործության հետ (մարզիկ, մարզականումբ, մրցակիցներ):

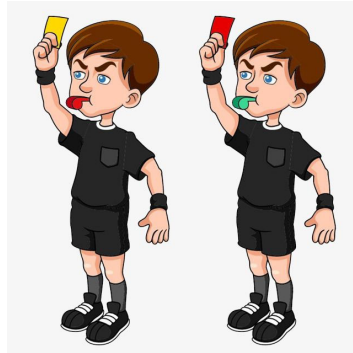
Առաջնային սոցիալականացման «գործակալներից» (իրականացնողներից) ոչ բոլորն ունեն նույն նշանակությունը, նույն կարևորությունը և կարգավիճակը:



Սոցիալականացման գործընթացում գտնվող երեխայի համար ընտանիքը զբաղեցնում է առաջատար տեղ: Իսկ սպորտում ներգրավված երեխայի համար մարզիչը նույնպես կատարում է առաջատար դերերից մեկը: Նա ուժեղացնում է ծնողների ազդեցությունը, որն ուղղված է հիմնարար արժեքների ձևավորմանը՝ կողմնորոշելով մարզիկին դեպի կյանքի սպորտային ոճին և բարձր մարզական արդյունքներին:

«**Երկրորդական սոցիալականացում**» եզրույթը ընդգրկում է այն սոցիալական դերերը, որոնք գոյություն ունեն ազդեցության երկրորդ պլանում և երեխայի վրա չունեն մեծ ներգործություն: Սպորտի ոլորտում երկրորդական սոցիալականացման «գործակալներ» կարող են լինել մարզադպրոցի, մարզականումբի, մարզական ֆեդերացիայի ղեկավարները, մրցավարը, մրցակիցը և նույնիսկ երկրպագուն:

Մարզիկի հաղորդակցումը նրանց հետ ավելի հազվադեպ է և ոչ երկարատև, իսկ ներգործությունը մարզիկի սոցիալականացման վրա, որպես կանոն, այնքան խորը չէ, որքան առաջնային սոցիալականացման գործակալներինը:

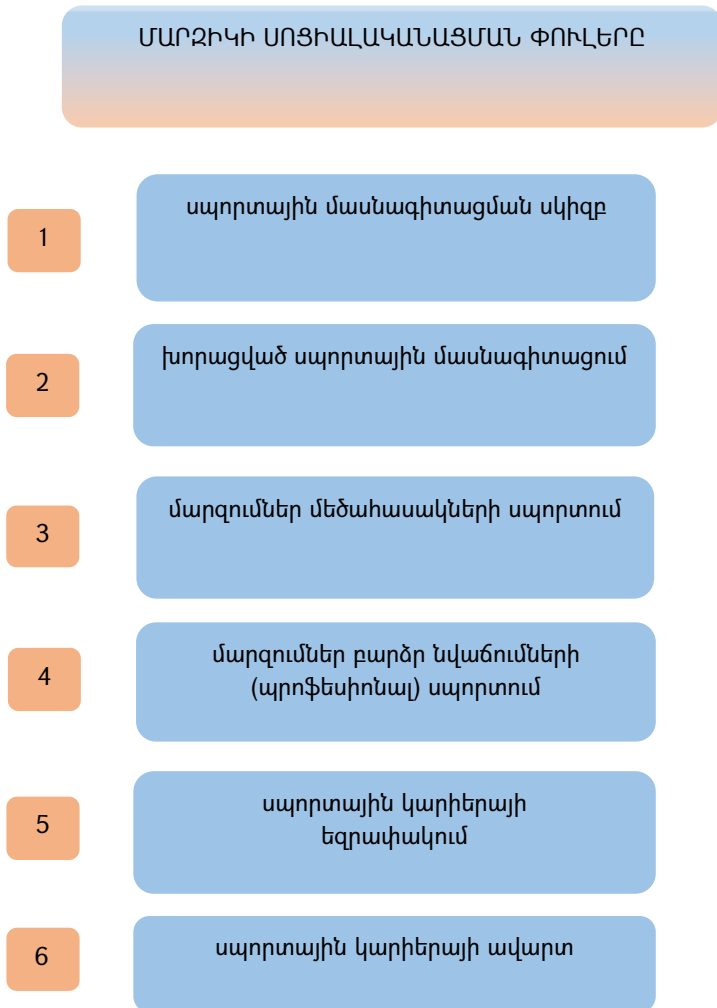


Առաջնային սոցիալականացումն առավել ինտենսիվ է անցնում մարդու կյանքի առաջին կեսում: Երկրորդական սոցիալականացումը ընդգրկում է մարդու կյանքի երկրորդ կեսը, երբ նա առնչվում է ֆորմալ կազմակերպությունների հետ, որոնց անվանում են երկրորդական սոցիալականացման ինստիտուտներ՝ սպորտի նախարարություն, մարզական ֆեդերացիաներ, ԶԼՄ-ներ և այլն: Առաջնային սոցիալականացումը միջանձնային հարաբերությունների ոլորտն է (մարզիկ-մարզիչ), իսկ երկրորդականը սոցիալական հարաբերությունների ձևավորման ոլորտն է:

Մարզիկի սոցիալականացումը երկարատև գործընթաց է, կրում է փուլային բնույթ, իսկ դրանց դասակարգումը սովորաբար հիմնված է նրա մարզական կարիերայի ձևավորման ընթացքի վրա:

Այդ սկզբունքի հիման վրա կարելի է առանձնացնել սոցիալականացման հետևյալ 6 փուլեր, որոնցում առաջ են գալիս որո-

շակի խնդիրներ, տեղի են ունենում սոցիալականացման որոշակի գործընթացներ (նկար 8):



Նկար 8. Մարզիկի սոցիալականացման փուլերը

1. Սպորտային մասնագիտացման սկիզբ

Մարզիկի սոցիալականացման առաջին փուլը կապված է մարզադպրոց ընդունվելու և պրոֆեսիոնալ մարզչի ղեկավարությամբ մասնագիտացված խմբում պարապելու ժամանակահատվածի հետ: Ոչ բոլոր երեխաները կարող են հաջողությամբ անցնել մարզական պատրաստության սկզբնական գործընթացը: Նրանց մոտ 30%-ից ավելին դադարում են սպորտով պարապել արդեն մանկական տարիքում:

Սպորտով պարապելը սկզբնական փուլում սոցիալականացումը էական ազդեցություն է ունենում մարզիկի ապագա սոցիալական զարգացման վրա: Առաջին քայլերը սպորտում կարող են ձևավորել ոչ միայն տեխնիկական հնարքներ, այլև ներգործել սոցիալական, հուզական և հոգեբանական կողմերի վրա:

Սպորտով պարապելու այս փուլում երեխայի մոտ առաջանում է հետաքրքրություն ընտրած մարզաձևի նկատմամբ: Կարևոր է, որ այս հետաքրքրությունը պահպանվի, զարգանա մարզումների և մրցումների դրական տպավորությունների շնորհիվ: Այս ժամանակ չափազանց կարևոր է սպորտի նկատմամբ նվիրվածության զգացողության ձևավորումը: Սա տեղի է ունենում մարզումներին, մրցումներին մասնակցելու և այլ մարզիկների հետ հաղորդակցվելու միջոցով:

Սկզբնական փուլում կարևոր է երիտասարդ մարզիկներին օգնել բացահայտել իրենց որպես մարզական համայնքի մաս և զարգացնել մարզական աշխարհին պատկանելության զգացումը:

Սկզբնական փուլում մարզիչը առանցքային դեր է խաղում սոցիալականացման գործընթացում: Աջակցությունը, մենթորությունը (օգնական, խրատու, դաստիարակ) և ճիշտ արձագանքը օգնում են նորեկներին հարմարվելու նոր պայմաններին և բազմակողմանի զարգանալու:

Ընտանիքի աջակցությունը կարող է էական ազդեցություն ունենալ սպորտի նկատմամբ մոտիվացիայի և հետաքրքրության ձևավորման վրա: Ընտանիքի անդամները կարող են ակտիվորեն մասնակցել սպորտային մարզումների գործընթացին, աջակցել և խրախուսել երեխաներին: Հաղորդակցումը մարզիկ-ընկերների հետ նույնպես կարող է օգնել մոտիվացնելու սկսնակին և մեծացնելու հետաքրքրությունը մարզական գործունեության նկատմամբ:

Այս փուլում մարզիկները կարող են հանդիպել որոշ դժվարությունների և անհաջողությունների, ինչը կարող է խաթարել նրանց մարզական գործունեության հետագա ընթացքը:

Հայտնի է, որ առաջին պարապմունքները կենտրոնացած են տարրական տեխնիկայի յուրացման և անհրաժեշտ շարժողական ընդունակությունների մշակման վրա: Սա հիմք է ստեղծում ընտրված մարզաձևում հետագա զարգացման և կատարելագործման համար:

Սոցիալականացման սկզբնական փուլում կարևոր է ապահովել ֆիզիկական պատրաստվածության և տեխնիկական հնարքների աստիճանական բարելավում:

Կանոնավոր մարզումները և խաղային պրակտիկան օգնում են ամրապնդել անհրաժեշտ հիմնական տեխնիկական հնարքները, հատուկ հմտությունները և ձևավորել ինքնավստահություն: Բեռնվածության աստիճանական աճը նպաստում է ոչ միայն ֆիզիկական ուժի, այլև այլ շարժողական այլ ընդունակությունների և տեխնիկական հնարքների զարգացմանը:

Պատրաստության այս փուլում մարզիկի հանդեպ հանրության և լրատվամիջոցների ուշադրությունը կարող է լինել նվազագույն, սակայն ժամանակի ընթացքում մարզիկի կյանքում դրանք սկսում են խաղալ ավելի կարևոր դեր:

2. Խորացված սպորտային մասնագիտացում

Այն սկսվում է արդյունքին հասնելու ուղղությամբ մարզվելու նոր դիրքորոշման առաջացման հետ: Մարզիկի առջև դրվում են նոր, ավելի բարձր նպատակներ, բարձրանում է մասնագիտական պատրաստության տեսակարար կշիռը, մեծանում է ֆիզիկական բեռնվածությունը, բարձրանում է մրցումների կարգը, և հետևաբար մեծանում է մրցումների լարվածությունը: Մարզիկները, շարունակելով պարապմունքները, ներգրավվում են սոցիալական հարաբերությունների նոր փուլ:

Մասնակցությունը այլ քաղաքներում անցկացվող մրցումներին, առաջին պարգևները, մարզական հաղթանակները, հաղորդակցման նոր շրջանակներ հնարավորություն են տալիս ակտիվորեն ինտեգրվելու հասարակական կյանքին, յուրացնելու վարքի ձևերը և նորմերը, ձևավորելու սոցիալական դիրքորոշումներ, հետևաբար՝ սպորտային բնավորություն:

Երբ մարզիկները սկսում են ինտենսիվ մարզվել ընտրած մարզաձևում, սոցիալականացման գործընթացը ձեռք է բերում նոր առանձնահատկություններ և դժվարություններ: Այս փուլում մարզիկները սկսնակ մակարդակից անցնում են ավելի լուրջ և մասնագիտացված մարզումների, ինչը պահանջում է էական ներգրավվածություն և բոլոր ուժերի կենտրոնացում: Մասնավորապես՝ սոցիալականացման այս փուլում տեղի է ունենում մասնագիտական հմտությունների ձևավորում և գիտելիքների ընդլայնում: Մարզիկները սկսում են տիրապետել ավելի բարդ տեխնիկայի և մարտավարության, որոնք պահանջում են կենտրոնացվածության և տոկունություն բարձր աստիճան:

Փորձառու մարզիկները կարող են հանդես գալ որպես մենթոր (փորձառու կամ գիտակ մարդ, որը օգնում և ուղղորդում է ոչ փորձառու կամ ավելի քիչ գիտելիք ունեցող մարդուն) նորեկների

համար՝ փոխանցելով իրենց հարուստ փորձը, օգնելով նրանց հարմարվելու խորացված մարզումների դժվարություններին:

Մենթորները և փորձառու մարզիկները կարող են էական ազդեցություն ունենալ նորեկների մոտիվացիայի և սոցիալականացման վրա՝ տրամադրելով նրանց աջակցություն և երաշխավորություններ:

Այս փուլում մարզիկները սկսում են ձևավորել հավակնոտ երկարաժամկետ նպատակներ և աշխատել դրանց հասնելու ուղիով յամբ:

Խորացված մարզումները կարող են ուղեկցվել սթրեսի և ճնշման բարձրացմամբ՝ կապված ակնկալիքների, պարապմունքների և մրցումների արդյունքների հետ: Մարզումները ներառում են ավելի ինտենսիվ և երկարաժամկետ բեռնվածություն, որը մարզիկներից պահանջում է ֆիզիկական պատրաստվածության և կամային հատկությունների բարձր մակարդակ:

Մարզիկների սոցիալական զարգացումը նրանց ընդհանուր աճի և հարմարվողականության կարևոր կողմն է ինչպես սպորտում, այնպես էլ դրանից դուրս:

Այս գործընթացը կապված է մի շարք առանցքային գործոնների և փուլերի հետ: Մասնավորապես՝ այս փուլում սպորտը սկսում է կարևոր դեր խաղալ մարզիկի կյանքում: Նրա սոցիալական նույնականացումը հաճախ ձևավորվում է՝ պայմանավորված սպորտին նրա մասնակցության, նվաճումներ և մարզական համայնքին անդամակցության աստիճանով: Մարզումներին և մրցումներին մասնակցությունը օգնում է մարզիկին զգալու իրեն որպես մարզադպրոցի, թիմի, ակումբի մի մաս: Մարզիկները զարգացնում են սոցիալական կապեր այլ մարզիկների, մարզիչների, երկրպագուների և մարզական համայնքի անդամների հետ, ինչը նպաստում է նրանց սոցիալական ինտեգրմանը և նույնականացման զգացողության ամրապնդմանը:

Սոցիալական հարմարվողականության կարևոր կողմն է մարզիկի սեփական դերի, պարտականությունների և հավակնությունների գիտակցումը: Մարզիկների մոտ զարգանում են հաղորդակցման և փոխազդեցության հմտություններ, որոնք օգնում են նրանց արդյունավետ գործել տարբեր սոցիալական համատեքստերում՝ ինչպես սպորտային միջավայրում, այնպես էլ իրենց անձնական կյանքում:

3. Մարզումներ մեծահասակների սպորտում

Այստեղ պետք է նկատի ունենալ այն մարզիկներին, որոնք խորացված մարզվում են ընտրած մարզաձևում, մասնակցում են պաշտոնական մրցումներին, սակայն պրոֆեսիոնալ մարզիկներ չեն, քանի որ սպորտը նրանց համար հիմնական մասնագիտություն չէ, և որի համար նրանք չեն վարձատրվում:

Սպորտային կարիերայի այս փուլում գոյություն ունեն մարզիկների սոցիալականացման որոշ առանձնահատկություններ:

Պաշտոնական մրցումներին մասնակցող, բայց ոչ պրոֆեսիոնալ մարզիկների մոտիվացիան ու նպատակները բազմազան են և բազմաշերտ: Դրանք ներառում են անձնական, սոցիալական և հոգեբանական կողմեր, ինչպես նաև ճանաչման և ինքնազարգացման ձգտման ուղղվածություն: Նրանց համար սպորտը դառնում է կյանքի անբաժանելի մաս, որտեղ կարևոր է ոչ միայն արդյունքի հասնելու գործընթացը, այլև մարզական գործունեությանը մասնակցելու և հատկապես մրցումներում հաղթանակի բերկրանքն ու առաջընթացը: Ներքին մոտիվացիան առաջին հերթին կապված է ինքնազարգացման ցանկության հետ:

Բազմաթիվ մեծահասակ մարզիկներ սպորտն ընկալում են որպես անձնական աճի և ինքնազարգացման կարևոր միջոց: Նրանք ձգտում են հաղթահարել իրենց սեփական սահմանափակումներն ու կարծրատիպերը, մարզվել ֆիզիկական ցուցանիշներ

րի բարելավման համար, տիրապետել նոր տեխնիկայի, կատարելագործել գոյություն ունեցող հնարքները և բարելավել մրցումներին մասնակցելու ռազմավարությունը:

Մասնակցությունը մրցումներին նրանց համար դառնում է սեփական ամրությունը ստուգելու հնարավորություն, ինչպես նաև ապացուցելու սեփական նպատակներին հասնելու կարողությունը: Մոտիվացիայի կարևոր աղբյուր են մարզումներից և մրցումներից ստացվող հաճույքը և արդյունքները:

Արտաքին մոտիվացիայի առանձնահատկությունները ներառում են արտաքին հավանությունը և աջակցությունը գործընկերների ու ընկերների կողմից, որոնք հաճախ դառնում են մոտիվացիայի կարևոր գործոն: Երբ շրջապատող մարդիկ տեսնում են մարզիկի սպորտային հաջողությունները և աջակցում են նրան, ապա դա ոգեշնչում է մարզիկին շարունակելու մարզումները և իր առջև դնելու նոր, ավելի բարձր նպատակներ:

Թեև մարզիկները չեն վարձատրվում, սակայն պաշտոնական մրցումներում ստացած մեդալները, գավաթները, մրցանակները և այլ պարգևներ դառնում են կարևոր արտաքին խթան: Այս մրցանակները դառնում են նրանց հաջողության խորհրդանիշները և իրենց ու հասարակության համար ընդգծում ձեռքբերումների նշանակությունը:

Մասնակցությունը մարզումներին, ուսումնամարզական հավաքներին և մրցումներին, հաղորդակցումը պաշտոնական մրցումներին մարզիչների և մրցավարների հետ մարզիկների մոտ ձևավորում է սպորտային էթիկայի և վարքի չափանիշների զգացողություն՝ դրանով իսկ նպաստելով ակտիվ սոցիալականացմանը: Մասնակցումը պաշտոնական մրցումներին կարող է բարձրացնել մարզիկի կարգավիճակը իր մասնագիտական կամ սոցիալական միջավայրում:

Սպորտային միջավայրում զարգանում են շատ կարևոր հատկություններ՝ մրցակցություն, կոնֆլիկտներից խուսափում կամ դրանք արդյունավետ լուծում, այլ մարզիկների հետ ընկերական հարաբերությունների ձևավորում: Հաճախ նման կապերը դառնում են երկարաժամկետ և դուրս են գալիս սպորտի սահմաններից: Ընտանիքն ու ընկերները դառնում են աջակցության կարևոր աղբյուրներ՝ օգնելով հավասարակշռել սպորտը և մասնագիտական գործունեությունը:

Սոցիալականացման այս փուլում դժվար խնդիրներից մեկը սպորտի և հիմնական գործունեության միջև հավասարակշռության պահպանումն է:

Մարզիկները «ստիպված են» գրագետ բաշխել ժամանակը մարզումների, աշխատանքի և անձնական կյանքի միջև: Նման մարզիկները հաճախ ստեղծում են մանրամասն գործունեության ժամանակացույցեր:

Բազմաթիվ մարզիկներ նախընտրում են մարզվել վաղ առավոտյան կամ հակառակը՝ երեկոյան, որպեսզի չխանգարեն իրենց հիմնական աշխատանքին և բախվեն ղեկավարության դժգոհությանը: Դա նրանցից պահանջում է բարձր կարգապահություն և ինքնակազմակերպում:

Որոշ դեպքերում մարզիկները կարող են ստիպված բանակցել իրենց գործատուների հետ աշխատանքի ճկուն գրաֆիկի շուրջ կամ մրցումներին մասնակցելու համար վերցնել արձակուրդ: Կարևորն այն է, որ իրենք մասնագիտական գործունեությունը համատեղեն սպորտային հետաքրքրությունների հետ, հակառակ դեպքում կարող է առաջանալ առաջնահերթությունների բախման լուրջ վտանգ:

Ի տարբերություն պրոֆեսիոնալ մարզիկների՝ այս տիպի մարզիկները չեն կարող ամբողջությամբ նվիրվել սպորտին, քա-

նի որ աշխատանքը մնում է իրենց եկամտի հիմնական աղբյուրը: Սա կարող է սահմանափակել նրանց մարզական նվաճումները, բայց նաև օգնում է պահպանել ֆինանսական կայունությունը և ֆինանսական անկախությունը:

Աշխատանքի և սպորտի անընդհատ համատեղումը կարող է հանգեցնել հուզական և ֆիզիկական հոգնածության, քանի որ մարզիկների վրա ազդում է կրկնակի բեռնվածություն՝ կապված մարզական և մասնագիտական գործունեության հետ:

Նման իրավիճակում հայտնված այլ մարզիկների հետ փոխգործակցությունը թույլ է տալիս կիսվել փորձով, ժամանակի կառավարման խորհուրդներով և գտնել լուծումներ սպորտն ու աշխատանքը հավասարակշռելու ուղղությամբ:

Մեծահասակ մարզիկները հաճախ զոհաբերում են իրենց ազատ ժամանակը և անձնական հետաքրքրությունները՝ մարզվելու և մրցումներին մասնակցելու համար:

Խիտ գրաֆիկի ժամանակ ֆիզիկական ակտիվության բարձր մակարդակի պահպանումը պահանջում է ուշադրություն դարձնել սեփական առողջությանը, ճիշտ սնվելու և քնի ռեժիմին:

Տարիքին զուգահեռ կամ կյանքի հանգամանքների փոփոխության պատճառով, նրանք կարող են կարիք ունենալ վերանայելու իրենց առաջնահերթությունները և գտնել իրենց հիմնական գործունեության հետ սպորտը համատեղելու նոր ուղիներ: Սա կարող է անդրադառնալ մարզումների ինտենսիվության նվազմանը կամ մրցումներին ավելի քիչ մասնակցելուն:

Այսպիսով՝ սոցիալականացումը այս համատեքստում ձևավորված է մարզական հաջողության նպատակների շուրջ և պահանջում է զգալի կարգապահություն, կազմակերպվածություն և աջակցություն: Մարզիկները ակտիվորեն մասնակցում են պաշտոնական մրցումներին, ինչը ձևավորում է նրանց նույնականա-

ցումը թիմին, ակումբին ու սեփական դերը մարզական հանրության մեջ՝ չհամարելով սպորտը իրենց եկամտի հիմնական աղբյուրը:

4. Մարզումները բարձր նվաճումների (պրոֆեսիոնալ) սպորտում

Կարիերայի այս փուլում մարզական նպատակները դառնում են կյանքի գլխավոր նպատակներ, ինչը թելադրում է կենսակերպի էական վերափոխման անհրաժեշտություն: Սոցիալականացման այս փուլը խորհրդանշում է մարզական կարիերայի «ծաղկումը»: Մարզիկը իր կենսակերպը ենթարկում է մարզական ակումբի, թիմի նպատակներին, ինչը նպաստում է նրա մարզական պատրաստության հաջող գործընթացին: Պատրաստության ընթացքում առաջանում է ինքնակազմակերպման, գործունեությունը պրոֆեսիոնալ համաձայնագրի պայմանների ենթարկման, կատարողական վարպետությունը կատարելագործելու և պրոֆեսիոնալ մարզիկների շրջանում հեղինակություն ձեռքբերելու անհրաժեշտություն:

Բարձր նվաճումների սպորտում հատուկ բովանդակություն է ստանում սոցիալականացումը, որը պայմանավորված է իդեալականացված «պրոֆեսիոնալ մարզիկների» որոշակի կարծրատիպերով: Դրանք որոշվում են մի շարք արժեքներով՝ անձնական հաջողություն, ակտիվություն և համառ աշխատանք, արդյունավետություն և օգտակարություն, առաջընթաց, հաջողություն և ճանաչում՝ որպես բարեկեցության նշան:

Պրոֆեսիոնալ մարզիկների սոցիալականացման առանձնահատկությունները կապված են նրանց ներքին և արտաքին մոտիվացիայի հետ: Ներքին մոտիվացիան հաճախ դրսևորվում է անձնական կատարելագործման և վարպետության բարձրացման ձգտման մեջ: Պրոֆեսիոնալ մարզիկները կարող են լինել

մոտիվացված մասնագիտական հմտությունները բարելավելու, ավելի լավ արդյունքների հասնելու և սեփական սահմանափակումները հաղթահարելու ցանկությամբ:

Պատրաստության գործընթացը կարող է նրանց պատճառել ուրախություն և բավարարվածություն՝ անկախ արտաքին պարզեններից կամ ճանաչման ձեռքբերումից:

Արտաքին մոտիվացիան հաճախ կապված է հանրության և հովանավորների կողմից մրցանակների, մեդալների, ֆինանսական պարգևների կամ հանրության կողմից գնահատման հետ:

Մարզիկների հաջողությունների և ձեռքբերումների հանրային ճանաչումը նաև արտաքին ուժեղ խթան է դառնում: Պրոֆեսիոնալ մարզիկները կարող են ստանալ հավանություն և աջակցություն մարզիչներից, ընտանիքից, ընկերներից և երկրպագուներից:

Պրոֆեսիոնալ սպորտում ներքին և արտաքին դրդապատճառները հաճախ փոխազդում են միմյանց վրա: Օրինակ՝ մարզիկները կարող են ներքուստ դրդված լինել կատարելագործմանը, սակայն ձգտում են նաև արտաքին պարգևների, վարձատրության:

Ժամանակի ընթացքում ներքին և արտաքին մոտիվացիայի դերերը կարող են փոխվել: Կարիերայի վաղ փուլերում արտաքին պարգևները կարող են ավելի նշանակալից լինել, մինչդեռ փորձառու մարզիկների դեպքում ներքին դրդապատճառները, ինչպես գործընթացից անձնական բավարարվածությունը, կարող են ավելի կարևորվել:

Այս փուլում պրոֆեսիոնալ մարզիկների սոցիալականացման կարևոր կողմերից մեկը սպորտի և անձնական կյանքի միջև հավասարակշռությունն է: Պրոֆեսիոնալ մարզիկները սովորաբար ունենում են ինտենսիվ մարզումների և մրցումների ժամանակա-

ցույց, որը պահանջում է զգալի ժամանակ և ֆիզիկական էներգիա: Դա կարող է դժվարացնել անձնական կյանքի, հանգստանալու և մոտ մարդկանց հետ հաղորդակցվելու համար ժամանակի հայթայթումը:

Մրցումների և մարզումների պատճառով հաճախակի ուղևորությունները կարող են ազդել միջանձնային հարաբերությունների և սոցիալական կապերի վրա՝ սահմանափակելով ընտանիքի և ընկերների հետ հաղորդակցվելու հնարավորությունները: Մարզիկները պետք է գտնեն ուղիներ՝ օպտիմալացնելու իրենց մարզումները և մրցումները, որպեսզի ժամանակ տրամադրեն հանգստի և անձնական կյանքի համար:

Մարզական գործունեության արդյունքում՝ պրոֆեսիոնալ մարզիկների մոտ զարգացնում են բազմաթիվ անհատական հատկանիշներ, որոնք վերաբերում են նաև ճանաչողական և հուզական կողմերին:

Պրոֆեսիոնալ մարզիկները սովորում են դիմակայել մրցակցության պատճառով առաջացած սթրեսին և մեծ ճնշումներին, որոնք կապված են մարզիչների և երկրպագուների ակնկալիքների ու սեփական բարձր չափանիշներից:

Կանոնավոր մարզումներին մասնակցելու և ռեժիմը պահպանելու համար մարզիկները զարգացնում են կարգապահությունը, ընդ որում՝ բարձր մակարդակով: Նրանց մոտ զարգանում են այնպիսի կարևոր հատկություններ, ինչպիսիք են՝ խիստ սննդակարգը, հանգիստի և մարզումների ռեժիմին հետևելը, կենտրոնացվածության և ուշադրության բարձր մակարդակը, վճռականությունը, երկարաժամկետ և կարճաժամկետ նպատակների վրա կենտրոնանալու կարողությունը:

Պրոֆեսիոնալ մարզիկների մոտ զարգանում է հույզերը կառավարելու կարողություն (անհանգստություն, վախ կամ զայ-

րոյթ), որը նպաստում է առաջադրանքների կատարմանը և նպատակների իրականացմանը: Մարզիկները կարողանում են հարմարվել փոփոխվող պայմաններին և հուզական վիճակներին: Բազմաթիվ պրոֆեսիոնալ մարզիկների մոտ զարգանում են առաջնորդության հմտություններ, որոնք օգնում են նրանց ոգեշնչելու և մոտիվացնելու թիմի մյուս անդամներին:

5. Սպորտային կարիերայի եզրափակում

Սոցիալականացումը սպորտային կարիերայի գագաթնակետում ունի իր առանձնահատկություններն ու մարտահրավերները: Այս փուլում մարզիկները ձգտում են հասնել առավելագույն արդյունքների, ինչը պահանջում է մարզական կյանքում ներգրավվածության և ուժերի կենտրոնացման բարձր աստիճան: Այս շրջանը բնութագրվում է ինչպես նշանակալի ձեռքբերումներով, այնպես էլ սոցիալականացման հետ կապված որոշակի դժվարություններով:

Մարզավիճակի գագաթնակետը հաճախ պահանջում է խմբի անդամների հետ առավելագույն փոխգործակցության դրսևորում: Խմբային (թիմային) մարզումների ռազմավարությունները և համատեղ ջանքերը զարգացնում են թիմային ոգին և փոխըմբռնումը: Ինտենսիվ մարզումները կարող են թիմում առաջացնել հակամարտություն, հատկապես, եթե տարբերվում են մարզիկների պատրաստության նպատակները կամ մեթոդները: Հնարավոր կոնֆլիկտների արդյունավետ լուծումը և թիմում դրական մթնոլորտի պահպանումը առանցքային կարևորություն են ստանում: Մարզիչը կենտրոնական դեր է խաղում լավագույն մարզավիճակին հասցնելու գործընթացում: Նրա աջակցությունը, առաջնորդությունը և արձագանքները կարող են էական ազդեցություն ունենալ մարզիկի նվաճումների վրա: Մարզիչը կարող է դառնալ ոչ միայն մենթոր, այլ նաև հուզական աջակցության աղ-

բյուր՝ հատկապես սթրեսային իրավիճակում և մեծ բեռնվածության ժամանակաշրջաններում:

Մարզավիճակի ձեռքբերման ժամանակ մարզիկները ձգտում են առավելագույն արդյունքների, ինչը պահանջում է բարձր մոտիվացիա և կենտրոնացում՝ առաջադրված նպատակի իրականացման համար: Մարզավիճակի գազաթնակետը պահանջում է ոչ միայն ֆիզիկական, այլև ռազմավարական պատրաստվածության գրագետ պլանավորում:

Պատրաստության ընթացքում մարզիկները կարող են բախվել հանրության կողմից մեծացած վերահսկողության և լրատվամիջոցների ճնշմանը, ինչը կարող է դառնալ և՛ մոտիվացնող, և՛ սթրեսային գործոն: Մարզավիճակը հաճախ ներառում է տարբեր մրցումների մասնակցություն, որը կարող է ազդել սոցիալականացման և այլ մարզիկների ու երկրպագուների հետ փոխադեցության վրա: Մարզավիճակի ձևավորումը կարող է ուղեկցվել սթրեսի առաջացումով, ինչը թելադրում է մարզիկներին զարգացնելու սթրեսը կառավարելու և հուզական հավասարակշռությունը պահպանելու հմտություններ:

Պրոֆեսիոնալ սպորտում տարիների ընթացքում առաջանում է մարզական արդյունքների օրինաչափ կայունացում կամ վատթարացում, որը ստիպում է մարզիկին մտածել մարզական կարիերան արժանավայել ավարտելու մասին: Սակայն մարզիկների մեծամասնությունը ցանկանում է երկարաձգել իր մարզական կարիերան և հետաձգել սպորտից հեռանալու դժվար պահը:

6. Սպորտային կարիերայի ավարտ.

Սոցիալականացման այս փուլին բնորոշ է մարզական կարիերայի ավարտը և անցումը այլ մասնագիտական գործունեությանը: Որպես կանոն՝ այդ փուլը մարզիկի կյանքի ամենադժվար

շրջաններից մեկն է, քանի որ կապված է իր կյանքում սպորտի տեղի արմատական և սեփական անձի կարևորության փոփոխության գիտակցման հետ, ինչը դրսևորվում է մարզիկի սոցիալական դերից դուրս:

Մարզական կարիերայի ավարտը հաճախ կապված է վնասվածքի, մարզական արդյունքների վատթարացման, հավաքական թիմում չընդգրկվելու և այլ պատճառների հետ:

Նոր պայմաններին հարմարվելու (ադապտացիայի) ընթացքում մարզիկի մոտ սովորաբար առաջանում է անհրաժեշտություն սկսելու մասնագիտական նոր կարիերա, ձևավորելու նոր կենսակերպ, ստեղծելու սեփական ընտանիք, կամ վերափոխելու ընտանիքում առկա հարաբերությունները:

Սպորտային կարիերայի ավարտը նշանակալի և, հաճախ, բարդ գործընթաց է, որն ազդում է մարզիկի կյանքի բազմաթիվ կողմերի վրա՝ ներառյալ նրա սոցիալականացումը: Ակտիվ սպորտից անցումը «սովորական» կյանք ունի իր յուրահատուկ առանձնահատկությունները, որոնք կարող են մեծապես ազդել մարզիկի անձնական և սոցիալական զարգացման վրա:

Բազմաթիվ մարզիկների համար սպորտը կյանքի և անձնային նույնականացման առանցքային բաղադրիչն է: Կարիերայից հեռանալը կարող է հանգեցնել ինքնավստահության կորստի առաջացմանը, քանի որ դա այլևս չի որոշվում իր մարզական նվաճումներով:

Մարզիկների համար կարևոր է կյանքում գտնել նույնականացման նոր օբյեկտներ և ձևավորել կյանքի նոր նպատակներ: Այդ գործընթացը կարող է լինել դժվար և պահանջել ժամանակ ու լուրջ աջակցություն:

Այդ ժամանակ ընտանիքի, ընկերների և պրոֆեսիոնալ խորհրդատուների աջակցությունը կարող է օգնել կյանքի նոր

պայմաններին հարմարվելուն և կառավարելուն հուզական դժվարությունները:

Մարզական կարիերան ավարտելու բացասական կողմերից մեկն այն է, որ մարզիկները կարող են կորցնել կապը իրենց նախկին սոցիալական շրջանակի հետ՝ ներառյալ մարզիչների, թիմակիցների և այլոց, ում հետ իրենց կարիերայի ընթացքում ակտիվ հաղորդակցվել և գտնվել են որոշակի հարաբերությունների մեջ: Իսկ հետսպորտային կյանքը պահանջում է նոր սոցիալական կապերի ստեղծում և հարաբերությունների ձևավորում այն մարդկանց հետ, որոնք մարզական միջավայրից դուրս են: Այնուամենայնիվ, սպորտային կարիերայի ավարտով մարզիկը կարող է ավելի շատ ժամանակ տրամադրել ընտանիքին և ամրապնդել ընտանեկան հարաբերությունները:

Մարզիկները հաճախ սկսում են նոր կարիերա կամ բիզնես նախագծեր, որոնք պահանջում են նոր հմտությունների ձևավորում և հարմարվողականության դրսևորում: Ակտիվ սպորտից անցումը նոր կարիերայի ունի իր յուրահատուկ առանձնահատկությունները, որոնք կարող են մեծապես ազդել մարզիկի անձնական և սոցիալական զարգացման վրա:



Մեկ այլ կարևոր խնդիր, որին այդ ժամանակահատվածում բախվում են մարզիկները, նրանց ֆինանսական ապահովվածությունն է: Մարզիկները պետք է այնպես կառավարեն իրենց ֆինանսական միջոցները, որպեսզի անցումային փուլում և ապագայում ապահովեն սեփական ֆինանսական կայունությունը: Կարևոր է մշակել ֆինանսական պլան, որը հաշվի կառնի ինչպես ընթացիկ կարիքները, այնպես էլ երկարաժամկետ նպատակները:

Մարզիկների մեծամասնությունը, ավարտելով մարզական կարիերան, ունեն բարձրագույն կրթություն: Սակայն դեռահաս և պատանեկան տարիքում խորացված սպորտային մարզումները կարող են խախտել անձի զարգացման ներդաշնակությունը, ինչը կարող է դժվարացնել հարմարեցումը կյանքին:

Այն մարզիկները, որոնք սպորտում հասել են մեծ հաջողությունների, ունեն բարձր նվաճումներ, ավելի դժվար են հարմարվում հասարակական կյանքին:

Բարձրակարգ մարզիկները գերադասում են սպորտից հեռանալ կտրուկ և/կամ հաղթանակած՝ համարելով մարզական արդյունքների նվազումը անթույլատրելի:

Ակտիվ սպորտից մարզիկի հեռանալու և նոր պայմաններին հարմարվելու մեկ այլ կողմը նրա առողջությունն է: Մարզական կարիերայի ավարտից հետո անհրաժեշտ է լուրջ բժշկական վերականգնում, բուժում, քանի որ մարզումային գործընթացը հաճախ քայաքյում է առողջությունը: Անհրաժեշտ է միջոցառումների մեծ համալիր, որը կվերականգնի մարզիկի առողջությունը, սոցիալապես կպաշտպանի նրան:

Այն դժվարությունները, որոնց հանդիպում են մարզիկները իրենց կարիերայի ավարտին, պահանջում է բազմակողմանի մոտեցում, որը ներառում է հոգեբանական, սոցիալական և մասնագիտական աջակցություն:

Այդ խնդիրների լուծման հիմնական ուղիներն են՝

1. Հոգեբանական աջակցություն և հարմարվողականություն:

Հոգեբանական աջակցությունը անցումային շրջանի մարզիկների համար ամենակարևոր գործիքներից մեկն է: Ճանաչողական վարքային թերապիան կարող է օգնել մարզիկներին փոխելու բացասական մտքերն ու վարքագիծը, որոնք կապված են կարիերայի ավարտի հետ: Սա օգնում է բարելավելու հոգեկան առողջությունը և նվազեցնելու դեպրեսիայի և անհանգստության ախտանիշները:

Կարիերայի խորհրդատուները կարող են օգնել մարզիկներին բացահայտելու նոր նպատակներին հասնելու և սեփական զարգացման ուղիները, ինչը հատկապես կարևոր է այն մարզիկների համար, որոնք ունեն սպորտի նույնականացման կորստի զգացում:

Խմբային պարապմունքները և այլ մարզիկների աջակցությունը, որոնք արդեն անցել են այս խնդիրների միջով, կարող են օգնել նվազեցնելու մեկուսացման զգացումը և ապահովելու հասարակությանը պատկանելու զգացում:

2. Ֆինանսական պլանավորում և կրթություն:

Մարզական կարիերայի ավարտից հետո ֆինանսական կայունությունը առանցքային դեր է խաղում մարզիկի սթրեսի նվազեցման և ֆինանսական անվտանգության ապահովման գործում:

Ֆինանսական փորձագետների հետ խորհրդակցությունները կարող են օգնել մարզիկներին ստեղծելու կայուն ֆինանսական պլան՝ ներառյալ ներդրումները, ծախսերի կառավարումը և հարկային պարտականությունների պլանավորումը:

Բազմաթիվ մարզիկներ կարող են օգտվել ֆինանսական գրագիտության դասընթացներից՝ իրենց ֆինանսներն ավելի լավ կառավարելու և հիմնավորված ֆինանսական որոշումներ կայացնելու համար:

Խնայողություններ ունեցող մարզիկների համար ներդրումները կարող են դառնալ պասիվ եկամտի աղբյուր, իսկ ներդրումային պլանների դիվերսիֆիկացիան (ներդրումների բաշխում) օգնում է նվազագույնի հասցնել ռիսկերը և ապահովում է կարիերայի ավարտից հետո կյանքի համար անհրաժեշտ եկամուտներ ստանալու կայուն հնարավորություն:

Բազմաթիվ բարձրակարգ մարզիկներ դառնում են ծեռնարկատերեր՝ օգտագործելով իրենց խնայողությունները, ստեղծում ընկերություններ, որոնք երկարաժամկետ հեռանկարում կարող են բերել եկամուտ:

3. Սոցիալական ներառում և աջակցություն:

Սոցիալական ինտեգրումը սպորտից հեռանալուց հետո կյանքին հաջողությամբ հարմարվելու կարևոր կողմն է: Ընդգրկվելը տարբեր ընկերություններին և ակումբներին օգնում է մարզիկներին հաստատել նոր կապեր և սպորտից դուրս ձևավորել նոր հետաքրքրություններ: Սա կարող է իրականանալ բարեգործական կազմակերպությունների, մասնագիտական ասոցիացիաների կամ շահագրգիռ ակումբների գործունեությանը մասնակցելու ձևով: Այս մարզիկները կարող են երիտասարդ մարզիկների օգնականներ լինել կամ մասնակցել վերապատրաստման և զարգացման ծրագրերի՝ մշտապես մնալով ակտիվ և հասարակությանը օգտակար:

4. Մասնագիտական վերապատրաստում և կարիերայի նոր հնարավորությունների բացահայտում:

Նոր հմտությունների զարգացումը և տարբեր բնագավառներում կրթություն ստանալը մարզիկների համար բացում են կա-

րիերայի նոր հնարավորություններ: Վերապատրաստման ծրագրերն օգնում են մարզիկներին ձեռք բերելու նոր մասնագիտություն կամ զարգացնել սպորտից դուրս հաջող կարիերայի համար անհրաժեշտ հմտություններ:

Ուսուցմանը վերադառնալը և լրացուցիչ կրթություն ստանալը, օրինակ՝ բակալավրի աստիճան, մագիստրոսի կոչում, կարող են զգալիորեն բարելավել հաջող և լավ աշխատանքի տեղավորվելու հնարավորությունները:

Բազմաթիվ նախկին մարզիկներ շարունակում են իրենց կարիերան սպորտային ոլորտում՝ որպես մարզիչներ, սպորտային մենեջերներ և մրցավարներ:

Այնուամենայնիվ, նախկին մարզիկները կարող են աշխատել նաև որպես խորհրդատուներ մարզական ֆեդերացիաներում կամ սպորտային ապրանքանիշերի գովազդման մասնագետներ:

5. Հատուկ հիմնադրամների ստեղծում:

Հիմնադրամների գործունեությունը ուղղված է նյութապես ապահովելու և այլ ձևերով աջակցելու նախկին բարձրակարգ մարզիկներին:

Նախկին մարզիկներին և հատկապես ազգային հավաքականների ներկայացուցիչներին ֆինանսական աջակցության տրամադրումը որոշիչ դեր է խաղում նրանց մարզական կարիերայի ավարտից հետո տարբեր բնույթի օգնություն ցուցաբերելու գործում: Դա օգնում է ստանալու ֆինանսական հնարավորություններ՝ կապված «սովորական» ապրելակերպին անցնելու, ստացած վնասվածքներից վերականգնվելու, կրթություն ստանալու, կամ վերապատրաստվելու հետ:

Նման օրինակներից է «Ռուսաստանի Օլիմպիականների աջակցության հիմնադրամ» (*The Russian Olympians Foundation*) ոչ պետական կազմակերպություն, որը ստեղծվել է Ռուսաստանի

օլիմպիական հավաքականի նախկին անդամներին օգնություն տրամադրելու նպատակով:

Հիմնադրամը դրամաշնորհների միջոցով ֆինանսական և այլ բնույթի օգնություն է տրամադրում այն մարզիկներին, որանք եղել են Օլիմպիական խաղերի մրցանակակիրներ, և ավարտելով իրենց կարիերան, նոր կյանքում բախվել են մի շարք դժվարությունների: Այն նաև աջակցում է բժշկական վերականգնման և վերապատրաստման ծրագրերին:

Նման հիմնադրամներ կան են նաև այլ երկրներում, որոնք իրականացնում են տարբեր ծրագրեր՝ հատկապես աջակցելով բարձրակարգ նախկին մարզիկներին և հավաքական թիմերի անդամներին:

Օրինակ՝ ԱՄՆ-ում գործող «Team USA» հիմնադրամը իրականացնում է հավաքական թիմերի մարզիկների կարիերայի և կրթության ծրագրեր՝ աջակցելու նախկին ամերիկացի Օլիմպիական և Պարալիմպիկ խաղերին մասնակցող մարզիկներին: Ծրագիրն օգնում է նախկին մարզիկներին աշխատանքի տեղավորման, նախաձեռնությունների ուսուցման, վերապատրաստման հնարավորությունների տրամադրման հարցերում՝ նպաստելով մարզական կարիերայի ավարտից հետո նրանց հաջող ինտեգրմանը հասարակական կյանք:

Այդպիսի հիմնադրամներ գործում են նաև Ավստրալիայում (*Australian Sports Foundation*), Իռլանդիայում (*Sport Ireland*), Մեծ Բրիտանիայում (*SportsAid*), Գերմանիայում (*Sporthilfe*), Կանադայում (*AthletesCAN*) և այլ երկրներում: Այդ հիմնադրամները ոչ միայն մասնագիտացված են նախկին մարզիկներին աջակցելուն ուղղված ծրագրերի իրականացմանը, այլ նաև որոշիչ դեր են խաղում գործընկերային ծրագրերի և ընդհանուր նախաձեռնությունների միջոցով նոր սոցիալական պայմաններին՝ նրանց հարմարվելու գործում:

Կան վիճակագրական տվյալներ առ այն, որ կարիերան ավարտելուց հետո ինչ մասնագիտություններ են նախընտրում նախկին բարձրակարգ մարզիկները: Նրանց կարիերայի ուղիները բազմազան են և պայմանավորված են բազմաթիվ գործոններով՝ ներառյալ կրթության մակարդակը, ձեռք բերած հմտությունները, սոցիալական կապերը և անձնական հետաքրքրությունները:



1. Սպորտային ինդուստրիա (ոլորտ)

Մարզչական աշխատանքը նախկին մարզիկների շրջանում ամենապահանջված մասնագիտություններից է: Նախկին մարզիկների զգալի մասը (մոտ 20-30%) ընտրում է տարբեր մակարդակներում մարզչական կարիերա՝ սիրողականից մինչև պրոֆեսիոնալ սպորտ:

Ներկայացնենք մի քանիսը.

- **Ջուլֆալական Լևոն** (Հայաստան) – նշանավոր հունահռոմեական ըմբիշ: 1985 թվականին ընդգրկվել է ԽՍՀՄ-ի հավաքականի կազմում: Եվրոպայի և Աշխարհի չեմպիոն (1986թ.), Սեուլի Օլիմպիական խաղերի չեմպիոն (1988թ.): Լևոն Ջուլֆալականը առաջին մարզիկն է, որի անունը Փարիզի Օլիմպիական խաղերի ժամանակ ընդգրկվել է Ըմբշամարտի համաշխարհային ֆեդերացիայի փառքի սրահում:

1999 թ-ից ՀՀ հունա-հռոմեական հավաքականի գլխավոր մարզիչն է, պատրաստել է Կարեն Մնացականյանին՝ Եվրոպայի առաջնության բրոնզե մեդալակիր (1999թ.) և Աշխարհի արծաթե մեդալակիր (2001թ.): Պատրաստել է Արսեն Զուլֆալականին՝ Եվրոպայի առաջնության փոխչեմպիոն (2014թ.) և կրկնակի բրոնզե մեդալակիր (2012թ., 2019թ.), Աշխարհի առաջնության արծաթե (2010թ.) և երկու անգամ բրոնզե մեդալակիր (2011թ., 2013թ.):

• **Յոհան Կրոյֆ** (Նիդերլանդներ) - պրոֆեսիոնալ ֆուտբոլիստ և մարզիչ: Համարվում է ֆուտբոլի պատմության մեծագույն խաղացողներից մեկը: «Այաքս» ակումբի կազմում երեք անգամ անընդմեջ նվաճել է Եվրոպայի չեմպիոնների գավաթը: Նիդերլանդների հավաքականի կազմում Աշխարհի առաջնությունում նվաճել է արծաթե մեդալ (1974թ.) և բրոնզե մեդալ Եվրոպայի առաջնությունում (1976թ.): 1999 թվականին Կրոյֆը Ֆուտբոլի պատմության և վիճակագրության միջազգային ֆեդերացիայի կողմից ճանաչվել է դարի Եվրոպայի լավագույն խաղացող: «Դարի աշխարհի խաղացող» տիտղոսի հարցման արդյունքում Պելե-ից հետո զբաղեցրել է երկրորդ տեղը:

Ֆրանսիական «France Football» ամսագրի կողմից կազմակերպված հարցման արդյունքներով աշխարհում ճանաչվել է երրորդ ֆուտբոլիստը: 1998 թվականին ընտրվել է 20-րդ դարի՝ Աշխարհի խորհրդանշական հավաքականի, 2002 թվականին ՖԻՖԱ-ի՝ Աշխարհի գավաթի երազանքի թիմում, իսկ 2004 թվականին ընդգրկվել է ՖԻՖԱ-ի՝ աշխարհի 100 մեծագույն խաղացողների ցանկում: Սպորտից հեռանալուց հետո՝ 1984 թվականին, Կրոյֆը մեծ հաջողության հասավ՝ որպես «Այաքսի», ապա Իսպանիայի «Բարսելոնայի» մարզիչ՝ հետագայում աշխատելով որպես երկու ակումբների ազդեցիկ խորհրդատու:

- **Ֆրանց Բեկենբաուեր** (ԳՖՀ) - Մյունխենի «Բավարիայ» ակումբի կազմում երեք անգամ անընդմեջ նվաճել է Եվրոպայի գավաթը (1974-1976թթ.), մեկ անգամ՝ Եվրոպայի գավաթակիրների գավաթը: Գերմանիայի հավաքականի կազմում դարձել է Եվրոպայի չեմպիոն (1972թ.), Աշխարհի գավաթակիր (1974թ.): Երկու անգամ Բեկենբաուերը արժանացել է «Ոսկե գնդակ» մրցանակին (1972թ. և 1976 թթ.): Որպես թիմի մենեջեր (մարզիչ)՝ նա գլխավորել է Գերմանիայի հավաքականը՝ 1986 թվականի Աշխարհի առաջնությունում թիմը զբաղեցրել է երկրորդ տեղը, իսկ 1990 թվականին նվաճել ոսկե մեդալներ:

Ֆուտբոլի պատմության և վիճակագրության միջազգային ֆեդերացիան (IFFHS) Ֆրանց Բեկենբաուերին ճանաչել է 20-րդ դարի լավագույն խաղացողներից մեկը, և այդ պատվավոր կոչումը նա կիսել է բրազիլացի Պելեի և Յոհան Կրոյֆի հետ: Բեկենբաուերը դարձավ առաջինը ֆուտբոլի պատմության մեջ, որը նվաճեց աշխարհի չեմպիոնի կոչումը նախ՝ որպես խաղացող, ապա՝ որպես Գերմանիայի հավաքականի մարզիչ:

Նախկին մարզիկների մոտ 10-15%-ը շարունակում է իրենց կարիերան՝

որպես սպորտային ադմինիստրատորներ, թիմերի մենեջերներ, մարզական ակումբների տնօրեններ կամ տարբեր մարզական կազմակերպությունների աշխատողներ:

Ներկայացնենք մի քանիսը.

- **Սերգեյ Բուբկա** (Ուկրաինա) - հայտնի ձողացատկորդ, Սեուլի Օլիմպիական խաղերի չեմպիոն (1988թ.), աշխարհի 6-ակի չեմպիոն (1983, 1987, 1991, 1993, 1995, 1997թթ.), Եվրոպայի չեմպիոն (1986 թ.): Ըստ «Track & Field News» պարբերականի 1988 և 1991 թվականների ճանաչվել է աշխարհի լավագույն մարզիկ: Ներկայումս իր հիմնական գործունեությունը կենտրոնացած է մարզական կազմակերպությունների կառա-

վարման վրա, մասնավորապես նա ղեկավարում է Ուկրաինայի ազգային օլիմպիական կոմիտեն: Ս. Բուբկան եղել է նաև Աթլետիկայի ֆեդերացիաների միջազգային ասոցիացիայի (IAAF) փոխնախագահը:

- **Թոմաս Բախ** (Գերմանիա) – սուսերամարտիկ. թիմային հաշվարկում 1973 թվականին Աշխարհի առաջնությունում նվաճել է արծաթ, թիմային հաշվարկում Մոնրեալի Օլիմպիական խաղերի չեմպիոն (1976թ.): Մարզական կարիերան ավարտելուց հետո ակտիվորեն մասնակցել է մարզական կառույցների կառավարմանը և 2013 թվականին ընտրվել Միջազգային օլիմպիական կոմիտեի նախագահ:

- **Սեբաստիան Բոու** (Մեծ Բրիտանիա) - հայտնի բրիտանացի մարզիկ, որը նվաճել է օլիմպիական չորս մեդալ և սահմանել համաշխարհային ութ ռեկորդ՝ միջին տարածությունների վազքում: Ըստ «Track & Field News» պարբերականի 1979 թվականին ճանաչվել է աշխարհի լավագույն մարզիկ: 2015 թվականին ընտրվել է Աթլետիկայի ֆեդերացիաների միջազգային ասոցիացիայի (IAAF) նախագահ:

Սպորտային կարիերայի ավարտից հետո զբաղվել է քաղաքականությամբ և 1992-1997 թվականներին Մեծ Բրիտանիայի պառլամենտի անդամ էր՝ ներկայացնելով «Պահպանողական» կուսակցությունը:

Որոշ մարզիկներ (մոտ 5-10%) դառնում են մարզական ակումբի վերլուծաբաններ,

սկաուտներ, որոնք պատասխանատու են ակումբի հնարավոր թեկնածուների որոնման և ընտրության համար:

2. Լրատվամիջոցներ և հաղորդակցություններ

Նախկին մարզիկների մոտավորապես 10-20%-ը հայտնվում է մեդիա ոլորտում՝ աշխատելով որպես սպորտային մեկնաբաններ, հեռուստատեսության և ռադիոյի վերլուծաբաններ կամ

լրագրողներ: Նրանց գիտելիքներն ու փորձը դարձնում են իրենց արժեքավոր փորձագետներ սպորտային հեռարձակման և հրատարակության ոլորտներում:

3. Ձեռնարկատիրություն և բիզնես

Նախկին մարզիկների մոտ 15-25%-ը սկսում է սեփական բիզնեսը՝ օգտագործելով մարզական կարիերայի ընթացքում ձեռք բերած կապիտալն ու հանրաճանաչությունը: Դրանք կարող են լինել տարբեր ոլորտների բիզնեսներ՝ ֆիթնեսից և առողջապահությունից մինչև ռեստորանային բիզնես և սպորտային սարքավորումների արտադրություն:

Ներկայացնենք մի քանիսը.

- **Սերենա Ուիլյամս (ԱՄՆ)** - կանանց թենիսի աշխարհում չկա ավելի հայտնի անուն, քան լեգենդար Սերենա Ուիլյամսը: Օլիմպիական խաղերի քառակի չեմպիոն (2000, 2008, 2012թթ.,՝ մենախաղ և զուգախաղ), «Մեծ սաղավարտի» մենախաղի 23 մրցաշարերի հաղթող և թենիսի աշխարհում «Ոսկե սաղավարտի» միակ հաղթող՝ ներառելով «Մեծ սաղավարտի» և Օլիմպիական խաղերի բոլոր հաղթանակները:

Որպես գործարար՝ Սերենա Ուիլյամսին պատկանում է «S by Serena» հագուստի շարքը: Նա նաև «Serena Ventures» ներդրումային ընկերության գործադիր տնօրենն է, որը ներդրումներ է կատարել ավելի քան 60 ստարտափներում՝ 111 միլիոն դոլար արժողությամբ: Ունի բաժնետոմսեր «Miami Dolphins»-ում (ԱՄՆ պրոֆեսիոնալ ֆուտբոլային ակումբ) և «UFC»-ում (միջազգային սպորտային կազմակերպություն):

Միայն թենիսի կարիերայում նա վաստակել է ավելի քան 94 միլիոն դոլար գումար: 2023 թվականին Սերենա Ուիլյամսը հիմնեց «Nine Two Six Productions» մոլտիմեդիա ընկերությունը՝ հետագայում ընդլայնելով իր դերը որպես պրոդյուսեր:

- **Մարինա Շարապովա** (Ռուսաստան) - հայտնի թենիսիստուհի, որը 17 տարեկանում դարձել է Ուիմբլդոնի չեմպիոն (2004թ.), իսկ 18 տարեկանում՝ աշխարհի առաջին ռակետը: Մեծ սաղավարտի հինգ մրցաշարերի հաղթող (2004-2014թթ.), WTA-ի 39 մրցաշարերի հաղթող, Լոնդոնի Օլիմպիական խաղերի արծաթե մեդալակիր (2012թ.):

Շարապովան տասնմեկ տարի շարունակ կրել է աշխարհի ամենաբարձր վարձատրվող պրոֆեսիոնալ մարզիկի տիտղոսը՝ ըստ «Forbes»-ի՝ վաստակելով մոտ 300 միլիոն դոլար մրցանակային գումար:

Որպես գործարար՝ 25-ամյա Շարապովան 2013 թվականին հիմնել է «Sugarpova» պրեմիում դասի կոնֆետների շարքը: Շարապովան ներդրումներ է կատարել նաև գեղեցկության և առողջության ապրանքանիշներում են (Bala Bangles, Therabody և Supergoop), ինչպես նաև՝ UFC-ում՝ խառը մենամարտերի խթանման ընկերությունում:

Նա գումարներ է վաստակում՝ համագործակցելով այնպիսի ընկերությունների հետ, ինչպիսիք են «Porsche»-ն, «Nike»-ը, «Evian»-ը և «HEAD»-ը:

- **Կրիշտիանու Ռոնալդու** (Պորտուգալիա) - պրոֆեսիոնալ ֆուտբոլիստ: Ըստ «France Football» ամսագրի՝ «Ոսկե գնդակի» եռակի դափնեկիր և ՖԻՖԱ-ի «Ոսկե գնդակի» կրկնակի դափնեկիր, «Ոսկե խաղակոշիկի» քառակի դափնեկիր, ՖԻՖԱ-իվ ազգերի լիգայի և Պորտուգալիայի ազգային լիգայի բազմակի դափնեկիր, լավագույն խաղացող: Ռոնալդուն հինգ անգամ հաղթել է ՈւԷՖԱ-ի Չեմպիոնների լիգայում (2008, 2014, 2016-2018թթ.), չորս անգամ հաղթել է Աշխարհի ակումբային առաջնությունը և երկու անգամ՝ ՈւԷՖԱ-ի Սուպերգավաթը:

Ռոնալդուն Պորտուգալիայի ազգային հավաքականի հետ միասին դարձել է Եվրոպայի չեմպիոն (2016թ.), Եվրոպայի առաջնության արծաթե և բրոնզե մեդալակիր (2004թ. և 2012թ.):

Դեռ չավարտած իր մարզական կարիերան՝ Ռոնալդուն արդեն ունի բազմաթիվ բիզնես նվաճումներ:

2006 թվականին բացել է նորաձևության բուտիկ՝ «CR7»: 2011 թվականին թողարկել iPhone-ի «Heads Up With Cristiano» խաղը, որին հաջորդեց մեկ այլ հավելված 2013 թվականին: Այնուհետև 2015 թվականին, միավորվելով Eden Parfums-ի հետ, ստեղծել է իր սեփական բույրը՝ «Legacy»: Հանդիսանում է նաև սոցիալական ցանցերի ամենաբարձր վարձատրվող դեմքերից մեկը:

Կրիշտիանուն համագործակցում է նաև «Clear», «Herbalife», «Abbott», «Armani», «Tag Heuer», «Egyptian Steel», «EA Sports», «PokerStars» և «Castrol» ընկերությունների հետ: Միայն 2016 թվականին Ռոնալդուի ներկայությունը սոցիալական ցանցերում «Nike»-ին բերել է 474 միլիոն դոլար գումար: Ընդհանուր առմամբ, Կրիշտիանուն տարեկան մոտ 45 մլն դոլար գումար է վաստակում գովազդային ապրանքանիշների հետ համագործակցությունից:

• **Մայքլ Ջորդան** (ԱՄՆ) - բոլոր ժամանակների լավագույն բասկետբոլիստ, ԱՄՆ-ի հավաքականի կազմում կրկնակի Օլիմպիական չեմպիոն (1984, 1992թթ.), «Chicago Bulls»- ի կազմում՝ NBA-ի առաջնության վեցակի չեմպիոն (1991, 1992, 1993, 1996, 1997, 1998թթ.): Ըստ «Finals» ամսագրի՝ NBA-ում ամենաարժեքավոր խաղացողի մրցանակի վեցակի հաղթող է: Ջորդանը հինգ անգամ ճանաչվել է կանոնավոր առաջնության ամենաթանկ խաղացողը, երկար տարիներ եղել NBA-ի ամենահաջողակ

խաղացող, 14 անգամ դարձել բոլոր «Աստղերի խաղ»-ի անդամ և ընդգրկվել 50 լավագույն խաղացողների ցանկում:

Ջորդանը վաստակել է ավելի քան 90 միլիոն դոլար՝ որպես աշխատավարձ: Chicago Bulls-ի լեգենդն իր անունն է տվել «Nike»-ի Air Jordan շարքին: 2022 թվականին Jordan բրենդը «Nike»-ին բերել է 5,1 միլիարդ դոլար եկամուտ, որից Մայքլ Ջորդանին տարեկան մոտավորապես ստանում էր մոտ 400 միլիոն դոլար եկամուտ:

Ջորդանը համագործակցում է նաև համաշխարհային այն-պիսի բրենդների հետ, ինչպիսիք են՝ Gatorade-ը, McDonald's-ը, Coca-Cola-ն և Chevrolet-ը:

Նախկին մարզիկների որոշակի տոկոսը (մոտ 5-10%) հայտնվում է

կորպորատիվ կառույցներում, հատկապես վաճառքի, մարքեթինգի կամ կորպորատիվ կառավարման բաժիններում:

4. Հասարակական գործունեություն և բարեգործություն

Մարզիկների մոտ 5-10%-ը զբաղվում է սոցիալական և բարեգործական գործունեությամբ՝ ստեղծելով հիմնադրամներ և կազմակերպություններ՝ ուղղված երիտասարդներին աջակցելուն, սպորտը զարգացնելուն կամ կարիքավորներին օգնելուն:

Կան օրինակներ, երբ նախկին մարզիկների մի փոքր մասը (մոտ 2-5%) դառնում է քաղաքական կամ հասարակական գործիչ՝ օգտագործելով իր համբավն ու ազդեցությունը սոցիալական նախաձեռնությունների առաջխաղացման համար:

Ներկայացնեն մի քսար.

- **Մենի Պակյաո** (Ֆիլիպիններ) – լեգենդար բռնցքամարտիկ, վեց քառյային կարգում՝ Աշխարհի բազմակի չեմպիոն (WBC 1998-1999թթ.): «Տարվա բռնցքամարտիկ»՝ ըստ «The Ring» ամսագրի (2006, 2008, 2009թթ.): Կարիերայի ավարտից հետո նա

գբաղվեց քաղաքականությամբ և դարձավ Ֆիլիպինների սենատոր: 2022 թվականին նույնիսկ առաջադրեց իր թեկնածությունը երկրի նախագահի պաշտոնում:

- **Վիտալի Կլիչկո** (Ուկրաինա) - պրոֆեսիոնալ բռնցքամարտի աշխարհի չեմպիոն՝ ըստ WBO-ի (1999-2000թթ.), WBC (2004-2005, 2008-2013թթ.): Սպորտից հեռանալուց անմիջապես հետո Կլիչկոն սկսել է իր քաղաքական կարիերան: 2012-2014թթ. Ուկրաինայի՝ 7-րդ գումարման ժողովրդական պատգամավոր, 2014 թվականից՝ Կիևի քաղաքապետ, ակտիվորեն ներգրավված է Ուկրաինայի քաղաքական կյանքում:

- **Առնոլդ Շվարցենեգեր** (ԱՄՆ) – բողիբիլդինգի՝ մի շարք մրցանակների դափնեկիր, այդ թվում՝ «Միստեր Օլիմպիա» տիտղոսի յոթակի հաղթող: Չնայած իր մարզական կարիերան բողիբիլդինգում էր, որը որոշ չափով տարբերվում է ավանդական սպորտից, նա դարձավ քաղաքականություն մուտք գործած ամենահայտնի դեմքերից մեկը: 2003 թվականին Շվարցենեգերն ընտրվեց Կալիֆորնիայի նահանգապետ և պաշտոնավարեց երկու տարի ժամկետով:

5. Կրթություն և գիտություն

Նախկին մարզիկների մոտ 5-10%-ը տեղափոխվել է կրթության ոլորտ՝ աշխատելով դպրոցում՝ որպես ֆիզիկական կուլտուրայի ուսուցիչներ կամ համալսարանի դասախոսներ, որտեղ ուսանողներին ուսուցանում են սպորտի տեսության, ֆիզիկական պատրաստության և սպորտային հոգեբանության հիմունքներ՝ զբաղվելով գիտությամբ:

Ներկայացնենք մի քանիսը.

- **Նաջարյան Քրիստինե** (Հայաստան) - սամբոյի աշխարհի կրկնակի չեմպիոն (1998, 2004թթ.), Եվրոպայի եռակի չեմպիոն (1999, 2001, 2004թթ.), միջազգային կարգի սպորտի վարպետ

(1995թ.): Դասավանդում է Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտի Ըմբշամարտի և արևելյան մարզաձևերի ամբիոնում:

- **Դանիելյան Աշոտ** (Հայաստան) – ծանրամարտի՝ Եվրոպայի կրկնակի չեմպիոն (1999, 2000 թթ.), Եվրոպայի 2-րդ մրցանակակիր (2006թ.), երկու Օլիմպիական խաղերի մասնակից, ՀՀ սպորտի վաստակավոր վարպետ (2000թ.): Դասավանդում է Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտի Ծանրամարտի, բռնցքամարտի և սուսերամարտի ամբիոնում՝ որպես պրոֆեսոր:

- **Չատինյան Աղվան** (Հայաստան) – անվանի մարզիկ, մարզիչ, լեռնագնացների ԽՍՀՄ առաջնության երկրորդ մրցանակակիր (1956թ.), ԽՍՀՄ լեռնագնացների հավաքական թիմի անդամ, ալպինիզմից ԽՍՀՄ սպորտի վարպետ (1958թ.): Եղել է Կովկասի ժայռամագլցման բազմակի չեմպիոն: Մարզական կարիերան ավարտելուց հետո աշխատել է Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտի դահուկասպորտի և տուրիզմի ամբիոնում որպես դասախոս, հետագայում պրոֆեսոր, 1987-1995թթ. ամբիոնի վարիչ, հետագայում դասավանդել է Ճգնաժամային կառավարման պետական ակադեմիայում:

Իր ջանքերով 1992 թվականին Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի պետական ինստիտուտում բացվել է «Փրկարարական գործ» մասնագիտությունը: Հրատարակել է մոտ 100 գիտամեթոդական աշխատություն, այդ թվում՝ 10 ուսումնական ձեռնարկ:

- **Վորոբյով Արկադի** (ԽՍՀՄ) - ԽՍՀՄ սպորտի վաստակավոր վարպետ, ԽՍՀՄ վաստակավոր մարզիչ: Հելսինկիի Օլիմպիական խաղերի բրոնզե մեդալակիր (1952թ.), օլիմպիա-

կան կրկնակի չեմպիոն (1956, 1960թթ.), Աշխարհի հնգակի չեմպիոն (1953, 1954, 1955, 1957, 1958թթ.), Եվրոպայի հնգակի չեմպիոն (1950, 1953, 1954, 1955, 1958թթ.): Միջին և թեթև քաշային կարգերում սահմանել է համաշխարհային 21 ռեկորդ: Մարզական կարիերան ավարտելուց հետո անցել է դասախոսական գործունեության: 1971 թվականին ղեկավարել է Ֆիզիկական կուլտուրայի պետական կենտրոնական ինստիտուտի ծանրամարտի ամբիոնը:

1977 թվականին նշանակվել է Մոսկվայի մարզային ֆիզիկական կուլտուրայի ինստիտուտի առաջին ռեկտոր: Բժշկական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր, ավելի քան 200 գիտական աշխատությունների հեղինակ, այդ թվում՝ 10 դասագրքի: Արկարի Վորոբյովի գլխավորությամբ՝ ավելի քան 50 հոգի դարձել են գիտությունների թեկնածուներ և դոկտորներ՝ ֆիզիկական կուլտուրայի, սպորտի և սպորտային բժշկության ոլորտներում:

• **Ալեքսանդր Կարելին** (Ռուսաստան) – հունա-հռոմեական ոճի ըմբշամարտի օլիմպիական եռակի չեմպիոն (1988, 1992, 1996 թթ.), աշխարհի 9-ակի չեմպիոն (1989-1991, 1993-1995, 1997-1999 թթ.), Եվրոպայի՝ 12-ակի չեմպիոն (1987-1991, 1993-1996, 1998-2000 թթ.): Չորս անգամ արժանացել է «Ոսկե գոտի» մրցանակի՝ որպես մոլորակի լավագույն ըմբիշ (1989, 1990, 1992, 1994 թթ.): Մարզական կարիերան ավարտելուց հետո սկսել է ակտիվորեն աշխատել կրթական և գիտական ոլորտում՝ կարդալով դասախոսություններ տարբեր ուսումնական հաստատություններում, այդ թվում՝ Սանկտ-Պետերբուրգի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական համալսարանում, մասնակցել է տարբեր կրթական ծրագրերի:

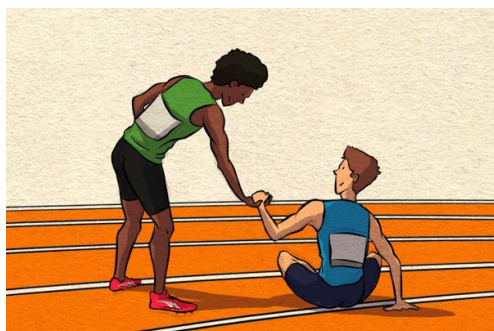
Վիճակագրական տվյալների ներկայացրած տոկոսների չափը գերազանցում է 100%-ը: Դա պայմանավորված է նրանով, որ

որոշ նախկին մարզիկներ կարող են միաժամանակ զբաղվել մի քանի գործունեությամբ: Օրինակ՝ մեկ մարդ կարող է լինել մարզիչ և միաժամանակ ղեկավարել սեփական բիզնեսը կամ աշխատել մեդիա ոլորտում: Այսպիսով՝ վիճակագրությունը հաշվի է առնում ոչ միայն գործունեության հիմնական տեսակը, այլև լրացուցիչ գործունեությունը:

Արդարացի խաղը և մարզիկի սոցիալականացումը

Ժամանակակից սպորտի և Օլիմպիական շարժման տեսությունն ու պրակտիկան ներառում են «արդարացի խաղ» հասկացությունը և դրա հետ կապված մարզիկների վարքագծի դրսևորման սկզբունքներ, որոնց հետևելը կարևորվում է նրանց սոցիալականացման գործընթացում:

Արդարացի խաղը (անգլերեն «Fair play») էթիկական և բարոյական օրենքների հավաքածու է, որը սպորտում հիմնված է վեհության և արդարության մասին անհատի ներքին համոզմունքի վրա:



«Արդարացի խաղ» հասկացությունը սկիզբ է առել դեռ Միջնադարից: Անգլիայում ասպետական մենամարտերի ժամանակ արգելվում էր հարձակվել ընկած մրցակցի վրա, որին հնարավորություն էր տրվում օգնություն ստանալու իր զինակցից:

«Արդարացի խաղ» միջազգային կոմիտեն հիմնադրվել է 1964 թվականին, չնայած իր ներկայիս անվանումը՝ «Արդար խաղի միջազգային կոմիտե», ստացել է 1973 թվականին: Այդ միջազգային կոմիտեն, իր հիմնադրման օրվանից սկսած, ամեն տարի շնորհում է մրցանակներ: Դրանցից մեկը Պիեռ դը Կուբերտենի «Ազնիվ ժեստ» մրցանակն է, որը շնորհվում է նախորդ տարվա ընթացքում մարզիկի կողմից ցուցադրված արդար խաղի ակնառու օրինակի համար՝ անկախ տարիքից, մարզիկի հանրաճանաչությունից, պրոֆեսիոնալ կամ սիրողական սպորտի պատկանելությունից:

Հայաստանում նման կոմիտե ստեղծվել է 1997 թվականին՝ Աշոտ Տեր-Շահինազարյանի ղեկավարությամբ, իսկ 2000 թվականից կոմիտեն ղեկավարում էր պրոֆեսոր Լևոն Սամվելյանը:

«Արդարացի խաղ»-ի սկզբունքները ներառում են մի շարք հիմնարար արժեքներ, որոնք սպորտային գործունեության մեջ հիմնված են ազնվության և պատասխանատվության վրա: Այս մոտեցումը մարզիկներից պահանջում է ոչ միայն հետևել մրցումների կանոններին, այլև ցուցաբերել հարգանք մրցակիցների, մրցավարների և հանդիսատեսի նկատմամբ, դրսևորել հանդուրժողականություն, ներառականություն, զսպվածություն և ինքնատիրապետում: Այս սկզբունքը մրցումների ժամանակ ոչ միայն ուղղորդում է մարզիկների վարքագիծը, այլև մեծ ազդեցություն է ունենում միջանձնային հարաբերությունների, թիմում նրանց ինտեգրման և կենսական հմտությունների զարգացման վրա՝ տեղափոխելով դրանք կյանքի այլ ոլորտներ:

Մարզիկների սոցիալականացման վրա «արդարացի խաղ» սկզբունքների ազդեցության կողմերից են.

1. Անձնական հատկությունների ձևավորում. հավատարիմ մնալով «արդարացի խաղ» կանոններին՝ մարզիկները սովորում

են գնահատել ազնվությունը, հարգել մրցականոնները և մրցակիցներին, ինչը նրանց մոտ զարգացնում է պատասխանատվության և ապրումակցման զգացում: Այս հատկանիշները նպաստում են մարզիկների՝ ավելի հաջող սոցիալական ինտեգրմանը, քանզի նրանք ընկալվում են որպես վստահելի և արդար մարդիկ:

2. Թիմի նկատմամբ վստահության ձևավորում. «արդարացի խաղ»-ի սկզբունքները ձևավորում են թիմային վստահություն, քանի որ յուրաքանչյուր մարզիկ գիտակցում է, որ իր թիմակիցները կհետևեն մրցականոններին և կգործեն ի նպաստ թիմի շահերի: Սա ստեղծում է այնպիսի միջավայր, որտեղ բոլորն իրենց զգում են գնահատված և ապահով, ինչը նպաստում է հուզական աջակցությանն ու սոցիալական համախմբմանը:

3. Բազմազանության հարգանք և դրա ընդունում. սպորտում և հատկապես ադապտիվ սպորտում «արդարացի խաղ»-ը առանձնահատուկ ընդգծում է հնարավորությունների հավասարությունը և հարգանքը յուրաքանչյուր մարզիկի առանձնահատկությունների նկատմամբ: Սա օգնում է մարզիկներին ավելի լավ հասկանալու և ընդունելու միմյանց, անկախ ֆիզիկական պատրաստվածությունից, ֆիզիկական սահմանափակումներից, և ստեղծում թիմի պատկանելության ուժեղ զգացում:

4. Կոնֆլիկտների արդյունավետ լուծում. «արդարացի խաղ»-ը մարզիկներին սովորեցնում է վիճելի իրավիճակներում առաջացած հարցերին մոտենալ հարգանքով, որն օգնում է նրանց խուսափելու կամ լուծելու կոնֆլիկտները խաղաղ ճանապարհով: Սա հատկապես կարևոր է սոցիալականացման ընթացքում, քանզի սպորտային ասպարեզում կոնֆլիկտներին դիմակայելու կարողությունը փոխանցվում է նաև առօրյա կյանք:



«Արդարացի խաղ»-ը օգնում է զարգացնել մրցակցի և մարզիչների նկատմամբ կուլտուրա, ինչպես նաև ձևավորում է արդարության գգացում: Դա օգնում է մարզիկներին հասկանալու, որ սպորտի կանոններն ու էթիկան կարևոր են նույնիսկ կարճաժամկետ արդյունքներ նվաճելու համար:

«Արդարացի խաղ»-ը նաև ակտիվորեն օգտագործվում է որպես մարզիկների կարգապահությունը ձևավորելու, նրանց գործողությունները կառավարելու և նույնիսկ ի վնաս սեփական շահերին, որոշումներ կայացնելու կարողությունը զարգացնելու միջոց: Դա իր հերթին, նպաստում է մարզիկի հետագա մասնագիտական և անձնական զարգացմանը:

Այն մարզիկները, որոնք հավատարիմ են «արդարացի խաղ»-ի սկզբունքներին, դրսևորում են ավելի մեծ հանդուրժողականություն և ձևավորում են ավելի ամուր թիմային կապեր:

«Արդարացի խաղ»-ի սկզբունքները ենթադրում են ներքին համոզմունք առ այն, որ հաղթելը խաբեության, մրցավարի սխալի, անարդար ստեղծված պայմանների պատճառով, նշանակում է ընդհանրապես չհաղթել:

Ներկայացնենք մի քանիսը.

- դեռևս Ք.Ճ.ա. 395 թ-ին Հին Հունաստանի 291-րդ օլիմպիական խաղերի ժամանակ, երբ կոփամարտում (բռնցքա-

մարտ) Վարազդատ թագավորի մրցակցին արգելված հնարքի համար մրցավարները պատժեցին՝ հաղթանակը շնորհելով Վարազդատին, վերջինս խնդրեց չպատժել մրցակից հույն մարզիկ Իկոսին, քանի որ նա միտումնավոր չէր խախտել մրցականոնները: Վարազդատը իր հերթին խնդրեց փոխել որոշումը և հնարավորություն տալ ավարտին հասցնել մենամարտը:

Տրիբունները, հիացած օտարերկրացու վեհանձնությամբ, նրա խոսքերը ընդունեցին հավանությամբ, որոտալի բղավոցներով (Լ.Սամվելյան):

Աթենացի ըմբիշ Իկոսը, արցունքներն աչքերին նայեց Վարազդատին: Մարտը շարունակվեց, պայքարում հաղթեց Վարազդատը:

- 1953թ-ի Եվրոպայի բռնցքամարտի առաջնության ժամանակ հայ մարզիկ Վլադիմիր Ենգիբարյանի մրցակիցն էր անվանի մարզիկ Ամտկևիչը, որը սայթաքեց մրցամարտի ժամանակ: Վ.Ենգիբարյանը հնարավորություն ունեցավ հարված հասցնելու մրցակցին, սակայն մեծահոգաբար թույլ տվեց նրան վեր կենալ, հանգստանալ և շարունակել մենամարտը: Հանդիսատեսը ծափահարություններով ողջունեց Վ.Ենգիբարյանի այդ ազնիվ արարքը (Լ. Սամվելյան):

- 2002թ-ին: ԱՄՆ-ում ձյուդոյի ազգային առաջնությունում Դեվիդ Ելիսին մրցավարները միավոր շնորհեցին, որը Դեվիդի կարծիքով պետք է տրվեր իր մրցակցին: Դեվիդը մրցավարի ուշադրությունը հրավիրեց այդ հանգամանքի վրա, սակայն առաջարկը անտեսվեց: Մրցապայքարի վերջում, երբ հաղթող ճանաչվեց Դեվիդը, նա կրկին դիմեց մրցավարին, որպեսզի իր մրցակցին ճանաչեն հաղթող: Սակայն բողոքը նորից անտեսվեց, և մրցակցի մարզիչը պաշտոնապես բողոքարկեց այդ որոշումը,

և տեսանյութը վերանայելուց հետո միայն մենամարտի հաշիվը փոխվեց:

- Անգլիայի Պրեմիեր լիգայի 2000թ. խաղերում «Վեսթ Հեմ» - «Էվերթոն» հանդիպման ժամանակ «Վեսթ Հեմի» հարձակվող իտալացի Պաոլո դի Կանիոն ցուցաբերեց մեծ կարեկցանք և ազնվություն: Խաղի ավարտին «Էվերթոնի» դարպասապահ Փոլ Ջերարդը ստացավ ծնկի վնասվածք և ակնհայտ ցավերով պառկեց խաղադաշտում: Գիտակցելով իրավիճակի լրջությունը՝ Դի Կանիոն փոխանցումը ստանալուց չօգտվեց իրավիճակից և չգրավեց դատարկ դարպասը՝ հեշտ գոլ խփելու ակնկալիքով: Նրա որոշումը օգնեց, որպեսզի դարպասապահ Ջերարդին հնարավորություն ունենա ստանալու անհրաժեշտ բժշկական օգնություն:

- 2012թ-ին Բուրլադայում (Իսպանիա) կրոսավազք մրցաձևում քենիացի մարզիկ Աբել Մութայը սխալմամբ կանգ առավ վերջնագծից ընդամենը 10 մետր առաջ՝ կարծելով, որ արդեն հատել է այն: Իսպանացի վազորդ Իվան Ֆերնանդես Անայան, երրկրորդն էր և կարող էր հեշտությամբ շրջանցել Մութային ու հաղթանակ տանել: Սակայն, դրա փոխարեն՝ ցույց տալով քենիացուն վերջնագիծը՝ իսպանացի մարզիկը, հրաժարվելով օգտվել մրցակցի սխալից, հնարավորություն տվեց Աբել Մութային՝ առաջինը հատելու դարպասային գիծը: Հետագայում Ֆերնանդես Անայան ասաց. «Ես արեցի այն, ինչ պետք է անեի: Նա իրավացի հաղթողն էր»: Իր մարզական արարքով Անայան դրսևորեց արդարություն՝ արժանանալով համատարած հիացմունքի (Honesty of the long-distance runner):

Սոցիալականացումը զանգվածային սպորտում

Սպորտային գործունեությունը բազմակողմանի է և ներառում է գործունեության մի քանի ուղղություններ, որոնցում սոցիալականացումն ունի որոշակի տարբերություններ:

Զանգվածային (առողջարարական) սպորտում սոցիալականացումը էականորեն տարբերվում է մանկական և պրոֆեսիոնալ սպորտի սոցիալականացման գործընթացից: Այս տարբերությունները հիմնականում կապված են սպորտային գործունեության ոլորտներից յուրաքանչյուրի առջև դրված նպատակներից:

Զանգվածային սպորտում սոցիալականացման գործընթացն ունի հետևյալ հիմնական առանձնահատկությունները.

1. Սոցիալական ներառականություն և մատչելիություն:

Զանգվածային սպորտի մատչելիությունը առանցքային գործոն է մարդկանց լայն շրջանակների համար՝ ֆիզիկական ակտիվության գործընթացում ներգրավվելու հարցում՝ անկախ նրանց սոցիալական, տնտեսական կամ ֆիզիկական կարգավիճակից:

Սա պայմաններ է ստեղծում մարդկանց լայն շրջանակների ընդգրկման համար՝ նպաստելով սոցիալական տարբեր խմբերի միավորմանը: Զանգվածային միջոցառումները՝ մարաթոնները, սիրողական մրցաշարերը և սպորտային փառատոնները, հաճախ դառնում են հաղորդակցության և փորձի փոխանակման կարևոր հարթակներ: Բացօթյա մարզադաշտերը, վազքի և հեծանվային արահետներով զբոսայգիները, անվճար կամ մատչելի գներով մարզադահլիճները հասանելի են բոլոր բնակիչներին՝ մարզումների համար՝ անկախ նրանց բնակավայրից:

2. Առողջ ապրելակերպի ձևավորում: Առողջարար սպորտում ուշադրությունը կենտրոնանում է ֆիզիկական ակտիվության վրա՝ որպես առողջ ապրելակերպի մաս: Այս համատեքստում սոցիալականացումը տեղի է ունենում կոլեկտիվ մարզում-

ների, մարզակումբների և հետաքրքրության հիման վրա ձևավորված խմբերի միջոցով, որտեղ մարդիկ համախմբվում են ընդհանուր նպատակին հասնելու ձգտումով՝ պահպանելով առողջությունը և բարեկեցությունը: Զանգվածային սպորտում առողջության խթանման միջոցով սոցիալականացումը այն կարևոր ուղղությունն է, որը միավորում է անձնական զարգացումը և սոցիալական փոխգործակցությունը: Սպորտով պարապելը ոչ միայն բարելավում է մարդու ֆիզիկական վիճակը, այլ նաև ստեղծում է սոցիալական նոր կապեր և ինտեգրում նրան տարբեր սպորտային ընկերությունները:

3. Մրցակցության նվազագույն չափ: Զանգվածային սպորտում մրցակցությունը նվազագույնի է հասցվել, ինչը օգնում է ավելի շատ մասնակիցների ներգրավել և ստեղծել առավել ընկերական ու ներառական մթնոլորտ: Ի տարբերություն պրոֆեսիոնալ սպորտի, որտեղ մրցակցությունը և հաղթելու ձգտումը գործունեության առանցքային կողմերն են, զանգվածային սպորտը կենտրոնանում է առավելապես մասնակցության, հաճույք ստանալու և առողջությունն ամրապնդելու վրա: Սա էականորեն նվազեցնում է սթրեսի և վնասվածքների մակարդակը ու մարզաձևերը ավելի հասանելի է դարձնում լայն զանգվածների համար:

Զանգվածային սպորտում մասնակիցները պարզևատրվում են հենց մասնակցության, այլ ոչ թե հաղթելու համար: Սա ստեղծում է ավելի հանգիստ և ընկերական մթնոլորտ, որտեղ մարդիկ կարող են վայելել հենց մրցակցային գործընթացը՝ առանց ճնշման կամ անհաջողության վախի:

Անձնական նվաճումների և առաջընթացի վրա կենտրոնացումը, այլ ոչ թե այլ մարզիկների հետ համեմատումը, թույլ է տալիս յուրաքանչյուր մասնակցի ձևավորելու անձնական նպատակները և հասնելու դրանց ցանկալի ժամանակահատվածում: Սա

օգնում է զարգացնել ինքնավստահություն և ձևավորել սպորտով պարապելու կայուն մոտիվացիա:

Նման պայմաններում սոցիալականացումը տեղի է ունենում աջակցության և փոխօգնության մթնոլորտում, որն օգնում է ստեղծել դրական հուզական ֆոն և ամրապնդել բարեկամական կապեր, որոնք կարող են դրսևորվել նաև սպորտից դուրս:

4. Մարզաձևերի բազմազանություն: Զանգվածային սպորտում մարզաձևերի բազմազանությունը առանցքային դեր է խաղում՝ մարդկանց լայն շրջանակներում ներգրավելու և տարբեր հետաքրքրություններ ու կարիքներ բավարարելու գործում: Զանգվածային սպորտն ընդգրկում է գործունեության բազմաթիվ ձևերը, ինչը թույլ է տալիս բոլորին գտնելու իր համար հետաքրքիր մարզաձև՝ անկախ տարիքից, ֆիզիկական պատրաստվածության մակարդակից և նախասիրություններից:

Ավանդական մարզաձևերը՝ ֆուտբոլը, բասկետբոլը, վոլեյբոլը և թենիսը, զանգվածային մարզաձևերում շարունակում են մնալ տարածված: Դրանք հայտնի են իրենց կոլեկտիվ բնութագրերի շնորհիվ, ինչը թույլ է տալիս մասնակիցներին զարգացնելու թիմային ոգին և սոցիալական կարևոր հմտությունները:

Թենիսը, աթլետիկան, լողը, սերֆինգը և վինդսերֆինգը գնալով ավելի տարածված են դառնում այն մարդկանց շրջանում, ովքեր փնտրում են ակտիվ հանգիստ և նոր հետաքրքրություններ, որոնք գնահատում են անձնական ձեռքբերումների և ինքնակատարելագործման վրա կենտրոնանալու հնարավորությունը:

Առողջապահական ծրագրերը և ֆիթնեսը (աերոբիկա, զուլ-բա, յոգա և պիլատես) զանգվածային սպորտի առավել մատչելի և տարածված ձևերից են: Այս ծրագրերը կենտրոնացած են մասնակիցների ֆիզիկական և հոգեկան առողջության բարելավման վրա:

Առողջարարական վազքը և քայլքը գործունեության մատչելի ու տարածված ձևերից են, որոնք չեն պահանջում հատուկ սարքավորումներ: Դրանք թույլ են տալիս ցանկացած տարիքի մարդկանց մարզվելու հարմար ժամանակ և հարմար վայրում:

Զանգվածային սպորտում սիրողական մրցումները մեծ դեր են խաղում՝ հնարավորություն տալով մասնակցելու սպորտային մրցումներին և ցուցադրելու սեփական ձեռքբերումները:

Ակտիվ հանգիստը և սպորտային տուրիզմը առաջարկում են սպորտային գործունեության հետաքրքիր և բազմազան ձևեր, որոնք համատեղում են ֆիզիկական ակտիվությունը ուղևորությունների և արկածների հետ: Հետիոտն և հեծանվային տուրիզմը հնարավորություն են տալիս վայելելու բնությունը, ուսումնասիրելու նոր վայրեր և լինել ֆիզիկապես ակտիվ:

5. Սոցիալական աջակցություն և մոտիվացիա: Զանգվածային սպորտում

մոտիվացիան ունի իր առանձնահատկությունները, որոնք տարբերում են այն պրոֆեսիոնալ սպորտում մարզիկների մոտիվացիայից:

Զանգվածային սպորտում մոտիվացիան հիմնված է անձնական հետաքրքրությունների, սոցիալական կապերի և կյանքի որակը բարելավելու ցանկության վրա:

Զանգվածային սպորտում ներքին մոտիվացիան առանցքային դեր է խաղում, իսկ ամենատարածված դրդապատճառներից մեկը առողջության և բարեկեցության բարելավումն է: Մարդիկ մարզվում են՝ ֆիզիկական առողջությունը բարելավելու, հիվանդությունները կանխելու, օպտիմալ քաշը պահպանելու և ինքնազգացողությունը բարելավելու նպատակով: Ֆիզիկական ակտիվությունը օգնում է նաև ամրապնդել իմունային համակարգը և նվազեցնել սթրեսի մակարդակը, պայքարել դեպրեսիայի, անհանգստության դեմ:

Ֆիզիկական ակտիվությունն արտագատում է էներգիաներ, որոնք բարելավում են մարդու տրամադրությունը և ընդհանուր մտավոր գործունեությունը: Չանգվածային սպորտի մասնակիցները հաճախ հաճույք են ստանում բուն մարզումների և մրցումների գործընթացից: Սա կարող է կապված լինել ֆիզիկական ակտիվությունից բավարարվածության զգացման, առաջընթացի կամ ինքնարտահայտման հնարավորության իրականացման հետ:

Չանգվածային սպորտի մասնակիցներին մոտիվացնելու գործում կարևոր դեր են խաղում սոցիալական կապերը: Սոցիալական կապերը, ուրիշների աջակցությունը և խմբային նպատակները կարող են զգալիորեն մեծացնել մարզվելու ցանկությունը:

Չանգվածային սպորտում ներգրավվածները աջակցություն և ոգեշնչում են գտնում համախոհների հետ հաղորդակցվելիս, ինչը նրանց դրդում է, որպեսզի շարունակեն սպորտով պարապել: Նրանք հաճախ ձգտում են պահպանել և զարգացնել ձևավորված սոցիալական կապերը, ինչը խրախուսում է նրանց ակտիվորեն մասնակցել սպորտային կյանքին:

Չանգվածային սպորտում հաճախ ձևավորվում են հավաքական նպատակներ, ինչպես՝ մրցումներին մասնակցելը կամ որոշակի արդյունքների հասնելը: Համատեղ ջանքերն ու թիմային ոգին դրդում են մասնակիցներին հաղթահարելու դժվարությունները և հասնելու իրենց նպատակներին:

Չանգվածային սպորտում մեծ նշանակություն ունի մասնակիցների փոխադարձ աջակցությունը: Մարդիկ միմյանց մոտիվացնում են՝ նպատակներին հասնելու համար (լինի քաշ կարգավերելը, առողջանալը կամ պարզապես մարզավիճակը պահպանելը): Համատեղ մարզումները և միջոցառումները օգնում են

ստեղծել մի համայնք, որտեղ բոլորն իրենց զգում են նույն խմբում, ինչը ձևավորում է խմբին պատկանելության զգացում և պարապմունքները շարունակելու ցանկություն:

Մարզիչների սոցիալականացման գործընթացը

Մարզական գործունեությունը, որում մասնակցում են ոչ միայն մարզիկներ, այլ նաև մարզիչներ, մրցավարներ, թիմի դեկավարություն և, նույնիսկ, երկրպագուներ, նպաստում է նաև մարզիկների սոցիալականացմանը՝ ձևավորելով բազմաթիվ սոցիալական հատկություններ: Դրանք կարևորվում են ոչ միայն սպորտային միջավայրում, այլև առօրյա կյանքում՝ հասարակության մեջ ներդաշնակ ինտեգրվելու, տարբեր մարդկանց հետ արդյունավետ հաղորդակցվելու և կյանքի մարտահրավերները հաղթահարելու համար:



Մարզիչների սոցիալականացումը իրականացվում է մի քանի հիմնական ուղղություններով.

1. Առաջնորդություն և պատասխանատվության ստանձնում. առաջնորդությունը և պատասխանատվությունը մարզիչների սոցիալականացման հիմնական կողմերից են, որոնք օգնում

են իրենց ձևավորվելու թիմում՝ որպես հեղինակավոր անձ, օգնում բարձրացնելու մարզիկների վստահությունը և մարզական թիմում ստեղծում դրական մթնոլորտ: Առաջնորդությունը մարզիկներին ոգեշնչելու, մոտիվացնելու, հստակ նպատակներ առաջարկելու և վստահելի հարաբերություններ կառուցելու կարողություն է: Մարզիկների կամ թիմի նախատրաստումը մրցումներին ձևավորում է մարզիչների մոտ պատասխանատվություն և վստահություն սեփական ուժերի նկատմամբ: Սա օգնում է զարգացնել առաջնորդության հատկություններ և սովորեցնում է կրել պատասխանատվություն թիմի հաջողությունների զարգացման համար, առաջնորդել մարզիկներին և բարդ իրավիճակներում կայացնել որոշումներ՝ վերլուծելով սեփական գործողությունները:

Այս հատկություններն օգնում են մարզիչներին հաջողությամբ հաղորդակցվել այլ սոցիալական միջավայրի մարդկանց հետ՝ արժանանալով նրանց հարգանքին ու վստահությանը:

2. Միջանձնային հաղորդակցության և ապրումակցման հմտություններ. մարզիկների հետ հաղորդակցումը պահանջում է մարզիչներից ապրումակցման դրսևորման բարձր մակարդակ, նրանց լսելու և հասկանալու կարողություն: Մարզիչները զգայուն են դառնում մարզիկների հուզական վիճակի նկատմամբ՝ զարգացնելով միջանձնային հաղորդակցման հմտություններ և վստահություն, ինչը, հատկապես, կարևոր է երիտասարդ մարզիկների և սկսնակների հետ աշխատելիս:

Տարբեր տարիքի և բնավորության մարզիկների հետ մշտական հաղորդակցումը զարգացնում է մարզիչների կարողությունը՝ հասկանալու և հաշվի առնելու այլ մարդկանց հույզերն ու դրդապատճառները: Ապրումակցումն ու զգայունությունը կարևոր են ընկերական և մասնագիտական կապեր ձևավորելու, ինչպես նաև տարբեր հայացքներ ունեցող և վարքագիծ դրսևո-

րող մարդկանց հանդեպ հանդուրժողականությունը զարգացնելու համար: Մարզիչները զարգացնում են բանակցելու արվեստը, լսելու և բանավիճելու կարողությունը, ինչը նրան դարձնում է լավ հաղորդակից: Այս հմտությունները կարևոր են ոչ միայն մասնագիտական միջավայրի, այլև առօրյա կյանքի համար:

3. Հուզականության և սթրեսի կայունություն. մարզումներում և հատկապես մրցումներում մարզիկի կամ թիմի ղեկավարման գործընթացը պահանջում է հույզերի մշտական կառավարում, սեփական և մարզիկների ներքին լարվածության վերահսկում: Արդյունքում՝ մարզիչները ձեռք են բերում սթրեսակայունություն, ինչը նրանց մասնագիտական սոցիալականացման անբաժանելի մասն է: Մարզիչների մասնագիտական գործունեությունը հաճախ կապված է լարված պահերի, պարտությունների, հաղթանակների և ձեռքբերումների, թիմում կոնֆլիկտային իրավիճակների առաջացման կամ ղեկավարության կողմից ճնշումների հանդիպելուց: Այս ամենը նրանց սովորեցնում է կառավարել սեփական հույզերը, պահպանել մտքի հստակությունը:

Սովորական կյանքում այս հատկությունն օգնում է հաղթահարել անձնական դժվարությունները: Մարզիչների սոցիալականացումը, այս առումով, սովորեցնում է նրանց գտնելու ոգեշնչման ներքին ու արտաքին աղբյուրներ, առաջադրելու կարևոր նպատակներ, ինչը դրական է անդրադառնում թիմի մթնոլորտի ձևավորման և նրանց անձնական բարեկեցության վրա:

4. Էթիկական չափանիշների մշակում. մարզիչները հաճախ իրենց դիտում են որպես դաստիարակ և օրինակելի մոդել, ուստի ազնիվ և բարոյական լինելը նրանց համար բնական երևույթ է: Սա մարզիչներին դարձնում է հասարակության վստահելի և հարգալից անդամ, որոնք հասկանում են ազնիվ և արդարացի խաղի, վարքի կարևորությունը ոչ միայն սպորտում, այլև՝ կյանքում:

Մարզիչների շրջանում էթիկական չափանիշների ձևավորումը նրանց մասնագիտական սոցիալականացման կարևոր կողմն է, քանի որ նրանք սովորեցնում են ոչ միայն տեխնիկական հնարքներ և մարտավարություն, այլև իրենց սաների մեջ սերմանում են սպորտի արժեքներ ու մշակույթ: Մարզիչների էթիկայի չափանիշները ձևավորվում են մասնագիտական հանրության, անձնական փորձի, գործընկերների, մարզիկների, սպորտի պատասխանատուների և ծնողների հետ փոխգործակցության ազդեցության ներքո:

Մարզիչների էթիկան դառնում է նրանց մասնագիտական նույնականացման կարևոր բաղադրիչ և նպաստում մարզիկների հետ վստահելի հարաբերությունների պահպանմանը:

5. Ճկունություն և հարմարվողականություն. մարզիկի կամ թիմի պատրաստության գործընթացի կառավարումը մարզիչներից պահանջում է արագ արձագանքել տարբեր փոփոխություններին՝ եղանակային պայմաններ, խաղացողների վնասվածքներ կամ թիմի կազմ: Այս իրավիճակները մարզիչների մոտ ձևավորում են որոշումների կայացման ճկունություն՝ նոր պայմաններին արագ հարմարվելու, գործողությունների պլանները փոխելու, արդյունավետ այլընտրանքային լուծումներ գտնելու կարողություն:

Ժամանակի ընթացքում մարզիչները զարգացնում են կառավարման սեփական ոճը, սակայն ճկունությունը թույլ է տալիս օգտագործել նոր մոտեցումներ և մեթոդներ: Սա մեծացնում է մարզիչների հարմարվողականությունը և թույլ է տալիս նրանց շարունակաբար կատարելագործվել՝ միաժամանակ արդյունավետ գործելով:

6. Կարգապահություն և վճռականություն. մարզիչների գործունեությունը պահանջում է մշտական ինքնակազմակերպում

և նպատակները իրականացնելու կարողություն: Այս հատկությունները դառնում են անբաժանելի մաս, ինչը օգնում է մարզիչներին՝ հաջողությամբ հաղթահարել ցանկացած սոցիալական դերի խնդիրներն ու պարտականությունները: Մարզիչները սովորում են կազմակերպել սեփական աշխատանքային օրը, գրագետ պլանավորել մարզումները և հսկել մարզման գործընթացի յուրաքանչյուր փուլի իրականացումը: Նման կարգապահությունն օգնում է նրանց արդյունավետ կառավարելու ժամանակը և ռեսուրսները՝ դարձնելով աշխատանքը ավելի արդյունավետ:

Սոցիալականացման գործընթացում մարզիչները զարգացնում են տոկոսնություն պահպանելու և նախատեսված պլանները իրականացնելու կարողություն՝ անկախ առաջացող խոչընդոտներից: Այս հատկանիշները թույլ են տալիս զարգացնելու մարզիչների ուժեղ կամքը և վճռականությունը, ինչը նպաստում է մարզական բարձր արդյունքների նվաճմանը:

Սոցիալականացման այս ուղղություններից յուրաքանչյուրը հարստացնում է մարզիչների անձնական և մասնագիտական հատկությունները՝ նրանց դարձնելով ոչ միայն ավելի արդյունավետ դաստիարակ, այլև ներդաշնակ, զարգացած մարդ:

Մրցավարների սոցիալականացման բնույթը

Սպորտային մրցումների ժամանակ սոցիալականացման գործընթացում ներգրավված են ոչ միայն մարզիկները, մարզիչները, երկրպագուները, այլ նաև մրցումը սպասարկող մրցավարը կամ մրցավարները:

Սպորտային մրցավարների սոցիալականացման վրա ազդում են միանգամից մի քանի գործոններ՝ խաղացողների, մարզիչների, երկրպագուների հետ փոխգործակցությունը, ինչպես նաև՝ լարված պայմաններում մրցումների կանոնների խիստ

պահպանման անհրաժեշտությունը: Այս դերը մրցավարի մոտ զարգացնում է այնպիսի հատկություններ, ինչպես՝ սթրեսակայնություն, ճնշման տակ օբյեկտիվ որոշումներ կայացնելու կարողություն, և ստեղծում ուժեղ մասնագիտական նույնականացում:

Բացի այդ՝ հեղինակությունը և հարգանքը պահպանելու համար՝ մրցավարները սոցիալականացվում են այլ մրցավարների հետ մշտական հաղորդակցվելու, ինչպես նաև մասնագիտական ասոցիացիաներին մասնակցելու միջոցով: Դա օգնում է նրանց՝ ինտեգրվելու մրցավարական համայնքին, որտեղ գնահատվում են չեզոքությունն ու անաչառությունը:



Սպորտային մրցավարների սոցիալականացումը իրականացվում է մի քանի ուղղությամբ.

1. Մասնագիտական սոցիալականացում. ներառում է այն գիտելիքների յուրացումը և հմտությունների զարգացումը, որոնք անհրաժեշտ են օբյեկտիվ մրցավարություն ապահովելու, մրցումների մթնոլորտի ճնշման տակ որոշումներ կայացնելու և արդարության սկզբունքները պահպանելու համար: Ժամանակի և պրակտիկայի ընթացքում մրցավարները զարգացնում են խաղային իրավիճակները վերլուծելու և, նույնիսկ, սթրեսային կամ

բարդ իրավիճակներում արդար որոշումներ կայացնելու կարողություն:

2. Սոցիալական փոխազդեցություն. ընդգրկում է մրցավարի փոխազդեցությունը խաղացողների, մարզիչների և երկրպագուների հետ, պահանջում է զարգացած հաղորդակցման հմտություններ և հուզական կայունություն, քանի որ նրանք հաճախ հայտնվում են կոնֆլիկտային ճնշումներին ու քննադատությանը դիմագրավելու իրավիճակներում:

3. Սթրեսայունություն և տոկություն. մրցավարները հաճախ գտնվում են մեծ ճնշման տակ և քննադատվում խաղացողների, մարզիչների, երկրպագուների ու լրատվամիջոցների կողմից: Սոցիալականացումը օգնում է նրանց զարգացնելու ներքին տոկունություն և սովորեցնում աշխատելու սթրեսային իրավիճակներում՝ զերծ մնալով հույզերի ազդեցությունից: Սթրեսայունությունը հաճախ ձևավորվում է տարբեր մարզումների և փորձառության միջոցով՝ ուղեկցելով հոգեբանական աջակցությամբ:

4. Էթիկա և բարոյական արժեքներ. մրցավարները սոցիալականանում են արժեքային համակարգերի և դրանց գործունեության վարքականոնների միջոցով, որոնք սահմանվում են մարզական ֆեդերացիաների կողմից:

Էթիկան և բարոյական արժեքները ձևավորում են նրանց վարքը, որոշումների կայացումը և ընդհանուր մոտեցումը մարզական աշխարհի կանոններին ու ստանդարտներին: Այս առումով մրցավարները պետք է ոչ միայն իմանան կանոնները, այլ նաև ըմբռնեն և կիրառեն էթիկական սկզբունքներ, որոնք նպաստում են արդար խաղի և մրցումների արդարության ապահովմանը:

Սպորտային երկրպագուների սոցիալականացման առանձնահատկությունները

Սպորտի սոցիալական ազդեցությունը բնութագրելիս պետք է հաշվի առնել բոլոր այն անձանց, որոնք ներգրավված են մարզական գործունեության մեջ:



Դրանք թվին են պատկանում նաև հանդիսատեսները և երկրպագուները:

Սպորտի առանցքային բաղադրիչը՝ մրցումները, առանձնանում են իր դիտարժանությամբ և գրավում են մեծ թվով երկրպագուներ, քանի որ մարզական պայքարը, որը տեղի է ունենում մարզադահլիճում, գորգի վրա կամ մարզադաշտում, դրա ընթացքն ու արդյունքը մինչև մարզական պայքարի վերջին պահը անկանխատեսելի են:

Երկրպագուները ոչ միայն հաճույք են ստանում սպորտային իրադարձություններից, այլև ակտիվորեն ներգրավված են սոցիալականացման գործընթացներին, որոնք ազդում են նրանց սոցիալական կապերի, հաղորդակցության և այլ ոլորտների վրա:

1. Սոցիալական նույնականացման ձևավորում. սպորտային իրադարձությունների ժամանակ հանդիսատեսի և

երկրապագուների սոցիալական նույնականացման ձևավորումը սոցիալականացման կարևոր կողմերից է, որը տեղի է ունենում մարզական իրադարձություններին նրանց մասնակցելու միջոցով:

Երկրապագուները հաճախ իրենց նույնականացնում են որոշակի թիմի կամ մարզիկի հետ, ինչը նրանց օգնում է ստեղծել խմբին պատկանելու զգացում և օգնում է ձևավորել սոցիալական նույնականացումը: Այն կարող է հպարտության և երկրապագուների խմբերին պատկանելության աղբյուր դառնալ:

Երկրապագուները կազմում են խմբեր կամ համայնքներ, որոնք միավորվում են ընդհանուր շահերով և ինչ-որ թիմի կամ մարզիկի երկրպագելով: Սա նպաստում է խմբային նույնականացման և սոցիալական համախմբվածության ձևավորմանը: Խմբային նույնականացումը ազդում է երկրապագուների վարքագծի վրա:

Երկրապագուների խմբում մարդիկ կարող են այլ կերպ իրենց դրսևորել, քան երբ մենակ են: Կոլեկտիվ գործողությունները, ինչպես թիմին աջակցելը, հանրային միջոցառումներին մասնակցելը կամ միասին հաղթանակներ տոնելը, նպաստում են են նույնականացման զգացողության ամրապնդմանը:

2. Սոցիալական կապեր և փոխազդեցություն. սպորտային միջոցառումները հարթակ են ստեղծում ընդհանուր հետաքրքրություններ ունեցող մարդկանց միջև հաղորդակցման համար: Երկրապագուները կարող են նոր ծանոթություններ հաստատել և պահպանել գոյություն ունեցող կապերը իրենց թիմի կամ մարզիկի հետ հաղորդակցվելու միջոցով: Ֆան-ակումբների ստեղծումը կամ դրանցում ներգրավվումը թույլ է տալիս երկրապագուներին միավորվելու և պահպանելու ակտիվ փոխգործակցություն: Այս խմբերը հաճախ կազմակերպում են միջոցա-

ռումներ, քննարկումներ և համագործակցություններ՝ ամրապնդելով անդամների միջև սոցիալական կապերը՝ ձևավորելով նոր անհատական հատկություններ:

Սպորտային միջոցառումներին մասնակցելը խմբով կամ ընկերների հետ օգնում է ամրապնդել երկրպագուների միջև սոցիալական կապերը: Սպորտային այնպիսի իրավիճակներով «ապրելը», ինչպիսին հաղթանակներն ու պարտություններն են, ստեղծում են կապի և մերձեցման յուրահատուկ պահեր:

Խոշոր սպորտային մրցումները, ինչպես Աշխարհի առաջնությունները կամ տեղական մրցաշարերը, ներգրավում են մեծ բազմություն և ստեղծում սոցիալական փոխազդեցության լայն հնարավորություններ: Այս իրադարձությունները դառնում են մարդկանց հանդիպելու և հաղորդակցվելու վայր, երբ հնարավոր է հաստատել նոր ծանոթություններ և ամրապնդել գոյություն ունեցող հարաբերությունները:

Սպորտային իրադարձությունները առաջացնում են ուժեղ զգացմունքային արձագանքներ, և երկրպագուները կարող են կիսվել միմյանց հետ՝ ներգործելով հուզական ոլորտի ձևավորման վրա: Այս հույզերի հիման վրա հաղորդակցվելը, ինչպես, օրինակ՝ հաղթելու ուրախությունը կամ պարտությունից հիասթափությունը, օգնում է ամրապնդելու սոցիալական կապերը և ստեղծելու համայնքին պատկանելության զգացում: Ֆան-ակումբները, որոնք կարող են լինել ֆորմալ կամ ոչ ֆորմալ բնույթի, ծառայում են որպես սոցիալական գործունեության կարևոր հարթակ:

Սպորտային իրադարձությունների, մրցումների արդյունքների և մարտավարության քննարկումը ծառայում է որպես կարծիքների փոխանակման և սոցիալական կապերի ամրապնդման կարևոր միջոց: Այս փոխազդեցությունն օգնում է երկրպագուներ-

րին գտնելու ընդհանուր լեզու, յուրացնելու նոր գիտելիքներ, զարգացնելու մտավոր կարողություններ:

Նման ակումբների անդամները հաճախ կազմակերպում են այնպիսի միջոցառումներ, ինչպիսիք են հանդիպումները և քննարկումները, ինչն օգնում է ամրապնդել անդամների միջև ձևավորված կապերը:

Երկրպագուները կարող են մասնակցել սպորտի հետ կապված կամավորական նախագծերին կամ սոցիալական նախաձեռնություններին: Այս գործողությունները հնարավորություն են տալիս սոցիալական ինտեգրման և նոր կապերի ստեղծման համար:

3. Մշակութային և սոցիալական պրակտիկաներ. սպորտային փառատոններն ու միջոցառումները, ծեսերը՝ նախախաղային միջոցառումները, երկրպագուների երգերը և հաղթանակների տոնակատարությունները, թիմերի տարեդարձերը նպաստում են սոցիալական նորմերի և մշակութային պրակտիկայի ձևավորմանը: Այս ծեսերին մասնակցելն օգնում է ամրապնդելու մարդկանց միջև սոցիալական կապերը և ստեղծելու համայնքին պատկանելու զգացողություն, խրախուսում երկրպագուների միջև փոխգործակցությունը:

Սպորտային խոշոր իրադարձությունները՝ առաջնությունները և մրցաշարերը, դառնում են կարևոր, որոնք գրավում են լայն լսարանի ուշադրությունը և բարձր մակարդակով նպաստում սոցիալական փոխգործակցությանը:

Ակումբի խորհրդանիշների՝ շարՖերի, շապիկների, դրոշների և կրծքանշանների կրելը երկրպագուների մշակութային գործելակերպի կարևոր տարրն է: Դա որոշակի խմբի պատկանելու տեսողական դրսևորում է և թիմի կամ մարզիկի նկատմամբ հավատարմության խորհրդանիշ: Նման պարագաների օգտագոր-

ծումն օգնում է երկրպագուներին՝ արտահայտելու իրենց նույնականացումը, ինչպես նաև պահպանում է սպորտային համայնքի զգացումը նրանց հետ, ովքեր հավատարիմ են այդ թիմին: Սա օգնում է ամրապնդելու սոցիալական կապերը և բարելավում է մարդկանց ինտեգրումը երկրպագունների համայնքին:

4. Սոցիալական շարժունակություն. երկրպագունների սոցիալական շարժունությունը իրենց սոցիալականացման կարևոր կողմերից է, որն ընդգրկում է մարդկանց տեղաշարժը տարբեր սոցիալական խմբերի կամ շերտերի միջև:

Մասնակցությունը սպորտային միջոցառումներին, ինչպես նաև աջակցությունը թիմին, կարող է օգնել մարզիկին ընդլայնելու երկրպագունների սոցիալական շրջանակը: Մարզական համայնքները միավորում են տարբեր սոցիալական դասերի, տարբեր մասնագիտության և տարիքի մարդկանց՝ նպաստելով միմյանց հետ ակտիվ հաղորդակցմանը: Սա թույլ է տալիս երկրպագուններին ստեղծելու նոր սոցիալական կապեր և բարելավելու իրենց սոցիալական շարժունությունը փորձի, գիտելիքների և ռեսուրսների փոխանակման միջոցով:

Որոշ երկրպագունների համար մասնակցությունը սպորտային իրադարձություններին կարող է դառնալ մասնագիտական աճի կամ կարիերայի փոփոխության միջոց: Օրինակ՝ ակտիվ երկրպագուները կարող են աշխատանք ստանալ սպորտային մարքեթինգի, մենեջմենթի կամ մեդիայի ոլորտում՝ օգտագործելով երկրպագունների համայնքում ձեռք բերած գիտելիքներն ու կապերը: Սա նոր հորիզոններ է բացում սոցիալական շարժունության և կարիերայի աճի՝ հետևաբար սոցիալականացման համար:

Որոշ երկրպագուներ կարող են ներգրավվել կամավորականների աշխատանքների մեջ կամ աշխատել սպորտային ոլոր-

տում: Դա նպաստում է սոցիալական շրջանակների ընդլայնմանը և համայնքային կյանքին նրանց մասնակցության ակտիվացմանը: Երկրպագուները կարող են մասնակցել սպորտի կրթական ծրագրերին, որոնք հասարակական կազմակերպությունների աշխատանք են, նոր հմտությունների յուրացում մարզական միջոցառումներում և սպորտային ակադեմիաներում:

Այսպիսով՝ սպորտային գործունեությունը՝ որպես սոցիալականացման գործոններից մեկը, ունի բազմավեկտոր ներգործություն՝ յուրովի ազդելով ինչպես տարբեր տարիքի և կարգավիճակի մարզիկների սոցիալական զարգացման, այնպես էլ այդ գործընթացում ներգրավված երկրպագուների վրա՝ ձևավորելով կյանքի համար կարևոր սոցիալական հատկություններ և հմտություններ:

3.3. Ադապտիվ սպորտ. ծագման ակունքները և զարգացման արդի վիճակը

Ադապտիվ սպորտը հաճախ զուգորդվում է բուժական ֆիզիկական կուլտուրայի, ֆիզիկական վերականգնման կամ ադապտիվ ֆիզիկական կուլտուրայի հետ: Սակայն, ի տարբերություն մարդկային գործունեության նշված սոցիալական նշանակալի ոլորտների, ադապտիվ սպորտին բնորոշ է յուրահատուկ մրցակցային գործունեությունը, որը սպորտային պատրաստության կարևոր բաղադրիչներից է:

Բուժական ֆիզիկական կուլտուրայի կամ ադապտիվ ֆիզիկական կուլտուրայի համեմատ՝ ադապտիվ սպորտի նշանակությունը և տարբերությունը հիմնավորվում է հետևյալ հանգամանքներով.

- սպորտային մրցումների հոգեբանական ազդեցությունը օգնում է փոխհատուցել հաշմանդամի ֆիզիկական, մտավոր, սոցիալական բացասական փոփոխությունները, կարգավորել նրա սոցիալական դերը, բարձրացնել սթրեսի ժամանակ հոգեհուզական կայունությունը.
- սպորտի պարապմունքների ժամանակ բարձր ֆիզիկական ակտիվությունը բացահայտում է օրգանիզմի պահուստային հնարավորությունները՝ արագացնելով հարմարողական գործընթացները.
- հաղորդակցական ակտիվության բարձրացումը, մրցակցային պայմաններում սոցիալական աջակցությունը մեծ նշանակություն ունեն ինչպես ընտանեկան, կենցաղային, այնպես էլ աշխատանքին նախապատրաստվելու գործընթացում:

Ադապտիվ սպորտի նպատակը հաշմանդամություն ունեցող անձանց սոցիալականացումն է, նրանց կարիքների բավարարումը՝ որպես հասարակության անդամ, մարզումների և մրցակցային գործունեության պայմաններում իրենց կարողությունների իրացման ճանապարհով: Այն կարևոր դեր է խաղում ինչպես հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց, այնպես էլ ողջ հասարակության համար և ծառայում է որպես նման անձանց կարողությունները ցուցադրելու հզոր հարթակ:

Համաձայն ՀՀ ԿԳՄՍ նախարարության կայքում ներկայացված բնութագրի՝ ադապտիվ սպորտի հիմնական նպատակը հաշմանդամություն ունեցող անձանց մեջ սպորտային մշակույթի ձևավորումն է, նրանց մարզական բարձր վարպետության և բարձր նվաճումների ձեռքբերումը: Այն ուղղված է հաշմանդամություն ունեցող անձանց պահանջների բավարարմանը, նրանց կարողությունների սահմաններում առավելագույնս

ինքնադրսևորմանը, հասարակությանը ինտեգրմանը և սոցիալականացմանը:

Ադապտիվ սպորտը նպաստում է հաշմանդամություն ունեցող անձի ֆիզիկական և բարոյական զարգացմանը, ձևավորում աշխատասիրություն, զարգացնում լարված իրավիճակներում կողմնորոշվելու կարողություն, տալիս ինքնադրսևորման հնարավորություն:

Ադապտիվ սպորտը, որը ծագել և զարգացել է հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց կարիքներին ի պատասխան, ունի երկար պատմություն՝ կապված հասարակության մեջ տեղի ունեցող տարբեր սոցիալական, բժշկական և մշակութային փոփոխությունների հետ:

Ադապտիվ սպորտը կարելի է դիտարկել երկու ուղղություներով՝

- առողջարարական սպորտ,
- բարձր նվաճումների սպորտ:

Առողջարարական սպորտը իրականացվում է ընտրած մարզաձևի՝ ոչ խորը ուսումնամարզական պարապմունքների կազմակերպման և ոչ պաշտոնական մրցումների մասնակցելու ձևով:

Բարձր նվաճումների սպորտը նպատակաուղղված է հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց համար ընտրված մարզաձևում (մարզիկների կարողությունների սահմաններում) հնարավորինս բարձր մարզական արդյունքների նվաճմանը: Դա ենթադրում է ավելի մեծ ծավալի և ինտենսիվության պարապմունքների կազմակերպում և մասնակցություն՝ ավելի մեծ թվով ու մասշտաբով տեղական և միջազգային պաշտոնական մրցումներին:

Եթե առողջ մարդկանց համար ֆիզիկական ակտիվությունը բնական պահանջմունք է, որն իրականացվում է ամեն օր և ամե-

նուր, ապա հաշմանդամների համար ֆիզիկական վարժություններն ու ֆիզիկական ակտիվությունը ունեն կենսական նշանակություն, քանի որ դրանք ֆիզիկական, մտավոր և սոցիալական հարմարվողականության ամենաարդյունավետ միջոցն ու ուղղություններն են:

Մինչև 20-րդ դարը սպորտը հատուկ հարմարեցված չէր հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց, սակայն դրա տարրերն օգտագործվում էին վերականգնման և առողջության բարելավման համար՝ հատկապես ռազմական և բժշկական նպատակներով: Ֆիզիկական ակտիվությունը համարվում էր վերականգնման հիմնական տարր, և վնասվածքներից հետո մարդկանց առողջությունը վերականգնելու համար դրա կիրառումը աստիճանաբար հանգեցրեց ժամանակակից ադապտիվ սպորտի ձևավորմանը:

Հին քաղաքակրթություններում սպորտը և ֆիզիկական ակտիվությունը առօրյա կյանքի կարևոր բաղադրիչներից էին, հատկապես, Հին Հունաստանում և Հռոմում, որտեղ դրանք ունեին ռազմական և առողջապահական նշանակություն:

Այսպես՝ Հին Հունաստանում սպորտը համարվում էր ինչպես ֆիզիկական, այնպես էլ մտավոր ներդաշնակությունը պահպանելու միջոց, չնայած ֆիզիկական ուժի նկատմամբ հույների պաշտամունքին՝ նրանք կասկածանքով էին վերաբերվում ֆիզիկական սահմանափակումներ ունեցող մարդկանց: Այն ժամանակ հաշմանդամությունը հաճախ ասոցացվում էր ուժի պակասի հետ, և այդ պատճառով սպորտով պարապելը հասանելի չէր այդպիսի մարդկանց: Այնուամենայնիվ, կան դեպքեր, երբ վարժությունները կիրառվում են վնասվածքները վերականգնելու համար, հատկապես՝ ռազմիկների մոտ:

Հին Հռոմում թեև հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ չէին մասնակցում սպորտային մրցումներին, սակայն ֆիզիկական ակտիվությունն օգտագործվում էր նրանց վերականգնման համար: Օրինակ՝ վիրավոր զինվորներին սովորեցնում էին լողալ կամ ֆիզիկական ակտիվության այլ ձևերին՝ նրանց լիարժեք կյանքի վերադարձնելու նպատակով:

19-րդ դարի վերջին և 20-րդ դարի սկզբին ֆիզիոթերապիան սկսեց ձևավորվել որպես առանձին բժշկական առարկա: Բժիշկ շվեդ մարմնամարզիկ Պեր Հենրիկ Լինգը մշակել էր բուժական մարմնամարզության համակարգեր՝ հիվանդների ֆիզիկական վիճակը բարելավելու համար: Այս վերականգնողական ծրագրերը հետագայում ադապտիվ սպորտի ձևավորման և զարգացման հիմք դարձան:

Ադապտիվ սպորտի ակունքները սկսվում են 1904 թվականից, երբ գերմանական ծագմամբ ամերիկացի մարմնամարզիկ Ջորջ Էյզերը դարձավ պատմության մեջ առաջին հաշմանդամը (ոտքի փայտե պրոթեզով), որը Սենթ Լուիսի (ԱՄՆ) Օլիմպիական խաղերում մեդալներ նվաճեց: Նա մեկ օրում արժանացավ վեց մեդալի՝ երեք ոսկե և երկու արծաթե: Սա սպորտային մեծ սխրանք էր բոլոր ժամանակների համար՝ հաշվի առնելով, որ մարզիկը, լինելով հաշմանդամ, մրցում էր առողջ մարզիկների հետ:

Ադապտիվ սպորտի զարգացման իրական զարգացումը տեղի ունեցավ Երկրորդ համաշխարհային պատերազմից հետո, երբ ավելացան ծանր վնասվածքներով հսկայական թվով մարդիկ՝ ներառյալ անդամահատումներով, նյարդային համակարգի և ողնաշարի վնասվածքներով: Այդ ժամանակ ակնհայտ դարձավ, որ նման զինվորները ունեն լուրջ ֆիզիկական վերականգնման կարիք: Ողնաշարի վնասվածքներով հիվանդների մեծա-

մասնությունը չունեի երկար ու որակյալ կյանքով ապրելու հնարավորություն: Բժիշկները փորձարկում էին վարժություններ և մարմնամարզությունը՝ տուժածներին ակտիվ կյանքի վերադարձնելու նպատակով: Մարզումները սկսեցին դիտվել որպես կարևոր բաղադրիչ ոչ միայն ֆիզիկական վերականգնման, այլ նաև այդ մարդկանց սոցիալական վերականգնման և ինտեգրման համար: Բժշկական հաստատությունները սկսեցին լայնորեն ներառել ֆիզիկական ակտիվության տարբեր ձևերը իրենց վերականգնողական ծրագրերում:

Ադապտիվ սպորտի առաջացումը անմիջականորեն կապված է գերմանացի նյարդավիրաբույժ Լյուդվիգ Գուբմանի անվան հետ: Բժիշկը աշխատել է Գերմանիայի հիվանդանոցներից մեկում, սակայն 1933 թվականին գերմանական կառավարության հակահրեական քաղաքականության պատճառով ստիպված է եղել դադարեցնել աշխատանքը և գաղթել Մեծ Բրիտանիա, որտեղ Լ. Գուբմանը Ստոկ-Մանդեվիլի հիվանդանոցում շարունակեց բժշկական պրակտիկան և կատարելագործեց իր գիտելիքները: Իր վերականգնողական ծրագրում նա ընդգրկեց սպորտը և առաջարկեց հեղափոխական մոտեցումներ ողնաշարի հիվանդների բուժման հարցում: Նրա մեթոդիկայի հիմնական գաղափարն այն էր, որ ֆիզիկական ակտիվությունը և մարզական գործունեությունը կօգնեն հիվանդներին ոչ միայն վերականգնել ֆիզիկական առողջությունը, այլև բարելավել հոգեկան վիճակը, վերականգնել հավատը սեփական ապագայի նկատմամբ:

1944 թվականին Լ. Գուբմանը սկսեց ողնուղեղի վնասվածքներով հիվանդների համար կազմակերպել կանոնավոր ապորտային մրցումներ: Սպորտը կարևոր դեր խաղաց այդ գործում, քանի որ նման գործունեության հիմքում ընկած էին երիտասարդ

հիվանդների մրցակցային բնագոյները, որոնք ակտիվ կենսակերպ էին վարել մինչև վնասվածքներ ստանալը: Սպորտը դարձավ վերականգնման գործընթացի կարևոր մասը՝ օգնելով հիվանդներին ոչ միայն վերականգնվել ֆիզիկապես, այլև հաղորդակցվել նման խնդիրներ ունեցող մարդկանց հետ մարզումների և մրցումների միջոցով:

Որպես բուժման նոր ձև՝ Երկրորդ համաշխարհային պատերազմի՝ ողնաշարի վնասվածքներով վետերանների համար Լ. Գուլթմանը զարգացրեց անվասայլակով սպորտը:

Եվ այսպես՝ հաշմանդամություն ունեցող անձինք հնարավորություն ունեն ոչ միայն մասնակցելու գոյություն ունեցող սպորտային մրցումներին, այլև դառնալու մարզական հանրության մաս՝ դրսևորելով իրենց կարողությունները և կոտրելով ֆիզիկական սահմանափակումների մասին կարծրատիպերը:

Առաջին անգամ (1948 թվականին) անցկացված Ստոկմանդեվիլյան խաղերը դարձան ժամանակակից Պարալիմպիկ խաղերի նախորդողները:

1948 թվականի հուլիսի 28-ին Երկրորդ համաշխարհային պատերազմի՝ ողնուղեղի վնասվածքներով 16 բրիտանացի վետերան-զինվորների համար Լ. Գուլթմանը կազմակերպեց անվասայլակով սպորտային մրցումներ: Այս խաղերը համընկան Լոնդոնի Ամառային օլիմպիական խաղերի հետ և անցկացվեցին Ստոկ-Մանդեվիլի հիվանդանոցի տարածքում (նկար 9):

Մրցումները ընդգրկում էին միայն մեկ մարզաձև՝ նետաձգություն, որը հարմարեցված էր անվասայլակով մարզիկների համար: Նետաձգությունը ընտրվել է իր հասանելիության և վերին վերջույթների մկանների զարգացմանը օգտակար լինելու պատճառով, որը հաջողությամբ նպաստում էր ողնաշարի վնասվածքներով հիվանդների վերականգնմանը:



**Նկար 9. Ստոկմանդեյվիլյան խաղերի մասնակիցները և հիմնադիր՝
Լ. Գուլթմանը (կենտրոնում)**

Այս խաղերն աստիճանաբար սկսեցին գրավել միջազգային հանրության ուշադրությունը: 1952 թվականին դրանց ներգրավվեցին այլ երկրների թիմերը: Խաղերը շարունակեցին զարգանալ, և Լ.Գուլթմանին հաջողվեց գրավել միջազգային լայն լսարան: Սա կարևոր քայլ էր համաշխարհային ադապտիվ սպորտային շարժման զարգացման գործում: Ամեն տարի մրցումներին մասնակցել ցանկացող երկրների թիվն աճում էր, ինչը միջազգային մակարդակով նպաստում էր ադապտիվ սպորտի զանգվածայնացմանը:

Առաջին խաղերի հաջողությունից հետո Լ.Գուլթմանը շարունակեց ամեն տարի կազմակերպել նմանատիպ մրցումներ: Աստիճանաբար խաղերի ծրագրերն ընդլայնվեցին՝ ներգրավելով ավելի շատ մասնակիցների և առաջարկելով ավելի շատ մարզաձևեր՝ անվասայլակով բասկետբոլ, աթլետիկա, լող և սեղանի թենիս: Յուրաքանչյուր մարզաձև հարմարեցված էր մասնակից-

ների հնարավորություններին՝ դրանք դարձնելով մատչելի և մրցունակ տարբեր հաշմանդամության տեսակ ունեցող մարդկանց համար:

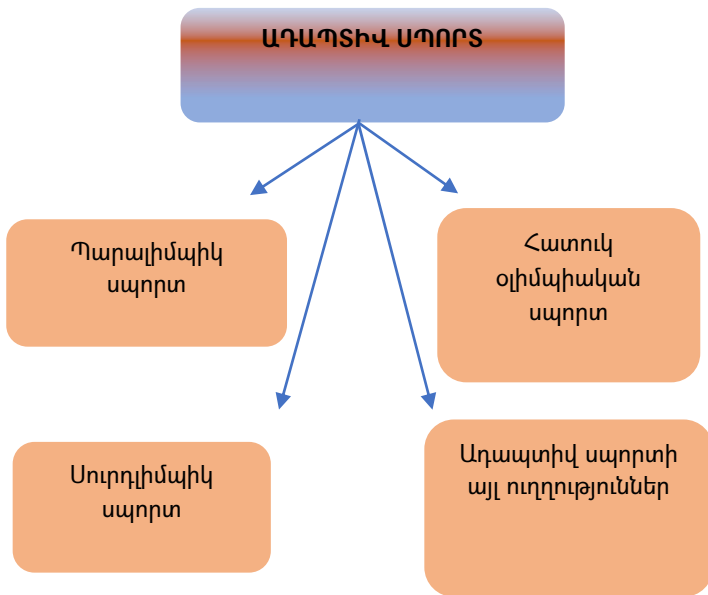
Ստոկմանդեվիլյան խաղերը նպաստեցին հաշմանդամություն ունեցող անձանց մասին մարդկանց և հասարակության պատկերացումների փոփոխությանը՝ ցույց տալով, որ նման մարդիկ ի վիճակի են ոչ միայն վարել ակտիվ ապրելակերպ, այլև հասնել սպորտում ակնառու արդյունքների հասարակության ինտեգրման գործում:

Աստիճանաբար խաղերը սկսեցին գրավել ոչ միայն բժշկական հանրության, այլև լայն հասարակության, պետական կառույցների ու մարզական կազմակերպությունների ուշադրությունը: Սա նպաստեց ադապտիվ սպորտի ենթակառուցվածքների զարգացմանը, ինչպես նաև սպորտի միջոցով վերականգնողական ծրագրերի քանակի ավելացմանը:

Միջազգային ադապտիվ սպորտի և Պարալիմպիկ խաղերի զարգացման գործում կարևոր քայլ էր Միջազգային պարալիմպիկ կոմիտեի (ՄՊԿ, IPC) ստեղծումը: Այս կոմիտեն առանցքային դեր խաղաց Պարալիմպիկ խաղերի կազմակերպման և կառավարման, ինչպես նաև ամբողջ աշխարհում պարալիմպիկ շարժմանն աջակցելու և զարգացնելու գործում:

Միջազգային պարալիմպիկ կոմիտեն ստեղծվել է 1989 թվականի սեպտեմբերի 22-ին Դյուսելդորֆ քաղաքում (Գերմանիա)՝ 23 երկրների պատվիրակների հիմնադիր ժողովում՝ նպատակ ունենալով միավորել միջազգային ֆեդերացիաները, որոնք զարգացնում են սպորտը տեսողության և մկանային-կմախքային, մտավոր և լսողության խանգարումներ ունեցող մարդկանց շրջանում: Մասնավորապես՝ խուլ մարզիկների (Խուլերի օլիմպիական շարժման շրջանակներում) և մտավոր հաշմանդամություն ունե-

ցող մարզիկների համար (Հատուկ օլիմպիական շարժման շրջանակներում) ադապտիվ սպորտի կազմակերպումն աշխարհում իրականացվում է ՄՊԿ-ին նման կազմակերպությունների կողմից՝ Միջազգային սուրդլիմպիկ կոմիտե (ICSD-international Committee of Sport for the Deaf), Հատուկ օլիմպիադա - Special Olympics Inc. - SOI (նկար 10):



Նկար 10. Հաշմանդամային սպորտի հիմնական ուղղությունները

Գերմանական Բոնն քաղաքում գտնվող Միջազգային պարալիմպիկ կոմիտեի (ՄՊԿ) ստեղծումը կենտրոնացված կազմակերպություն ստեղծելու երկարատև ջանքերի արդյունք էր, որը միջազգային մակարդակով կարող էր համակարգել և կառավարել Պարալիմպիկ խաղերը: Կոմիտեն միջազգային շահույթ չհետապնդող կազմակերպություն է, որը ձևավորվել և ղեկավարվում է հինգ մայրցամաքների՝ 162 ազգային պարալիմպիկ կոմի-

տենների կողմից և հաշմանդամային սպորտի՝ միջազգային չորս ֆեդերացիաներից (IOSD):

ՄՊԿ-ի հիմնական նպատակը Պարալիմպիկ խաղերի զարգացումն ու աջակցությունն էր, ինչպես նաև հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների համար հավասարության և մատչելիության ապահովումը: Կոմիտեն ստեղծվել է ամառային և ձմեռային պարալիմպիկ խաղերի կազմակերպման, կանոնների ստանդարտացման, ինչպես նաև ենթակառուցվածքների զարգացման և ազգային պարալիմպիկ կոմիտեներին աջակցելու համար:

ՄՊԿ-ն ակտիվորեն աջակցում է տարբեր երկրներում ադապտիվ սպորտի զարգացմանը, ինչը ներառում է ուսումնական ծրագրերի մշակում և ադապտիվ նոր մարզաձևերի զարգացում: Կոմիտեն աշխատում է նաև ադապտիվ մարզաձևերը միջազգային հարթակում ավելի մատչելի և ներառական դարձնելու ուղղությամբ:

2001 թվականին ՄՊԿ-ն պայմանագիր է կնքել Միջազգային օլիմպիական կոմիտեի (ՄՕԿ) հետ, որով սերտացել է երկու կազմակերպությունների համագործակցությունը: Այս համաձայնագիրը օգնեց բարելավել Պարալիմպիկ խաղերի կազմակերպումն ու ֆինանսավորումը, ինչպես նաև միջազգային սպորտային հանրության շրջանում բարձրացրեց խաղերի տեսանելիությունն ու կարգավիճակը:

ՄՊԿ-ն աջակցում է նաև մարզիկների հավաքագրմանը և զարգացմանը տեղական, ազգային և միջազգային մակարդակներում՝ բոլոր կատարողական մակարդակներում:

Ըստ Լ. Գուբմանի ասիստենտ, իսկ հետագայում Միջազգային համակարգող կոմիտեի գլխավոր քարտուղարի օգնական Ջոան Սքրիթոնի՝ «պարալիմպիադա» բառն առաջին անգամ ի հայտ է եկել 1951 թվականին Ստոկ-Մանդեվիլի՝ պարալիզացված

հիվանդների հիվանդանոցի «Պարապլեգիկա» ամսագրում՝ «Ալիսը պարալիմպիադայում» հոդվածում: Սակայն, երբ այլ հիվանդություններով մարզիկներ սկսեցին մասնակցել այդ խաղերին, եզրույթը վերաիմաստավորվեց որպես «Օլիմպիական խաղերի մոտ, դուրս»՝ հիմնվելով հունարեն (παρά) բառի իմաստին: Այս համատեքստում նկատի էր առնվում պարալիմպիկ մրցումների զուգահեռները ու հավասարությունը Օլիմպիական խաղերի հետ:

Առաջին Ամառային պարալիմպիկ խաղերը տեղի են ունեցել 1960 թվականին Հռոմում: Մասնակցում էին 23 երկրներից հաշմանդամություն ունեցող շուրջ 400 մարզիկներ, այդ թվում՝ անդամահատումներով և ողնաշարի վնասվածքներով: Այս խաղերը կարևոր քայլ էին միջազգային ասպարեզում ադապտիվ սպորտի ճանաչման գործում: Խաղերն անցկացվում էին Օլիմպիական խաղերին զուգահեռ, որոնք խորհրդանշում էին սպորտի միասնությունը բոլորի համար: Լ.Գուլթմանը դարձավ այս միջոցառման նախաձեռնողներից մեկը՝ համոզելով Միջազգային օլիմպիական կոմիտեին՝ աջակցելու նման խաղերի անցկացմանը:

Մարզական այդ իրադարձությունները ցույց տվեցին, թե ինչպես կարող է ադապտիվ սպորտը դուրս գալ վերականգնողական հաստատություններից և դառնալ միջազգային սպորտային հանրության կարևոր մաս: Հռոմի խաղերում ներկայացված էին ութ մարզաձևեր՝ անվասայլակով բասկետբոլ, նետաձգություն, լող, աթլետիկա, սեղանի թենիս, ծանրամարտ, սուսերամարտ և կույրերի ֆուտբոլ: Այս մարզաձևերն ընտրվել էին հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների հնարավորությունների բազմազանությունը ցուցադրելու համար: Ամենաշատ մարզիկներ պատվիրակել էին Իտալիան, ԱՄՆ-ն և Մեծ Բրիտանիան, որոնք գլխավորել էին վարկանիշային աղյուսակը՝ նվաճելով

ամենամեծ թվով մեդալները: Այս խաղերին մասնակցել են նաև մարզիկներ Իսրայելից, Հոլանդիայից, Հարավային Աֆրիկայից, Բելգիայից, Շվեդիայից, Ֆրանսիայից, Գերմանիայից, Ավստրալիայից և այլ երկրներից:

1960 թվականի Պարալիմպիկ խաղերի հաջողությունը հզոր խթան հաղորդեց համաշխարհային պարալիմպիկ շարժման զարգացմանը: Հետագա տասնամյակների ընթացքում այդ խաղերը դարձան հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար կարևորագույն միջազգային իրադարձություն, իսկ դրանց ձևաչափն ու կառուցվածքը մշտապես բարելավվեցին:



Ժամանակի ընթացքում Պարալիմպիկ խաղերը սկսեցին ներառել հաշմանդամության ավելի շատ կատեգորիաներ՝ ընդգրկելով տեսողության խանգարումներ ուղեղային կաթված և ինտելեկտուալ խանգարումներ, ունեցող մարզիկների:

1970-1980-ական թվականներին Պարալիմպիկ խաղերը ընդլայնվեցին միջազգային ասպարեզում: Ապա սկսվեց նաև կանոնների և հաշմանդամների կատեգորիաների ստանդարտացումը, ինչը օգնեց, որ մրցումները դառնան ավելի կազմակերպված և արդար:

1980-ականներին պարալիմպիկ խաղերին ավելացվեցին նոր մարզաձևեր, ինչպես նստակյաց վոլեյբոլը և դահուկավազ-

քը: Այս մարզաձևերը գրավել են մարզիկների և հանդիսատեսի նոր սերնդին՝ ցույց տալով, որ ադապտիվ սպորտը կարող է ներառել ֆիզիկական գործունեության լայն շրջանակ:

Տոկիո 2020 պարալիմպիկ խաղերն առաջին անգամ ընդգրկել են նոր մարզաձևեր՝ ներառյալ սքեյթբորդինգը և մտավոր հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց սպորտը: Ավելի շատ մարզաձևեր օգնեցին Պարալիմպիկ խաղերը դարձնելու ավելի բազմազան և ներառական: Ընդլայնվում էր նրանց անցկացման աշխարհագրությունը (աղյուսակ 2)

Համեմատած 2012 թվականի Լոնդոնի պարալիմպիկ խաղերի հետ, որտեղ մրցումներն անցկացվում էին 20 մարզաձևերում, Փարիզում մասնակիցները մրցում էին 22 մարզաձևում: Այս խաղերի ծրագրում ներառված էր պարաշյուտով վայրէջքը, սակայն չեղարկվեցին ջրագնդակ և կարճ տարածություններում լող մարզաձևերը:



Ժամանակակից պարաօլիմպիկ խաղերը շարունակում են ընդլայնվել և հարմարվել՝ ներառելով ավելի շատ մարզաձևեր և հաշմանդամների կատեգորիաներ: Օրինակ՝ վերջին տարիներին ավելացել են այնպիսի ձևեր, ինչպիսիք են պարաքյուրլինգը և պարատրիաթլոնը: Զարգացման գործընթացը ներառում է առկա

մարզաձևերում նոր կատեգորիաների ստեղծում՝ հաշմանդամության տարբեր մակարդակներ և տեսակներ հաշվի առնելով:

Աղյուսակ 2
Ամառային պարաօլիմպիկ խաղերի անցկացման վայրը և մրցաձևերի քանակը

№	Տարի	Անցկացման վայր	Մրցաձևերի քանակ
1.	1960	Հռոմ, Իտալիյա	8
2.	1964	Տոկիո, Ճապոնիա	8
3.	1968	Մեխիկո, Մեքսիկա	9
4.	1972	Հելսինկի, Ֆինլանդիա	10
5.	1976	Տորոնտո, Կանադա	12
6.	1980	Առնհայմ, Նիդերլանդներ	12
7.	1984	Սենթ Լուիս, ԱՄՆ	15
8.	1988	Սեուլ, Հարավային Կորեա	18
9.	1992	Բարսելոնա, Իսպանիա	19
10.	1996	Ատլանտա, ԱՄՆ	20
11.	2000	Սիդնեյ, Ավստրալիա	20
12.	2004	Աթենք, Հունաստան	20
13.	2008	Պեկին, Չինաստան	22
14.	2012	Լոնդոն, Մեծ Բրիտանիա	20
15.	2016	Ռիո դե Ժանեյրո, Բրազիլիա	20
16.	2020	Տոկիո, Ճապոնիա	22
17.	2024	Փարիզ, Ֆրանսիա	22

Ձմեռային պարաօլիմպիկ խաղերի ստեղծման առաջին քայլերի մասին թեև կան որոշ ապացույցներ, որ անդամահատվածների համար դահուկավազքը ներդրվել է Տոկիոյի առաջին ժամանակավոր բանակային հիվանդանոցում դեռևս 1941 թվականին, սակայն Ձմեռային պարաօլիմպիկ խաղերի գաղափարն առաջին անգամ առաջ է քաշվել 1974 թվականին Հաշմանդամների սպորտի միջազգային կազմակերպության տարեկան ընդհանուր

Ժողովում: Նախաձեռնությունը Շվեդիայի պատվիրակությանն էր, որը ձմեռային մարզաձևերի ուժեղ ավանդույթներ ունեցող երկիր է: Այս խաղերը նախատեսված էին միայն անդամահատված կամ տեսողության խանգարումներ ունեցող մարզիկների համար:

Չորս մարզաձևից բաղկացած առաջին Ձմեռային պարալիմպիկ խաղերը անցկացվել են 1976 թվականին Շվեդիայում՝ ընդգրկելով լեռնադահուկային սպորտ, դահուկավազք, սլալոմ, դահուկային կողմնորոշում: Լեռնադահուկային սպորտը և սլալոմը առանձին մարզաձևեր չէին, այլ ներկայացնում էին տարբեր մրցաձևեր նույն մարզաձևում՝ լեռնադահուկային սպորտում:



Սկսած 1976 թվականից՝ առաջին Ձմեռային պարալիմպիկ խաղերից, մինչև 1992 թվականը՝ այդ խաղերը միշտ անցկացվել են ձմեռային Օլիմպիական խաղերի հետ նույն տարում և եղել են Օլիմպիական ձմեռային սեզոնի մի մասը: 1992 թվականից սկսած՝ Ֆրանսիայի Ալբերվիլ քաղաքում Ձմեռային պարալիմպիկ խաղերը պետք է արդեն անցկացվեին Ձմեռային օլիմպիական խաղերից առանձին: Այս փոփոխությունը կատարվել է համապատասխան ՄՕԿ-ի որոշումների, ըստ որի՝ ամառային և ձմեռային Օլիմպիական խաղերը պետք է անկացվեին երկու տարվա տարբերությամբ:

1994 թվականից Ձմեռային պարաօլիմպիկ խաղերն անցկացվում են Ձմեռային օլիմպիական խաղերից երկու տարի անց: Մասնավորապես, 1994 թվականի Լիլեհամերի (Նորվեգիա) Ձմեռային պարաօլիմպիկ խաղերը տեղի ունեցան Ալբերվիլի (Ֆրանսիա)՝ 1992 թվականի Ձմեռային օլիմպիական խաղերից երկու տարի անց (աղյուսակ 3):

Աղյուսակ 3
Ձմեռային պարաօլիմպիկ խաղերի անցկացման վայրը և մրցաձևերի քանակը

№	Տարի	Անցկացման վայր	Մրցաձևերի քանակ
1.	1976	Օրսիեր, Շվեյցարիա	4
2.	1980	Գրենոբլ, Ֆրանսիա	4
3.	1984	Ինսբրուկ, Ավստրիա	4
4.	1988	Կալգարի, Կանադա	4
5.	1992	Ալբերվիլ, Ֆրանսիա	4
6.	1994	Լիլեհամեր, Նորվեգիա	5
7.	1998	Նագանո, Ճապոնիա	5
8.	2002	Սոլթ Լեյք Սիթի, ԱՄՆ	5
9.	2006	Թուրին, Իտալիա	5
10.	2010	Վանկուվեր, Կանադա	5
11.	2014	Սոչի, Ռուսաստան	5
12.	2018	Փհենչհան, Հարավային Կորեա	6
13.	2022	Պեկին, Չինաստան	6

Պարաօլիմպիկ շարժման շրջանակներում հաշմանդամների կատեգորիաների և մարզաձևերի ընդլայնումը կարևոր դեր է խաղացել հաշմանդամության մասին հանրային ընկալումների փոփոխման գործում: Նոր մարզաձևերը և կատեգորիաները հնարավորություն տվեցին հաշմանդամություն ունեցող ավելի շատ մարդկանց մրցակցել և ցուցադրել իրենց կարողությունները:

Յուրաքանչյուր նոր մարզաձևի և հաշմանդամության կատեգորիայի հետ աճել է աջակցությունը մարզիկներին, ինչը նպաստել է ադապտիվ սպորտի ավելի արագ զարգացմանը: Այն նաև խրախուսում է մարզչական նոր ծրագրերի, ենթակառուցվածքների և տեխնոլոգիաների ստեղծմանը, որոնք հարմարեցված են հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների կարիքներին:

Այնուամենայնիվ, ադապտիվ սպորտի զարգացումը չի սահմանափակվում միայն Պարալիմպիկ խաղերով: Ադապտիվ սպորտի շրջանակներում տարբեր մարզաձևերից անցկացվում են բազմաթիվ խոշոր միջազգային մրցումներ՝ Աշխարհի և Եվրոպայի առաջնություններ (աղյուսակ 4):

Աղյուսակ 4

Ադապտիվ մարզաձևերը Աշխարհի և Եվրոպայի առաջնություններում

№	Մարզաձև	Աշխարհի առաջնություններ	Եվրոպայի առաջնություններ
1.	Լող	1994	1989
2.	Աթլետիկա	1994	2000
3.	Լեռնադահուկային սպորտ	1974	2001
4.	Բիաթլոն և դահուկավազք	1978	1991
5.	Նստած վոլեյբոլ	1978	1983
6.	Անվասայլակով թենիս	1984	1996
7.	Անվասայլակով բասկետբոլ	1973	1968
8.	Ֆուտբոլ	2000	2011
9.	Բոուլդ	1988	- -
10.	Ռեգբի	1988	2006
11.	Նետաձգություն	2007	2010
12.	Եռամարտ	2007	2010
13.	Սքեյթբորդինգ	2020	2021

Այս մրցումները առանցքային դեր են խաղում ադապտիվ սպորտի զարգացման գործում՝ հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների համար հարթակ ապահովելով իրենց նվաճումները ցուցադրելու և միջազգային ասպարեզում բարձր արդյունքներին ձգտելու համար:

Ադապտիվ սպորտի ներկայիս վիճակը վկայում է հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների մասնակցության զգալի աճի մասին, հատկապես՝ Պարալիմպիկ խաղերում: Այս աճը հիմնված է մրցումների քանակի ավելացման և բարելավված ենթակառուցվածքների վրա, ինչը թույլ է տալիս հաշմանդամություն ունեցող ավելի մեծ թվով մարդկանց մասնակցել սպորտային մրցումներին:

Պարալիմպիկ խաղերում մարզիկների թիվը յուրաքանչյուր օլիմպիական խաղերի հետ անշեղորեն աճում է: Այսպես՝ 2020 թվականի Տոկիոյի պարալիմպիկ խաղերին մասնակցել է 4403 մարզիկ 163 երկրից: Այն մասնակիցների թվով ամենախոշոր պարալիմպիկ խաղերից մեկն էր: Իսկ 2024 թվականին Փարիզի խաղերին մասնակցել է 171 երկրից 4500 պարաթլետ:

Տոկիոյի խաղերից ի վեր՝ ազգային և միջազգային ադապտիվ մրցումներում մասնակիցների աճի դրական միտում է նկատվել՝ չնայած COVID-19 համաճարակի: 2023 թվականին ավելի քան 500000 հաշմանդամություն ունեցող մարդ մասնակցել է տարբեր տեսակի սպորտային միջոցառումների ամբողջ աշխարհում՝ ներառյալ տարածաշրջանային մրցումները:

Հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների ամենամեծ թիվը ներկայացված է այն երկրներում, որոնք ակտիվորեն աջակցում են պարալիմպիկ շարժմանը: Մարզիկների թվով երկրների ցանկը գլխավորում է Չինաստանը՝ 2024թ. Պարալիմպիկ խաղերում առաջատարը: Չինաստանին հաջորդում է Ամերիկայի Միացյալ

Նահանգները, որի զարգացած սպորտային համակարգի և պետության ու հովանավորների աջակցության շնորհիվ զգալի թվով հաշմանդամ մարզիկներ են գրանցվել: Պարալիմպիկ խաղերին և այլ մրցումներին մասնակցող մարզիկների թվով առաջատարների թվում է նաև Ռուսաստանը:

Ենթակառուցվածքների զարգացումը, այդ թվում՝ տրանսպորտի և մարզակառույցների մատչելիության տեսանկյունից, կարևոր դեր է խաղացել հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների հարմարավետ մասնակցության ապահովման գործում: Օրինակ՝ Փարիզը նախաձեռնել բարելավելու իր տրանսպորտային համակարգերը՝ հաշմանդամություն ունեցող անձանց տեղավորելու համար՝ ընդգծելով այս խաղերում նրանց ընդգրկվածության կարևորությունը:

Հիմնվելով երկրի ազգաբնակչության և հաշմանդամ մարզիկների թվի հարաբերակցությանը՝ առաջատար երկրների շարքում է Նորվեգիան: Ադապտիվ սպորտի բարձր մակարդակով և հարմարվողական ծրագրերի զարգացած համակարգով Նորվեգիան է, որը իր բնակչության համեմատ ունի զգալի թվով հաշմանդամ մարզիկներ:

Ադապտիվ սպորտի և հաշմանդամների սոցիալական ներառման մեջ զգալի ներդրումների շնորհիվ Շվեդիան նույնպես ունի նման մարզիկների մասնակցության բարձր ցուցանիշ:

Պետության կողմից անվասայլակով սպորտի համար ակտիվ աջակցությունը և զարգացած ենթակառուցվածքը Ֆինլանդիային թույլ տվեցին այս ցուցանիշով զբաղեցնել առաջատար տեղերից մեկը: Նման երկրների շարքում են նաև Կանադան և Ավստրալիան:

Վերջին տարիներին ադապտիվ սպորտի որոշ մարզաձևերում նկատվում է մասնակիցների թվի աճի միտում: Դա վերաբե-

րում է ադապտիվ լողին, որը հայտնի է դարձել իր հասանելիության և տարբեր ֆիզիկական սահմանափակումներին հարմարվելու շնորհիվ: Այս մարզաձևը ակտիվորեն զարգանում է և գրավում բազմաթիվ նոր մասնակիցների ուշադրությունը: Ադապտիվ վազքը ներառում է տարբեր մրցաձևեր՝ արագավազք, մարաթոն և կրոսավազք:

Սարքավորումների տեխնոլոգիական բարելավումները, ինչպես հատուկ վազքի համար նախատեսված անվասայլակները, օգնում են մեծացնելու նման անվասայլակներ օգտագործող մարզաձևերի ժողովրդականությունը: Ադապտիվ հեծանվավազքը, ներառյալ խճուղային մրցումները, աճող հետաքրքրություն են առաջացնում նորարարական սարքավորումների տեխնոլոգիայի կատարելագործման և միջոցառումների քանակի ավելացման շնորհիվ:

Անվասայլակով բասկետբոլը ավելի մեծ տարածվածություն է ստանում, քանի որ աճում են թիմերի և մրցաշարերի քանակներ՝ ինչպես տեղական, այնպես էլ միջազգային մրցումների մակարդակներում: Վերջին տարիներին նկատվել է հաշմանդամների հետաքրքրության աճը դահուկասպորտի նկատմամբ՝ տեխնոլոգիաների և սարքավորումների բարելավման շնորհիվ, որոնք թույլ են տալիս ֆիզիկական տարբեր սահմանափակումներ ունեցող մարդկանց մարզվելու դահուկային տարբեր մարզաձևերով:

Հաշմանդամների թենիսի մրցումները գնալով ավելի տարածված են դառնում, իսկ մասնակիցների թիվը անընդհատ աճում է:

Անվասայլակով հոկեյը և ադապտիվ հոկեյի այլ ձևեր նույնպես ավելի են տարածվում՝ ազդելով ողջ աշխարհում թիմերի և մրցաշարերի քանակի աճի վրա:

Աղապատիվ սպորտում ներգրավված մարզիկների թիվը շարունակվում է աճել՝ հասանելիությունը բարելավելու, պետության ներառական քաղաքականություն իրականացնելու, հովանավորներ ներգրավելու և մրցումների քանակը ավելացնելու շնորհիվ՝ ինչը ակնառու նկատվում է որոշ երկրների օրինակով (աղյուսակ 5):

Աղյուսակ 5
Որոշ երկրներում 2020-2023թթ. հաշմանդամ-մարզիկների թվի շարժընթացը (հազար)

Տարի	Երկիր					
	Չինաստան	ԱՄՆ	Ռուսաստան	Գերմանիա	Մեծ Բրիտանիա	Բրազիլիա
2020	90	85	65	55	50	40
2021	110	95	75	60	55	50
2022	130	110	85	70	65	60
2023	150	120	90	75	70	65

Աղապատիվ սպորտով պարապող մարդկանց թվի աճը պայմանավորված է մի քանի հիմնական գործոններով.

1. Տեխնոլոգիաների և սարքավորումների կատարելագործում. մասնագիտացված սպորտային սարքավորումների՝ հարմարեցված անվասայլակների, պրոթեզների և այլ սարքերի մշակումը մեծապես ընդլայնել է տարբեր մարզաձևերում մասնակցելու հնարավորությունները:

2. Իրազեկվածության բարձրացում և հանրամատչելիություն. լրատվամիջոցների կողմից աղապատիվ սպորտի լուսաբանման ավելացումը մեծացնում է հետաքրքրությունը և դեպի այդ ոլորտ գրավում նոր մարզիկների: Պարալիմպիկ խաղերը և այլ խոշոր մրցումներ հարթակ են ստեղծում հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց հնարավորությունները ի ցույց դնելու համար:

3. **Ենթակառուցվածքների և ծրագրերի մշակում.** մասնագիտացված մարզակումքների, ուսումնամարզական կենտրոնների և հաշմանդամների համար նախատեսված ծրագրերի քանակի ավելացումը նպաստում է ադապտիվ սպորտի զարգացման համար անհրաժեշտ պայմանների ստեղծմանը:

4. **Աջակցություն և ֆինանսավորում.** ադապտիվ սպորտի ոլորտում պետական և մասնավոր ներդրումների ավելացումը, ներառյալ դրամաշնորհները, հովանավորչությունը և ֆինանսական օգնությունը, օգնում են ոլորտի ծրագրերի աճին և ավելի շատ մասնակիցների ներգրավմանը:

5. **Սոցիալական ինտեգրում և ներառում.** ներառականության և իրավահավասարության հարցերի նկատմամբ մեծ ուշադրությունը ստեղծում է առավել բարենպաստ պայմաններ հաշմանդամություն ունեցող անձանց՝ սպորտին մասնակցելու համար, ինչը իր հերթին խթանում է մասնակիցների թվի աճը:

6. **Սոցիալական աջակցություն և մոտիվացիա.** ընտանիքների, ընկերների և տեղական համայնքների աջակցությունը, ինչպես նաև հաշմանդամություն ունեցող հայտնի մարզիկների օրինակները օգնում են մարդկանց մոտիվացնել, ներգրավել ադապտիվ սպորտի ոլորտ:

7. **Ուսուցման և մրցակցության հնարավորությունների ընդլայնում.** տեղական, ազգային և միջազգային մակարդակներում մարզումների, մրցումների և մրցաշարերի համար հարմարեցված վայրերի քանակի ավելացումը նպաստում է մասնակցության թվի աճին:

8. **Հոգեբանական և բժշկական օգուտներ.** սպորտին ակտիվ մասնակցության հոգեբանական և առողջապահական օգուտների մասին տեղեկացվածությունը՝ ֆիզիկական պատրաստվածության բարելավումը, սթրեսի նվազեցումը և ինքնա-

վստահության բարձրացումը, սպորտային գործունեության մեջ ավելի շատ հաշմանդամներ է ներգրավում: Միևնույն ժամանակ, հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց շրջանում լայն տարածում է գտնում նաև առողջ ապրելակերպի համաշխարհային միտումը:

Սակայն գոյություն ունեն մի շարք գործոններ, որոնք կարող են բացասաբար ազդել ադապտիվ սպորտի զարգացման վրա կամ, նույնիսկ, դանդաղեցնել նրա տարբեր ձևերի զանգվածայնացումը.

1. **Ֆինանսական սահմանափակումներ.** ադապտիվ սպորտը պահանջում է զգալի ներդրումներ մասնագիտացված սարքավորումների, ենթակառուցվածքների, ինչպես նաև փորձառու մարզիչներ: Բազմաթիվ երկրներ բավարար չափով չեն ապահովել հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց սպորտային ծրագրերին մասնակցելու հասանելիությունը: Ադապտիվ սպորտի հովանավորչական աջակցությունը նույնպես ավելի քիչ է՝ համեմատած «սովորական» սպորտաձևերի հետ, ինչը դժվարացնում է միջոցառումների կազմակերպումն ու մրցումներին մասնակցումը: Սա վերաբերում է ինչպես հանրային, այնպես էլ պետական ֆինանսական աղբյուրներին:

2. **Ադապտիվ սպորտային օբյեկտների թերի հագեցվածություն կամ բացակայություն.** բազմաթիվ երկրներ չունեն հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար հարմար մարզական օբյեկտներ, կամ գործող օբյեկտներում բացակայում են թեքահարթակները, վերելակները և մասնագիտացված սարքավորումները: Մատչելիությունն ապահովելու համար անհրաժեշտ է վերակառուցել և հարմարեցնել առկա օբյեկտները, ինչը պահանջում է լրացուցիչ ռեսուրսներ և զգալի ծախսեր:

3. Որակյալ մասնագետների բացակայություն. ադապտիվ սպորտի զարգացմանը խոչընդոտող որոշիչ գործոն է որակյալ մասնագետների բացակայությունը կամ պակասը: Այն ներառում է մի քանի կողմեր՝ կրթություն և վերապատրաստում, սահմանափակ թվով կրթական ծրագրեր: Ոչ բոլոր ուսումնական հաստատություններն են մարզիչներին և բժիշկներին տրամադրում վերապատրաստման մասնագիտացված ծրագրեր՝ հաշմանդամություն ունեցող անձանց հետ աշխատելու համար: Հաճախ դասընթացները և վերապատրաստումները ունեն նեղ կենտրոնացում և չեն ներառում տարբեր կատեգորիաների հաշմանդամություն ունեցող անձանց հետ աշխատելու բոլոր անհրաժեշտ կողմերը: Սա դժվարացնում է ոչ միայն մարզիկների մասնագիտական զարգացումը, այլև խնդիր է առաջացնում նրանց անվտանգ մարզումների և մրցումների համար:

4. Սահմանափակ իրազեկվածություն և տեղեկատվություն. հասարակության մեջ ադապտիվ սպորտի նորարարությունների մասին գոյություն ունի տեղեկատվության փոքր ծավալ: Սա հանգեցնում է ՉԼՄ-ների և հովանավորների կողմից հետաքրքրության պակասի, ինչպես նաև հաշմանդամություն ունեցող անձանց վերաբերյալ կարծրատիպերի առաջացմանը: Ադապտիվ սպորտի հնարավորությունների մասին տեղեկատվության բացակայությունը կարող է խոչընդոտել դրա հանրամատչելիությանը և նոր մասնակիցների ներգրավմանը: Այսպես՝ նույնիսկ 2024թ. Փարիզի Ամառային պարալիմպիկ խաղերի ավարտից (սեպտեմբերի 8) մեկ ամիս անց բացակայում էր մասնակից երկրների և հաշմանդամ մարզիկների թվի մասին հստակ տեղեկատվությունը:

5. Բյուրոկրատական խոչընդոտներ. բյուրոկրատական խոչընդոտները կարող են զգալիորեն դանդաղեցնել ադապտիվ

սպորտի զարգացումը և խոչընդոտներ ստեղծել հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար ծրագրեր ստեղծելու և պահպանելու համար: Կայուն միջոցառումների պահպանումը և նոր ծրագրերի ստեղծումը հաճախ պահանջում են բարդ բյուրոկրատական ընթացակարգեր՝ ներառյալ թույլտվությունների սահմանափակումների հաղթահարումը և անհրաժեշտ որոշումների ընդունումը: Այս գործընթացները կարող են բարդ և շփոթեցնող լինել հատկապես ադապտիվ սպորտային կազմակերպությունների համար:

6. Տրանսպորտային և լոգիստիկ խնդիրներ. այս խնդիրները լուրջ ազդեցություն ունեն ադապտիվ սպորտի զարգացման վրա՝ ստեղծելով խոչընդոտներ հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների մարզումներին, մրցումներին և այլ միջոցառումներին մասնակցելու համար: Հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ դժվարանում են հասնել մարզման վայրեր՝ հասարակական տրանսպորտի կամ մասնագիտացված տրանսպորտային միջոցների, օրինակ՝ հարմարեցված ավտոբուսների, տաքսիների և այլ միջոցների, դժվար հասանելիության պատճառով: Սա սահմանափակում է մարզիկների՝ մարզումների և մրցումների վայրեր հարմարավետ և ապահով տեղաշարժվելու հնարավորությունը, ինչը հետագայում սահմանափակում է նրանց մասնակցությունը մրցումներին:

Այդ խոչընդոտների հաղթահարման համար պահանջվում է համակցված մոտեցում՝ աջակցություն պետության, մշակույթի և բիզնեսի կողմից, ինչը թույլ կտա նպաստելու սպորտի զարգացմանը, և այն ավելի մեծ թվով հաշմանդամների համար դարձնել հասանելի:

Հայաստանում ադապտիվ սպորտի հարցերով զբաղվում են մասնագիտացված հետևյալ հասարակական կազմակերպությունները (աղյուսակ 6)

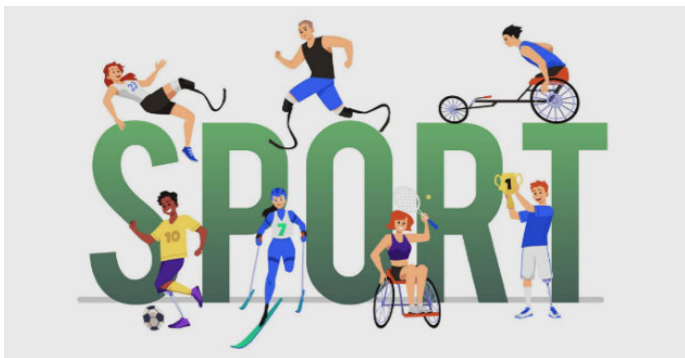
**ՀՀ-ում 2022 թ. տվյալներով աղապտիվ սպորտի հարցերով զբաղվող
հասարակական կազմակերպությունները (ըստ escs.am տվյալների)**

№	Կազմակերպության անվանումը
1.	Հայաստանի պարաաթլետիկայի ֆեդերացիա ՀԿ
2.	Հայաստանի ազգային պարաօլիմպիկ կոմիտե ՀԿ
3.	Խուլերի հայկական սպորտային կոմիտե ՀԿ
4.	Հաշմանդամ անձանց սեղանի թենիսի հայկական ֆեդերացիա ՀԿ
5.	Հայաստանի հանրապետության հաշմանդամային սպորտի ֆեդերացիա ՀԿ
6.	Կույրերի միավորում. Հաշմանդամների ՀԿ
7.	Հայկական հատուկ Օլիմպիադաներ ՀԿ
8.	Հայաստանի անվասայլակով բասկետբոլի ֆեդերացիա ՀԿ
9.	Հայաստանի պարաձանրամարտի ֆեդերացիա ՀԿ
10.	Հաշմանդամային սպորտի հայկական ազգային ֆեդերացիա ՀԿ
11.	Հայաստանի ձմեռային պարամարզաձևերի ֆեդերացիա ՀԿ

3.4. Սոցիալականացման առանձնահատկությունները աղապտիվ սպորտում

Հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների սոցիալականացումը սպորտի միջոցով առանցքային դեր է խաղում նրանց՝ հասարակության մեջ ինտեգրման, դրական ինքնաընկալման ձևավորման, հոգեբանական և ֆիզիկական առողջության ու ընդհանուր կյանքի որակի բարելավման գործում:

Սպորտն այն կամուրջն է, որը կապում է հաշմանդամություն ունեցող անձանց հասարակության հետ և հնարավորություններ բացում ինքնիրացման, ինքնակատարելագործման և հասարակական կյանքում ակտիվ մասնակցության համար՝ օգնելով նրանց դառնալու հասարակության ակտիվ և հարգված անդամներ:



Կանոնավոր մասնակցությունը սպորտային մարզումներին և մրցումներին մեծացնում է պարապողների տոկոսությունը, բարելավում կոորդինացիան, ճարպկությունը, ամրացնում մկանային ուժը, դրականորեն ազդում այլ շարժողական ընդունակությունների կատարելագործման վրա, ինչպես նաև բարելավում սիրտ-անոթային համակարգի աշխատանքը: Ադապտիվ սպորտը թույլ է տալիս մարզիկներին հաղթահարելու ֆիզիկական և հոգեբանական խոչընդոտները, ինչը կյանքի նկատմամբ տալիս է վերահսկողության զգացում, բարելավում ինքնագնահատականը և մեծացնում վստահությունը սեփական կարողությունների նկատմամբ:

Արդյունքները (մրցումներում հաղթելը կամ սեփական ցուցանիշների բարելավելը) մեծացնում են անձնական կարևորության զգացումը և ուժեղացնում սպորտով պարապելու մոտիվացիան, օգնում շեղվելու առօրյա խնդիրներից և բարելավում ընդհանուր հուզական վիճակը:

Ֆիզիկական ակտիվությունը, հատկապես կանոնավոր վարժությունների միջոցով, արտազատում է էնդորֆիններ (հորմոններ), որոնք մարզիկների մոտ նվազեցնում են սթրեսի և անհանգստության մակարդակը:

Հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ հաճախ կարող են ունենալ մեկուսացվածության և դեպրեսիայի զգացում: Սպորտը նրանց հնարավորություն է տալիս ակտիվ լինելու, ներգրավվելու մարզումային և մրցակցային գործընթացներին, առաջադրելու նպատակներ, ինչն օգնում է բարելավել պարապոզների հուզական վիճակը և նվազեցնել դեպրեսիայի հնարավոր ախտանիշները:

Սպորտում ֆիզիկական և հուզական դժվարությունների հաղթահարումը հաշմանդամ մարզիկների մոտ ձևավորում է դրական մտածողություն՝ թույլ տալով նրանց կենտրոնանալու սեփական հնարավորությունների, այլ ոչ թե առկա սահմանափակումների վրա, ինչը օգնում է նաև կյանքի այլ կողմերում:

Ադապտիվ սպորտով պարապելը բացում է մասնագիտական զարգացման հնարավորություններ, ներառյալ մարզչական, սպորտի կառավարման կամ վերականգնողական աշխատանքների ոլորտներում և ապահովում է հարթակ հաշմանդամություն ունեցող մարզիկներին հասարակական կյանքին ակտիվ մասնակցելու համար:

Մարզումների, մրցումների և այլ մարզական միջոցառումների շնորհիվ՝ մարզիկները դուրս են գալիս ավանդական մեկուսացված ապրելակերպից՝ զբաղեցնելով ակտիվ դիրքեր հասարակական կյանքում: Իսկ միջազգային ասպարեզում հաջողությունը թույլ է տալիս նրանց ստանալու հանրային ճանաչում և հարգանք, որն օգնում է փոխելու հասարակության մեջ հաշմանդամության ընկալումը և հաղթահարելու առկա կարծրատիպերը:

Թիմային մարզաձևում դրսևորվում է թիմային աշխատանք, և իրականացվում է փոխօգնություն, որն ամրապնդում է կոլեկտիվ հարաբերությունները և մարզիկներին սովորեցնում տարբեր իրավիճակներում փոխգործունեություն: Այս հմտությունները

փոխանցվում են առօրյա կյանք՝ նպաստելով հասարակության մեջ ավելի լավ հարմարեցմանը:

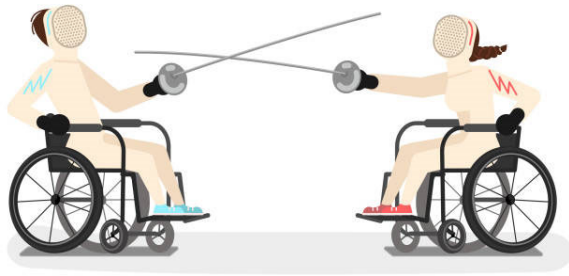
Մասնակցությունը մրցումներին ֆիզիկական պատրաստության տրամաբանական շարունակությունն է: Մրցումները հնարավորություն են տալիս հաշմանդամ մարզիկներին ճանաչում և աջակցություն ստանալ հանդիսատեսի, հասարակության և գործընկերների կողմից, հաստատում նոր սոցիալական կապեր և ամրապնդում գոյություն ունեցողները: Նրանք հնարավորություն են ստանում ցուցադրելու իրենց կարողություններն ու ձեռքբերումները, ինչը բարելավում է մարզիկների ինքնաընկալումը, շրջապատի հետ փոխգործությունը:

Հաշմանդամությունը պատմականորեն հաճախ զուգորդվում է ֆիզիկական սահմանափակումների, թուլության և այլ մարդկանցից կախվածության հետ: Սակայն ադապտիվ սպորտը ցայտուն ցույց է տալիս, որ հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ կարող են հասնել արտասովոր արդյունքների՝ ցուցադրելով մեծ ուժ, ճկունություն և մարզական նվաճումներ, որոնք կարելի է համեմատել հաշմանդամություն չունեցող մարզիկների հետ: Սա օգնում է կոտրել հասարակության մեջ գոյություն ունեցող կարծրատիպերը՝ ստեղծելով ավելի հարգալից վերաբերմունք հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց նկատմամբ:

Նրանց մարզական նվաճումները խթանում են հասարակությանը՝ ստեղծելու ներառական ենթակառուցվածքներ՝ հարմարեցված նման քաղաքացիների բոլոր կարիքներին: Սա վերաբերում է ինչպես ֆիզիկական միջավայրին (մատչելի սպորտային օբյեկտներ), այնպես էլ կրթական և մշակութային ծրագրերին, որոնք նպաստում են հաշմանդամություն ունեցող անձանց ներառմանը հասարակություն:

Հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդները, դիտելով Պարալիմպիկ խաղերը և ծանոթանալով միջազգային խոշոր

մրցումների մասնակիցների նվաճումներին, ձեռք են բերում դրական օրինակներ, ինչը օգնում է հավատալ սեփական ուժերին և ձգտել նորանոր հաջողություններին: Այն նաև ազդում է հաշմանդամություն չունեցող երիտասարդների վրա՝ ցույց տալով, որ ֆիզիկական կարողությունների տարբերությունները խոչընդոտ չեն անձնական և մասնագիտական նվաճումների համար:



Ադապտիվ սպորտում հաջողությունների շնորհիվ հաշմանդամություն ունեցող բազմաթիվ մարզիկներ դառնում են հասարակական գործիչներ, ակտիվիստներ սպորտում և սպորտից դուրս, ինչն օգնում է հարգալից վերաբերմունք ձևավորել նման մարդկանց նկատմամբ: Դժվարությունները հաղթահարելու նրանց անձնական պատմությունները ոգեշնչում և օգնում են հասարակությանը հասկանալու բոլորի համար հավասար հնարավորությունների կարևորությունը:

Ադապտիվ սպորտը ապահովում է նաև զգալի տնտեսական օգուտներ՝ սկսած առողջապահական ծախսերի կրճատումից մինչև աշխատատեղերի աճի և ներդրումների խթանումը: Այն նպաստում է ավելի ներառական և արդյունավետ տնտեսության ստեղծմանը, որն աջակցում է հաշմանդամություն ունեցող անձանց ներառմանը հասարակություն և օգուտներ է բերում ինչպես մարզիկներին, այնպես էլ ողջ հասարակությանը:

Ադապտիվ սպորտի տնտեսական օգուտները նկատվում են տարբեր մակարդակներում՝ սկսած մարզիկների անձնական եկամուտներից մինչև պետական և մասնավոր ներդրումների վրա ազդեցությանը: Այն երկրները, որոնք ակտիվորեն աջակցում են ադապտիվ սպորտի զարգացմանը, կարող են նվազեցնել հաշմանդամություն ունեցող անձանց վերականգնողական և սոցիալական ծրագրերին ուղղված բյուջետային ծախսերը՝ սպորտի միջոցով ակտիվորեն ինտեգրելով նրանց հասարակական կյանք:

Բացի այդ՝ ադապտիվ սպորտի զարգացման հետ մեկտեղ բացվում են նոր աշխատատեղեր սպորտը սպասարկող ոլորտներում: Ադապտիվ սպորտի զարգացումը խթանում է հաշմանդամություն ունեցող անձանց համար նախատեսված ապրանքների և ծառայությունների շուկայի աճին: Սա ներառում է մասնագիտացված սպորտային սարքավորումների, մարզահագուստի, մարզակոշիկի և մարզական սարքավորումների, ինչպես նաև հարմարեցված մեքենաների և տեխնոլոգիաների արտադրությունը: Այս ոլորտի զարգացումը ոչ միայն բավարարում է հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների կարիքները, այլև նպաստում է տնտեսական աճին՝ աշխատատեղերի ստեղծման և առևտրի ոլորտում ֆինանսական շրջանառության ավելացմանը: Այսպես՝ ադապտիվ սպորտը ներգրավում է նոր ներդրումներ և ստեղծում զբաղվածության նոր հնարավորություններ, ինչը դրականորեն է ազդում տնտեսության զարգացման վրա:

Մրցումները ադապտիվ սպորտում, օրինակ՝ Պարալիմպիկ խաղերը, գրավում են հովանավորների ուշադրությունը ինչպես տեղական, այնպես էլ միջազգային մակարդակով: Կորպորացիաները ձգտում են աջակցել ներառական ծրագրերին, քանի որ դա բարելավում է նրանց հանրային իմիջը և գրավում պոտեն-

ցիալ սպառողների: Հաշմանդամ-մարզիկների և մրցումների հովանավորումն օգնում է զարգացնել բիզնեսը և մեծացնել շահույթը՝ ավելացնելով սպառողների հավատարմությունը:

Որպես օրինակ՝ կարելի է ներկայացնել Պարալիմպիկ խաղերի համաշխարհային բրենդների հովանավորությունը՝ Toyota, Samsung, Visa և այլք, որոնք զգալի ֆինանսական ներդրումներ են կատարում սպորտում և աջակցում դրա զարգացմանը:

2024 թվականի Փարիզի Պարալիմպիկ խաղերի պաշտոնական գործընկերներն են դարձել այնպիսի հայտնի համաշխարհային ընկերություններ, ինչպիսիք են Airbnb, Alibaba, Allianz, Atos, Bridgestone, Coca-Cola, Mengniu, Deloitte, Intel, Omega, Panasonic, P&G, Samsung, Toyota, Visa, Carrefour, Orange և այլ ապրանքանիշներ:

Ադապտիվ սպորտի միջազգային տարբեր խոշոր մրցումներ գրավում են զբոսաշրջիկներին և երկրպագուներին ամբողջ աշխարհից: Սա ապահովում է լրացուցիչ եկամուտ ընդունող քաղաքների համար՝ զբոսաշրջության, հյուրանոցային, տրանսպորտային ծառայությունների և զվարճանքներ տրամադրելու միջոցով:

Նախապատրաստումը նման մարզական միջոցառումներին խթանում է նաև քաղաքային ենթակառուցվածքների զարգացմանը՝ մատչելի սպորտային օբյեկտների կառուցում, տրանսպորտային հաղորդակցության բարելավում, հաշմանդամություն ունեցող անձանց տեղաշարժի համար մատչելի միջավայրի ստեղծում: Կատարված ներդրումները օգտակար են քաղաքի ու բնակչության համար նույնիսկ մրցումներից հետո՝ բարելավելով բոլոր քաղաքացիների կյանքի որակը:

Ադապտիվ սպորտի ազդեցությունը հաշմանդամ մարզիկների սոցիալականացման վրա դրսևորվում է հետևյալ ուղղություններում.

I. Ադապտիվ սպորտի ազդեցությունը շարժողական ընդունակությունների զարգացման և առողջության խթանման վրա:

Սոցիալականացումը ադապտիվ սպորտում ոչ միայն նպաստում է հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների ինտեգրմանը հասարակության մեջ, այլև էական ազդեցություն է ունենում նրանց ֆիզիկական առողջության և ֆիզիկական պատրաստվածության բարելավման վրա:

1. Ֆիզիկական պատրաստվածության և ֆունկցիոնալ հնարավորությունների բարելավում. ադապտիվ սպորտը ներառում է կանոնավոր ֆիզիկական ակտիվություն, բազմաբնույթ ֆիզիկական վարժությունների կիրառում, որոնք օգնում են բարելավել հաշմանդամ մարզիկների ֆիզիկական պատրաստվածությունն ու ֆունկցիոնալ հնարավորությունները:

Կանոնավոր մարզումները և մասնակցությունը մրցումներին օգնում են բարելավել դիմացկունությունը, ուժը, ճկունությունը, կոորդինացիան, շարժումների կառավարումը: Սա հատկապես կարևոր է հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց համար, քանի որ ֆիզիկական ակտիվությունը կարող է զգալի չափով փոխհատուցել հաշմանդամության հետ կապված սահմանափակումները և բարելավել ընդհանուր վիճակն ու մարզավիճակը:



Մարզումները ադապտիվ սպորտում, որոնք ներառում են ֆիզիկական վարժությունների կատարում, ուղղված են ֆունկցիոնալ կարողությունների, ֆիզիկական պատրաստվածության և ընտրած մարզաձևին բնորոշ տեխնիկական հնարքների կատարման արդյունավետության բարելավմանը: Սա նաև օգնում է մարզիկներին կյանքում ավելի լավ հաղթահարելու առաջացող առօրյա խնդիրները և բարելավելու իրենց կենսակերպի որակը:

2. Քրոնիկ հիվանդությունների կանխարգելում և առողջություն. ադապտիվ սպորտի հետ կապված ֆիզիկական ակտիվությունը կարևոր դեր է խաղում քրոնիկ հիվանդությունների կանխարգելման և առողջության բարելավման գործում: Կանոնավոր ֆիզիկական վարժություններն օգնում են վերահսկելու քաշը, ինչը հատկապես կարևոր է հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց համար, որոնք կարող են խնդիրներ ունենալ նյութափոխանակության, ավելորդ քաշի կամ քաշի վերահսկման հետ:

Ադապտիվ սպորտը նպաստում է սիրտ-անոթային համակարգի բարելավմանը, նվազեցնում է դիաբետի վտանգը և բարելավում է առողջության ընդհանուր վիճակը: Միաժամանակ օգնում է կանխել տարբեր հիվանդությունների զարգացումը, որոնք կապված են նստակյաց ապրելակերպի հետ:

3. Հոգեկան բարեկեցություն և մոտիվացիա. ֆիզիկական առողջությունը և շարժողական ընդունակությունների բարելավումը սերտորեն կապված են մարզիկների հոգեկան բարեկեցության և մոտիվացիայի առաջացման կամ պահպանման հետ: Բարելավված ֆիզիկական պատրաստվածությունը և ֆունկցիոնալ կարողությունները նպաստում են ինքնավստահության և կյանքից ընդհանուր բավարարվածության զգացումի բարձրացմանը: Այն կարող է նաև մեծացնել մարզիկների մոտիվացիան՝ շարունակելու մարզումները և մասնակցելու ավելի շատ մրցում-

ների: Ֆիզիկական ակտիվությունը օգնում է նվազեցնել սթրեսը և բարելավել մարզիկների հոգեհուզական վիճակը: Սա օգնում է բարելավել մարզիկների ընդհանուր առողջությունն ու բարեկեցությունը:

4. Սոցիալական և բժշկական առավելություններ. մասնակցությունը ադապտիվ սպորտում ապահովում է նաև սոցիալական և առողջապահական դրական փոփոխություններ, որոնք բազմաթիվ այլ կողմերից նպաստում են նաև ֆիզիկական առողջության բարելավմանը: Հաշմանդամություն ունեցող մարզիկները, որոնք ակտիվորեն ներգրավված են ադապտիվ սպորտում, անհրաժեշտություն ունեն հատուկ հսկողության և հաճախ ստանում են մասնագիտացված բժշկական և վերականգնողական օգնություն:

Սոցիալական կապերն ու աջակցությունը, որոնք առաջանում և զարգանում են սպորտային միջավայրում, բարելավում են մարզիկների ֆիզիկական և հոգեկան բարեկեցությունը՝ օգնելով նրանց հաղթահարելու իրենց հաշմանդամության հետ կապված մարտահրավերները և արժանի տեղ զբաղեցնել հասարակության մեջ:

II Ադապտիվ սպորտի միջոցով սոցիալական կապերի ձևավորումն ունի բազմաթիվ դրական կողմեր, որոնք նպաստում են հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների սոցիալականացմանն ու ընդգրկմանը հասարակություն:

1. Թիմային աշխատանք և համատեղ մարզումներ. ադապտիվ սպորտը եզակի հնարավորություն է տալիս սոցիալական կապեր ձևավորելու թիմային մարզումների և համատեղ մարզական գործունեության միջոցով: Կարևոր է նշել, որ համատեղ մարզումները և մրցումները նպաստում են ոչ միայն սպորտային հմտությունների, անհատական տարբեր հատկություններ-

րի (նախաձեռնություն, կարգապահություն, աշխատասիրություն) բարելավմանը, այլև սոցիալական նոր հարաբերությունների ակտիվ ձևավորմանը:

Թիմային մարզումները պահանջում են գործողությունների համակարգում, հաղորդակցություն և խնդիրների համատեղ լուծում, որն օգնում է ամրապնդել կապերը մասնակիցների միջև: Մարզիկները սովորում են միասին մարզվել, ինչը նրանց թիմին, ակումբին պատկանելության զգացում է տալիս և օգնում է ստեղծել կայուն և ամուր սոցիալական կապեր: Կոլեկտիվ պատասխանատվության և աջակցության այս զգացումը օգնում է նրանց հաղթահարել խոչընդոտները և զարգացնել վստահությունը թիմի անդամների միջև:

Բացի այդ՝ համատեղ մարզումները հնարավորություններ են տալիս ոչ ֆորմալ հաղորդակցության, հետաքրքրությունների քննարկման և ընկերների հետ հարաբերությունների կատարելագործման ձևավորման համար: Սա օգնում է մարզիկներին զարգացնել միջանձնային և հաղորդակցական հմտություններ, որոնք օգտակար են նաև մարզական միջավայրից դուրս:



2. Մասնակցություն մրցումներին և միջոցառումներին. մրցումները և մարզական տարբեր միջոցառումները, պարապմունքները, ուսումնամարզական հավաքները՝ այդ թվում այլ

մարզիկների հետ համատեղ, առանցքային դեր են խաղում հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների սոցիալականացման գործում: Այս միջոցառումները ստեղծում են հարթակ ոչ միայն այլ մարզիկների, այլ նաև մարզիչների, միջոցառումների կազմակերպիչների, մրցավարների և երկրպագուների փոխգործակցության համար:

Մասնակցությունը մրցումներին օգնում է մարզիկներին ուժեղացնել և ընդլայնել իրենց սոցիալական ցանցերը: Սպորտային միջոցառումները հնարավորություն են տալիս կիսվելու փորձով, հաստատելու կապեր և ձևավորելու երկարաժամկետ հարաբերություններ: Այս գործողությունները նպաստում են սոցիալական այնպիսի անհրաժեշտ հմտությունների զարգացմանը, ինչպիսիք են տարբեր մարդկանց հետ հաղորդակցվելը, բանակցելը, ճիշտ լուծումներ գտնելը և գործընկերային հարաբերություններ կառուցելը:

Բացի այդ՝ հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների համար մրցումներում կատարվում է սոցիալական գնահատում և դրսևորվում է աջակցություն, ինչը հեշտացնում է նրանց՝ հասարակության մեջ ինտեգրումը ավելի լայն սոցիալական համատեքստում: Այս սոցիալական ճանաչումն օգնում է մարզիկներին զգալ իրենց մեծ համայնքի մի մաս և ամրապնդել նրանց սոցիալական նույնականացումը:

3. Վերականգնողական և սոցիալական ակումբներ. վերականգնողական և սոցիալական ակումբները կարևոր ռեսուրսներ են ապահովում հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների սոցիալականացման համար: Այս ակումբները հաճախ առաջարկում են ոչ միայն մարզական պարապմունքներ, այլև տարբեր սոցիալական միջոցառումներ, որոնք նպաստում են անդամների միջև կապերի ընդլայնմանը և ուժեղացմանը:

Հաշմանդամների ակումբները և կազմակերպությունները ստեղծում են աջակցող և ներառական միջավայր, որտեղ մարզիկները կարող են հաղորդակցվել և փոխգործել նմանատիպ մարտահրավերների առջև կանգնած այլ մարզիկների հետ: Այս ակումբները հաճախ կազմակերպում են տարբեր միջոցառումներ՝ սեմինարներ, երեկոյթներ, միասին ճամփորդությունները, որոնք օգնում են անդամներին ընդլայնել իրենց սոցիալական շրջանակները և ձևավորել ամուր միջանձնային կապեր:

Մասնակցությունը նման ակումբներին և կազմակերպությունների գործունեությանը օգնում են մարզիկներին զգալ ավելի ներգրավված համայնքային կյանքին, ինչն էլ իր հերթին օգնում է ամրապնդել նրանց սոցիալական ցանցը և նվազեցնել մեկուսացման զգացումը: Ակումբներում ստացվող աջակցությունն ու բարեկամությունը էական ազդեցություն ունեն նաև անդամների հուզական բարեկեցության բարելավման վրա:

4. Փոխգործունեություն մարզիչների և կամավորների հետ. մարզիչների և կամավորների դերը ադապտիվ սպորտում շատ մեծ է: Այս մարդիկ ոչ միայն բարելավում են մարզիկների ֆիզիկական պատրաստվածությունը և սովորեցնում են մարզաձևին բնորոշ տեխնիկական հնարքներ, այլև դառնում են այն կարևոր հասարակական գործիչները, որոնք տրամադրում են շատ կարևոր բարոյական աջակցություն:

Մարզիչները և կամավորները օգնում են հաշմանդամություն ունեցող մարզիկներին զարգացնել ինքնավստահություն և սոցիալական բազմաթիվ հմտություններ՝ ստեղծելով բարյացակամ և աջակցող միջավայր: Նրանք առանցքային դեր են խաղում՝ օգնելով մարզիկներին հարմարվելու մարզական միջավայրին, ինտեգրվելու թմին և գտնելու իրենց տեղը համայնքում:

Բացի այդ՝ հաղորդակցումը մարզիչների և կամավորների հետ նպաստում են վստահության ձևավորմանը, ինչն օգնում է մարզիկներին ավելի վստահ և հարմարավետ զգալ սոցիալական միջավայրում: Այս հարաբերությունները ստեղծում են լրացուցիչ սոցիալական կապեր և անձնական աճի հնարավորություններ, որոնք նպաստում են հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների հաջող սոցիալականացմանը:

III. Միջանձնային հմտությունների ձևավորում. ադապտիվ սպորտը եզակի հնարավորություններ է ընձեռում հաշմանդամություն ունեցող մարզիկներին՝ զարգացնելու միջանձնային հմտությունները: Այս հմտությունները կարևոր են ինչպես նրանց մարզական կարիերայի, այնպես էլ առօրյա կյանքի համար:

1. Թիմային աշխատանք և համակարգում. ադապտիվ սպորտը, հատկապես թիմային մարզաձևերը, պահանջում են, որ մարզիկները կարողանան աշխատել որպես թիմ, համակարգել սեփական գործողությունները և նպատակները այլ մարզիկների հետ և հասնել ընդհանուր նպատակների: Թիմային փոխգործակցությունը ներառում է դերերի նշանակում, կոլեկտիվ որոշումներ կայացնում և գործունեության ռազմավարական պլանավորում:

Մարզիկները սովորում են հստակ սահմանել և կատարել իրենց դերերը թիմում: Սա ներառում է ոչ միայն ֆիզիկապես առաջադրանքների կատարումը, այլ նաև թիմի մյուս անդամների հետ փոխգործակցությունը՝ համատեղ նպատակներին հասնելու համար: Թիմային մարզաձևերը պահանջում են մշտական հաղորդակցություն և որոշումների համաձայնեցում: Մարզիկները սովորում են լսել ուրիշների կարծիքները, հիմնավորել սեփական դիրքորոշումը և գտնել փոխզիջումներ:

Թիմային մարզումները և մրցումները հաճախ պահանջում են գործողությունների պլանավորում և համակարգում, որն օգ-

նում է զարգացնել թիմային խնդիրների լուծման և ռեսուրսները արդյունավետ բաշխելու հմտություններ:

2. Հաղորդակցություն և տեղեկատվության փոխանակում.

արդյունավետ հաղորդակցությունը ադապտիվ սպորտում միջանձնային փոխգործակցության հիմնական բաղադրիչն է: Մարզիկները սովորում են տեղեկատվություն փոխանակել ռազմավարության, մարտավարության, առողջության և այլ հարցերի շուրջ, որոնք ազդում են նրանց պատրաստության գործընթացի և մրցումների արդյունքների վրա: Մարզիկները զարգացնում են հստակ և կառուցողական հաղորդակցման հմտություններ, որոնք կարևոր են դաշտում, մարզահրապարակում կամ մարզադահլիճում գործողությունները համակարգելու համար:

Փոխազդեցությունը ներառում է նաև ոչ խոսքային ազդանշանների օգտագործումը՝ ժեստերը, դեմքի արտահայտությունները և ձայնի տոնը, որոնք օգնում են համակարգել գործողություններն ու արտահայտել սեփական զգացմունքները: Այլ մարդկանց ակտիվորեն լսելու և հասկանալու կարողությունը նպաստում է ավելի արդյունավետ փոխգործակցությանը և փոխըմբռնման ստեղծմանը:

3. Կոնֆլիկտների կառավարում և խնդիրների լուծում.

ադապտիվ սպորտը հնարավորություն է տալիս մարզիկներին զարգացնել կոնֆլիկտների կառավարման և առաջացած խնդիրների լուծման հմտություններ: Կոնֆլիկտները կարող են առաջանալ ինչպես թիմի ներսում, այնպես էլ մրցակիցների, մարզիչների, մրցավարների կամ երկրպագուների հետ հաղորդակցվելիս: Մարզիկները սովորում են արդյունավետ ելքեր գտնել առաջացած կոնֆլիկտներում, գտնել փոխզիջումներ և կառուցողական ձևով լուծել խնդիրները: Իրավիճակները վերլուծելու և լուծումներ գտնելու կարողությունը օգնում է կառավարել կոնֆլիկտները և բարելավել թիմային հաղորդակցությունը:

Սեփական հույզերը կառավարելու հմտությունների զարգացումն օգնում է մարզիկներին մնալ հանգիստ և կենտրոնանալ սթրեսային իրավիճակներում, ինչը հանգեցնում է ավելի արդյունավետ փոխգործողության պատրաստության գործընթացի արդյունավետության բարձրացմանը:

4. Ապրումակցման և սոցիալական զգայունության զարգացում. ադապտիվ սպորտը նպաստում է ապրումակցման և սոցիալական զգայունության զարգացմանը, որն օգնում է մարզիկներին ավելի լավ հասկանալ և աջակցել այլ մարզիկներին: Հաշմանդամություն ունեցող մարզիկները սովորում են կարեկցել և հասկանալ ուրիշների զգացմունքներն ու կարիքները, ինչն օգնում է ստեղծել ավելի աջակցող և ներառական միջավայր: Մարդկանց միջև տարբերությունների գիտակցումը և ուրիշների յուրահատուկ կարիքների հարգումը օգնում է ստեղծել ներդաշնակ և արդյունավետ հարաբերությունների դաշտ:

5. Սոցիալական համագործակցություն սպորտից դուրս. ադապտիվ սպորտում զարգացած միջանձնային հմտությունները հաճախ տեղափոխվում են սպորտային միջավայրից դուրս, ինչը ներառում է անձնական և մասնագիտական կյանքում հաղորդակցության բարելավում: Մարզիկները հաղորդակցման և համագործակցության հմտությունները կիրառում են առօրյա իրավիճակներում, ինչը նպաստում է անձնական զարգացմանը և սոցիալական ինտեգրմանը:

Միևնույն ժամանակ համագործակցությունը ադապտիվ սպորտի շրջանակում, կապված լինելով գործընկերների, մրցակիցների, մարզիչների, մրցավարների կամ երկրպագուների հետ, կարող է սպորտից դուրս նույն մարդկանց հետ համագործակցության շարունակություն ունենալ: Դա կարող է կապված լինել կենսագործունեության տարբեր ոլորտների հետ՝ սկսած մշա-

կույթի և վերջացրած համատեղ բիզնես, կամ այլ ծրագրեր միասին մշակելուց և իրականացնելուց:

Զարգացած միջանձնային հմտությունները օգնում են մարզիկներին նաև իրենց մասնագիտական ոլորտում՝ բարելավելով կարիերայի հեռանկարները և աշխատանքի հնարավորությունները:



IV. Հաշմանդամ մարզիկների ինքնագնահատականի և վստահության ամրապնդում. հոգեբանական այս կողմերը կարևոր են ընդհանուր բարեկեցության և կյանքի որակի բարելավման համար:

1. Նպատակների նվաճում և ձեռքբերումների ճանաչում. ինքնագնահատականը ամրապնդելու առանցքային ուղիներից մեկը սահմանված նպատակների նվաճումն է և մարզիկների, ակումբի, հասարակության կողմից մարզիկների ձեռքբերումների ճանաչումը: Ադապտիվ սպորտում մարզիկները իրենց առջև դնում են տարբեր նպատակներ՝ լինի դա անձնական ռեկորդների բարելավում, հաղթանակ մրցումներում, թե նոր տեխնիկայի յուրացում:

Մարզական նպատակների հաջողությամբ իրագործումը մեծացնում է ինքնագնահատականը, քանի որ մարզիկները տեսնում են իրենց ջանքերի և աշխատանքի մարտահրավերների հաղթահարման արդյունքները: Սա խթանում է հպարտության և բավարարվածության զգացումը ձեռք բերած հաջողություններից:

Մարզիչների, թիմի և հանրության կողմից ճանաչումը կարևոր դեր է խաղում վստահության ձևավորման գործում: Մրցանակները, մեդալները և մարդկանց դրական արձագանքները նպաստում են նվաճումների և սեփական ուժերին հավատալու զգացումի ձևավորմանը:

2. Խոչընդոտների և մարտահրավերների հաղթահարում. ադապտիվ սպորտը հնարավորություն է տալիս հաղթահարելու ֆիզիկական և հոգեբանական խոչընդոտները: Հաշմանդամություն ունեցող մարզիկները բախվում են մի շարք մարտահրավերների, և այդ մարտահրավերները հաղթահարելու նրանց կարողությունն օգնում է ձեռք բերել ինքնավստահություն: Պատրաստության ընթացքում մարզիկները բախվում են նաև հոգեբանական խնդիրների, (մրցակցության վախը կամ սեփական կարողությունների վերաբերյալ կասկածները): Այս խոչընդոտների հաջող հաղթահարումն օգնում է ստեղծել վստահություն սեփական կարողությունների և հեռանկարների նկատմամբ:

3. Հմտությունների ձևավորում և նոր հմտությունների յուրացում. ադապտիվ սպորտը հնարավորություն է տալիս ձևավորել նոր հմտություններ և տիրապետել նոր տեխնիկական հնարքներին, ինչը նպաստում է ինքնագնահատականի ձևավորմանը:

Կանոնավոր մարզումները և ֆիզիկական պատրաստվածության բարելավումը օգնում են նաև բարձրացնել ինքնավստահությունը սեփական ուժերի և կարողությունների նկատմամբ: Հմտությունները կապված են ոչ միայն ընտրված մարզաձևի, այլ նաև այն վարժությունների և պատրաստության ձևերի հետ, որոնք կիրառվում են ադապտիվ սպորտում:

4. Սոցիալական աջակցություն և ճանաչում. մարզիչների, թիմի, ընտանիքի և ընկերների սոցիալական աջակցությունը

կարևոր դեր է խաղում ինքնագնահատականի ձևավորման գործում: Այլ մարդկանց աջակցությունն ու ճանաչումը նպաստում են վստահության և համայնքին պատկանելության զգացողության աճին: Մարզիչների և թիմի անդամների դրական արձագանքներն ու աջակցությունն օգնում են մարզիկներին զգալ իրենց գնահատված, պահաջված: Սա ստեղծում է աջակցող միջավայր, որտեղ մարզիկները կարող են զարգանալ և հասնել լուրջ հաջողությունների:

Ընտանիքի և ընկերների աջակցությունը նույնպես կարևոր դեր են խաղում ինքնագնահատականի ձևավորման ու ամրապնդման, վստահության և մոտիվացիայի զգացումի խթանման գործում:

5. Կարծրատիպերի և կողմնակալության նվազեցում. ներգրավվումը ադապտիվ սպորտում կոտրում է հաշմանդամության հետ կապված կարծրատիպերն ու կողմնակալությունները: Սա օգնում է բարձրացնել մարզիկների վստահությունը և բարելավել նրանց ինքնագնահատականը: Մասնակցությունը մրցումներին և մարզական այլ միջոցառումներին օգնում է բարելավել հաշմանդամության մասին հանրային ընկալումը և ցույց է տալիս, որ հաշմանդամություն ունեցող մարդիկ կարող են հասնել մեծ հաջողությունների, հաղթահարել առկա դժվարությունները, օգտակար լինել ակումբին, թիմին, հասարակությանը:

Սպորտային նվաճումները օգնում են կոտրել հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց կարողությունների մասին կարծրատիպերը և նպաստում են նրանց հնարավորությունների ավելի ճիշտ ընկալմանը:

Վ. Ներառական սոցիալականացում ադապտիվ սպորտում. ներառական սոցիալականացումը ադապտիվ սպորտի համատեքստում նշանակում է հաշմանդամություն ունեցող մար-

զիկների ինտեգրման գործընթացը ընդհանուր սպորտային համայնքներին և միջավայրերին՝ խթանելով նրանց լիարժեք մասնակցությունը սպորտային և հասարակության կյանքում: Այս գործընթացը ներառում է մի քանի հիմնական կողմեր.

1. Ներառական ուսուցում և մրցումներ. ներառական մարզումները և մրցումները կարևոր դեր են խաղում հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների սոցիալականացման գործում: Դրանք հնարավորություն են տալիս տարբեր հաշմանդամություն ունեցող մարզիկներին հաղորդակցվելու և մրցելու ընդհանուր սպորտային միջավայրում: Նման մարզումները նպաստում են ֆիզիկական զարգացմանն ու սոցիալականացմանը՝ այլ մասնակիցների հետ հաղորդակցվելու միջոցով: Հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների համար հարմարեցված վերապատրաստման ծրագրերն օգնում են ստեղծել աջակցող և ներառական միջավայր:

Մրցումները, որոնք բաց են հաշմանդամություն ունեցող և ոչ հաշմանդամ մարզիկների համար, օգնում են կոտրել խոչընդոտները և նպաստել հաշմանդամության ավելի ճիշտ ըմբռնմանը և ընդունմանը:

2. Համագործակցություն ոչ հաշմանդամ մարզիկների հետ. հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների և ոչ հաշմանդամ մարզիկների համատեղ մարզումների, մարզական միջոցառումների և նրանց միջև փոխգործակցությանը նպաստում են հասարակության մեջ հաշմանդամության ավելի լայն ըմբռնմանը և միմյանց հավասարների նման ընդունմանը:

Մարզիչների մարզիկների և մարզական կազմակերպիչների միջև համագործակցությունը օգնում է ստեղծել ավելի ընդգրկուն սպորտային միջավայր, որտեղ բոլոր մասնակիցները կարող են սովորել և աջակցել միմյանց:

3. Կրթական և լուսավորական ծրագրեր. Ներառական սոցիալականացման գործում կարևոր դեր են խաղում կրթական ծրագրերը և լուսավորական միջոցառումները: Դրանք օգնում են բարձրացնելու հաշմանդամության մասին ազգաբնակչության իրազեկվածությունը և նպաստում հասարակության մեջ հաշմանդամության ավելի ճիշտ ըմբռնմանը և նրանց ընդունմանը՝ որպես հարգանքի արժանի մարդկանց:

Մարզիչների, կամավորների և սպորտային միջոցառումների կազմակերպիչների վերապատրաստման ծրագրերը օգնում են բարելավել հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների հետ աշխատանքների կազմակերպման առանձնահատկությունների վերաբերյալ նրանց գիտելիքները և նպաստում են ներառական սպորտային միջավայրի ստեղծմանն ու զարգացմանը:

Հաշմանդամության խնդիրների վերաբերյալ իրազեկվածության բարձրացմանն ուղղված արշավները, մրցումները ու միջոցառումները օգնում են կոտրել հասարակության մեջ առկա կարծրատիպերը, մտածելակերպը և նպաստել հասարակության մեջ հաշմանդամության ավելի դրական ընկալմանը:

4. Մարզիչների և կամավորների դերը. մարզիչները և կամավորները առանցքային դեր են խաղում ներառական սոցիալականացման գործում: Նրանց մոտեցումը և հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների հետ աշխատելու մեթոդները կարող են էապես ազդել ադապտիվ մարզիկների ինտեգրմանը և սպորտային կյանքին մասնակցությանը: Մարզիչները և կամավորները, որոնք կիրառում են ներառական պրակտիկայի արդյունքները, օգնում են ստեղծել աջակցող և հարմարվող սպորտային միջավայր: Սա ներառում է մարզումների ծրագրերի և մոտեցումների հարմարեցում՝ հիմնված հաշմանդամ մարզիկների կարիքների վրա:

Մարզիչների և կամավորների աջակցությունը նպաստում է սպորտին մարզական պատրաստության մասնակցելու դրական փորձի ձևավորմանը, ինչը օգնում է հաշմանդամություն ունեցող մարզիկներին՝ իրենց զգալու ներառված և գնահատված:

5. Սոցիալական ճանաչում և ինտեգրում. հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների սոցիալական ճանաչումը և հասարակության մեջ ինտեգրումը նպաստում են նրանց սոցիալական հարմարվողականության և սպորտային կյանքում ավելի ակտիվ մասնակցության բարելավմանը: Այն մարզիկները, որոնք ակտիվորեն մասնակցում են հանրային միջոցառումներին և մրցումներին, հնարավորություն ունեն աչքի ընկնելու և ճանաչվելու հասարակության կողմից, ինչը կնպաստի կարևոր հատկությունների ձևավորմանը և սոցիալական տարբեր հարցերի՝ ավելի արդյունավետ լուծմանը:

Ներառական սոցիալականացումը օգնում է կոտրել հաշմանդամության հետ կապված գոյություն ունեցող խոչընդոտներն ու կարծրատիպերը՝ նպաստելով ավելի ինտեգրված և աջակցող հասարակության ձևավորմանը:



VI. Միջազգային ճանաչում և ճանապարհորդության հնարավորություններ ադապտիվ սպորտում.

Միջազգային ճանաչումը և ճանապարհորդության հնարավորությունները էական դեր են խաղում հաշմանդամություն ունե-

ցող մարզիկների սոցիալականացման գործում: Դրանք նպաստում են ոչ միայն նրանց անձնական և մասնագիտական զարգացմանը, այլև համաշխարհային մակարդակով սոցիալական ինտեգրմանը:

1. **Միջազգային ճանաչում.** հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների միջազգային ճանաչումը նպաստում է նրանց սոցիալական ներառմանը և ինքնագնահատականի բարձրացմանը, ինչպես նաև այլ երկրներում հաշմանդամության մասին կարծրատիպերը կոտրելուն՝ ցուցադրելով նրանց կարողություններն ու ձեռքբերումները համաշխարհային մակարդակով, ինչը նպաստում է հասարակության մեջ հաշմանդամության՝ ավելի դրական ընկալմանը: Միջազգային սպորտային միջոցառումները՝ Պարալիմպիկ խաղերը, Եվրոպայի և Աշխարհի առաջնությունները, մարզիկների համար ստեղծում են հարթակ՝ համաշխարհային մակարդակով իրենց նվաճումները ցուցադրելու համար: Այս ճանաչումն օգնում է բարձրացնել մարզիկների ինքնագնահատականը և նրանց կարգավիճակը թե՛ մարզական միջավայրում և թե՛ դրանից դուրս:

Միջազգային մրցումներին հաջող մասնակցությունն օգնում է ընդլայնել մարզիկների ազդեցությունը այլ մարդկանց, հասարակության նկատմամբ և թույլ է տալիս նրանց դառնալ ադապտիվ սպորտի դեսպաններ: Այն նաև նպաստում է հաշմանդամության հանրային իրազեկվածության աստիճանի բարձրացմանը:

2. **Ճանապարհորդության հնարավորություններ.** աշխարհով մեկ

Ճանապարհորդության հնարավորությունները կարևոր դեր են խաղում հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների սոցիալականացման գործում՝ թույլ տալով նրանց ընդլայնել իրենց աշխարհայացքը և հաղորդակցվել տարբեր մշակույթների ու մար-

զական համայնքների հետ, նպաստում են նրանց մշակութային հարստացմանը և ընդլայնում աշխարհի մասին նրանց պատկերացումները:

Միջազգային մրցումներին մասնակցությունը թույլ է տալիս մարզիկներին կապեր հաստատել այլ երկրների մարզիկների, մարզիչների, երկրպագուների հետ՝ իրականացնելով փորձի փոխանակում, հաստատելով միջազգային մասնագիտական և բարեկամական հարաբերություններ: Դա նպաստում է նաև մարզիկների անձնական աճին՝ օգնելով նրանց զարգացնել անկախությունը, կյանքի պայմաններին անհրաժեշտ հարմարվողական հմտությունները:

3. Մասնակցություն միջազգային կազմակերպությունների աշխատանքներին և նախագծերին: Հաշմանդամություն ունեցող մարզիկները կարող են ներգրավվել միջազգային կազմակերպություններում և սպորտային միջոցառումների նախագծերում, որոնք նպաստում են նրանց սոցիալական ներառմանը և զարգացմանը:

Ներգրավվելը այնպիսի կազմակերպություններին, ինչպիսիք են Միջազգային պարաօլիմպիկ կոմիտեն կամ տարբեր ադապտիվ մարզաձևերի միջազգային ֆեդերացիաները, հնարավորություն են տալիս մարզիկներին մասնակցելու մարզաձևերի արդյունքների գնահատման չափանիշների, մրցականոնների և ադապտիվ սպորտի զարգացման քաղաքականության մշակմանը:

Մարզիկները կարող են մասնակցել ադապտիվ սպորտի և ներառականության զարգացմանն ուղղված միջազգային նախագծերին, հետազոտական նախագծերին, կրթական նախաձեռնություններին և իրազեկման արշավներին:

4. **Մշակութային փորձի հարստացում.** միջազգային մրցումները և ուղևորությունները մարզիկներին եզակի հնարավորություններ են տալիս մշակութային արժեքների փոխանակման և իրենց կյանքի փորձի հարստացման համար: Այլ երկրների մշակութային ավանդույթների և սովորույթների իմացությունը օգնում է մարզիկներին ընդլայնելու աշխարհի մասին իրենց պատկերացումները և նպաստում նրանց անձնական և մշակութային աճին: Մասնակցությունը տարբեր մշակութային և հասարակական միջոցառումներին, որոնք կազմակերպվում են միջազգային մրցումների շրջանակներում, նպաստում է մշակութային բազմազանության ավելի խորը ըմբռնմանը և սոցիալականացման այս կողմի արդյունավետ իրականացմանը:

VII. Ադապտիվ սպորտի միջոցով հասարակության մեջ ճանաչում և հարգանք. ադապտիվ սպորտը էական ազդեցություն ունի հասարակության մեջ հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների ճանաչման և հարգանքի ձևավորման վրա, որ նպաստում է նրանց կյանքի որակի բարելավմանը:

1. **Տեսանելիության և հանրային ճանաչման բարձրացում.** ադապտիվ սպորտը մեծացնում է հասարակության կողմից հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների տեսանելիությունը, ինչը առանցքային դեր է խաղում նրանց սոցիալական ընդունման և հարգանքի բարձրացման գործում:

Ժամանակակից կարևոր մարզական իրադարձությունները (Պարալիմպիկ խաղեր), զգալի լուսաբանում են ստանում լրատվամիջոցներում, ինչը օգնում է հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների նվաճումները տեսանելի դարձնելու ավելի լայն լսարանի համար: Լրատվամիջոցների միջոցով այս ճանաչումն օգնում է կոտրել կարծրատիպերը և նպաստում հաշմանդամության՝ հասարակության մեջ ավելի դրական ընկալմանը: Մասնակցություն

նը հանրային միջոցառումներին (մրցանակաբաշխություններ և շնորհանդեսներ), օգնում է նման մարզիկներին ձեռք բերել հանրային ճանաչում և հարգանք: Նման մարզական իրադարձությունները ընդգծում են նրանց ձեռքբերումները, բարելավում կարգավիճակը հասարակության մեջ:

2. Հաշմանդամության մասին հանրային պատկերացումների փոփոխություն. ադապտիվ սպորտը նպաստում է հաշմանդամության մասին հանրային ընկալումների փոփոխմանը, որն իր հերթին հանգեցնում է հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների՝ ավելի մեծ հարգանքի և հասարակության կողմից ընդունման:

Մրցումներում հաջող ելույթներն ու ձեռքբերումները օգնում են կոտրել հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց մասին կարծրատիպերը՝ ցույց տալով նրանց մեծ կարողությունները, հնարավորությունները ու կամքը: Սա խթանում է նման մարզիկների նկատմամբ հասարակության ավելի բաց և հարգալից վերաբերմունքին:

Ադապտիվ սպորտի հետ կապված միջոցառումներն ու ծրագրերը մեծացնում են հասարակության իրազեկվածությունը հաշմանդամության խնդիրների վերաբերյալ և նպաստում նման մարդկանց ավելի խորը ըմբռնմանը և հարգանքին:

3. Մասնակցություն հասարակական և կրթական նախաձեռնություններին: Հաշմանդամություն ունեցող մարզիկները ակտիվորեն մասնակցում են համայնքային և կրթական նախաձեռնություններին, որոնք նպաստում են իրենց նվաճումների ճանաչմանը: Մասնակցությունը կրթական ծրագրերին, որոնք ուղղված են հաշմանդամության մասին իրազեկվածության բարձրացմանը, օգնում է վերացնել առկա խոչընդոտները, և ձևավորում են հարգանք իրենց նկատմամբ: Նման մարզիկները կարող են ներգրավվել համայնքային նախաձեռնություններում և արշավներ

րում՝ խթանելու ներառականությունը և հավասարությունը, և այդ մասնակցությունը մեծացնում է նրանց տեսանելիությունը և ընդունվածությունը հասարակության մեջ:

4. Աջակցություն հասարակական և սպորտային կազմակերպությունների կողմից: Համայնքային և մարզական կազմակերպությունների աջակցությունը կարևոր դեր է խաղում հաշմանդամություն ունեցող մարզիկներին ճանաչելու և հարգանք ձևավորելու գործում:

Սպորտային կազմակերպությունները, որոնք աջակցում են ադապտիվ սպորտին, առանցքային դեր են խաղում մարզիկների նվաճումները ճանաչելու, դրանք ցուցադրելու և հարթակներ ստեղծելու համար: Հաշմանդամության ոլորտում աշխատող հասարակական կազմակերպությունները նույնպես մեծ դեր են խաղում մարզիկներին աջակցելու և նրանց հանրային ճանաչումը բարձրացնելու գործում:

5. Ազդեցություն սոցիալական նորմերի և քաղաքականության ձևավորման վրա:

Ադապտիվ սպորտում հաջողությունը կարող է ազդել սոցիալական նորմերի և կառավարության քաղաքականության ձևավորման վրա, ինչը նաև նպաստում է հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների ճանաչմանը և հարգանքի ձևավորմանը: Սպորտային նվաճումները կարող են նպաստել սոցիալական նորմերի և հաշմանդամության մասին ընկալումների փոփոխությանը՝ խթանելով ավելի հարգալից և ներառական վերաբերմունք նման մարդկանց հանդեպ: Մարզիկների հաջողությունները կարող են էլ ավելի նպաստել հաշմանդամություն ունեցող անձանց աջակցմանը և հասարակության մեջ նրանց կարգավիճակի բարձրացմանն ուղղված քաղաքականության նախաձեռնությունների մշակմանը և իրականացմանը:

Ադապտիվ սպորտի հնարավոր բացասական ազդեցությունը մարզիկի սոցիալականացման վրա, դրան նպաստող գործոնները

Բազմաթիվ դրական կողմերով հանդերձ՝ ադապտիվ սպորտը կարող է որոշակի պայմաններում բացասաբար ազդել մարզիկի սոցիալականացման վրա: Դրան նպաստող հիմնական գործոնները ներառում են.

1. Չափազանց մեծ կախվածություն մարզական համայնքից. երբ մարզիկը իր ժամանակի մեծ մասն անցկացնում է նույնանման հատկանիշներ ունեցող մարդկանց հետ, դա կարող է սահմանափակել նրա կապերը արտաքին աշխարհի հետ: Որպես հետևանք՝ սպորտից հեռանալիս հաշմանդամ մարզիկը կարող է ունենալ ավելի քիչ հնարավորություններ՝ հաղորդակցվելու հաշմանդամություն չունեցող մարդկանց հետ: Սա հատկապես արդիական է այն դեպքում, երբ մարզիկները ապրում և մարզվում են մասնագիտացված կենտրոններում՝ մեկուսացված լինելով սովորական սոցիալական միջավայրից:

2. Մարզիկի դերի հետ կապված չափազանց բարձր նույնականացման ձևավորում. այն դեպքում, երբ ադապտիվ սպորտը դառնում է ինքնագնահատականի միակ նշանակալի աղբյուրը, մարզիկը կարող է լիովին նույնականացնել իրեն այդ դերի հետ, ինչը բարդացնում է սոցիալականացումը սպորտից դուրս: Սպորտից հեռանալիս կամ մարզվելու հնարավորությունը ժամանակավորապես կորցնելիս մարզիկը կարող է ունենալ կորստի զգացում և դժվարանալ ձևավորելու նույնականացման նոր պատկեր:

3. Մեծ սպասումների ու ճնշման ազդեցություն. ադապտիվ սպորտում մարզիկները հաճախ ընկալվում են որպես տոկունության և ամրության խորհրդանիշներ, ինչը ստեղծում է հա-

մապատասխանության մշտական ակնկալիքներ և բարձր սպասումներ: Եթե մարզիկը չի դիմանում այս ճնշմանը, նա կարող է սկսել խուսափել հաղորդակցումից կամ ձևավորի ուրիշների նկատմամբ բացասական վերաբերմունք՝ հատկապես վնասվածքների կամ մարզական արդյունքների վատթարացման դեպքում:

4. Կարծրատիպավորում և խարանացում (սոցիալական պիտակավորում). ադապտիվ մարզիկների նկատմամբ երբեմն դրսևորվում է կարծրատիպային վերաբերմունք, և նրանք կարող են հանդիպել պատերնալիզմի (հարաբերությունների համակարգ, որը հիմնված է հովանավորչության, խնամակալության և իրենց խնամակալների նկատմամբ վերահսկողության վրա) կամ ներողամտության: Զգալով թերագնահատված կամ «առանձնահատուկ» զուտ իրենց հաշմանդամության փաստի պատճառով՝ նրանք կարող են ունենալ օտարացման զգացում, ինչը կարող է մարզիկների մոտ առաջացնել սոցիալական բացասական արձագանքներ և նվազեցնել ցանկությունը դեպի հասարակության ինտեգրում:

5. Հոգեբանական հյուծվածություն և հուզական դժվարություններ. բարձր արդյունքների մշտական ձգտումը, ֆիզիկական արգելքների և հուզական ապրումների հաղթահարման անհրաժեշտությունը կարող է առաջացնել հոգեբանական «այրում»: Դա կարող է նվազեցնել հետաքրքրությունը սոցիալական գործունեության նկատմամբ և ավելի դժվարացնել սոցիալականացման գործընթացը:

Անհրաժեշտ է հաշվի առնել, որ այս պայմանները կարող են մեղմվել, եթե հաշմանդամ մարզիկները ունենան տարբեր սոցիալական կապեր, ստանան հոգեբանական աջակցություն, մասնակցեն կյանքի հմտությունների զարգացման ծրագրերին:

Դրանք կարող են օգնել մարզիկներին ինտեգրվելու ոչ միայն սպորտային հասարակությանը, այլև ավելի լայն հասարակության շրջանակների:

Սոցիալականացումը ադապտիվ առողջարարական սպորտում

Հայտնի է, որ ադապտիվ բարձր նվաճումների սպորտը ներառում է բարձր մարզումային բեռնվածություն, մասնակցություն մրցակցային գործունեությանը, որն ուղղված է հաշմանդամ-մարզիկների առավելագույն հնարավորությունների բացահայտմանը, բարձր սպորտային նվաճումների ձեռքբերմանը և հասարակության մեջ ինտեգրմանը: Դրա հետ մեկտեղ ադապտիվ սպորտում զարգացում է ստանում մեկ այլ ուղղություն՝ առողջարարական (զանգվածային) ադապտիվ սպորտ: Այն նույնպես կարևորվում է հաշմանդամների սոցիալականացման գործընթացում:

Այս ուղղությունը հիմնված է հաշմանդամություն ունեցող անձանց չափավոր ֆիզիկական ակտիվության (բեռնվածության) կատարման և մրցումներին մասնակցության վրա, որոնք, սակայն, չեն ենթադրում մարզական բարձր արդյունքների նվաճում, այլ հետապնդում են այլ նպատակներ:

Ադապտիվ սպորտի այս ուղղությունը նպատակաուղղված է հաշմանդամություն ունեցող հնարավորինս շատ անձանց ներգրավելու ֆիզիկական ակտիվության գործընթացում՝ իրենց համար մատչելի մարզաձևերի միջոցով:

Ադապտիվ սպորտի առողջարարական ձևը կարևոր նշանակություն ունի հաշմանդամություն ունեցող անձանց առողջության և կյանքի որակի բարելավման գործում: Այն նպաստում է սթրեսի մակարդակի նվազեցմանը, հոգեհուզական վիճակի պահպանմանը, հիվանդությունների կանխարգելմանը, օգնում է ամրապնդելու սիրտ-անոթային համակարգը, արագացնում վերականգնո-

ղական գործընթացները, բարելավել տրամադրությունը, բարձրացնում տարբեր շարժողական ընդունակությունների զարգացման մակարդակը և հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց սեփական ինքնագնահատականը:

Առողջարարական ադապտիվ սպորտի ազդեցության մեկ այլ կարևոր կողմը սոցիալական ինտեգրումն է, որը տեղի է ունենում հաղորդակցման համար պայմանների ստեղծման, իրականացման, սոցիալական հմտությունների զարգացման, ինչպես նաև այլ հաշմանդամների հետ փոխգործակցության և միջանձնային հաղորդակցման հմտությունների զարգացման միջոցով:

Սպորտում և ադապտիվ սպորտում մարզիկների սոցիալականացման համատեքստում գոյություն ունեն մարզիկների սոցիալականացման առանձնահատկություններ:

Ադապտիվ սպորտում և «ավանդական» սպորտում սոցիալականացման գործընթացն ունի ինչպես ընդհանուր հատկանիշներ, այնպես էլ կարևոր տարբերություններ՝ կապված ֆիզիկական, հոգեբանական և սոցիալական գործոնների հետ:

1. Սոցիալական խոչընդոտներ և կողմնակալություն.

ադապտիվ սպորտում սոցիալականացումը հաճախ կապված է արտաքին խոչընդոտների և կարծրատիպերի հաղթահարման հետ: Հաշմանդամություն ունեցող անձինք կարող են հասարակության մեջ բախվել խտրականության և նախապաշարումների, ինչը դժվարացնում է նրանց ընդգրկումը սպորտային և սոցիալական խմբերում: Ավանդական սպորտում նման խոչընդոտները անհամեմատ ավելի քիչ են: Նրանք հաճախ հանդես են գալիս որպես փոփոխությունների գործակալներ, մինչդեռ ավանդական սպորտում սոցիալականացումը ավելի հաճախ կապված է անձնական կամ թիմային հաջողության և թիմում ինտեգրման հետ:

2. Հոգեբանական հարմարեցում և ինքնագնահատական.

հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների համար սպորտը խաղում է առանցքային դեր հոգեբանական հարմարեցման մեջ: Ադապտիվ սպորտը օգնում է բարելավել ինքնագնահատականը, վերականգնել անկախության զգացումը և վերահսկել սեփական կյանքը: Ավանդական սպորտում ինքնագնահատականը հաճախ կառուցվում է այլ մարզիկների հետ մրցակցության գործընթացում ձեռքբերումների, հաջողությունների կամ ԶԼՄ-ում հնչեցված կարծիքների հիման վրա:

Ադապտիվ սպորտում սոցիալականացումը հաճախ կապված է վստահության և ինքնագնահատականի վերականգնման հետ, մինչդեռ ավանդական սպորտում այն հաճախ ասոցացվում է մրցակցային մոտիվացիայի և հավասարների մեջ լավագույնը դառնալու ցանկության հետ:

«Սովորական» մարզիկները կարող են բախվել հոգեբանական մարտահրավերների, ինչպես, օրինակ, ճնշում՝ կապված բարձր արդյունքների նվաճման և մարզական ցուցանիշների պահպանման հետ: Նրանց մոտիվացիան հաճախ պատճառաբանվում է մասնագիտական հավակնությունների, կարիերայի նպատակների և հաջողության հասնելու ցանկությամբ:

Հաշմանդամ մարզիկների վրա հոգեբանական ազդեցությունը կապված է կողմնակալության և կարծրատիպերի հաղթահարման, ինչպես նաև հասարակությանը հարմարվելու անհրաժեշտության, լրացուցիչ ֆիզիկական և սոցիալ-հոգեբանական խոչընդոտների հաղթահարման հետ:

Հաշմանդամ մարզիկների մոտիվացիան կարող է մեծանալ իրենց կարողություններն ապացուցելու և ճանաչման հասնելու ցանկությամբ՝ հաղթահարելով հաշմանդամության հետ կապված սահմանափակումները և պատկարացումները:



3. Սոցիալական աջակցություն և ներառականություն.

ադապտիվ սպորտը ստեղծում է աջակցության և փոխօգնության ավելի սերտ մթնոլորտ, քանի որ մարզիկները կյանքում հաճախ հանդիպում են նմանատիպ դժվարությունների, և յուրաքանչյուրը դրանք հաղթահարում է յուրովի: Սոցիալականացումը հաճախ ներառում է ոչ միայն մարզական փոխազդեցություն է, այլև առօրյա գործունեության մեջ միմյանց ակտիվ օգնությունը:

Ավանդական սպորտում պատրաստության շեշտը ավելի շատ դրվում է մարզումների միջոցով մրցակցության և մասնագիտական հմտությունների զարգացման վրա:

Ադապտիվ սպորտում ավելի ուժեղ է դրսևորվում սոցիալական աջակցությունը և համայնքին պատկանելու զգացողությունը, մինչդեռ ավանդական սպորտը շեշտը դնում է անհատական զարգացման վրա՝ թիմային աշխատանքի և մրցակցության միջոցով:

4. Սոցիալական ինտեգրում. ադապտիվ սպորտը հաշմանդամություն ունեցող անձանց սոցիալական ներառման հզոր գործիք է, որն օգնում է իրենց զգալ հասարակության մաս: Սպորտն այստեղ հաճախ ընկալվում է որպես հաշմանդամություն ունեցող անձանց խնդիրների և հասարակական կյանքում նրանց լիարժեք մասնակցության վրա ուշադրություն հրավիրելու կամ հասարակության մեջ ինտեգրվելու կարևոր միջոց: Ավանդական տար-

բերակում սպորտը դիտվում է հիմնականում որպես ինքնաիրացման, մասնագիտական աճի և սեփական կարգավիճակի բարձրացման միջոց:

5. Թիրախային լսարան և լրատվամիջոցների աջակցություն: Ավանդական սպորտը ավելի առևտրայնացված է (կոմերցիալիզացված) և մարզիկների սոցիալականացումը ուղեկցվում է ՋԼՄ-ի լայն աջակցության և հանրային հետաքրքրության ավելի բարձր մակարդակով: Չնայած իր սոցիալական նշանակությանը՝ ՋԼՄ-ի կողմից ադապտիվ սպորտը ավելի քիչ ուշադրության է արժանանում, ինչը սահմանափակում է հանրային լայն ճանաչման հնարավորությունները, և պահանջում է լրացուցիչ ջանքեր՝ հանրության ուշադրությունը գրավելու և խթանելու համար:

6. Մասնակցության մոտիվացիա. ադապտիվ սպորտում մարզիկների համար մոտիվացիան հաճախ հիմնված է վնասվածքից կամ հիվանդությունից հետո ֆիզիկական ակտիվության վերականգնման իր խնդիրների հաղթահարման, ինչպես նաև ֆիզիկական սահմանափակումների հաղթահարման և հաղորդակցության շրջանակի ընդլայնման վրա: Ավանդական սպորտում մոտիվացիան առավելապես հիմնված է բարձր արդյունքների, հաղթանակների, ինքնաիրացման և մարզական կարիերայի բարելավման վրա:

7. Հասարակական ընկալում և ճանաչում. «ավանդական» մարզիկները կարող են ճանաչում և հարգանք ձեռք բերել իրենց մարզական նվաճումների և հաջողությունների շնորհիվ: Նրանց հաջողության հանրային ընկալումը հաճախ կապված է մարզական նվաճումների և մարզական կարիերայի հետ: Հաշմանդամ մարզիկների հանրային ընկալումները կարող են ավելի բարդ լինել, քանի որ դրանք վերաբերում են ինչպես մարզական նվաճումների, այնպես էլ հաշմանդամ լինելու փաստին: Ճանաչումն

ու հարգանքը կարող են կախված լինել նրանից, թե որքանով են նրանք հաջողությամբ հաղթահարում տարբեր տեսակի խոչընդոտները:

8. Սոցիալական կազմակերպությունների դերը և աջակցությունը. մարզիկները կարող են ստանալ աջակցություն մարզական ֆեդերացիաներից, մարզական ակումբներից և հովանավորներից, որոնք օգնում են նրանց կարիերայի աճի և մասնագիտական զարգացման հարցում: Այս կազմակերպությունները տրամադրում են ռեսուրսներ, մարզիչներ և տարբեր մասշտաբի մրցումներին մասնակցելու հնարավորություններ:

Հաշմանդամ մարզիկները հաճախ լրացուցիչ աջակցություն են պահանջում մասնագիտացված կազմակերպություններից և տարբեր նախաձեռնություններից, որոնք ուղղված են ադապտիվ սպորտի և ներառականության զարգացմանը: Այս կազմակերպությունները կարող են տրամադրել մասնագիտացված սարքավորումներ, մրցումներին մասնակցելու համար աջակցել ֆինանսապես, ինչպես նաև օգնել հաշմանդամության հետ կապված տարբեր խոչընդոտների հաղթահարման հարցում:

Կարելի է նշել, որ ադապտիվ սպորտի միջոցով մարզիկների սոցիալականացումը նպատակաուղղված է սոցիալական և ֆիզիկական խոչընդոտների հաղթահարմանը, հասարակության մեջ ինտեգրմանը և փոխօգնության միջավայրի ստեղծմանը: Ի տարբերություն դրան՝ ավանդական մարզաձևերը ավելի շատ կենտրոնացած են մրցակցության, հաջողության և անձնական զարգացման վրա՝ թիմային կամ անհատական նվաճումների միջոցով:

Երկրպագուների սոցիալականացումը ադապտիվ սպորտում

Հաշմանդամ մարզիկների սոցիալականացման վրա ազդում է ոչ միայն բուն մարզման գործընթացը՝ իր բազմակողմանի ներգործությամբ, այլ նաև՝ մրցումները:

Միևնույն ժամանակ՝ մրցումները ադապտիվ սպորտում, հատկապես Պարալիմպիկ խաղերը, նպաստում են նաև **Երկրպագուների սոցիալականացմանը**՝ ձևավորելով նրանց միջև համագործակցության և ընկալման յուրահատուկ կողմեր: Երկրպագուների սոցիալականացումը ադապտիվ սպորտում, մասնավորապես՝ մրցումներում, բարդ գործընթաց է, որը ներառում է հաշմանդամության, ներառական արժեքների ընկալման փոփոխություն, սոցիալական կապերի ընդլայնում, ինչպես նաև նրանց ներգրավվածությունը տարբեր հասարակական նախաձեռնություններին՝ կապված սպորտի կազմակերպման այս ձևի հետ:



Մրցումները ադապտիվ սպորտում հնարավորություն են տալիս կոտրել կարծրատիպերը և փոխել հայացքները հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց նկատմամբ: Երկրպագուները, դիտելով հաշմանդամություն ունեցող մարզիկների մրցումները, սկսում են հաշմանդամությունը ընկալել ոչ թե որպես թերություն,

այլ որպես մարդկային հնարավորությունների բազմազանության մաս: Սա նպաստում է ներառական հասարակական գիտակցության բարձրացմանը, մարզիկների ջանքերի և ձեռքբերումների նկատմամբ հարգանքի ձևավորմանը:

Պարաօլիմպիկ խաղերում երկրպագուները միավորվում են՝ աջակցելու մարզիկներին, ինչը նպաստում է համայնքի պատկանելության և համերաշխության զգացողության, հաշմանդամություն ունեցող անձանց նկատմամբ հանդուրժող և հարգալից վերաբերմունքի ձևավորմանը: Կրթական և տեղեկատվական ծրագրերի, լրատվամիջոցների և սոցիալական ցանցերի միջոցով այս խաղերը ծառայում են որպես հաշմանդամության խնդիրների մասին երկրպագուների գիտելիքները և գիտակցությունը բարձրացնելու հզոր գործիք: Գիտելիքները կապված են հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց կյանքի, սպորտային հաջողություններին հասնելու դժվարությունների և սպորտի միջոցով ինքնագնահատվելու, ինքնազարգանալու նրանց ցանկությանը:

Աջակցությունը մարզիկներին սպորտային մրցումների ժամանակ օգնում է ստեղծել երկրպագուների ուժեղ համայնք, որը միավորվում է ադապտիվ մարզիկներին ոգեշնչելու համար: Դրա շնորհիվ ստեղծում է համայնքի պատկանելիության և սեփական կարևորության զգացում հատկապես նրանց մոտ, ովքեր անձամբ են ունեցել հաշմանդամություն կամ ունեն նման խնդիրներով բարեկամներ:

Ինչպես ավանդական, այնպես էլ ադապտիվ սպորտի մրցումներում երկրպագուները ստեղծում են մշակութային համայնքներ և երկրպագուների խմբեր՝ ֆան-ակումբներ: Այս խմբերը դառնում են հարթակ ոչ միայն մարզական հետաքրքրությունների, այլև սոցիալական նախաձեռնությունը արտահայտելու համար: Ադապտիվ սպորտում երկրպագուների համայնքները հա-

ճախ դառնում են հաշմանդամություն ունեցող անձանց իրավունքների և շահերի առաջնդման ակտիվիստներ՝ ձևավորելով ավելի ներառական հասարակություն: Միաժամանակ՝ կյանքի տարբեր պատմություններ ունեցող մարդիկ գտնում են քննարկման ընդհանուր թեմաներ, ինչն ընդլայնում է սոցիալական փորձի շրջանակը և միջանձնային կապերի ձևաչափը:

Պարալիմպիկ մարզիկների ակնառու նվաճումները կարող են երկրպագուների շրջանում առաջացնել հիացմունքի և հարգանքի զգացում: Սա մեծացնում է նրանց կարեկցանքի չափաբաժինը հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց նկատմամբ, ստեղծում ընդհանուր մարդասիրական զգացում, ինչը թույլ է տալիս նրանց պահպանել միջանձնային հարաբերությունները և նվազեցնել սոցիալական մեկուսացումը նման մարդկանցից:

Մրցումները դիտելուց հետո երկրպագուները հաճախ ավելի ակտիվ են դառնում համայնքային նախաձեռնություններում, որոնք ուղղված են հաշմանդամություն ունեցող անձանց աջակցմանը: Աջակցումը կարող է կապված լինել կամավորական ծրագրերի, բարեգործական միջոցառումների մասնակցության, ինչպես նաև սեփական հիմնարկներում, ընկերություններում, հաստատություններում կամ բաժնում ներառականության ակտիվ խթանման հետ:

Թեև ադապտիվ սպորտը ընդհանուր առմամբ դրական է ազդում հաշմանդամություն ունեցող մարդկանց սոցիալականացման և հոգեբանական բարեկեցության վրա, կան որոշ պոտենցիալ բացասական վտանգներ, որոնք կարող են զգալ հաշմանդամություն ունեցող մարզիկները:

Ադապտիվ սպորտը, հատկապես բարձր նվաճումների մակարդակում, կարող է հոգեբանական և հուզական կողմերով ճնշել մարզիկներին: Դա պայմանավորված է մարզիչների, թիմի

և հասարակության սպասելիքները բավարարող բարձր արդյունքների անընդհատ պահպանման անհրաժեշտությամբ: Այս ճնշումը կարող է հանգեցնի մասնագիտական (մարզական) և հոգեբանական այրման և վատթարացնի հոգեկան առողջությունը:

Չհիմնավորված ակնկալիքները, մշտական համեմատությունները այլ մարզիկների արդյունքների հետ, հուզական խոչընդոտները, սոցիալական և մարզչական ճնշումը ու խտրականությունը կարող են նվազեցնել մարզիկների ինքնագնահատականը և ստեղծել անվստահություն սեփական ուժերի նկատմամբ: Միաժամանակ, եթե հնարավոր չէ հասնել նախատեսված արդյունքներին, կարող է առաջանալ չիրականացման զգացում, ինչպես նաև նախապաշարմունք, մեկուսացում և հաղորդակցության խոչընդոտների առաջացում: Այս ամենը՝ որպես ամբողջություն, կարող է բացասաբար ազդել հաջող սոցիալականացման և միջանձնային փոխգործակցության վրա:

Հնարավոր է նաև, որ ադապտիվ սպորտը բացասական ազդեցություն ունենա մարզիկի ֆիզիկական զարգացման և առողջության վրա, թեև սպորտը սովորաբար կապված է ֆիզիկական պատրաստվածության բարելավման հետ: Ադապտիվ սպորտը՝ հատկապես բարձր մակարդակի սպորտը, կարող է հանգեցնել լուրջ ֆիզիկական բեռնվածության և բացասաբար ազդել մարզիկների առողջության վրա:

Նրանք հաճախ կենտրոնանում են առավելագույն արդյունքների վրա, ինչը կապված է ինտենսիվ մարզումների, մեծ ծավալի մարզումային բեռնվածության կատարման և բազմաթիվ մրցումների մասնակցության հետ: Արդյունքում՝ առաջացող հոգնածությունը եթե անհապաղ չլուծվի, կարող է հանգեցնել մկանային-կմախքային համակարգի խրոնիկ վնասվածքների՝ հատկապես հենաշարժական համակարգի խանգարումներ ունեցող մարզիկների մոտ:

Աղապատիվ սպորտում մարզիչների, մարզականների և հասարակության կողմից մարզիկներին առաջադրված բարձր պահանջները կարող են ստեղծել անհավասարակշռություն նրանց մարզական կարիերայի և անձնական կյանքի միջև: Մշտական մարզումները, ուսումնամարզական ճամբարները, ուղևորություններ, բազմաթիվ մրցումները և դրանց հետ կապված ֆիզիկական ու հոգեբանական սթրեսը կարող են հանգեցնել նրան, որ մարզիկը ավելի քիչ ժամանակ և էներգիա կտրամադրի կյանքի այլ կողմերին՝ ընտանիք, ընկերներ, անձնական հետաքրքրություններ:

Անհաջողությունները մրցումներին կարող են հանգեցնել անապահովության զգացման առաջացմանը, եթե մարզիկը համեմատում է իր նվաճումները այլ մարզիկների հաջողությունների հետ:

Բացի այդ՝ ընկերների, ակումբի և համայնքի քաջալերումը, աջակցության և դրական արձագանքների բացակայությունը կարող են նվազեցնել անձնական ինքնագնահատականը և վստահությունը սեփական ուժերի նկատմամբ:

Սպորտից հարցեր

1. Բացատրե՛ք «սպորտ» բառի էությունը և փոփոխությունը ժամանակի ընթացքում:
2. Նկարագրե՛ք սպորտի առաջացման հնագույն նախադրյալները:
3. Բացատրե՛ք կրոնի և ծիսական արարողությունների դերը սպորտի զարգացման գործում:
4. Բացատրե՛ք կապը սպորտի զարգացման և ռազմական պատրաստության միջև:

5. Բացատրե՛ք սպորտի զարգացման գործում սոցիալական ինտեգրման նշանակությունը:
6. Ներկայացրե՛ք ժամանակակից սպորտի զարգացման հիմնական պատճառները:
7. Ի՞նչ դեր է խաղացել ինդուստրիացումը և ուրբանիզացիան սպորտի զարգացման գործում:
8. Նկարագրե՛ք աշխարհում տրանսպորտային ենթակառուցվածքների զարգացման ազդեցությունը սպորտի տարածման գործում:
9. Ո՞րն է կայանում կրթության ազդեցությունը սպորտի զարգացման գործում:
10. Ինչո՞վ է նպաստել սպորտի պրոֆեսիոնալացումը աշխարհում սպորտի զարգացմանը:
11. Բացատրե՛ք զանգվածային տեղեկատվական միջոցների դերը սպորտի զարգացման գործում:
12. Օլիմպիական խաղերի վերածնունդը ինչպե՞ս նպաստեց սպորտի զարգացմանը:
13. Որո՞նք են սպորտի սոցիալական գործառույթները:
14. Նկարագրե՛ք նույնականացման և պատկանելության ձևավորման սպորտի սոցիալական գործառույթը:
15. Նկարագրե՛ք սոցիալական փոխգործողության և ինտեգրման սպորտի սոցիալական գործառույթը:
16. Նկարագրե՛ք կարգապահության և էթիկայի դաստիարակության սպորտի սոցիալական գործառույթը:
17. Նկարագրե՛ք սոցիալական հսկողության, կարգ ու կանոնի սպորտի սոցիալական գործառույթը:
18. Բացատրե՛ք սոցիալական փոփոխությունների և առաջընթացի սպորտի գործառույթի էությունը:

19. Նկարագրե՛ք գիտական գիտելիքների համակարգի զարգացման սպորտի գործառույթը:
20. Բացատրե՛ք ինչպիսի՞ դեր է խաղում սպորտը երկրի տնտեսական զարգացման և վերականգման գործում:
21. Նկարագրե՛ք սպորտի սոցիալականացման ազդեցության հիմնական սուբյեկտները:
22. Ընդհանրացված ձևով նկարագրե՛ք սպորտի սոցիալականացման ներգործության էությունը:
23. Բացատրե՛ք սպորտի հնարավոր բացասական ազդեցությունը մարզիկի սոցիալականացման գործընթացի վրա:
24. Նկարագրե՛ք սոցիալականացման տարբերությունները մանկապատանեկան և բարձր նվաճումների սպորտում:
25. Նկարագրե՛ք մարզիկի առաջնային և երկրորդական սոցիալականացման էությունը:
26. Որո՞նք են մարզիկի սոցիալականացման փուլերը:
27. Բացատրե՛ք մարզիկի սպորտային մասնագիտացման սկզբի փուլի էությունը:
28. Նկարագրե՛ք մարզիկի խորացված սպորտային մասնագիտացման փուլը:
29. Բացատրե՛ք մարզումներ մեծահասակների սպորտում սոցիալականացման փուլի էությունը:
30. Որո՞նք են սոցիալականացման առանձնահատկությունները բարձր նվաճումների սպորտում մասնակցության փուլում:
31. Սոցիալականացման ինչպիսի՞ առանձնահատկություններ են դրսևորվում մարզիկի սպորտային կարիերայի եզրափակիչ փուլում:
32. Որո՞նք են մարզիկի սոցիալականացման առանձնահատկությունները սպորտային կարիերայի ավարտին:

33. Որո՞նք են մարզիկի կարիերայի ավարտին առաջացած խնդիրների լուծման ուղիները:
34. Ինչպիսի՞ կարիերա են ընտրում նախկին բարձրակարգ մարզիկները մարզական գործունեությունից հեռանալուց հետո:
35. Բացատրե՛ք զանգվածային սպորտի սոցիալականացման գործընթացի առանձնահատկությունները:
36. Ինչպիսի՞ ուղղություններով է ազդում սպորտը երկրագունների սոցիալականացման վրա:
37. Նկարագրե՛ք սպորտային գործունեության տարբերությունը բուժական ֆիզիկական կուլտուրայի համեմատ:
38. Նկարագրե՛ք ադապտիվ սպորտի ծագման պատճառները և ակունքները:
39. Նկարագրե՛ք Լյուդվիգ Գութմանի դերը ադապտիվ սպորտի ձևավորման գործընթացում:
40. Բացատրե՛ք Ստոկմանդեվիյան խաղերի դերը Պարալիմպիկ խաղերի առաջացման գործում:
41. Որո՞նք են ադապտիվ սպորտի հիմնական ուղղությունները:
42. Որտե՞ղ են կայացել առաջին ամառային Պարալիմպիկ խաղերը, և ինչպիսի՞ մարզաձևեր են ներառված եղել խաղերի ծրագրում:
43. Որտե՞ղ են կայացել առաջին ձմեռային Պարալիմպիկ խաղերը, և ինչպիսի՞ մարզաձևեր են ներառված եղել:
44. Բացի ամառային և ձմեռային Պարալիմպիկ խաղերից, ինչպիսի՞ միջազգային մրցումներ են կազմակերպում հաշմանդամների համար և ի՞նչ մարզաձևերով:
45. Բացատրե՛ք ի՞նչ գործոններով է պայմանավորված ադապտիվ սպորտով պարապող մարդկանց թվի աճը:

46. Որո՞նք են ադապտիվ սպորտի զարգացմանը խոչընդոտող գործոնները:
47. Նկարագրե՛ք ադապտիվ սպորտի սոցիալականացնող ազդեցությունը մարզիկների վրա:
48. Ո՞ր ուղղություններով է ազդում ադապտիվ սպորտը հաշմանդամ մարզիկի վրա:
49. Նկարագրե՛ք ադապտիվ սպորտի ազդեցությունը մարզիկի շարժողական ընդունակությունների զարգացման և առողջության ամրապնդման վրա:
50. Բացատրե՛ք ադապտիվ սպորտի ազդեցությունը սոցիալական կապերի ձևավորման վրա:
51. Ինչպե՞ս է ադապտիվ սպորտը ազդում մարզիկների միջանձնային հմտությունների ձևավորման ուղղությամբ:
52. Ինչպե՞ս է ադապտիվ սպորտը ազդում հաշմանդամ մարզիկների ինքնագնահատականի և վստահության ամրապնդման վրա:
53. Բացատրե՛ք ադապտիվ սպորտի և ներառական սոցիալականացման կապի էությունը:
54. Ինչպե՞ս է ադապտիվ սպորտը ազդում մարզիկի միջազգային ճանաչման և ճանապարհորդության հնարավորությունների ավելացման վրա:
55. Բացատրե՛ք հասարակության մեջ ադապտիվ սպորտի դերը մարզիկի ճանաչման և հարգանքի ձևավորման վրա:
56. Բացատրե՛ք մարզիկի սոցիալականացման վրա ադապտիվ սպորտի բացասական ազդեցության հիմնական գործոնները:
57. Բնութագրե՛ք ադապտիվ և «ավանդական» սպորտի հիմնական տարբերությունները:

58. Նկարագրե՛ք երկրպագուների սոցիալականցման առանձնահատկությունները ադապտիվ սպորտում:

Գրականություն

1. Աբրահամյան Լ., Սպորտի կառավարում., Ուսումնական ձեռնարկ, Եր., Էդիթ Պրինտ, 2024 – 244 էջ:
2. Արսեն Զուլֆալակյան. <http://surl.li/lpvrrw>
3. Բաբայան Կ.Գ., Սոցիալական արատների կանխարգելումը սպորտում: Մանկավարժահոգեբանական ասպեկտ. Եր.: Երևանի համալս., 2003 - 40 էջ:
4. Դավթյան Ե., Դավթյան Ա. Անվասայլակով բասկետբոլիստների պատրաստության առանձնահատկությունները: Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ. Եր.: Հեղ. հրատ., 2022-135 էջ:
5. Լևոն Զուլֆալակյան. <http://surl.li/umcmvq>
6. Լևոն Զուլֆալակյանի անունն ընդգրկվել է Ըմբշամարտի համաշխարհային ֆեդերացիայի փառքի սրահում. <https://arm.sputniknews.ru/20240806/levvon-julfalakjani-anunn-yndgrkvel-e-ymbshamarti-hamashkharhajin-federaciaji-parqisrahum-79150325.html>
7. Ծառուկյան Գ., Առաքելյան Վ., Իսպիրյան Մ. Մարզական հանրագիտարան. Երկրորդ լրամշակված հրատարակություն. Եր.: Հեղ. հրատ. 2011 – 588 էջ:
8. Կարեն Մնացականյան. <http://surl.li/yxazuv>
9. Մասսայական և ադապտիվ սպորտ. <https://escs.am/am/static/massadaptsport?s=sport>
10. Սամվելյան Լ., Սպորտը և արդարացի խաղը. Եր.: Տնտեսագետ, 2006 - 96 էջ:
11. 10 Professional Athletes Turned Entrepreneurs: Explore Their Journey from Field to Fortune <https://blog.kickresume.com/10-former-professional-athletes-career/>
12. A brief history of the development of sport for people with disabilities in Europe [file:///C:/Users/DELL/Downloads/Sport+-and+disability+in+Europe%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/DELL/Downloads/Sport+-and+disability+in+Europe%20(1).pdf)

13. AthletesCAN. <https://athletescan.ca/about/>
14. Australian Sports Foundation. <https://asf.org.au/>
15. Beattie C, Streetman AE, Heinrich KM. Empowering Personal Trainers to Work with Individuals with Disabilities to Improve Their Fitness. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2024; 21(8):999. <https://doi.org/10.3390/ijerph-21080999>
16. Barcelona, R., Wells, M., Ar., Skye Recreational Sport: Program Design, Delivery, and Management. *Human Kinetics*, 2015 г. - 304 p. https://books.google.am/books/about/Recreational_Sport.html?id=_j2iCgAAQBAJ&redir_esc=y
17. Biddle S. J. H., & Mutrie N. *Psychology of Physical Activity: Determinants, Well-Being and Interventions*. Routledge. 2008. - 445 p.
18. Barnes, C., & Mercer, G. *Exploring Disability: A Sociological Introduction*. 2010, Cambridge University Press - 341 p.
19. Brittain I. *The Paralympic Games Explained*. Routledge. 2016 - 234 p.
20. Burgess, M., & Smith, P. Disability and International Sport: The Role of Travel and Cultural Exchange. *Journal of Sport & Social Issues*, 2014, 38(4), p. 265-278.
21. Bureau of Labor Statistics, U.S. Department of Labor, *Occupational Outlook Handbook, Athletes and Sports Competitors*, <https://www.bls.gov/ooh/entertainment-and-sports/athletes-and-sports-competitors.htm>
22. Chalip L. Toward a Distinctive Sport Management Discipline. in *Journal of Sport Management*. <https://journals.humankinetics.com/view/journals/jsm/20/1/article-p1.xml>
23. Chris H. Adapted Sports: Fostering Empowerment, Independence, and Inclusion for Individuals with Disabilities <https://www.linkedin.com/pulse/adapted-sports-fostering-empowerment-independence-chris-hanudel-cqade>
24. Coaching deportivo para niños más palabras de las que deberían caber. <https://www.coachingdeportivo.com/blog/coaching-deportivo-ninos/>

25. Coalter F. A Wider Social Role for Sport: Who's Keeping the Score? Routledge. 2007 -216 p.
26. Crowther N. Sport in Ancient Times. Bloomsbury Publishing, 2007- 208 p.
27. Côté J., Gilbert W. An Integrative Definition of Coaching Effectiveness and Expertise. International Journal of Sports Science & Coaching, 2009 4(3): p. 307-323
28. Darcy, S., & Dowse, L. Disability and Sport: Social and Cultural Aspects. Journal of Sport & Social Issues, 2013, 37(4), 319-332.
29. DePauw K. P., Gavron S. J. Disability Sport. Human Kinetics, 2005 – 395 p.
30. Development of Sports during the 19th Century. <https://edubirdie.com/examples/development-of-sports-during-the-19th-century/>
31. Disability and Sport: The Birth of the Paralympics - from Rehabilitation to World Class Performance. <https://historicengland.org.uk/research/inclusive-heritage/disability-history/1945-to-the-present-day/disability-and-sport/>
32. Disability and sport. <https://www.nla.gov.au/research-guides/sport-australia/disability-sport>
33. Dunning, E Sport matters: sociological studies of sport, violence, and civilization / Eric Dunning. London: Routledge; 1999 -296 p.
34. Earnheardt A., Haridakis P., Hugenberg B. Sports Fans, Identity, and Socialization: Exploring the Fandemonium: Lexington Books, 2011 - 322 p.
35. Ethics and integrity in sports. <https://socialcollege.co.ke/wp-content/uploads/2024/05/ETHICS-AND-INTEGRITY-IN-SPORTS.pdf>
36. Fair-play: как появилась «честная игра» в спорте. <https://www.sports.ru/football/blogs/2940122.html>
37. Fair Play in Sport. <https://www.twinkl.com/teaching-wiki/fair-play-in-sport>
38. Franz Beckenbauer. <https://fcbayern.com/en/club/fcb-club/franz-beckenbauer>

39. Fraser-Thomas, J., & Côté, J. Understanding adolescents' positive and negative developmental experiences in sport. *The Sport Psychologist*, 2009, 23(1), 3-23. <https://doi.org/10.1123/tsp.23.1.3>
40. Gantz, W., & Lewis, N. Sports Fanship Changes Across the Lifespan. *Communication & Sport*, 2023 11(1), 8-27. <https://doi.org/10.1177/2167479521991812>
41. Gao Z., Chee CS, Norjali W. MRW, Wang J, Zheng X, Wang T. The role of parents in the motivation of young athletes: a systematic review. *Front Psychol.* 2024 Jan 8; 14:1291711. Doi:10.3389/fpsyg.2023.1291711.
42. Ginis, K. A. M., & Nigg, C. R. (2014). Physical Activity and Chronic Conditions in People with Disabilities. *Disability and Rehabilitation*, 36(2), 120-131.
43. Gilbert K., Schantz O., Schantz O. *The Paralympic Games: Empowerment Or Side Show?* Meyer & Meyer Verlag, 2008. - 253 p.
44. Gold J., Gold M., *Olympic cities: City agendas, planning and the world's games, 1896-2020.* 2016 - 508p. https://www.researchgate.net/publication/317779077_Olympic_cities_City_agendas_planning_and_the_world's_games_1896-2020
45. Gordin, J. The Impact of Competitive Sports on Social Integration of Individuals with Disabilities. *Disability & Society*, 2012, 27(5), p. 641-656.
46. Gray C.A *History of Disability Sport.* <https://www.inclusivesport-sacademy.org/post/a-history-of-disability-sport>
47. Gallup Survey Finds NCAA Student-Athletes Score High in 'Wellbeing' <https://www.diverseeducation.com/students/article/15107158/gallup-survey-finds-ncaa-student-athletes-score-high-in-wellbeing>
48. Guttmann, A. *From Ritual to Record: The Nature of Modern Sports.* Columbia University Press, 1978. <http://www.jstor.org/stable/10.7312/gutt13340>.
49. Halpin M. Understanding the Challenges of Disability in Sports. <https://reciteme.com/news/disability-in-sports/>

50. Hamroun S., Ben Hassen S., Sofiene K., and others. Effects of the Practice of Team Sport or Individual Sport on Perceptual Abilities and on the Self-Esteem in the Persons with Motor Disability: A Comparative Study. *Advances in Physical Education* 2017, Vol.7 No.3.
<https://www.scirp.org/journal/paperinformation?paperid=78562>
51. Hargreaves J. *Sport, Power and Culture: A Social and Historical Analysis of Popular Sports in Britain*. Polity Press, 2002. - 272 p.
52. Hirshon N. *Social Identity Theory in Sports Fandom*.
https://www.researchgate.net/publication/340905856_Social_Identity_Theory_in_Sports_Fandom_Research
53. Holt R. *Sport and the British. A Modern History*. - Clarendon Press, 1990. - 396 p. <https://academic.oup.com/book/1683>Holt, N. L., & Neely, K. C. Positive youth development through sport: A review. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 2011,6 (2), 299-316.
<https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126249009.pdf>
54. Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., Tamminen, K. A. A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2016, 10 (1), 1- 49. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1180704>
55. Honesty of the long-distance runner. <https://www.fairplayinternational.org/honesty-of-the-long-distance-runner>
56. Howe D. *The Cultural Politics of the Paralympic Movement Through an Anthropological Lens*. Routledge. 2008 - 208 p.
57. Kirakosyan, L. Sport for All and Social Inclusion of Individuals with Impairments: A Case Study from Brazil. *Societies* 2019, 9, 44.
<https://doi.org/10.3390/soc9020044>
58. Klos, M. Social Networks and Social Integration in Adapted Sports. *Journal of Sport & Social Issues*, 2016, 40(1), p. 35-55.

59. Kohl H. W., & Cook H. D. Educating the Student Body: Taking Physical Activity and Physical Education to School. National Academies Press. 2013. - 502 p.
60. Koster, M., & Oosterbaan, L. The Influence of International Competition on Social Integration of Disabled Athletes. Adapted Physical Activity Quarterly, 2017, 34(2), p. 153-167.
61. Kyle D. Sport and Spectacle in the Ancient World. John Wiley & Sons, 2014 - 376 p.
62. Management, 2006, 20(1), p. 1-21. <https://www.yunnansportmgmt.com/wp-content/uploads/2015/06/Chalip-2006-Toward-a-distinctive-sport-mgmt-discipline.pdf>
63. Manny Pacquiao. https://en.wikipedia.org/wiki/Manny_Pacquiao
64. Davis L.J. The Disability Studies Reader. Routledge. 2017 - 570 p
65. Inside The Mind Of Elite Athletes Who Become Outstanding Business Leaders <https://www.forbes.com/sites/kmehta/2020/10/14/inside-the-mind-of-elite-athletes-who-become-outstanding-business-leaders>
66. MacAloon J. This Great Symbol. Pierre de Coubertin and the Origins of the Modern Olympic Games. Routledge, 2007 - 378 p. <https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9780203819852/great-symbol-john-macaloon>
67. McKinnon, A., Bassett-Gunter, R.L., Fraser-Thomas, J., & Arbour-Nicitopoulos, K.P. (). Understanding sport as a vehicle to promote positive development among youth with physical disabilities. Journal of Sport for Development 2022, Volume 10, Issue 2. <https://jsfd.org/2022/10/01/understanding-sport-as-a-vehicle-to-promote-positive-development-among-youth-with-physical-disabilities/>
68. McKnight K. et al. Life After Sport: Athletic Career Transition and Transferable Skills. https://www.researchgate.net/publication/228931530_Life_After_Sport_Athletic_Career_Transition_and_Transferable_Skills
69. McLoughlin, G., Fecske, C. W., Castaneda, Y., Gwin, C., & Graber, K. (2017). Sport participation for elite athletes with physical

- disabilities: Motivations, barriers, and facilitators. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 34(4), 421-441. <https://doi.org/10.1123/apaq.-2016-0127>
70. Milla A., Mataruna L., Muñoz Helú H. Content Strategy and Fan Engagement in Social Media the Case of PyeongChang Winter Olympic and Paralympic Games. https://www.researchgate.net/publication/344015833_Content_Strategy_and_Fan_Engagement_in_Social_Media_The_Case_of_PyeongChang_Winter_Olympic_And_Paralympic_Games
 71. Miller G, Miller M *Ancient Greek Athletics*. Yale University Press, 2004 - 28 p.
 72. Motivating Kids in Physical Activity. <https://ess220.wordpress.com/wp-content/uploads/2008/02/weiss-2000-motkids.pdf>
 73. Nicholas Hirshon. *Social Identity Theory in Sports Fandom Research*. https://www.researchgate.net/publication/340905856_Social_Identity_Theory_in_Sports_Fandom_Research
 74. Nicholls A., Polman R., Levy A. Coping self-efficacy, pre-competitive anxiety, and subjective performance among athletes. *European Journal of Sport Science*. 2010. 10(2): p.97-102. https://www.researchgate.net/publication/236172612_Coping_self-efficacy_pre-competitive_anxiety_and_subjective_performance_among_athletes
 75. North J., & Lavallee D. The career transitions of elite athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2004, 16(3), p. 273-293.
 76. Paralympics closing ceremony has Paris partying. <https://www.bbc.com/sport/articles/c74lp8d9yr0o>
 77. Paris 2024 Paralympic Games. <https://www.paralympic.org/paris-2024/news>
 78. Park, S., Lavallee, D., & Tod, D. Athletes' career transition out of sport: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 2013, 6 (1), p. 22-53.
 79. Paris 2024 partners. <https://olympics.com/ru/paris-2024/-committee/games-stakeholder/partners#worldwide-partners>

80. Potrac P., Jonesb R., & Armour K. It's All About Getting Respect': The Coaching Behaviors of an Expert English Soccer Coach. *Sport, Education and Society*, 2002, Vol. 7, No. 2, pp. 183–202, <https://www.cardiffmet.ac.uk/study/adviceforapplicants/ptpg/Documents/CSS/Potrac%20et%20al%202002%20All%20about%20respect.pdf>
81. Pritchard D. *Sport, Democracy and War in Classical Athens*, Cambridge University Press, 2016 - 251 p.
82. Routledge Handbook of the Olympic and Paralympic Games Dikaia Chatziefstathiou. Borja D., García B., Séguin B., 2021 - 470 p.
83. Rimmer, J. H., & Rowland, J. L. Physical Activity for People with Disabilities. In *Developmental Neurorehabilitation*. 2008, 11(2) p. 141-148.
https://www.researchgate.net/publication/5436489_Physical_activity_for_youth_with_disabilities_A_critical_need_in_an_underserved_population
84. Ryan R. & Deci E. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 2000, 55 (1), p. 68–78.
https://www.researchgate.net/publication/11946306_Self-Determination_Theory_and_the_Facilitation_of_Intrinsic_Motivation_Social_Development_and_Well-Being
85. Sergey Bubka. https://en.wikipedia.org/wiki/Sergey_Bubka
86. Shields D., & Bredemeier B. *True Competition: A Guide to Pursuing Excellence in Sport and Society*. 2009. https://www.researchgate.net/publication/340411174_True_Competition_A_Guide_to_Pursuing_Excellence_in_Sport_and_Society
87. Scruton J., *Stoke Mandeville road to the Paralympics: fifty years of history / by Joan Scruton*. Peterhouse Press - 1998 -384 p.
88. *Scottish Disability Sport - The First Fifty Years* Richard Brickley MBE Foreword. <https://www.scottishdisabilitysport.com/wp-content/uploads/2016/07/Scottish-Disability-Sport-The-First-Fifty-Years.pdf>

89. Son I., Choi Y. Influence of spectator motivation factors on the sense of community in college. *Sports Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 2022 Vol. 22 (issue 3), p. 600 - 606.
90. The Development of Fair Play in Physical Education and School Sports: A Systematic Review <https://eric.ed.gov/?id=EJ1312270>
91. Thematic profile. Sport and disability. <https://www.sportanddev.org>
92. The History of the Paralympic Games. <https://olympics.com/en/paris-2024/the-games/olympic-paralympic-games/history-paralympic-games>
93. Thomas N., Smith A. *Disability Sport and Society: An Introduction* 2009 - 188p.
94. Scanlon T. *Eros and Greek Athletics*. Oxford University Press, 2002. - 468 p.
95. Schilling C. Social Integration Through Sport: The Case of Disabled Athletes. *Sociology of Sport Journal*, 2013, 30 (3), p. 253-269.
96. Sebastian Coe. <https://www.britannica.com/biography/Sebastian-Coe>
97. Seb Coe. <https://www.teamgb.com/athlete/seb-coe/y2puymX4czKjiuB07Xrqk>
98. Serena Williams. <https://olympics.com/ru/athletes/serena-williams>
99. Shakespeare T. *Disability Rights and Wrongs Revisited*. 2014, *Routledge*. – 296 p.
100. Shapiro, D. R., & Martin, J. J. (2014). The relationships among sport self-perceptions and social well-being in athletes with physical disabilities. *Disability and Health Journal*, 7(1), p. 42-48. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2013.06.002>
101. Schwarzenegger A., Petre P. New York, Simon and Schuster, 2012 - 646 p.
102. Sinclair D., and Orlick T. Positive Transitions from High-Performance Sport. *Sport Psychologist* 7 (1993): p. 138-150.
103. Smith B., Sparkes A. Disability, sport and physical activity. https://www.researchgate.net/publication/338256240_Disability_sport_and_physical_activity

104. Sobhi Saeed Al Harthy, Mohammad Ahmed Hammad and Huda Shaaban Awed. The Role of Sports Clubs in Promoting Social Integration among People with Disabilities in Saudi Arabia. JDR. 2024. Vol. 3(2). DOI: 10.57197/JDR-2024-0007
105. Social inclusion. <https://sport.ec.europa.eu/policies/sport-and-society/social-inclusion>
106. Sport. <https://www.etymonline.com/search?q=sport>
107. Sport. <https://www.merriam-webster.com/dictionary/sport>
108. Sport Ireland. <https://www.sportireland.ie/>
109. SportsAid. <https://www.sportsaid.org.uk/>
110. Sporthilfe. <https://www.sporthilfe.de/>
111. Stambulova N., Ryba T. & Henriksen K. Career development and transitions of athletes: the International Society of Sport Psychology, 2020. https://www.researchgate.net/publication/-339106237_Career_Development_and_Transitions_of_Athletes_The_International_Society_of_Sport_Psychology_Position_Stand_Revisited
112. Stephen S. and all. Social identity in sport: A scoping review of the performance hypothesis. Psychology of Sport and Exercise. 2023. Vol 67. <https://researchportal.hw.ac.uk/en/publications/-social-identity-in-sport-a-scoping-review-of-the-performance-hypo>
113. Team USA. <https://www.teamusa.com/>
114. Tips for coaches. <https://www.playbytherules.net.au/conduct-and-behaviour/tips-for-coaches>
115. Torregrosa M., Boixadós M., Valiente L., Cruz J., Elite athletes' image of retirement: The way to relocation in sport. Psychology of Sport and Exercise, 2004 - p. 35-43. <https://portalrecerca.uab.cat/en/publications/elite-athletes-image-of-retirement-the-way-to-relocation-in-sport>
116. Vallerand R., Losier G., An Integrative Analysis of Intrinsic and Extrinsic Motivation in Sport. Journal of Applied Sport Psychology, 1999, 11(1): p. 142-169. https://www.researchgate.net/publication/247515256_An_Integrative_Analysis_of_Intrinsic_and_Extrinsic_Motivation_in_Sport

117. Vamplew W., Dyreson M., McClelland J., Huggins M. Cultural History of Sport in the Age of Industry Bloomsbury Publishing. 2022- 280 p
118. Watson, N.J. Special Olympians as a Prophetic Sign to the Modern Sporting Babel, Journal of Religion and Disability, 2014, 18(1): p. 24 - 48.
119. Weiss M. Motivating Kids in Physical Activity. https://www.researchgate.net/publication/234739601_Motivating_Kids_in_Physical_Activity
120. What is Fair Play? <https://www.fairplayinternational.org/what-is-fair-play->
121. What Professional Sports Can Teach Us About Career Transitions <https://www.forbes.com/sites/pavelkravivin/2019/10/30/what-professional-sports-can-teach-us-about-career-transitions>
122. Wheaton B. The Cultural Politics of Lifestyle Sports London, Routledge, 2013. - 247 p.
123. Whittington M, Mint Museum of Art. The Sport of Life and Death: The Mesoamerican Ballgame. Thames & Hudson, 2001- 288 p.
124. Who are sports' most successful entrepreneurs? <https://www.businessleader.co.uk/who-are-sports-most-successful-entrepreneurs/>
125. Winnick J., Porretta D. Adapted Physical Education and Sport. 2016, Human Kinetics. - 648 p.
126. Wylleman, P., & Reints, A. A lifespan perspective on the career of talented and elite athletes. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 2010, 20, p. 88-94.
127. Wylleman P., Lavalley D. A Developmental Perspective on Transitions Faced by Athletes 2021. https://www.researchgate.net/publication/354209101_A_Developmental_Perspective_on_Transitions_Faced_by_Athletes
128. Арнст Н. В. Физическая культура. Теоретические основы адаптивного спорта: учеб. пособие / Н. В. Арнст; СибГУ им. М. Ф. Решетнева. - Красноярск, 2020. - 94 с.

129. Брискин Ю. А. Адаптивный спорт/ Ю. А. Брискин, С. П. Евсеев, А. В. Передерий. - М.: Советский спорт, 2010. - 316 с.
130. Воробьев Аркадий Никитич. <https://www.smsport.ru/expo/katalog/tjat/vorobiev/>
131. Ворошин И.Н. Адаптивный спорт в Российской Федерации: спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата. Методические рекомендации. - М. - 2021. - 57 с.
132. Гаев М.А., Комлева С.В., Влияние адаптивного спорта на социальную адаптацию инвалидов. https://elar.rsvpu.ru/bitstream/123456789/40206/1/978-5-6046523-7-4_2022_013.pdf
133. Евсеев С.П., Вырупаев К.В. Новые подходы к организации адаптивного спорта в российской федерации., Методические рекомендации. - М. 2022 - 46 с.
134. Игры - для всех. Как зарождался паралимпийский спорт. <https://www.championat.com/lifestyle/article-3916507-kto-takoj-ljudvig-guttman-istorija-pojavlenija-paralimpijskih-igr.html>
135. Кличко Виталий Владимирович. <http://surl.li/iOSSih>
136. Копейкина Т.Е. Адаптивный спорт: учебное пособие / Т.Е. Копейкина. - Архангельск, 2018. - 108 с.
137. Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта: Учеб. пособие. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 240 с.
138. Особенности, задачи, функции и направления развития адаптивного спорта. <http://surl.li/romfsg>
139. Памяти Аркадия Воробьева. https://olympic.ru/news/meeting_roc/pamiat-arkadiia/
140. Пономарев Н.И. Социальные функции физической культуры и спорта. М.: Физкультура и спорт, 1974 - 310 с.
141. Пулов. В.Е. Роль физической культуры в социализации личности //Регионология Regionology. 2014. № 4 (89). С. 196 - 204.
142. Спорт и личность: Ежегодник. М.: Молодая гвардия, 1979. - С. 203-221.

143. Сунагатова Л.В., Марченкова У.А., Влияние адаптивного спорта на социальную адаптацию инвалидов. Молодой ученый 2012, № 12 (47), С. 604-607.
<https://moluch.ru/archive/47/5856>
144. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник. В 2 т. Т. 2: Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов / Под общей ред. проф. С. П. Евсеева. - М.: Советский спорт, 2005. - 448 с.
145. Тер-Ованесян А.А., Тер-Ованесян И.А. Педагогика спорта.- К.:Здоров'я, 1986.-208 с.
146. Томас Бах. <https://www.rbc.ru/person/667bbd289a79477-3d88bab5d>

Աշոտ Չատինյան
Ashot Chatinyan

Լիաննա Աբրահամյան
Lianna Abrahamyan

**ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆԱՑՈՒՄԸ
ՍՊՈՐՏՈՒՄ ԵՎ ԱԴԱՊՏԻՎ ՍՊՈՐՏՈՒՄ**
(Ուսումնական ձեռնարկ)

**SOCIALIZATION IN SPORTS
AND IN ADAPTIVE
SPORTS**
(Educational manual)

Լեզվաբան-խմբագիր՝ Ս. Սաֆարյան

Չափսը՝ 60x84¹/₁₆: Ծավալը՝ 23.25
Թուղթը՝ օֆս. 80 գր.: Տպագրությունը՝ օֆսեթ:
Տպաքանակը՝ 50 օր.:

ԱՇՈՏ ԱՂՎԱՆԻ ՉԱՏԻՆՅԱՆ



ՀՖԿՍՊԻ-ի «Սպորտի մանկավարժության և հոգեբանության» ամբիոնի պրոֆեսոր, մանկ. գիտ. դոկտոր:

Հրատարակել է ավելի քան 160 գիտամեթոդական աշխատություններ, հեղինակել է ուսումնական ձեռնարկներ, ուսումնամեթոդական ձեռնարկ, դասագիրք և մենագրություն:

Գիտական հետաքրքրությունների շրջանակն է՝ շարժումների ճշգրտության հիմնախնդիրները ֆիզիկական կուլտուրայում և սպորտում, մարդու սոցիալականացման առանձնահատկությունները սպորտում, ժամակակից թվային տեխնոլոգիաները ֆիզկուլտուրային-մարզական կրթության ոլորտում:

ԼԻԱՆԱ ՍԱՄՎԵԼԻ ԱՐԱՅԱՄՅԱՆ

ՀՖԿՍՊԻ-ի «Սպորտի կառավարման և մարզական լրագրության» ամբիոնի դասախոս, տնտեսագիտության թեկնածու:

Ավարտել է ՀՖԿՍՊԻ-ի մագիստրատուրան՝ «Ադապտիվ ֆիզիկական կուլտուրա» մասնագիտությամբ:

Հրատարակել է բազմաթիվ գիտական աշխատություններ միջազգային մասնագիտական պարբերականներում, հեղինակել է «Սպորտի կառավարում» ուսումնական ձեռնարկը:

Գիտական հետաքրքրությունների շրջանակն է՝ սպորտի և ֆիզիկական կուլտուրայի կառավարման հիմնախնդիրները, ֆիզիկական սահմանափակ կարողություններով մարդկանց մարզական գործունեության կառավարման առանձնահատկությունները, մարդու սոցիալականացման հիմնախնդիրները:

