COVID-19-ի ՊԱՅՄԱՆՆԵՐՈՒՄ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՀՈԳԵԿԱՆ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅՈՒՆԸ ՀԱՄԱՊԵՏԱԿԱՆ ՆԵՐԿԱՅԱՑՈՒՑՉԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅՈՒՆ | 2020-2021

ԵՐԱԽՏԱԳԻՏՈՒԹՅԱՆ ԽՈՍՔ

ՀՌԿԿ-Հայաստանն իր երախտագիտությունն է հայտնում բոլոր նրանց, ում շնորհիվ հնարավոր դարձավ հաջողությամբ իրագործել ներկայացվող զեկույցը: Հատուկ շնորհակալություն ենք հայտնում ՄԱԿ-ի Բնակչության հիմնադրամի երիտասարդական ծրագրերի համակարգող Աննա Բարֆյանին, «Երիտասարդների առողջության և մասնակցության խթանում» ծրագրի փորձագետներ Աննա Եղոյանին և Արմինե Գմյուր-Կարապետյանին, Գյումրու «Երիտասարդական նախաձեռնությունների կենտրոն» ՀԿ-ի ծրագրերի ղեկավար Մարիամ Ղարագյոզյանին, ինչպես նաև բոլոր փորձագետներին շարունակական ուղղորդում տրամադրելու համար:

ՀՌԿԿ-Հայաստանը բարձր է գնահատում այն կարևորագույն ներդրումը, որն ունեցել է հետազոտական թիմը, մասնավորապես՝

- Սոնա Բալասանյանը (մեթոդաբան),
- Մարիամ Եվդոկիմովան (զեկույցի համահեղինակ),
- Իրինա Եսայանը (զեկույցի համահեղինակ),
- Տիգրան Մաթոսյանը (գրասենյակային հետազոտության պատասխանատու),
- Հեղինե Մանասյանը (զեկույցի վերջնական խմբագիր),
- Էլլա Կարագուլյանը (տվյալների հավաքագրման մասնագետ, ընտրանքի փորձագետ),
- Զարուհի Սիմոնյանը (տվյալների հավաքագրման համակարգող),
- Մարիամ Առաքելյանը (հարցաթերթի թվայնացման պատասխանատու),
- Արփի Գրիգորյանը (խորին հարցազրույցների իրականացման և ամփոփագրերի մշակման պատասխանատու),
- Շուշան Ղահրիյանը (խորին հարցազրույցների իրականացման և ամփոփագրերի մշակման պատասխանատու):

ՀՌԿԿ-Հայաստան հիմնադրամը բարձր է գնահատում նաև այն կարևոր դերակատարությունը, որ ունեցել են դաշտային աշխատանքներն իրականացնող թիմի ներկայացուցիչները, հարցազրուցավարները, ինչպես նաև այն բոլոր երիտասարդները, փորձագետները, որ իրենց թանկ ժամանակն են տրամադրել քանակական հարցմանը և հարցազրույցներին մասնակցելու համար:

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ 04

ՄԵԹՈԴԱԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ 11

1. ՀՀ-ՈՒՄ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՀՈԳԵԿԱՆ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՔԱՂԱՔԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ 14

2. ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՍՈՑԻԱԼ- ՏՆՏԵՍԱԿԱՆ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ 18

3. ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ԿԵՆՍԱԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԵՎ ՆՐԱՆՑ ՈՒՂՂՎԱԾ ԾՐԱԳՐԵՐԸ 24

4. ԿՈՐՈՆԱՎԻՐՈՒՍԻ ՀԱՄԱՎԱՐԱԿԻ ԵՎ ԱՐՑԱԽՈՒՄ ՌԱԶՄԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՎՐԱ 29

5. ԿՈՐՈՆԱՎԻՐՈՒՍԻ ՀԱՄԱՎԱՐԱԿԻ ԵՎ ԱՐՑԱԽՈՒՄ ՌԱԶՄԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀԵՏԵՎԱՆՔՈՎ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՀՈՒԶԱԿԱՆ ԵՎ ՎԱՐՔԱՅԻՆ ԽԱՆԳԱՐՈՒՄՆԵՐԸ 40

6. ԱՐՑԱԽՈՒՄ ՌԱԶՄԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՎՐԱ 51

7. ԱՊԱԳԱՅԻ ՀԵՏ ԿԱՊՎԱԾ ԾՐԱԳՐԵՐԸ ԵՎ ԱԿՆԿԱԼԻՔՆԵՐԸ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՇՐՋԱՆՈՒՄ 56

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ԱՌԱՋԱՐԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ 61

ՀԱՎԵԼՎԱԾ 1. ՊԱՐԶ ՀԱՃԱԽՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱՂԲՅՈՒՍԱԿՆԵՐ 69

ԱՄՓՈՓԱԳԻՐ

Սույն զեկույցը ներկայացնում է Կորոնավիրուսի համավարակի և Արցախում ռազմական գործողությունների պատճառով 16–24 տարեկան երիտասարդների շրջանում հայտնաբերված հոգեկան առողջության խնդիրները, դրանց դրսևորման ձևերը, կարճաժամկետ ու երկարաժամկետ նպատակները, մտահոգությունները: Հետազոտությունն իրականացրել է ՀՌՌԿ-Հայաստան հիմնադրամը Գյումրու «Երիտասարդական նախաձեռնությունների կենտրոն» ՀԿ-ի պատվերով՝ ՄԱԿ-ի Բնակչության հիմնադրամի կողմից ֆինանսավորվող «Երիտասարդների առողջության և մասնակցության խթանում» ծրագրի շրջանակներում:

Հետազոտության նպատակ

COVID-19 համավարակով պայմանավորված արտակարգ դրության հայտարարման պահից, ինչպես նաև Արցախում ռազմական գործողությունների բռնկումից ի վեր առավել ակնհայտ են դարձել երիտասարդների հոգեկան առողջության հիմնահարցերի կարևորությունը և դրանց վերաբերյալ փաստահեն միջամտությունների անհրաժեշտությունը: Վերջին 1 տարվա ընթացքում երիտասարդները առերեսվում են մի շարք դժվարությունների հետ, մասնավորապես՝ արտակարգ դրության ռեժիմ և դրա հետևանքով առաջացած օրվա կազմակերպման և կյանքի փոփոխություններ, անցում հեռավար կրթության, սոցիալական կապերի սահմանափակում, վարակի սպառնալիք, քրոնիկ հիվանդության կամ հաշմանդամության սպառնալիք և այլն:

Այս իրավիճակում հնարավոր են հոգեկան առողջության խաթարումներ թե՛ ամբողջ ազգաբնակչության, թե՛, մասնավորապես, երիտասարդների շրջանում, որոնք առավել զգայուն են փոփոխությունների նկատմամբ և առավել խոցելի են տվյալ իրավիճակում: Հետազոտության նպատակն է վերհանել հոգեկան առողջության խնդիրները, որոնք պայմանավորված են Covid-19-ի և Արցախում ռազմական գործողությունների հետևանքներով՝ ի նպաստ դեռահասների և երիտասարդների բարեկեցության և բնականոն զարգացման:

Մեթոդաբանություն

Ուսումնասիրության համար կիրառվել է խառը մեթոդներով հետազոտությունը, մասնավորապես՝ համաժամանակյա (տրիանգուլյացիոն՝ տվյալները փոխհաստատող) հետազոտական մեթոդաբանությունը:

Գրասենյակային հետազոտության ընթացքում ուսումնասիրվել են Հայաստանում երիտասարդների հոգեկան առողջությանը վերաբերող առկա պետական ծրագրերը, ոլորտային տվյալներն ու փաստաթղթերը, նախորդ հետազոտությունները և վերլուծական զեկույցները:

Հետազոտության հարցաթերթը, ինչպես նաև խորքային հարցազրույցների ուղեցույցը մշակվել է ՀՌԿԿ-Հայաստանի հետազոտական թիմի կողմից՝ հաշվի առնելով «Երիտասարդական նախաձեռնությունների կենտրոն»-ի մոտեցումները և ծրագրում ներգրավված փորձագիտական թիմի (հոգեբան, երիտասարդական աշխատող) ուղղորդումը: Հետազոտության տվյալները հավաքագրվել են 2020թ. դեկտեմբերի 12-ից 2021 թ. հունվարի 25-ն ընկած ժամանակահատվածում:

Քանակական հարցմանը մասնակցել է 16-ից 24 տարեկան 1000 երիտասարդ ՀՀ բոլոր մարզերից (95% վստահության սահմաններում, 3% սխալի թույլատրելի շեղումով): Տվյալները հավաքագրվել են դեմ առ դեմ հարցազրույցների միջոցով: Հատուկ հետաքրքրության խմբերի համար (ազգային փոքրամասնությունների ներկայացուցիչներ, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցներ, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդներ) սահմանվել են քվոտաներ (առնվազն 30 ամեն խմբում), ընտրանքի ծավալը հասցնելով 1100-ի:

Որակական խորքային հարցազրույցներն իրականացվել են հոգեկան առողջության և երիտասարդների հետ աշխատանքի ոլորտների 15 փորձագետի և կառույցների ներկայացուցիչների հետ:

ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆՔՆԵՐԸ

ՀՀ-ում երիտասարդների հոգեկան առողջության պետական քաղաքականությունը

Հայաստանի Հանրապետությունում հոգեկան առողջության ոլորտը հիմնականում կարգավորվում է 2004թ. ընդունված «Հոգեբուժական օգնության մասին» օրենքով: Օրենքում երիտասարդների հոգեկան առողջությանը վերաբերող առանձին որևէ դրույթ չկա: «Հայաստանի Հանրապետությունում հոգեկան առողջության պահպանման և բարելավման 2014-2019 թվականների

ռազմավարություն» փաստաթղթում նույնպես երիտասարդներին վերաբերող որևէ հատուկ դրույթ չկա, իսկ «Հոգեկան առողջության խնդիրներ ունեցող անձանց խնամքի և սոցիալական սպասարկման այլընտրանքային ծառայությունների տրամադրման հայեցակարգ»-ում անդրադարձ է կատարվում միայն երիտասարդների համար նախատեսված զբաղվածության և վերականգնողական կենտրոնների բացակայությանը:

2014թ. «Հայաստանի Հանրապետության երիտասարդական պետական քաղաքականության հայեցակարգ»-ում առանձնացվում է հոգեկան առողջությունը որպես երիտասարդության առջև ծառացած տարատեսակ խնդիրների հաղթահարման պայմաններից մեկը: Նաև հոգեկան առողջությունը հիշատակվում է առողջ ապրելակերպի շրջանակներում, այնուամենայնիվ, գործոնների մակարդակում անդրադարձ կատարվում է միայն ֆիզիկական առողջության բաղադրիչներին:

Այսպիսով, 2021թ. փետրվարի դրությամբ, Հայաստանի Հանրապետության որևէ պաշտոնական փաստաթղթում երիտասարդների հոգեկան առողջության վերաբերյալ պետական որևէ քաղաքականություն ձևակերպված չէ:

Երիտասարդների կենսագործունեության առանձնահատկությունները և նրանց ուղղված ծրագրերը

Հայաստանյան երիտասարդների առօրյայում և կենսագործունեության մեջ մեծ դեր ունի վիրտուալությունը: Այսօր երիտասարդների հիմնական մասը ակտիվություն է ցուցաբերում (ուսանողական, քաղաքացիական կամ քաղաքական ակտիվություն) վիրտուալ աշխարհում: Ստացված քանակական տվյալները ցույց են տալիս, որ հայաստանյան երիտասարդության մեծամասնությունը (88%) իր ազատ ժամանակը նախընտրում է անցկացնել համացանցում, որին հաջորդում են ընկերների հետ հանդիպումները (62%) և երաժշտության ունկնդրումը (59%): Հարցված հատուկ հետաքրքրության երիտասարդների խմբերը նույնպես նախընտրում են իրենց ազատ ժամանակն անցկացնել համացանցում, ընկերների հետ հանդիպումներով և երաժշտություն ունկնդրելով: Երիտասարդների գրեթե կեսը (46%) երբեք չի ստեղծագործում և չի զբաղվում սպորտով (47%): Մասնավորապես, սպորտով ավելի շատ զբաղվում են տղաները, ստեղծագործում են աղջիկները:

Երիտասարդների համար տեղեկություն ստանալու հիմնական աղբյուրները հանդիսանում են սոցիալական մեդիան (65%) և հայկական հեռուստատեսությունը (39%):

Անդրադառնալով նաև երիտասարդների հետ տարվող աշխատանքներին՝ ներկայումս ծրագրերը հիմնականում իրականացվում են հետևյալ ուղղություններով՝ զբաղվածություն, սոցիալական ձեռնարկատիրություն, մասնագիտական կողմնորոշում, քաղաքացիական և մշակութային մասնակցություն, առողջ ապրելակերպ: Այնուամենայնիվ, առողջության, կանխարգելիչ առողջապահության ուղղությամբ իրականացվող ծրագրերը քիչ են: Հոգեկան առողջությանն ուղղված ծրագրերը բազմաշերտ են, և առավել թիրախավորված: Հատուկ խմբերի համար իրականացվող ծրագրերում թիրախավորվում են զինվորները, զինակոչիկները, նրանց ընտանիքները՝ տրամադրելով հոգեթերապիայի և ախտորոշման ծառայություններ: Իրականացվում են նաև ծրագրեր Արցախից ժամանած երիտասարդների, հաշմանդամություն ունեցող կանանց և աղջիկների համար:

Կորոնավիրուսի համավարակի և Արցախում ռազմական գործողությունների ընդհանուր ազդեցությունը երիտասարդների վրա

Վերջին 6 ամսվա ընթացքում Հայաստանում երիտասարդների միայն մեկ քառորդը (24%) չի զգացել անհանգստություն, տագնապ կամ դյուրագրգռվածություն, մինչդեռ զգալի մասը զգացել են դրանք տարբեր աստիճանի՝ շատ հաճախ (24%), հաճախ (29%), հազվադեպ (23%): Ընդ որում, վերջիններիս զգացած անհանգստությունը և տագնապը մեծամասամբ կապված են եղել Արցախում ռազմական գործողությունների հետ: Երիտասարդների 48%-ը չի ունեցել անհանգստություն, տագնապ կամ դյուրագրգռվածություն մինչև Կորոնավիրուսի համավարակը, իսկ 30%-ը՝ մինչ Արցախում ռազմական գործողությունների բռնկումը:

Երիտասարդների 58%-ը նշել է, որ Արցախում ռազմական գործողությունները մեծապես խաթարել են իրենց բնականոն կյանքը: Արցախում ռազմական գործողությունների ամենամեծ ազդեցությունը եղել է (68%) շրջապատից որևէ մեկի մահը: Կորոնավիրուսի համավարակը մեծապես ազդել է երիտասարդների դասերի կազմակերպման մոտեցումների և սոցիալական շփումների վրա: Որպես ամենամեծ ազդեցություն երիտասարդների 47%-ը նշել է անցումը հեռավար

կրթությանը, 37%-ը սոցիալական շփումների սահմանափակումը, իսկ 35%՝ ազատ տեղաշարժման սահմանափակումները: Մասնավորապես, սոցիալական շփումների սահմանափակումը ավելի շատ ազդել է աղջիկների, իսկ տեղաշարժման սահմափակումները՝ երևանաբնակ երիտասարդների բնականոն կյանքի վրա:

Երիտասարդների մեծամասնությունը 2020թ. սեպտեմբերին Արցախում ռազմական գործողությունների հետևանքներից մտահոգված է Հայաստանի վրա Արցախում ռազմական գործողությունների բացասական սոցիալ-տնտեսական ազդեցությամբ (66%), իրենց և իրենց ընտանիքի անվտանգությամբ (65%), իրենց և իրենց ընտանիքի ապագայի անորոշությամբ (58%): Իսկ Կորոնավիրուսի հետևանքներից երիտասարդներին առավել շատ մտահոգում են իրենց ընտանիքի անդամների խոցելի լինելը վարակի նկատմամբ (44%) և սահմանափակումների պատճառով դասերի հեռավար կազմակերպումը (38%):

Կորոնավիրուսի համավարակի և Արցախում ռազմական գործողությունների հետևանքով երիտասարդների հուզական և վարքային խանգարումները

Վերջին 1 տարվա ընթացքում տեղի ունեցող իրադարձությունների պատճառով երիտասարդները ամենից շատ ունեցել են ընկճվածության և հուսալքության զգացում (62%), հետաքրքրության և հաճույքի պակաս՝ արված աշխատանքից (60%), հոգնածություն, էներգիայի կորուստ (58%): Երիտասարդների 38%-ի շրջանում չեն նկատվում դեպրեսիայի նախանշաններ, իսկ 27%-ը ունեն թույլ, 21%-ի մոտ չափավոր նախանշաններ:

Երիտասարդների շրջանում շատ է եղել նաև տագնապի և անհանգստության զգացումը: Հարցվածների 63%-ը վերջին 2 շաբաթվա ընթացքում ունեցել է տարբեր իրադարձությունների շուրջ չափից շատ անհանգստություն, իսկ դրանց 19%-ը գրեթե ամեն օր է այն զգացել: Երիտասարդների 42%-ը չունեն տագնապայնության նշաններ, իսկ 33%-ն ունեն թույլ նախանշաններ: Հարցվածների 9%-ը ունեն արտահայտված բարձր տագնապայնության նշաններ:

Ընկերների հետ հույզերով ու տագնապներով կիսվելը հանդիսացել է հույզերի և մտահոգությունների հաղթահարման առաջին միջոցը թե՛ հարցված երիտասարդների, թե՛ հատուկ հետաքրքրության խմբերի ներկայացուցիչների

համար: Որպես հույզերի հաղթահարման միջոց հայաստանյան երիտասարդների շրջանում ֆիզիկական ակտիվությունն այդքան էլ տարածված չէ:

Վերջին շրջանում տեղի ունեցած իրադարձությունները ազդեցություն են ունեցել նաև երիտասարդների վարքագծի և զգացողությունների վրա: Հարցված երիտասարդների մոտ առավել շատ դրսևորվել է գերակտիվություն (42%), ինչպես նաև առաջադրանքի/հանձնարարության բարդ հատվածն ավարտելուց հետո այն վերջնականացնելու հետ կապված խնդիրներ (33%):

Փորձագիտական հարցազրույցների տվյալները ևս ցույց են տալիս, որ թե՛ Կորոնավիրուսի համավարակը, թե՛ Արցախում ռազմական գործողությունները կրկնակի ազդեցություն են ունեցել երիտասարդների հոգեկան առողջության վրա: Այս ճգնաժամային համատեքստում բարձրացել է տագնապի, վախի, հուսահատության զգացումը:

Արցախում ռազմական գործողությունների ազդեցությունը երիտասարդների վրա

Չնայած ակտիվ ընթացող տեղեկատվական պատերազմի, հարցված երիտասարդների մեծ մասը Արցախում ռազմական գործողությունների ընթացքում առցանց հարթակում չի ենթարկվել (91%) և չի էլ ենթարկել (89%) հոգեբանական ճնշման այլ անձի կողմից/անձի: Միայն 2%-ն է գրեթե ամեն օր ենթարկել կամ ենթարկվել հոգեբանական ճնշման առցանց հարթակում: Առցանց հարթակներում հոգեբանական ճնշման ենթարկված երիտասարդների կեսը (51%) մատնանշել է անծանոթ ադրբեջանցի կամ թուրք օգտատերերին: Հոգեբանական ճնշում գործադրածների գերակշիռ մասը (67%) նույնպես թիրախավորել է ադրբեջանցի կամ թուրք օգտատերերին: Երիտասարդների կեսից ավելին (60%) առցանց հարթակում հոգեբանական ճնշման ենթարկվելիս անձամբ է պատասխանել/հոգեբանական ճնշման ենթարկել, 31%-ը կիսվել է ընկերների, հարազատների հետ, իսկ 17%-ը ոչինչ չի ձեռնարկել/արհամարհել է: Նույն միտումը նկատվում է նաև հատուկ հետաքրքրության խմբերի շրջանում:

Վերջին շրջանում տեղի ունեցած իրադարձությունները երիտասարդների մեջ առաջացրել են տարբեր սթրեսային իրավիճակներ, որոնց պատճառով երիտասարդների շրջանում հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարման նշանների միջին ցուցանիշը կազմել է 35 միավոր և տատանվել է 17–78 միջակայքում (հնարավոր 85-ից): Հաշմանդամություն ունեցող հարցվողների միջին ցուցանիշը

կազմել է 34 միավոր, ազգային փոքրամասնությունների ներկայացուցիչներինը՝ 38 միավոր, իսկ Արցախում ռազմական գործողություններին մասնակիցներինը՝ 37 միավոր: Հետազոտության արդյունքները ցույց են տալիս նաև, որ աղջիկների հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարման նշանների միջին ցուցանիշն ավելի բարձր է տղաներից: Այս ցուցանիշը տարբերվում է նաև ըստ կրթական մակարդակի. միջնակարգ կրթություն ունեցող երիտասարդների ցուցանիշն ավելի ցածր է եղել, քան միջին մասնագիտական և բարձրագույն կրթություն ունեցող երիտասարդներինը:

Ապագայի հետ կապված ծրագրերը և ակնկալիքները երիտասարդների շրջանում

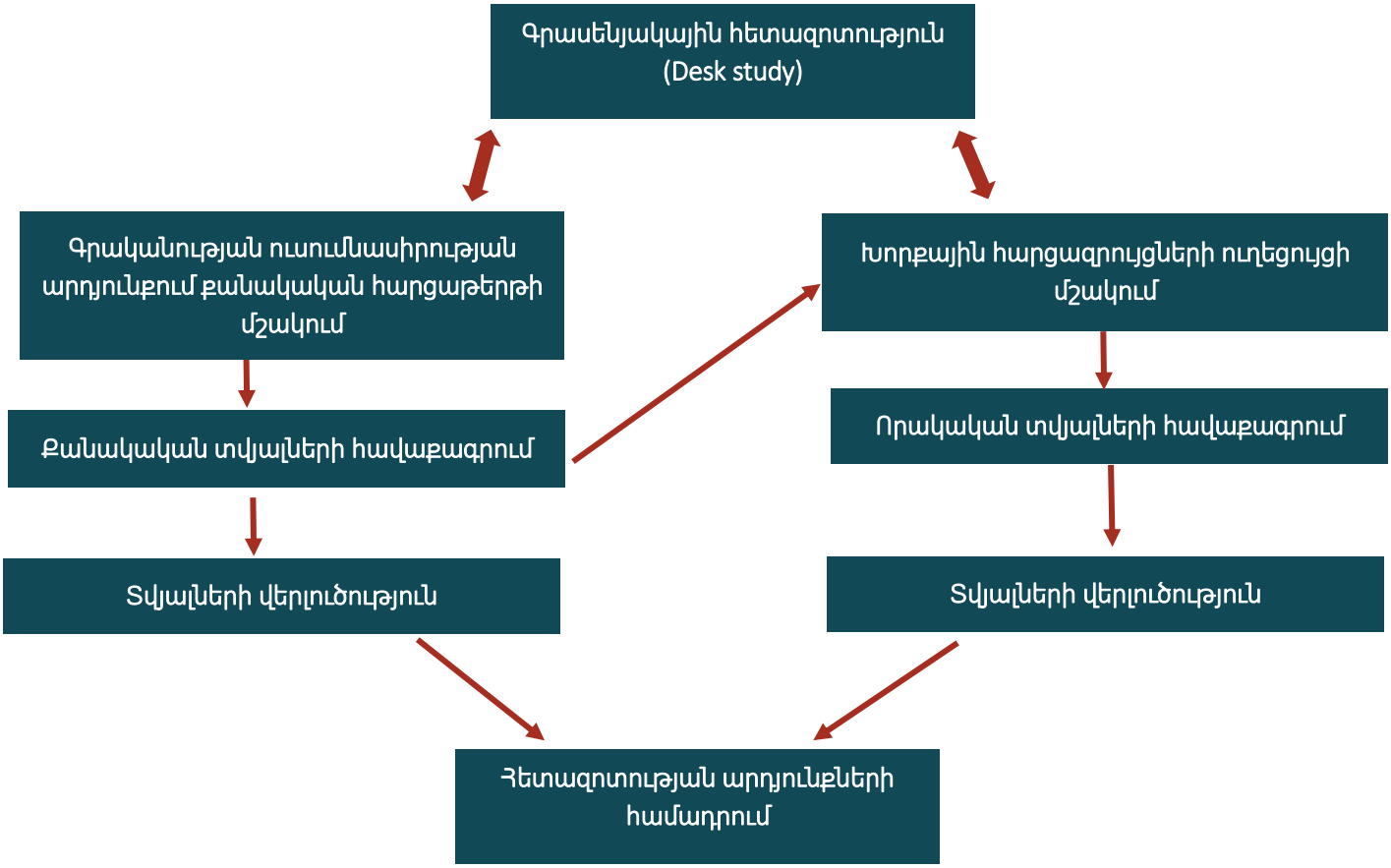
Առաջիկա կարճաժամկետ և միջնաժամկետ ժամանակահատվածների համար երիտասարդների շրջանում առաջնային են մասնագիտական նպատակները, մասնավորապես՝ ուսումը շարունակելը և աշխատանք գտնելը: Ավելի քիչ են ընտանիք կազմելու (կարճաժամկետ՝ 7%, միջնաժամկետ՝ 15%) ցանկություն ունեցողները: Թե՛ իգական, թե՛ արական սեռի ներկայացուցիչները հավասարապես են ուզում աշխատանք գտնել Հայաստանում: Երիտասարդների 8%-ը պլաններ չունի մոտակա ժամանակահատվածի համար, իսկ 7%-ը՝ միջնաժամկետ: Ստացված տվյալները բնութագրական են նաև հատուկ հետաքրքրության խմբերի համար:

Երկարաժամկետ հեռանկարում, հարցված երիտասարդների, ինչպես նաև հատուկ հետաքրքրության խմբերի երազանքները նույնն են: Հարցվածների գրեթե կեսը (41%) երազում է երկրում խաղաղության մասին, 19%-ը՝ Հայաստանում ապրելն ավելի անվտանգ լինելու, 15%-ը՝ ընտանիք կազմելու, իսկ 12%-ը՝ Հայաստանում աշխատանք գտնելու մասին: Երիտասարդների 8%-ը երազանք չունի, իսկ 9%-ը դժվարանում է կամ հրաժարվում է պատասխանել այդ հարցին:

ՄԵԹՈԴԱԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

Ուսումնասիրության համար կիրառվել է խառը մեթոդներով հետազոտությունը, մասնավորապես՝ համաժամանակյա (տրիանգուլյացիոն՝ տվյալները փոխհաստատող) հետազոտական մեթոդաբանությունը: Հետազոտությունը իրականացվել է որակական և քանակական բաղադրիչների համատեղմամբ՝ ապահովելով որակական և քանակական հետազոտական տվյալների փոխլրացումը: Այս հետազոտության իրականացման նպատակն է որակական հարցման արդյունքների օգտագործումը հիմնականում քանակական ուսումնասիրությունից ստացված արդյունքները ստուգելու, բացատրելու և մեկնաբանելու, դրանց կոնտեքստուալ ասպեկտները վերհանելու համար: Այս մեթոդի ուժեղ կողմերից մեկն այն է, որ տվյալների հավաքագրման քայլերը բաժանվում են առանձին փուլերի, որոնք ներկայացված են *Գծապատկեր 1*-ում:

Գծապատկեր 1. Հետազոտության նախագիծ. համաժամանակյա՝ տվյալները փոխհաստատող



Գրասենյակային հետազոտություն

Գրասենյակային հետազոտության ընթացքում ուսումնասիրվել են Հայաստանում երիտասարդների հոգեկան առողջությանը վերաբերող առկա պետական ծրագրերը, ոլորտային տվյալներն ու փաստաթղթերը, նախորդ հետազոտությունները և վերլուծական զեկույցները: Չնայած գրասենյակային հետազոտությունը կարևոր էր հետազոտության սկզբնական փուլում, գրականության և երիտասարդների հոգեկան առողջությանը վերաբերող առկա պետական ծրագրերի, ոլորտային տվյալների ու փաստաթղթերի ուսումնասիրությունը և ամփոփագրումը շարունակվել է ծրագրի ամբողջ ընթացքում:

Քանակական հետազոտություն

Հետազոտության հարցաթերթը մշակվել է ՀՌԿԿ-Հայաստանի հետազոտական թիմի կողմից՝ հաշվի առնելով «Երիտասարդական նախաձեռնությունների կենտրոն»-ի մոտեցումները և ծրագրում ներգրավված փորձագիտական թիմի (հոգեբան, երիտասարդական աշխատող) ուղղորդումը: Հարցաթերթի շրջանակը ներառել է հոգեկան առողջության հետևյալ բնութագրիչները՝ համավարակից առաջ և հետո հուզական խանգարումները, վարքային խանգարումները, ռիսկային վարքը, ինչպես նաև պատերազմի ազդեցությունը երիտասարդների վրա: Հարցաթերթում ներառված են մի շարք թեստեր, որոնք մշակված են ԱՄՆ-ի բժիշկների կողմից իրականացված հետազոտությունների և եվրոպական ուղեցույցների հիման վրա: Հարցվողների դեպրեսիայի և տագնապայնության աստիճանը գնահատելու համար օգտագործվել է PHQ-9 դեպրեսիայի չափման հարցաթերթը և Ընդհանուր տագնապայնության խանգարման (GAD-7) չափման թեստը, կիրառվել են նաև Ուշադրության պակասի և գերակտիվության ախտանիշների (Adult ADHD Self-Report Scale ASRS-v1.1) չափման սանդղակը և Հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարման (PTSD PCL-C) սանդղակը: Դաշտային աշխատանքներն սկսելուց առաջ իրականացվել է 10 պիլոտային հարցազրույց:

Հարցաթերթիկային հարցման աշխատանքներն իրականացվել են 2020թ. դեկտեմբերի 12-ից 2021 թ. հունվարի 25-ն ընկած ժամանակահատվածում: Հայաստանի Հանրապետության բոլոր մարզերում հարցվել է 1000 16-ից 24 տարեկան երիտասարդ (95% վստահության սահմաններում, 3% սխալի թույլատրելի շեղումով): Տվյալները հավաքագրվել են դեմ առ դեմ

հարցազրույցների միջոցով: Հարցազրույցի համար կիրառվել է հարցաթերթի համակարգչային (ոչ թղթային) տարբերակը: Իրականացված հարցազրույցների որակը ստուգելու նպատակով պատահականության սկզբունքով կատարվել են հետզանգեր հարցվածների 20%-ի հետ: Խնդիրներ բացահայտելու դեպքում, թիմն անմիջապես կապ է հաստատել հարցազրուցավարների հետ: Հետազոտության արդյունքները կշռվել են հիմնվելով հետստրատիֆիկացիոն կշիռների վրա՝ ըստ սեռի, տարիքի և բնակավայրի տիպի:

Հետազոտության մեջ չեն ներառվել Արցախից ժամանակավորապես տեղահանված երիտասարդները: Հատուկ հետաքրքրության խմբերի համար սահմանվել են քվոտաներ (առնվազն 30 ամեն խմբում), ընտրանքի ծավալը հասցնելով 1100-ի: Հատուկ հետաքրքրության խմբեր են սահմանվել՝

- հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդները (33 երիտասարդ),
- ազգային փոքրամասնությունները (34 երիտասարդ),
- մարտական գործողությունների մասնակիցները (2020թ. Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակից) (33 երիտասարդ):

Որակական հետազոտություն

Գրասենյակային հետազոտության նախնական արդյունքների հիման վրա և քանակական տվյալների հավաքագրմանը զուգահեռ կատարվել է շահակից կողմերի քարտեզագրում և հետազոտության որակական փուլի մասնակիցների հարցման ուղեցույցի կազմում: Որակական խորքային հարցազրույցներն իրականացվել են հոգեկան առողջության և երիտասարդների հետ աշխատանքի ոլորտների 15 փորձագետի և կառույցների ներկայացուցիչների հետ: Ստորև ներկայացված է քննարկումների մատրիցան:

Աղյուսակ 1. Խորքային հարցազրույցների մասնակիցների ընտրության սխեմա

Ոլորտ	**Մասնակիցների թիվ**
Երիտասարդական աշխատող	7
Կլինիկական հոգեբան	1
Հոգեբան	5
Հոգեբույժ-հոգեթերապևտ	2

Քանակական և որակական հետազոտությունների տվյալները վերլուծվել են առանձին-առանձին, իսկ վերջում համադրվել են ինչպես մեկը մյուսի, այնպես էլ գրասենյակային հետազոտության հետ՝ ստացված արդյունքները փոխլրացնելու, բացատրելու և մեկնաբանելու համար:

1. ՀՀ-ՈՒՄ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՀՈԳԵԿԱՆ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՔԱՂԱՔԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ

2021թ. փետրվարի դրությամբ, Հայաստանի Հանրապետության որևէ պաշտոնական փաստաթղթում երիտասարդների հոգեկան առողջության վերաբերյալ պետական որևէ քաղաքականություն ձևակերպված չէ: Գոյություն ունի պաշտոնական մի քանի փաստաթուղթ, որոնց միջոցով կարելի է մակերեսային պատկերացում կազմել, թե մինչ այժմ պետությունն ինչ դիրքորոշում է ունեցել երիտասարդների հոգեկան առողջության ոլորտի վերաբերյալ: Դրանցից մեկը 2014թ-ին ընդունված «Հայաստանի Հանրապետության երիտասարդական պետական քաղաքականության հայեցակարգն»[1] է (այսուհետ՝ Հայեցակարգ): Վերջինս երիտասարդների հոգեկան առողջությունը բնորոշում է որպես երիտասարդության առջև ծառացած տարատեսակ խնդիրների հաղթահարման պայմաններից մեկը: Մասնավորապես, Հայեցակարգի «Ներածություն» բաժնում կարելի է կարդալ. «Մեր օրերում Հայաստանի Հանրապետությունում տեղի ունեցող սոցիալ-տնտեսական, քաղաքական գործընթացները լայնածավալ խնդիրներ են առաջադրում երիտասարդությանը, որոնց հաղթահարումը կարող է իրականացնել իր երկրի ապագայով մտահոգված, կրթված, մրցունակ, ֆիզիկապես և հոգեպես առողջ և սոցիալապես պատասխանատու երիտասարդությունը»:

Նշված մեջբերումից բացի, ամբողջ Հայեցակարգում առկա է ևս մեկ նշում հոգեկան առողջության վերաբերյալ: Վերջինս Հայեցակարգի «Երիտասարդների շրջանում առողջ ապրելակերպի խթանում» բաժնում է: Ըստ Հայեցակարգի, առողջ ապրելակերպը խթանում է երիտասարդների ֆիզիկական և հոգեկան առողջությունը: Մասնավորապես. «Պետության և հասարակության ապագան առողջ սերունդն է: Առողջ ապրելակերպը նպաստում է ոչ միայն անհատական ֆիզիկական և հոգեկան առողջության բարելավմանը, այլև ամբողջ հասարակության սոցիալական միաբանության ամրապնդմանն ու բարեկեցությանը»: Ինչ վերաբերում է առողջ ապրելակերպը խթանող գործոններին, ապա, ըստ Հայեցակարգի, դրանցից են ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը, ծխախոտի օգտագործման և թմրամոլության դեմ պայքարը, ինչպես

[1] ՀՀ Կառավարություն. «Հայաստանի Հանրապետության երիտասարդական պետական քաղաքականության հայեցակարգ», 12.25.2014թ.: https://www.arlis.am/DocumentView.aspx?DocID=96116 (Մուտք՝ 02.14.2021թ.)

նաև ապահով սեռական և վերարտադրողական վարքագծի ձևավորումը: Նույն բաժնում Հայեցակարգի հեղինակները կարևորում են վերոհիշյալ գործոնների մասով պետական համալիր ծրագրերի և միջոցառումների իրականացումը: Երիտասարդների հոգեկան առողջությանը վերաբերող վերոհիշյալ երկու հիշատակումից բացի, Հայեցակարգն այս թեմայով որևէ այլ նյութ չի պարունակում:

Հարկ է ավելացնել, որ մինչ Հայեցակարգի ընդունումը, ՀՀ կառավարության կողմից 2012թ. ընդունված «Հայաստանի Հանրապետության երիտասարդական պետական քաղաքականության 2013-2017 թվականների ռազմավարությունը»[2] հոգեկան առողջության մասին մեկ հպանցիկ հիշատակում ունի: Այն ևս վերաբերում է առողջ ապրելակերպի և հոգեկան առողջության կապին: 2017թ.-ին քննարկումների նպատակով շրջանառության մեջ դրված «Հայաստանի Հանրապետության երիտասարդական պետական քաղաքականության 2018-2022 թվականների ռազմավարության»[3] նախագիծը հոգեկան առողջությանը վերաբերող հիշատակում ընդհանրապես չի պարունակում: Նախագծի հեղինակները առաջադրում են միայն երիտասարդներին վերաբերող ընդհանուր առողջապահական խնդիրներ և դրանց հաղթահարման եղանակները:

Հայաստանի Հանրապետությունում հոգեկան առողջության ոլորտը հիմնականում կարգավորվում է 2004թ. ընդունված «Հոգեբուժական օգնության մասին»[4] օրենքով: Օրենքում երիտասարդների հոգեկան առողջությանը վերաբերող առանձին որևէ դրույթ չկա: Բացի օրենքը, 2013-2014թթ. Հայաստանի Հանրապետությունը երկրում հոգեկան առողջության ոլորտը բարելավելու նպատակով ընդունել է երկու հայեցակարգային փաստաթուղթ. «Հայաստանի Հանրապետությունում հոգեկան առողջության պահպանման և բարելավման 2014-2019 թվականների ռազմավարությունը»[5] և «Հոգեկան առողջության

---

[2] ՀՀ Կառավարություն, «Հայաստանի Հանրապետության երիտասարդական պետական քաղաքականության 2013-2017 թվականների ռազմավարությունը», 12.27.2012թ.: https://www.arlis.am/DocumentView.aspx?DocID=80598 (Մուտք՝ 02.14.2021թ.)

[3] ՀՀ Կառավառություն, «Երիտասարդական պետական քաղաքականության 2018-2022 թվականների ռազմավարությանը եվ միջոցառումների ծրագրին հավանություն տալու մասին» Հայաստանի Հանրապետության կառավարության արձանագրային որոշման նախագիծ: 10.19.2017թ.: https://www.e-draft.am/projects/482 (Մուտք՝ 02.14.2021թ.)

[4] ՀՀ օրենքը «Հոգեբուժական օգնության մասին»: 08.30.2004թ.: https://www.arlis.am/documentview.aspx?docid=69113 (Մուտք՝ 02.18.2021թ.)

[5] ՀՀ Կառավարություն, «Հայաստանի Հանրապետությունում հոգեկան առողջության պահպանման և բարելավման 2014-2019 թվականների ռազմավարություն», 04.17.2014թ.: Հասանելի է հետևյալ հղմամբ [http://www.irtek.am/views/act.aspx?aid=75945, 01.19.2021թ.]

խնդիրներ ունեցող անձանց խնամքի և սոցիալական սպասարկման այլընտրանքային ծառայությունների տրամադրման հայեցակարգը»[6]: Եթե առաջին փաստաթղթում հոգեկան առողջության պահպանման և բարելավման համատեքստում երիտասարդների հոգեկան առողջության վերաբերյալ որևէ մասնավորեցում առկա չէ, ապա երկրորդ փաստաթղթում կա միայն մեկ հիշատակում, որով ճանաչվում է Հայաստանում երիտասարդ տարիքի անձանց համար զբաղվածության և վերականգնողական կենտրոնների բացակայության փաստը (մաս IV, հոդված 31, կետ 5):

Որակական հետազոտության տվյալները նույնպես ցույց են տալիս երիտասարդությանն ուղղված քաղաքականության և ռազմավարության բացակայությունը: Հարցված փորձագետների կարծիքով տարբեր հասարակական կազմակերպություններ իրականացնում են ծրագրեր, սակայն, պետական մակարդակով վերջին տարիներին երիտասարդությանն ուղղված քաղաքականության և ռազմավարության մշակման գերակայությունը և նշանակությունը նվազել էր:

Ավելին, 2018թ. հեղափոխությունից հետո պետական երիտասարդական կառույցները կա՛մ վերացվել, կա՛մ կցվել են այլ կառույցների և դադարել են գործել:

> Ես ինքս երիտասարդության քաղաքականության ու ռազմավարության մշակման խմբի անդամ եմ, և գրեթե մեկ տարի է փորձում են մշակել, բայց քանի որ նախարարությունը շատ ավելի կարևորություններ է տալիս այլ ոլորտներին և երիտասարդությունը այլևս առաջնահերթություն չի: Կարող եմ ասել, որ ՀՀ-ում գործում է դեռևս նախորդ տարիների ռազմավարությունը, որը ոչ ամբողջությամբ է գործում: Ռազմավարությունը թողնված է ինքնահոսքի:
>
> *փորձագետ, երիտասարդական աշխատող*

[6] ՀՀ Կառավարություն, «Հոգեկան առողջության խնդիրներ ունեցող անձանց խնամքի և սոցիալական սպասարկման այլընտրանքային ծառայությունների տրամադրման Հայեցակարգ», 05.02.2013թ.: Հասանելի է հետևյալ հղմամբ [http://www.irtek.am/views/act.aspx?aid=70734, 01.19.2021թ.]

Մինչև վերջին մեկ տարին ունեինք, տեղյակ եմ, որ առաջնահերթությունները վերափոխվեցին, որոնց վրա պետք է հիմնված լիներ երիտասարդական քաղաքականությունը, որը հեղափոխությունից հետո հետընթաց ունեցավ... Քաղաքականության մշակումը պետք է վերադառնա սեղանին ու նորից դառնա քննարկման առարկա:

փորձագետ, հոգեբան և երիտասարդական աշխատող

Երիտասարդների հոգեկան առողջության վերաբերյալ քաղաքականության բացակայության միտումները փորձագետները բացատրում են նրանով, որ Հայաստանում երիտասարդների հոգեկան առողջության խնդիրները չեն բարձրաձայնվում, ինչը մի կողմից պայմանավորված է մշակութային/ազգային առանձնահատկություններով, մյուս կողմից՝ տեղեկացվածության ցածր մակարդակով: Մշակութային առանձնահատկությունները և ոչ բավարար գիտելիքներ ունենալը բարենպաստ միջավայր չեն ստեղծում և թույլ չեն տալիս երիտասարդներին հասկանալ և մտածել հոգեկան առողջության մասին, ինչի արդյունքում փաստացի չի ստեղծվում հանրային քննախոսություն (դիսկուրս) պետական և հասարակական կազմակերպությունների շրջանում այդ ուղղությամբ աշխատանքներ իրականացնելու համար:

Մենք ունենք բավականին լղոզված պատկեր, որովհետև նախ մշակութային առաձնահատկություններից ելնելով մենք մի փոքր պատրաստ չենք խոսել մեր խնդիրների մասին: Մենք կրթված չենք նրանում, որ խնդիրներից խոսելը ամոթ բան չէ:

փորձագետ, երիտասարդական աշխատող

Մեր մեջ մտած է, չէ՞, որ չենք գնալու [հոգեբանի մոտ]: Կա էդ ամոթը... տաբուն... գաղտնիքը:

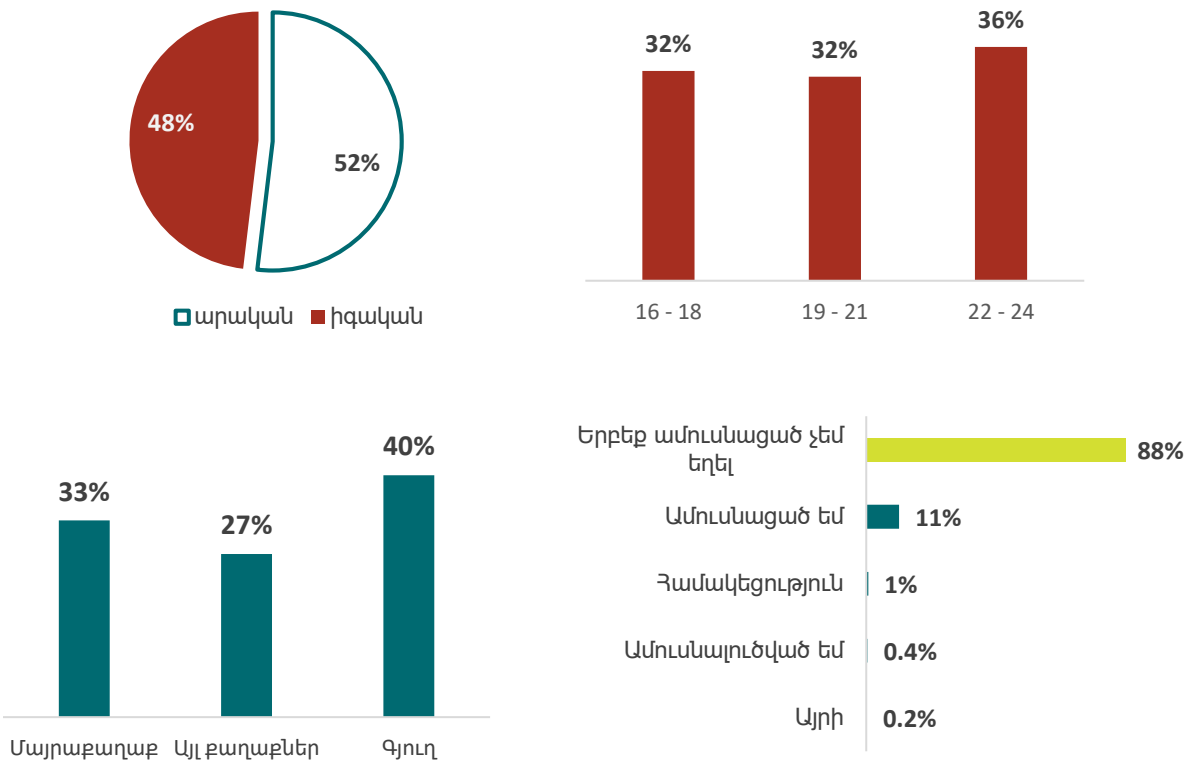
փորձագետ, երիտասարդական աշխատող

Այսպիսով, առանձին վերցրած երիտասարդությանը և հոգեկան առողջությանը վերաբերող հայեցակարգային փաստաթղթերի ուսումնասիրությունը և փորձագիտական հարցազրույցները ցույց են տալիս, որ Հայաստանի Հանրապետությունում երիտասարդների ոչ միայն հոգեկան առողջության, այլև երիտասարդության վերաբերյալ առանձին մշակված պետական ռազմավարություն և օրենք գոյություն չունի:

2. ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՍՈՑԻԱ-ՏՆՏԵՍԱԿԱՆ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ

Հարցվածների (16-24 տարեկան ՀՀ-ում բնակվող երիտասարդներ) 52%-ը կազմել են իգական, 48%-ը՝ արական սեռի երիտասարդներ: Հարցվածների շրջանում 22-24 տարիքային խմբի երիտասարդները կազմել են 36%, 19-21 տարեկանները՝ 32%, 16-18 տարեկաններինը՝ 32%: Հարցվածների թվում Երևանում և գյուղական համայնքներում հարցվածների բաժինը կազմել է 33% և 40%, համապատասխանաբար: Այլ քաղաքային համայնքներից հարցվածների բաժինը կազմել է 27%: Հարցված երիտասարդների ճնշող մեծամասնությունը (88%) երբեք ամուսնացած չի եղել (*Գծապատկեր 2.1*):

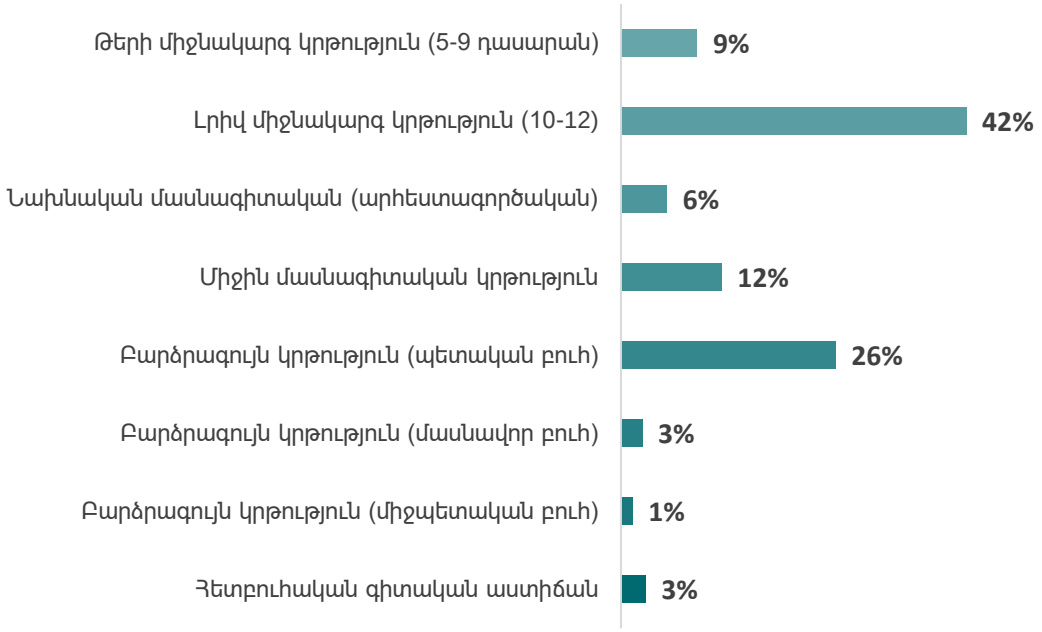
Գծապատկեր 2.1. Հարցվածների սեռը, տարիքը, բնակության վայրը և ընտանեկան կարգավիճակը
n = 1000



Ինչպես երևում է *Գծապատկեր 2.2.-ից,* հարցվածների 42%-ն ունի լրիվ միջնակարգ կրթություն, 33%-ը բարձրագույն կրթություն, որից 26%-ը սովորել կամ սովորում է պետական բուհերում, 3%-ը՝ մասնավոր և 1%-ը՝ միջպետական համաձայնագրով բուհերում, 3%-ն ունի հետբուհական գիտական աստիճան: Մասնագիտական կրթություն ունեցողների բաժինը կազմում է 18%, որից միջին

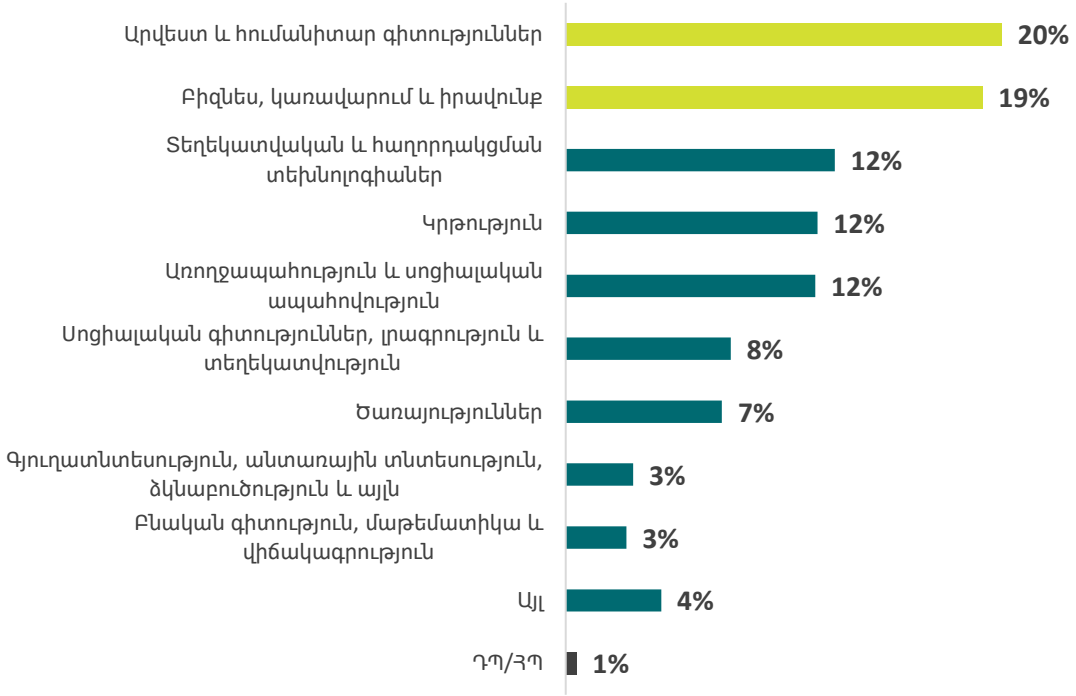
մասնագիտական կրթություն՝ 12%-ը և նախնական մասնագիտական (արհեստագործական)՝ 8%-ը: Ծնողների կրթական աստիճանի վերաբերյալ հարցին երիտասարդների զգալի մասը պատասխանել է, որ իրենց մայրը և հայրը ունեն միջնակարգ կրթություն (համապատասխանաբար 40% և 42%), միջնակարգ տեխնիկական կրթություն՝ 6% և 9%, միջին մասնագիտական կրթություն՝ 19% և 15%, թերի բարձրագույն կրթություն՝ 2% և 3%, բարձրագույն կրթություն՝ 29% և 24%:

Գծապատկեր 2.2. Ո՞րն է Ձեր ներկայիս կրթական մակարդակը:
n = 1000



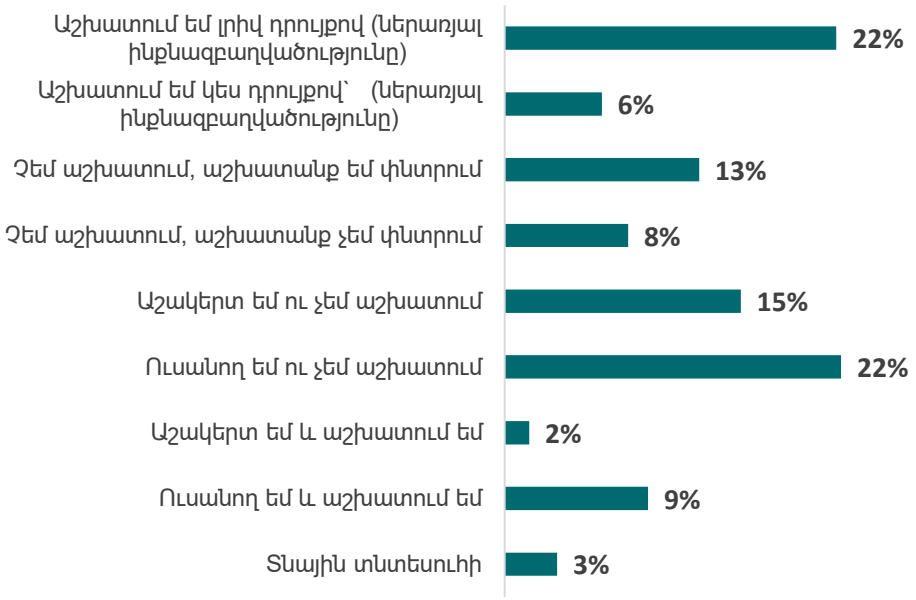
Մասնագիտական կրթություն ունեցող երիտասարդների շրջանում ամենատարածված մասնագիտություններն են արվեստը, հումանիտար գիտությունները (20%) և բիզնեսը, կառավարումն ու իրավունքը (19%): Տեղեկատվական և հաղորդակցման տեխնոլոգիաներ, կրթություն, առողջապահություն և սոցիալական ապահովություն մասնագիտությունների բաժինը կազմում է 12%՝ յուրաքանչյուրը: Բնական գիտություններ, մաթեմատիկա և վիճակագրություն մասնագիտությունների խումբը, ինչպես նաև գյուղատնտեսության ոլորտի մասնագիտությունները շատ քիչ են տարածված երիտասարդների շրջանում՝ ընդամենը 3%՝ յուրաքանչյուրը (*Գծապատկեր 2.3.*):

Գծապատկեր 2.3. Ի՞նչ մասնագիտությամբ եք սովորում/սովորել:
n = 485



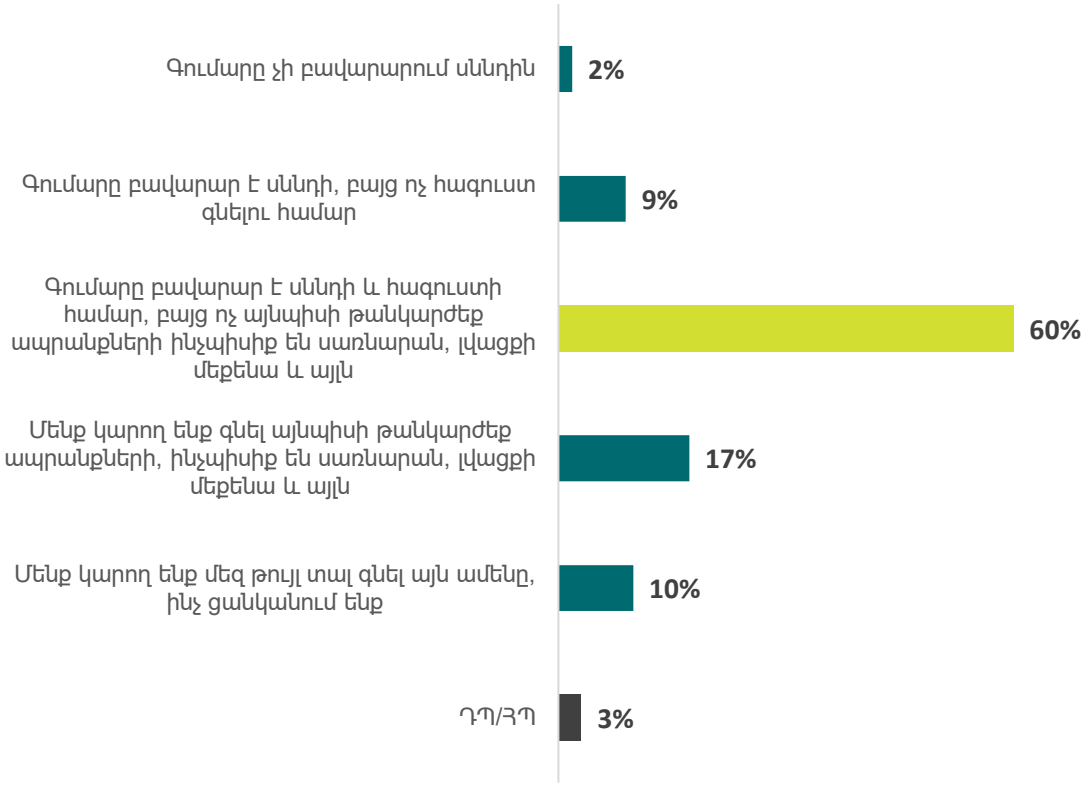
Ըստ *Գծապատկեր 2.4.-ի*, հարցված երիտասարդների 28%-ն աշխատում է, որից 22%-ը լրիվ դրույքով, իսկ 6%-ը՝ կես դրույքով: Հարցվածների 22%-ը ուսանող է և չի աշխատում ու 15%-ը աշակերտ է և չի աշխատում: Աշխատանք չունի հարցվածների 21%-ը, որոնցից 13%-ը աշխատանք է փնտրում, իսկ 8%-ը՝ ոչ: Շատ քիչ բաժին են կազմում աշխատանք ունեցող թե՛ աշակերտները, թե ուսանողները՝ 2% և 9% համապատասխանաբար:

Գծապատկեր 2.4. Ձեր զբաղվածության կարգավիճակը:
n = 1000



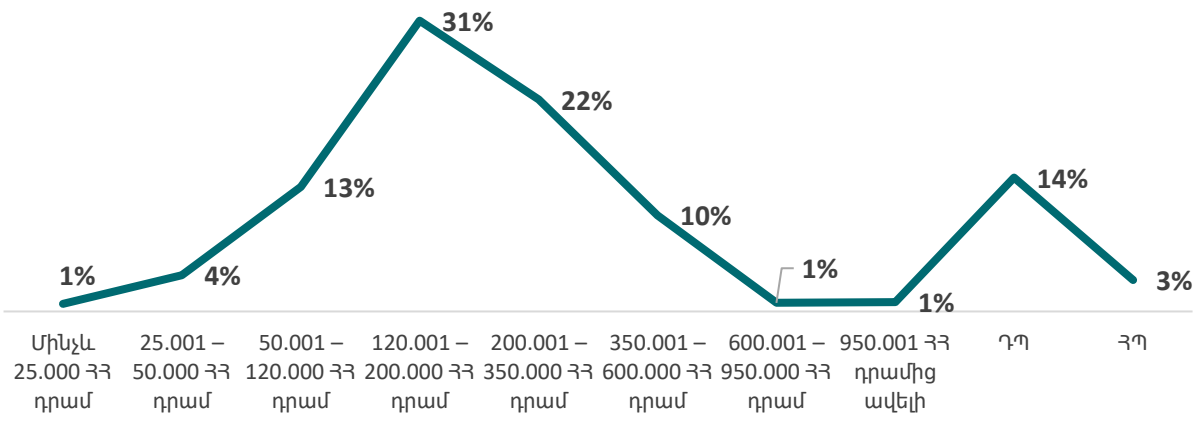
Տնային տնտեսության ֆինանսական վիճակի վերաբերյալ հարցվածների կեսից ավելին (60%) նշել է, որ տնային տնտեսության գումարը հիմնականում բավարար է սննդի ու հագուստի համար, բայց ոչ թանկարժեք ապրանքների համար: Հարցված տնային տնտեսությունների 17%-ը կարող է իրենց թույլ տալ գնել այնպիսի թանկարժեք ապրանքներ, ինչպիսիք են լվացքի մեքենան, սառնարանը և այլն: Հարցվածների միայն 10%-ի համար է գումարը բավարար գնելու այն ամենը, ինչ ցանկանում են (*Գծապատկեր 2.5.)*:

Գծապատկեր 2.5. Այս իրավիճակներից ո՞րն է առավել լավ բնութագրում Ձեր տնային տնտեսության ներկայիս տնտեսական վիճակը:
n = 1000



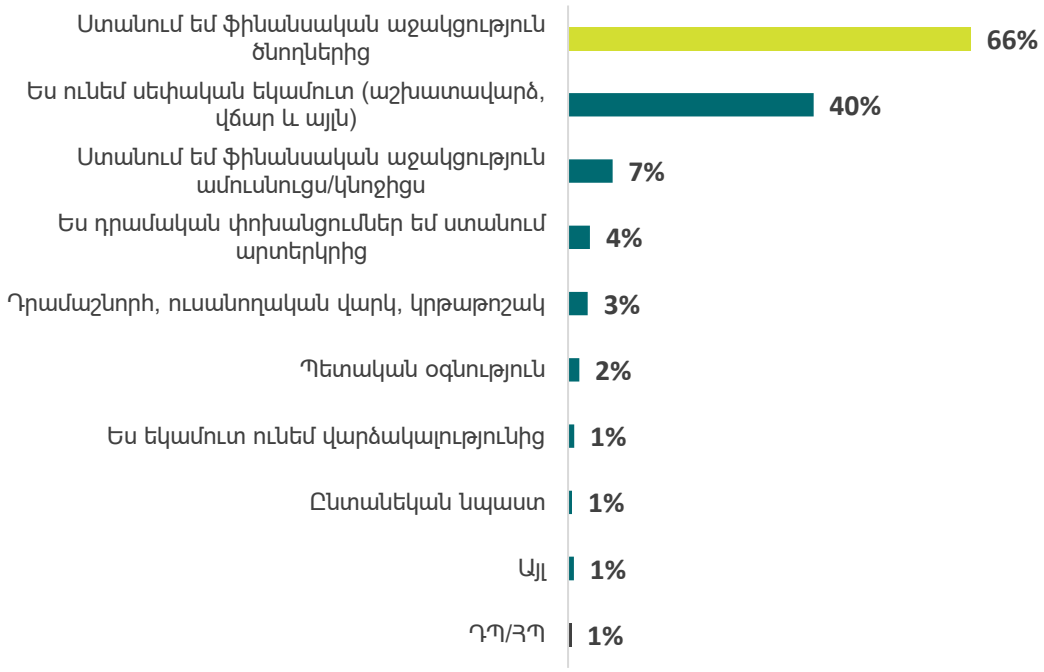
Համաձայն *Գծապատկեր 2.6.-ի,* հարցված երիտասարդների 31%-ի տնային տնտեսությունների միջին ամսական ծախսերը կազմում են 120,001 – 200,000 ՀՀ դրամ, 22%՝ 200,001 – 350,000 ՀՀ դրամ: Երիտասարդների 14%-ը դժվարացել է պատասխանել այս հարցին:

Գծապատկեր 2.6. Միջին հաշվով որքա՞ն են կազմում Ձեր տնային տնտեսության ամսական ծախսերը:
n = 1000



Ըստ *Գծապատկեր 2.7.-ի*, երիտասարդների կեսից ավելին (66%) ստանում է ֆինանսական աջակցություն ծնողներից, իսկ 40%-ն ունի սեփական եկամուտ:

Գծապատկեր 2.7. Հիմնական ֆինանսական աղբյուրներ
n = 1000 *(Բազմակի պատասխաններով հարց)*

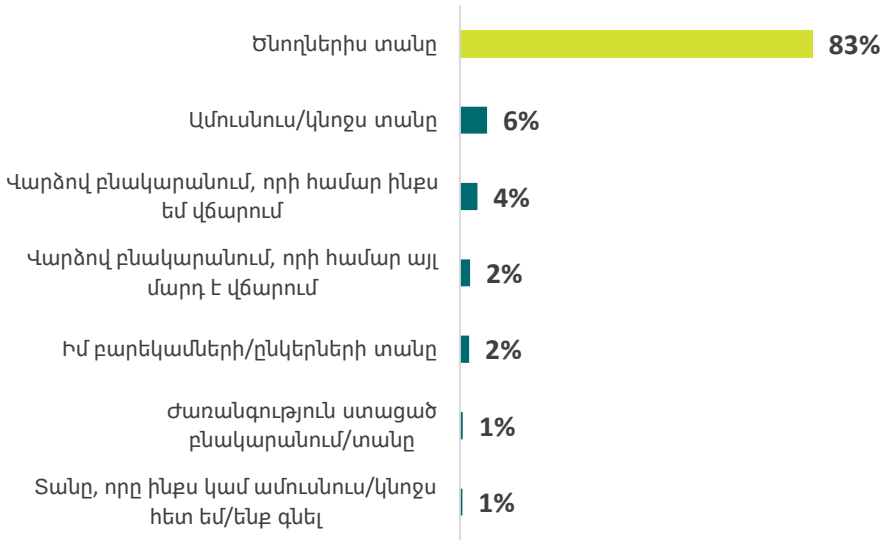


Երիտասարդները միջինում ամսական տրանսպորտի վրա ծախսում են 17,000 ՀՀ դրամ, բջջային կապի և համացանցի վրա՝ 5000 ՀՀ դրամ, ժամանցի վրա՝ 16,000 ՀՀ դրամ, հագուստի և կոշիկի վրա՝ 26,000 ՀՀ դրամ, գրքերի և տպագիր նյութերի վրա՝ 7,000 ՀՀ դրամ, դրսում սնվելու վրա՝ 12,000 ՀՀ դրամ,

ճանապարհորդությունների (արշավների, շրջագայություններ և այլն) վրա՝ 19,000 ՀՀ դրամ, ընթացիկ վարկերի վրա՝ 80,000 ՀՀ դրամ, ծխախոտի վրա՝ 20,000 ՀՀ դրամ, գեղեցկության սրահների վրա՝ 5,000 ՀՀ դրամ[7]: Հարկ է նշել, որ երիտասարդների 64%-ը բացարձակ գումար չի ծախսում գրքերի և տպագիր նյութերի վրա, 78%-ը՝ ճանապարհորդությունների վրա, իսկ 31%-ը՝ ժամանցի (մշակութային միջոցառումներ, ընկերական հավաքներ և այլն) վրա:

Այն հարցին թե որտեղ են ապրում, երիտասարդների 88%-ը պատասխանել է ծնողների տանը: Շատ քիչ է կնոջ/ամուսնու տանը բնակվող հարցվածների բաժինը (8%) (*Գծապատկեր 2.8.*): Երիտասարդների մեծամասնությունը (92%) երեխա չունի: Հարցված երիտասարդների տնային տնտեսության անդամների միջին թիվը 3–6 է: Երիտասարդների կեսից ավելիի (58%) տնային տնտեսություններում չեն ապրում թոշակառուներ: Հարցվածների 15%-ի տնային տնտեսությունում ապրում են հաշմանդամություն ունեցող անձինք:

Գծապատկեր 2.8. Որտե՞ղ եք ապրում:
n=1000



[7] «0 դրամ» պատասխանները ներառված չեն միջինների հաշվարկի մեջ:

3. ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ԿԵՆՍԱԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԵՎ ՆՐԱՆՑ ՈՒՂՂՎԱԾ ԾՐԱԳՐԵՐԸ

Հայաստանյան երիտասարդների առօրյայի առանձնահատկություններից և կենսագործունեությունից խոսելիս անհրաժեշտ է տարանջատել մինչև մեկ տարի առաջվա առօրյան և ներկայիս իրավիճակը: Կորոնավիրուսի համավարակն ու Արցախում ռազմական գործողությունները ազդել են նրանց ներկայիս առօրյայի վրա:

Ըստ փորձագետների, երիտասարդները, մասնակցելով հեղափոխությանը, դիտարկվել են որպես հասարակության շարժիչ ուժ, իսկ հետհեղափոխական շրջանում երիտասարդներն էլ ավելի են ակտիվացել՝ ներգրավվելով տարբեր նախաձեռնություններում և ծրագրերում:

Մեկ այլ հոգեբան-փորձագետի կարծիքով, այսօրվա երիտասարդների առօրյան կարելի է նկարագրել մինչև 25 տարեկան և 25 տարեկանից հետո ընկած ժամանակահատվածներով: Մինչև 25 տարեկաններն ակտիվ են ինչպես մասնագիտական, այնպես էլ՝ աշխատանքային ոլորտներում: Ավելի շատ են աշխատում, ներգրավվում տարբեր ծրագրերում ու կարևորում կամավորական աշխատանքը: 25 տարեկանից բարձրերի մոտ կենսագործունեությունն ուղղված է կայունության ապահովմանը, աշխատանքին: Առօրյան ավելի պասիվանում է, միևնույն ժամանակ չի սահմանափակվում մի գործունեությամբ:

Փորձագետները, որպես երիտասարդների կենսագործունեության առաջնային և տարածված խնդիրներ, նշում են արժեքային, հոգեբանական, հոգևոր, տեղեկատվական գրագիտության, բազային կոմպետենցիաների և ունակությունների (հիշողություն, կենտրոնացում) անկման հետ կապված խնդիրները, որոնք կապված են տեղեկատվական ծանր հոսքերի հետ: Տեղեկատվական հոսքը մեծացել է, սակայն այդ հոսքի հետ աշխատանքի մեթոդները, առաջնահերթություններ սահմանելը, ստացվող տեղեկության ինտեգրացիան մնացել են ցածր մակարդակի վրա:

Հետաքրքրական է նաև, որ ընդհանուր առմամբ, հայաստանյան երիտասարդների առօրյայում և կենսագործունեության մեջ մեծ դեր ունի վիրտուալությունը: Այսօր երիտասարդների հիմնական մասը ակտիվություն է ցուցաբերում (ուսանողական, քաղաքացիական կամ քաղաքական ակտիվություն) վիրտուալ աշխարհում, ինչը մի կողմից ստեղծում է հնարավորություններ, մյուս կողմից՝ խնդիրներ: Ըստ փորձագետների,

հնարավորություններից մեկը տարբեր գործընթացների մասնակցությունն է անկախ գտնվելու վայրից կամ ֆիզիկական հնարավորությունից, իսկ որպես հիմնական խնդիր նշվում է վիրտուալ ակտիվության արդյունքում երիտասարդների օտարումը ոչ վիրտուալ իրականությունից, որը կարող է նպաստել իրականում ավելի պասիվ լինելուն: Վիրտուալության բնորոշումները վառ արտահայտված են նաև քանակական տվյալներում:

Ըստ քանակական տվյալների, հայաստանյան երիտասարդության մեծ մասը՝ 88%-ը, իր ազատ ժամանակը հաճախ նախընտրում է անցկացնել համացանցում, իսկ 10%-ը՝ երբեմն է օգտվում համացանցային միջոցներից: Համաձայն *Գծապատկեր 3.1.-ի,* երիտասարդների 62%-ը հաճախ հանդիպում է ընկերների հետ (27%-ը՝ երբեմն), 59%-ը հաճախ երաժշտություն է ունկնդրում (26%-ը՝ երբեմն), 31%-ը հեռուստացույց է դիտում (33%-ը՝ երբեմն) և 28%-ը ընթերցում է (32%-ը՝ երբեմն): Վիդեո և թվային խաղ խաղում է երիտասարդների 21%-ը (24%՝ երբեմն):

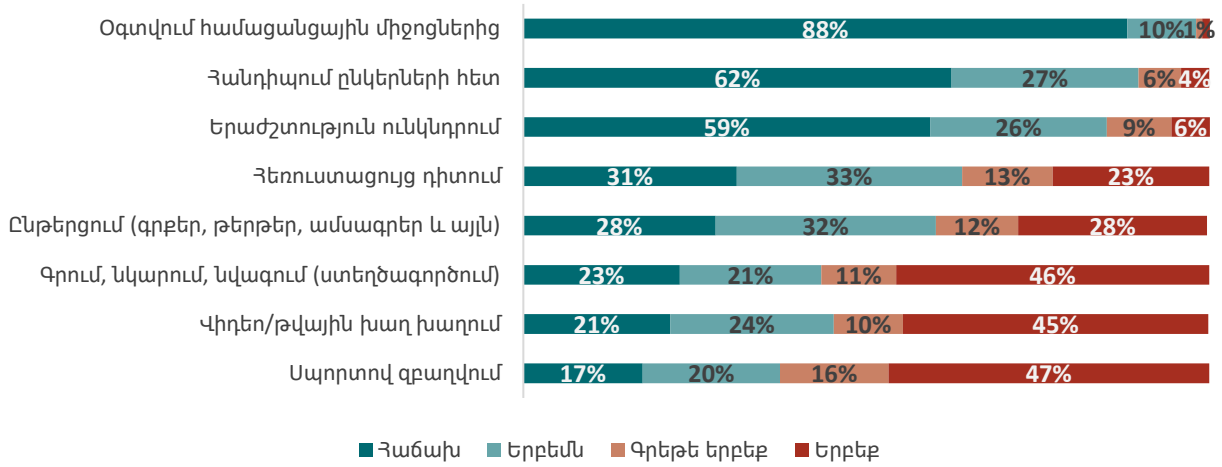
Երիտասարդների գրեթե կեսը (46%) երբեք չի ստեղծագործում և չի զբաղվում սպորտով (47%) (*Գծապատկեր 3.1.*): Ավելին, սպորտով զբաղվում են ավելի շատ 16-18 տարեկան (48%), քան՝ 22-24 տարեկան երիտասարդները (29%)[8]: Առկա է նաև վիճակագրորեն նշանակալի տարբերություն արական և իգական սեռի ներկայացուցիչների միջև. տղաները ավելի հաճախ են զբաղվում սպորտով (23%)՝ ի համեմատ աղջիկների (14%)[9]: Ի տարբերություն սպորտով զբաղվելուն, տղաների 59%-ը նշում է, որ երբեք չի ստեղծագործում (գրում, նկարում, նվագում), իսկ աղջիկների միայն 31%-ն[10] է, որ չի ստեղծագործում: Չեն ստեղծագործում նաև 22-24 տարեկան երիտասարդները. 51%-ը նշում է, որ երբեք չի ստեղծագործում, մինչդեռ 16-18 տարեկան երիտասարդների միայն 36%-ն է, որ չի ստեղծագործում, իսկ 19-21 տարեկանների՝ 39%-ը[11]: Հետաքրքրական է, որ առկա չէ վիճակագրորեն նշանակալի տարբերություն տարբեր կրթական մակարդակ ունեցող երիտասարդների ստեղծագործելու միտումների միջև: Վիդեո և թվային խաղեր ավելի հաճախ խաղում են 16-18 տարեկան երիտասարդները[12], ինչպես նաև արական սեռի ներկայացուցիչները[13]:

---

[8] X^2 (df =4, N= 1000) = 31.025, p=.000
[9] X^2 (df =4, N= 1000) = 14.460, p=.009
[10] X^2 (df =4, N= 1000) = 14.460, p=.009
[11] X^2 (df =8, N= 1000) = 25.072, p=.002
[12] X^2 (df =10, N= 1000) = 38.940, p=.001
[13] X^2 (df =5, N= 1000) = 88.773, p=.000

Գծապատկեր 3.1. Վերջին ամիսներին ի՞նչ հաճախականությամբ եք...

n=1000



Հարցված առանձնահատուկ հետաքրքրության երիտասարդների խմբերը նույնպես նախընտրում են իրենց ազատ ժամանակն անցկացնել համացանցում, ընկերների հետ հանդիպումներով և երաժշտություն ունկնդրելով: Ազգային փոքրամասնությունների շրջանում 91%-ն իր ազատ ժամանակն անցկացնում է համացանցում, 59%-ը՝ երաժշտություն լսում, 53%-ը՝ հանդիպում ընկերների հետ: Ամենաքիչ ժամանակը տրամադրվում է վիդեո/թվային խաղերին և սպորտով զբաղվելուն:

Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակցած հարցվածների շրջանում համացանցից օգտվողների բաժինը կազմում է 73%, ընկերների հետ հանդիպողներինը՝ 70%, երաժշտության ունկնդրողներինը՝ 55%: Այս խմբի երիտասարդները ամենաքիչ ժամանակը հատկացնում են ընթերցանությանը: Ինչպես Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակցած հարցվածները, այնպես էլ հարցված հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների 73%-ը նախընտրում է իր ազատ ժամանակն անցկացնել համացանցում, 70%-ը՝ ընկերների հետ հանդիպելով, 55%-ը՝ երաժշտություն ունկնդրելով: Այս խմբի երիտասարդները ամենաքիչը նախընտրում են ազատ ժամանակն անցկացնել ընթերցանությամբ:

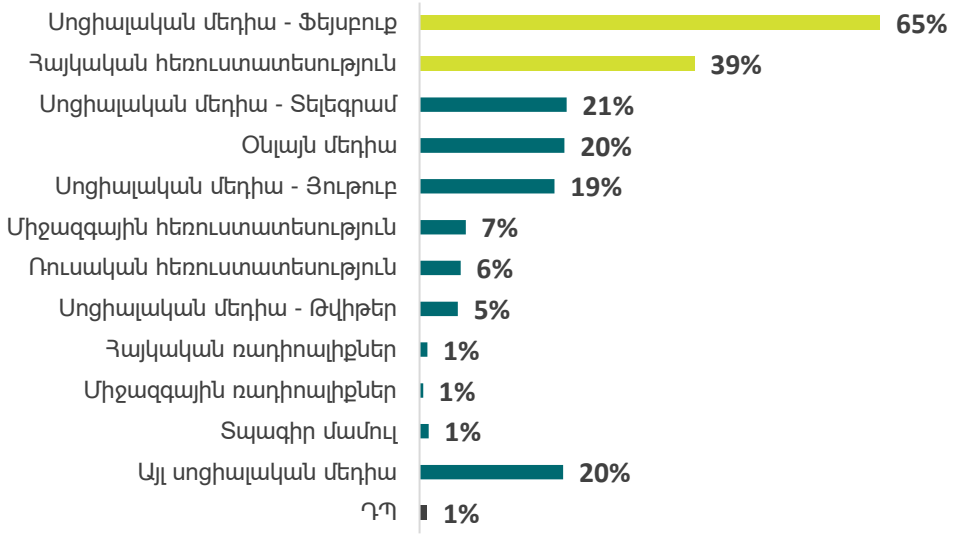
Ըստ *Գծապատկեր 3.2.-ի,* հարցված երիտասարդների տեղեկություն ստանալու հիմնական աղբյուրը սոցիալական մեդիան (65%) և հայկական հեռուստատեսությունն (39%) են: Հարկ է նշել, որ Ֆեյսբուքից ավելի շատ օգտվում են 22-24 տարեկան երիտասարդները[14]: Ի տարբերություն Ֆեյսբուքի, հայկական հեռուստատեսությունն ավելի տարածված է 16-18 տարեկան

[14] X^2 (df =2, N= 1000) = 14.993, p=.001

երիտասարդների շրջանում[15]: Երիտասարդների համար որպես տեղեկատվության աղբյուր գրեթե չեն ծառայում հայկական և միջազգային ռադիոալիքներն ու տպագիր մամուլը (1%):

Գծապատկեր 3.2. Ո՞րն է Ձեզ հետաքրքրող տեղեկատվություն ստանալու հիմնական աղբյուրը:

n=1000 *(Բազմակի պատասխաններով հարց)*



Ամփոփելով երիտասարդների առօրյայի առանձնահատկությունները և խնդիրները՝ հարկ է անդրադառնալ նաև երիտասարդների հետ տարվող աշխատանքներին և երիտասարդների համար իրականացվող ծրագրերին:

Ըստ որակական տվյալների, մինչև 2018 թվականը, երբ դեռևս գործում էր երիտասարդական ռազմավարությունը, պետական ծրագրերն առաջնորդվում էին հինգ հիմնական առաջնահերթություններով. քաղաքացիական և տնտեսական մասնակցություն, առողջ ապրելակերպ, ռազմահայրենասիրական դաստիարակություն և ոչ ֆորմալ կրթություն: Բացի այդ, ծրագրերի մի մասն էլ իրականացվում էր դոնոր համայնքի կողմից՝ դրամաշնորհների միջոցով:

Ներկայումս իրականացվող ծրագրերը կարելի է դասակարգել մի քանի ուղղություններով՝ զբաղվածություն, սոցիալական ձեռնարկատիրություն, մասնագիտական կողմնորոշում, քաղաքացիական և մշակութային մասնակցություն, առողջ ապրելակերպ: Նշվածներից, սակայն, առողջությանը, կանխարգելիչ առողջապահությանը վերաբերող կարևոր խնդիրներին ուշադրություն չի դարձվում, ուղղված ծրագրերը ավելի շատ ձևական, քան պրակտիկ բնույթ են կրում, ինչի հետևանքով նմանատիպ ծրագրերին քիչ ռեսուրս է տրամադրվում:

[15] X^2 (df =2, N= 1000) = 6.302, p=.043

Ֆորմալ կրթական հաստատություններից զատ, փորձագետները առանձնացնում են երիտասարդներին ուղղված ծրագրեր իրականացնող մի քանի տեսակի կազմակերպություններ. հասարակական կազմակերպություններ, քաղաքական կուսակցությունների երիտասարդական խմբեր, եկեղեցի, ոչ ֆորմալ խմբեր/կառույցներ, ուսխորհուրդներ և այլն: Իր հերթին կազմակերպությունների/խմբերի կողմից իրականացվող ծրագրերը ևս առանձնացվում են ըստ տեսակների (միջազգային փոխանակման ծրագրեր, համայնքային մակարդակով կարիքների զարգացման ծրագրեր, մարդու իրավունքներին, էկոլոգիական հարցերին ուղղված ծրագրեր և այլն), որոնք իրականացվում են ակումբների, սեմինարների, ամառային դպրոցների, փոխանակման ծրագրերի ձևաչափով:

Հոգեբանության ոլորտում երիտասարդներին ուղղված աշխատանքը/ծրագրերը բազմաշերտ են: Ըստ որակական հետազոտությամբ հավաքագրված տեղեկատվության, մասնագետները զբաղվում են տարիքային հոգեբանությամբ, երիտասարդների վարքային խնդիրներով: Կան հոգեբանական կենտրոններ, որոնք տրամադրում են անվճար խորհրդատվություն, կազմակերպում խմբային խաղեր, արտ-թերապիա, իրականացնում աշխատանքներ անհատական ֆորմատով՝ մատուցելով մասնագիտացված հոգեբանական, հոգեբուժական ծառայություններ: Հատուկ խմբերի համար կան ծրագրեր, որոնց անհրաժեշտությունն առաջացել է պատերազմի հետևանքով: Դրանք թիրախավորում են զինվորներին, զինակոչիկներին, նրանց ընտանիքներին՝ տրամադրելով հոգեթերապիայի և ախտորոշման ծառայություններ: Իրականացվում են նաև ծրագրեր Արցախից ժամանած երիտասարդների, հաշմանդամություն ունեցող կանանց և աղջիկների համար:

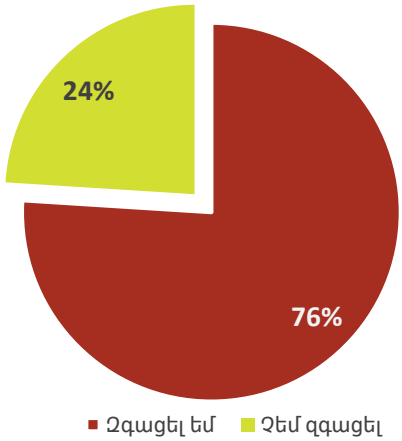
Հաշվի առնելով ներկայացված աշխատանքները և ծրագրերը՝ հարցված փորձագետները միևնույնն է նշում են, որ երիտասարդների հոգեկան առողջության բարելավմանն ուղղված ծրագրերը շարունակում են մնալ սակավաթիվ ու լոկալ:

4. ԿՈՐՈՆԱՎԻՐՈՒՍԻ ՀԱՄԱՎԱՐԱԿԻ ԵՎ ԱՐՑԱԽՈՒՄ ՌԱԶՄԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՎՐԱ

Վերջին 6 ամսվա ընթացքում Հայաստանում երիտասարդների միայն մեկ քառորդը (24%) չի զգացել անհանգստություն, տագնապ կամ

դյուրագրգռվածություն, մինչդեռ զգալի մասը զգացել են դրանք տարբեր աստիճանի՝ շատ հաճախ (24%), հաճախ (29%), հազվադեպ (23%) *(Գծապատկեր 4.1.)*: Ավելին, իգական սեռի երիտասարդները ավելի հաճախ[16] են վերապրել այդ զգացումները (63%), քան արական սեռի ներկայացուցիչները (43%)[17]: Ավելի հաճախ են նման զգացումներ ունեցել նաև բարձրագույն կրթություն ունեցող երիտասարդները (39%)՝ միջնակարգ (26%) և միջին մասնագիտական կրթություն (24%) ունեցողների համեմատ[18]: Հետաքրքրական է, որ առկա չէ վիճակագրորեն նշանակալի տարբերություն ըստ բնակության վայրի և տարիքային խմբի:

Գծապատկեր 4.1. Ընդհանուր առմամբ, վերջին 6 ամսվա ընթացքում զգացել ե՞ք արդյոք, անհանգստություն, տագնապ կամ դյուրագրգռվածություն:
n = 1000



Միևնույն ժամանակ, առանձնահատուկ նշանակության խմբերի հետ իրականացված հարցումները ցույց են տալիս, որ վերջին 6 ամսվա ընթացքում անհանգստություն, տագնապ կամ դյուրագրգռվածություն զգացել են համապատասխանաբար՝ ազգային փոքրամասնությունների 87%-ը, Արցախում ռազմական գործողություններում ներգրավված մասնակիցների 57%-ը և հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների 83%-ը: Այն հարցին, թե վերջին 6 ամսվա ընթացքում որ իրադարձությունն է եղել առավել տագնապային և անհանգստացնող, հարցված ազգային փոքրամասնությունների ներկայացուցիչները, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցները, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդները նշել են Արցախում ռազմական գործողությունները՝ 100%, 88% և 97% համապատասխանաբար: Տվյալները նաև

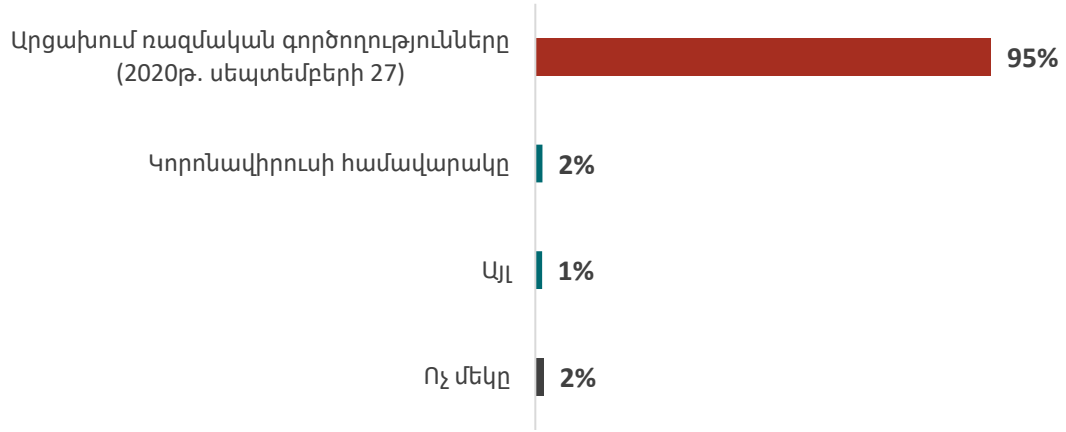
[16] «Շատ հաճախ» և «Հաճախ» պատասխանները միավորված են
[17] X^2 (df =3, N= 1000) = 44.578, p=.000
[18] X^2 (df =9, N= 1000) = 27.069, p=.001

ցույց են տալիս, որ վերջիններիս զգացած անհանգստությունը և տագնապը մեծամասամբ կապված է Արցախում ռազմական գործողությունների հետ. ազգային փոքրամասնություններ՝ 62%, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցներ՝ 47%, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդներ՝ 54%:

Ըստ հարցվածների, վերջին 6 ամսվա ընթացքում ամենատագնապային իրադարձությունը Արցախում ռազմական գործողություններն են եղել (95%) (*Գծապատկեր 4.2.*), որի հետ էլ մեծամասամբ կապված են զգացած անհանգստությունը, տագնապը կամ դյուրագրգռվածությունը: 0-10 բալանոց սանդղակով, որտեղ 0 նշանակում է «ընդհանրապես կապված չէ» և 10՝ «լիովին կապված է» երիտասարդների 69%-ը նշել է, որ վերջին 6 ամսվա ընթացքում իրենց զգացած անհանգստությունը, տագնապը կամ դյուրագրգռվածությունը «շատ կապված է» (9 միավոր) Արցախում ռազմական գործողությունների հետ: Ինչպես երևում է *Գծապատկեր 4.3-ից* զգացած անհանգստությունը, տագնապը և դյուրագրգռվածությունը այդքան էլ կապված չեն Կորոնավիրուսի համավարակի հետ. հարցվածների 23%-ը ընտրել է 5 միավոր, իսկ 18%-ը ասել է, որ ընդհանրապես կապված չէ:

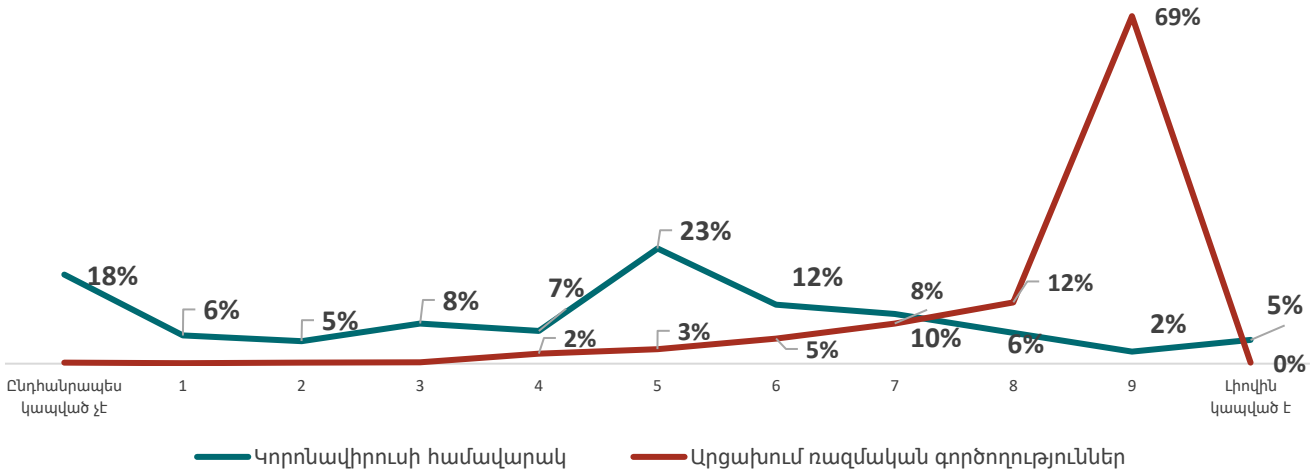
Գծապատկեր 4.2. Վերջին 6 ամսվա ընթացքում, ստորև նշվածներից ո՞րն է Ձեզ համար առավել տագնապային և անհանգստացնող:

n = 1000



Գծապատկեր 4.3. 0-10 բալանոց սանդղակով գնահատեք, խնդրեմ, որքանո՞վ է վերջին 6 ամսվա ընթացքում Ձեր զգացած անհանգստությունը, տագնապը կամ դյուրագրգռվածությունը կապված հետևյալ իրադարձությունների հետ:

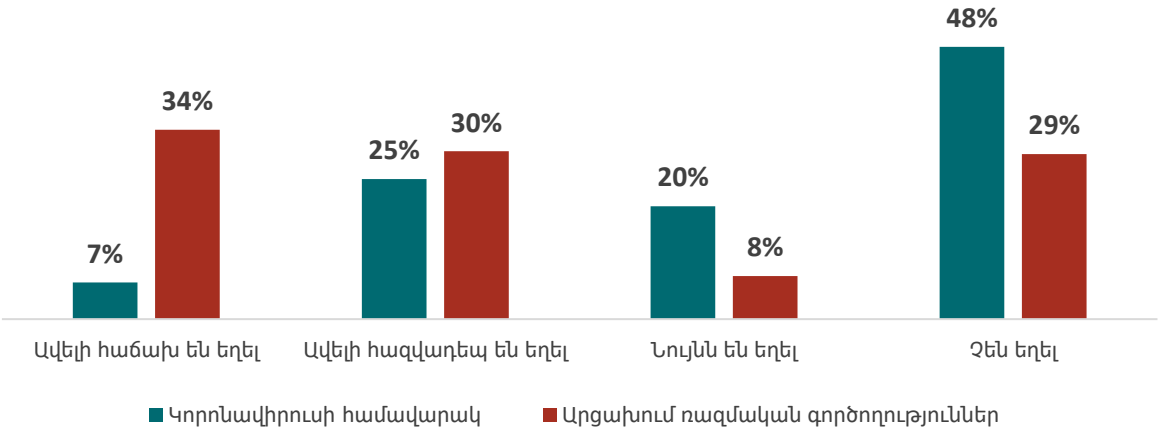
n = 758



Այդուհանդերձ, երիտասարդների գրեթե կեսը (48%) մինչև Կորոնավիրուսի համավարակը չի ունեցել անհանգստություն, տագնապ կամ դյուրագրգռվածություն, իսկ 29%-ը՝ մինչև Արցախում ռազմական գործողությունների սկսվելը (*Գծապատկեր 4.4.*):

Գծապատկեր 4.4. Իսկ մինչև 2020թ. մարտ և սեպտեմբերի 27-ը (Կորոնավիրուսի համավարակը և Արցախում ռազմական գործողությունները) ընկած ժամանակահատվածը Ձեր զգացած անհանգստությունը, տագնապը կամ դյուրագրգռվածությունը վերջին 6 ամսվա ընթացքում Ձեր զգացածի համեմատ...

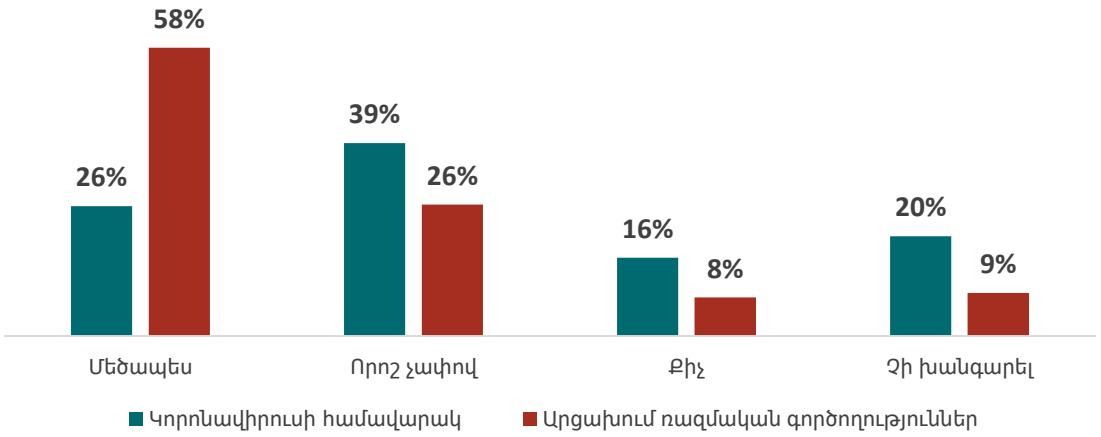
n = 758



Վերջին ժամանակահատվածում տեղի ունեցած իրադարձություններն ազդել են նաև երիտասարդների բնականոն կյանքի և գործունեության վրա: Ինչպես երևում է *Գծապատկեր 4.5.-ից,* երիտասարդների 58%-ը նշել է, որ Արցախում ռազմական գործողությունները մեծապես խանգարել են իրենց բնականոն կյանքին, իսկ 26%-ը նշել է, որ որոշ չափով են խանգարել: Միևնույն

ժամանակ, հարցման մասնակիցներից 26%-ը նշել է, որ Կորոնավիրուսի համավարակը մեծապես խանգարել է իրենց բնականոն կյանքին և գործունեությանը, իսկ 39%-ի դեպքում՝ որոշ չափով է խանգարել: Մասնավորապես, Կորոնավիրուսի համավարակը «մեծապես է խանգարել» պատասխանը ավելի շատ ընտրել են իգական սեռի երիտասարդները (31%) ի համեմատ արական սեռի ներկայացուցիչների (21%)[19], ինչպես նաև բարձրագույն կրթություն ունեցող երիտասարդները (33%) ի համեմատ միջնակարգ կրթություն ունեցող երիտասարդների (22%)[20]:

Գծապատկեր 4.5. Ընդհանուր առմամբ որքանո՞վ է նշված իրադարձությունը խանգարել Ձեր բնականոն կյանքին/գործունեությանը:
n = 1000



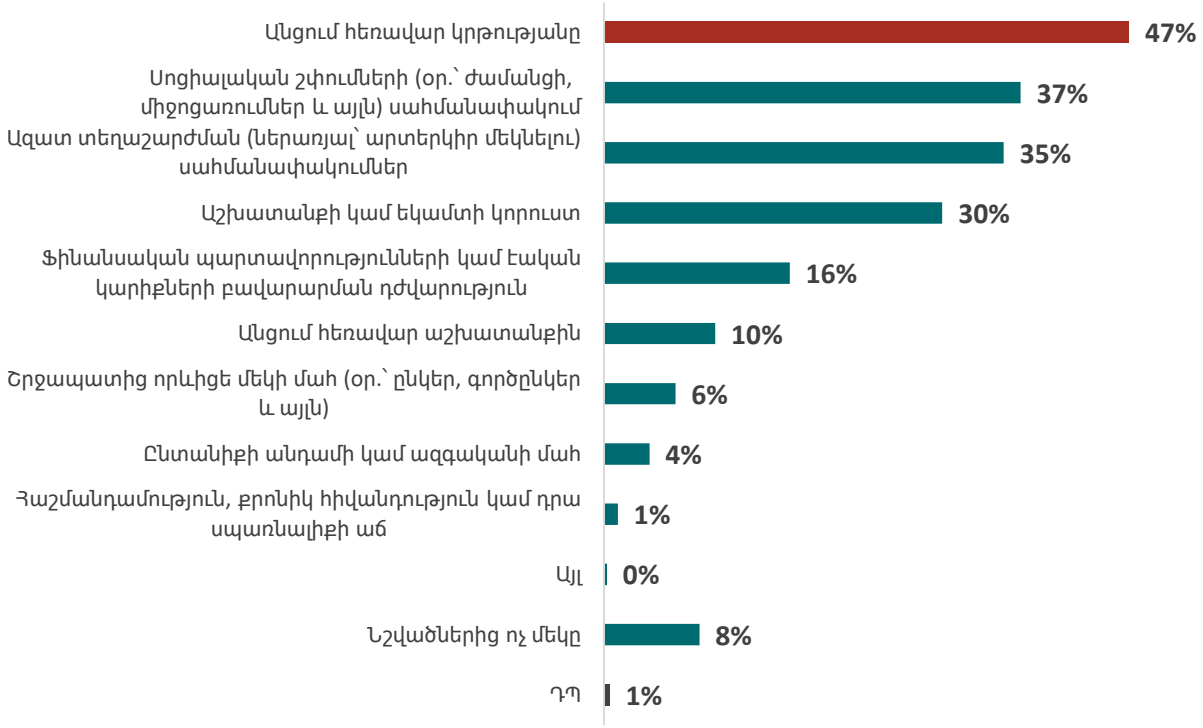
Կորոնավիրուսի համավարակը մեծապես ազդել է երիտասարդների դասերի կազմակերպման մոտեցումների և սոցիալական շփումների վրա: Երիտասարդների 47%-ը որպես ամենամեծ ազդեցություն նշել է անցումը հեռավար կրթությանը, 37%-ը՝ սոցիալական շփումների սահմանափակումը և 35%-ը՝ ազատ տեղաշարժման սահմանափակումները: Հարցվածների 30%-ը նշել է, որ Կորոնավիրուսի համավարակի պատճառով ունեցել է աշխատանքի կամ եկամտի կորուստ (*Գծապատկեր 4.6.*): Աշխատանքի և եկամտի կորուստ ավելի շատ ունեցել են արական սեռի ներկայացուցիչները (34%), իսկ իգական սեռի ներկայացուցիչները՝ 26%[21]: Հետաքրքրական է, որ անցումը հեռավար կրթությանը ավելի շատ անհանգստացրել է իգական սեռի ներկայացուցիչներին (59%), քան՝ արական սեռի ներկայացուցիչների (35%)[22]: Դա նաև ավելի շատ

[19] X^2 (df =3, N= 1000) = 23.574, p=.000
[20] X^2 (df =9, N= 1000) = 30.616, p=.000
[21] X^2 (df =1, N= 1000) = 7.861, p=.005
[22] X^2 (df =1, N= 1000) = 59.613, p=.000

մտահոգել է երևանաբնակ երիտասարդներին (52%), քան գյուղաբնակներին (41%)[23]:

Գծապատկեր 4.6. Ձեր բնականոն կյանքի/գործունեության վրա ամենամեծ ազդեցություն ունեցած ո՞ր հետևանքները կառանձնացնեիք կապված Կորոնավիրուսի համավարակի հետ:

n = 1000 *(Բազմակի պատասխաններով հարց)*



Առկա է վիճակագրորեն նշանակալի կապ սոցիալական շփումների սահմանափակումների ընկալումների միջև ըստ սեռի: Աղջիկների 46%-ը նշել է, որ սոցիալական շփումների սահմանափակումները խանգարել են իրենց բնականոն կյանքին և գործունեությանը, իսկ տղաների միայն 29%-ն է համաձայն դրա հետ[24]: Տեղաշարժման սահմանափակումներն ավելի շատ խանգարել են Երևանում բնակվող (42%), քան՝ այլ քաղաքներում բնակվող երիտասարդներին (27%)[25]:

Առանձնահատուկ հետաքրքրության խմբերի շրջանում Կորոնավիրուսի համավարակը մեծապես ազդել է ազատ տեղաշարժման, սոցիալական շփումների, հեռավար կրթության վրա: Մասնավորապես, ազատ տեղաշարժման տարբերակը ազգային փոքրամասնությունների շրջանում կազմել է 19%, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցների շրջանում՝ 26%,

[23] X^2 (df =2, N= 1000) = 8.358, p=.015
[24] X^2 (df =1, N= 1000) = 28.930, p=.000
[25] X^2 (df =2, N= 1000) = 13.806, p=.001

հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների շրջանում՝ 13%: Սոցիալական շփումների սահմանափակումը նշել են ազգային փոքրամասնությունների, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակած և հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների համապատասխանաբար 13%, 19% և 24%-ը:

Որակական տվյալները նույնպես ցույց են տալիս, որ երիտասարդների շրջանում առօրյայի փոփոխություններից մեկը կապված է Կորոնավիրուսի համավարակից հետո հեռավար կրթության անցնելու հետ: Փորձագետները դա բացատրում են այն հանգամանքով, որ երիտասարդները, մասնավորապես դպրոցականները, կտրվում են իրենց առօրյա զբաղմունքից, դառնում առավել մեկուսացած, շփումներում՝ սահմանափակ և պասիվ, ինչը քչացնում է նաև նոր շփումների հնարավորությունը: Այս ամենի արդյունքում, երիտասարդների շրջանում բարձրանում է հոգեկան առողջության տարաբնույթ խնդիրների առաջացման ռիսկը. այն երիտասարդները, որոնք սոցիալականացման խնդիր չունեն, համավարակից հետո հեշտությամբ կարող են վերադառնալ իրենց «սովորական» կյանքին: Սակայն, այն երիտասարդները, որոնք ունեն սոցիալականացման խնդիրներ, հետադապտացիայի հետ կապված դժվարություններ կունենան դպրոցում:

Ի տարբերություն Կորոնավիրուսի համավարակի ազդեցությանը, ինչպես երևում է *Գծապատկեր 4.7.-ից*, հարցված երիտասարդների կեսից ավելին (68%) որպես Արցախում ռազմական գործողությունների ամենամեծ ազդեցություն նշել է շրջապատից որևէ մեկի մահը, որից 55%-ը՝ ընկերներների, գործընկերների և այլ ծանոթների, իսկ 13%-ը՝ ընտանիքի անդամի կամ ազգականի մահը: Երիտասարդների 10%-ի համար ամենամեծ ազդեցությունը աշխատանքի կամ եկամտի կորուստն է, իսկ 7%-ի համար հաշմանդամության, քրոնիկ հիվանդության սպառնալիքը:

Գծապատկեր 4.7. Ձեր բնականոն կյանքի/գործունեության վրա ամենամեծ ազդեցություն ունեցած ո՞ր հետևանքները կառանձնացնեիք կապված Արցախում ռազմական գործողությունների հետ:

n = 1000 *(Բազմակի պատասխաններով հարց)*

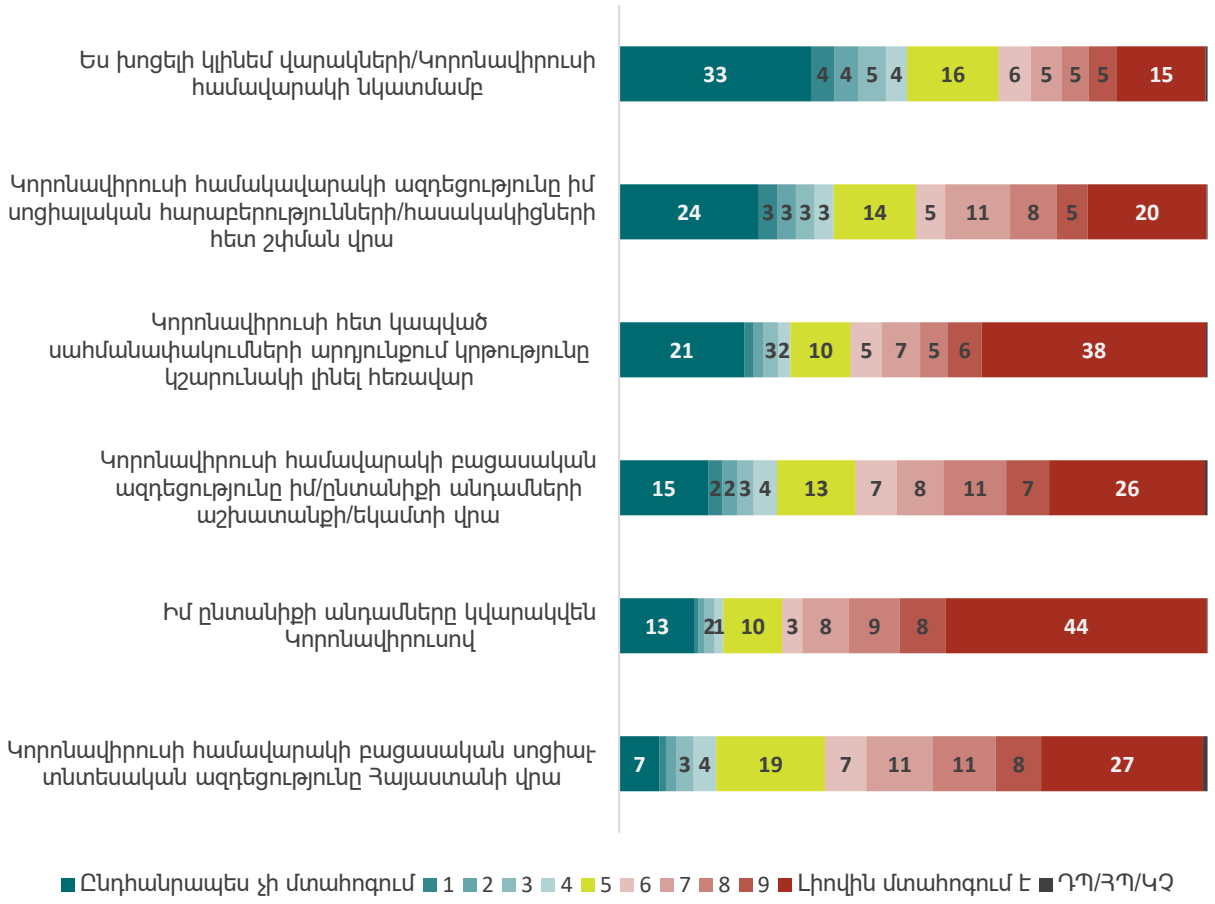
Արցախում ռազմական գործողությունների ազդեցությունը առանձնահատուկ հետաքրքրության խմբերի շրջանում գրեթե նույնն է, ինչ բոլոր երիտասարդների շրջանում: Որպես առաջնային ազդեցություն հիմնականում նշվել է ընտանիքի անդամի, ազգականի կամ շրջապատից որևիցե մեկի մահը: Հարցված ազգային փոքրամասնությունների 13%-ը, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների 6%-ը նշել են ընտանիքի անդամի կամ ազգականի մահը: Արցախում ռազմական գործողությունների հետևանքով շրջապատից որևիցե մեկի մահ ունեցել են ավելի շատ Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցները և հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդները՝ 47% ու 35% համապատասխանաբար: Հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների 6%-ը, ի

տարբերություն մյուս խմբերի, նշել է հաշմանդամության, քրոնիկ հիվանդությունների կամ դրա սպառնալիքի աճը:

Կորոնավիրուսի համավարակի հետ կապված երիտասարդներին առավել շատ մտահոգում է իրենց ընտանիքի անդամների վարակվելը Կորոնավիրուսով (44%՝ «լիովին մտահոգում է»), որին հաջորդում է Կորոնավիրուսով պայմանավորված սահմանափակումների արդյունքում կրթության հեռավար կազմակերպումը (38%՝ «լիովին մտահոգում է»), ինչպես նաև համավարակի բացասական սոցիալ-տնտեսական ազդեցությունը Հայաստանի վրա (27%՝ «լիովին մտահոգում է»): Հարցվածներն ավելի քիչ մտահոգություն ունեն վարակների/Կորոնավիրուսի համավարակի նկատմամբ անձամբ իրենց խոցելի լինելու վերաբերյալ (33%՝ «ընդհանրապես չի մտահոգում») (*Գծապատկեր 4.8.*):

Գծապատկեր 4.8. 0-10 բալանոց սանդղակով, որտեղ 0-ն նշանակում է «Ընդհանրապես չի մտահոգում», իսկ 10-ը «Լիովին մտահոգում է», գնահատեք խնդրեմ, որքա՞ն են Ձեզ մտահոգում... (%)

n = 1000

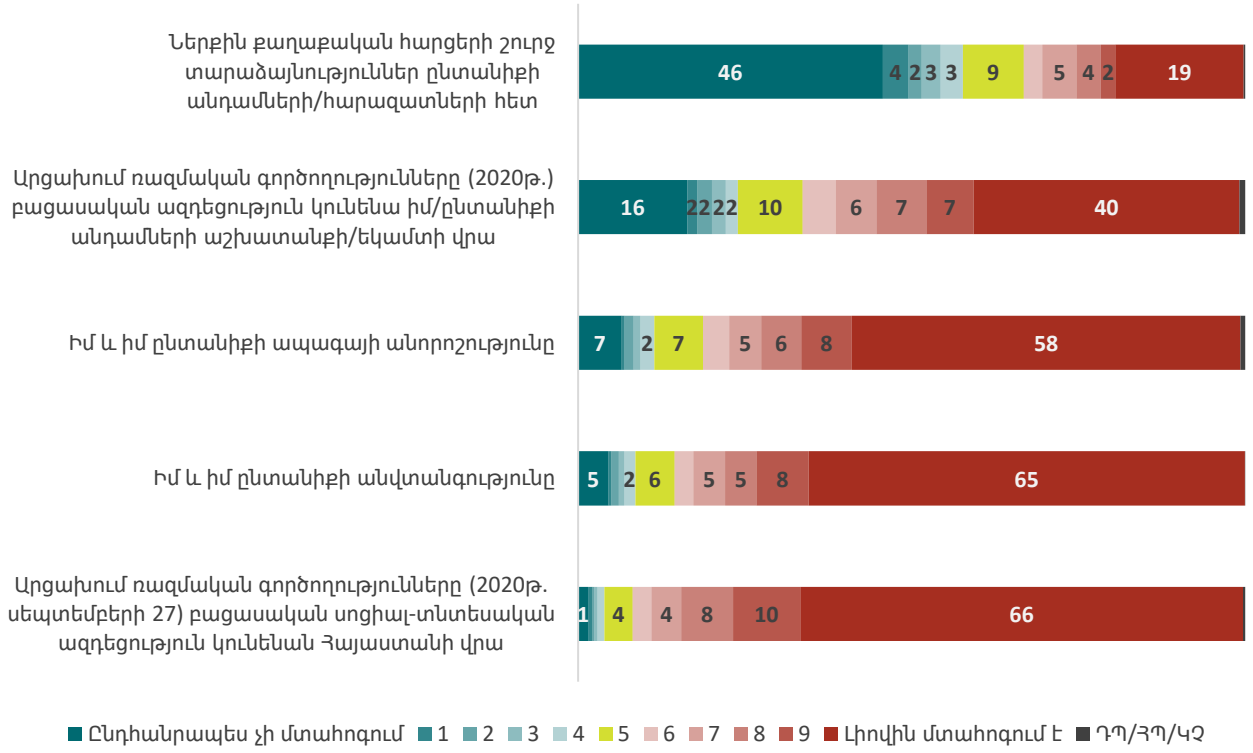


Հարցված առանձնահատուկ հետաքրքրության երիտասարդներին Կորոնավիրուսի համավարակի հետ կապված առավել շատ մտահոգում է Կորոնավիրուսով պայմանավորված սահմանափակումների պատճառով կրթության հեռավար կազմակերպումը, իրենց ընտանիքի անդամների Կորոնավիրուսով վարակվելը: Կորոնավիրուսով պայմանավորված սահմանափակումների պատճառով կրթության հեռավար կազմակերպմամբ հիմնականում մտահոգված են հարցված ազգային փոքրամասնությունները՝ 47% և հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդները՝ 44%: Ընտանիքի անդամների՝ Կորոնավիրուսով վարակվելը մտահոգում է հարցված բոլոր առանձնահատուկ հետաքրքրության խմբերին. ազգային փոքրամասնություններ՝ 50%, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցներ՝ 27%, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդներ՝ 32%: Հարցվածներն առավել քիչ են մտահոգված Կորոնավիրուսի համավարակով պայմանավորված իրենց սոցիալական հարաբերությունների/հասակակիցների հետ շփման վրա ունեցած ազդեցությունով:

Ինչ վերաբերում է 2020թ. սեպտեմբերին Արցախում ռազմական գործողությունների հետևանքներին, ինչպես երևում է *Գծապատկեր 4.9.-ից*, երիտասարդներին ամենաշատը մտահոգում է բացասական սոցիալ-տնտեսական ազդեցությունը Հայաստանի վրա (66%՝ «լիովին մտահոգում է») և իրենց ու իրենց ընտանիքի անվտանգությունը (65%՝ «լիովին մտահոգում է»): Հարցված երիտասարդների համար մտահոգիչ է նաև իրենց ու իրենց ընտանիքի ապագայի անորոշությունը (58%՝ «լիովին մտահոգում է»): Հարցվածներն ամենաքիչը մտահոգված են ընտանիքի անդամների/հարազատների հետ ներքին քաղաքական հարցերի շուրջ տարաձայնություններով (46%՝ «ընդհանրապես չի մտահոգում»):

Գծապատկեր 4.9. 0-10 բալանոց սանդղակով, որտեղ 0-ն նշանակում է «Ընդհանրապես չի մտահոգում», իսկ 10-ը «Լիովին մտահոգում է», գնահատեք խնդրեմ, որքա՞ն են Ձեզ մտահոգում... (%)

n = 1000



2020թ. սեպտեմբերին Արցախում ռազմական գործողությունների հետևանքներից ինչպես երիտասարդների մեծ մասը, այնպես էլ առանձնահատուկ հետաքրքրության երիտասարդները մտահոգված են Հայաստանի վրա Արցախում ռազմական գործողությունների բացասական սոցիալ-տնտեսական ազդեցությամբ, իրենց և իրենց ընտանիքի անվտանգությամբ, իրենց և իրենց ընտանիքի ապագայի անորոշությամբ: Բոլոր խմբերին ամենաքիչը մտահոգում են ներքին քաղաքական հարցերի շուրջ տարաձայնությունները ընտանիքի անդամների/հարազատների հետ:

«Արցախում ռազմական գործողությունների բացասական սոցիալ-տնտեսական ազդեցությունը Հայաստանի վրա» տարբերակը նշել են հարցված ազգային փոքրամասնությունների 60%-ը, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցների և հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների 58%-ը: Իրենց և իրենց ընտանիքի անվտանգությամբ մտահոգված են ազգային փոքրամասնությունների 62%-ը, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցների՝ 55%-ը, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների՝ 50%-ը: Իրենց և իրենց ընտանիքի ապագայի անորոշությամբ մտահոգված են հարցված ազգային փոքրամասնությունների 59%-ը, Արցախում

ռազմական գործողությունների մասնակիցների՝ 49%-ը, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների՝ 38%-ը:

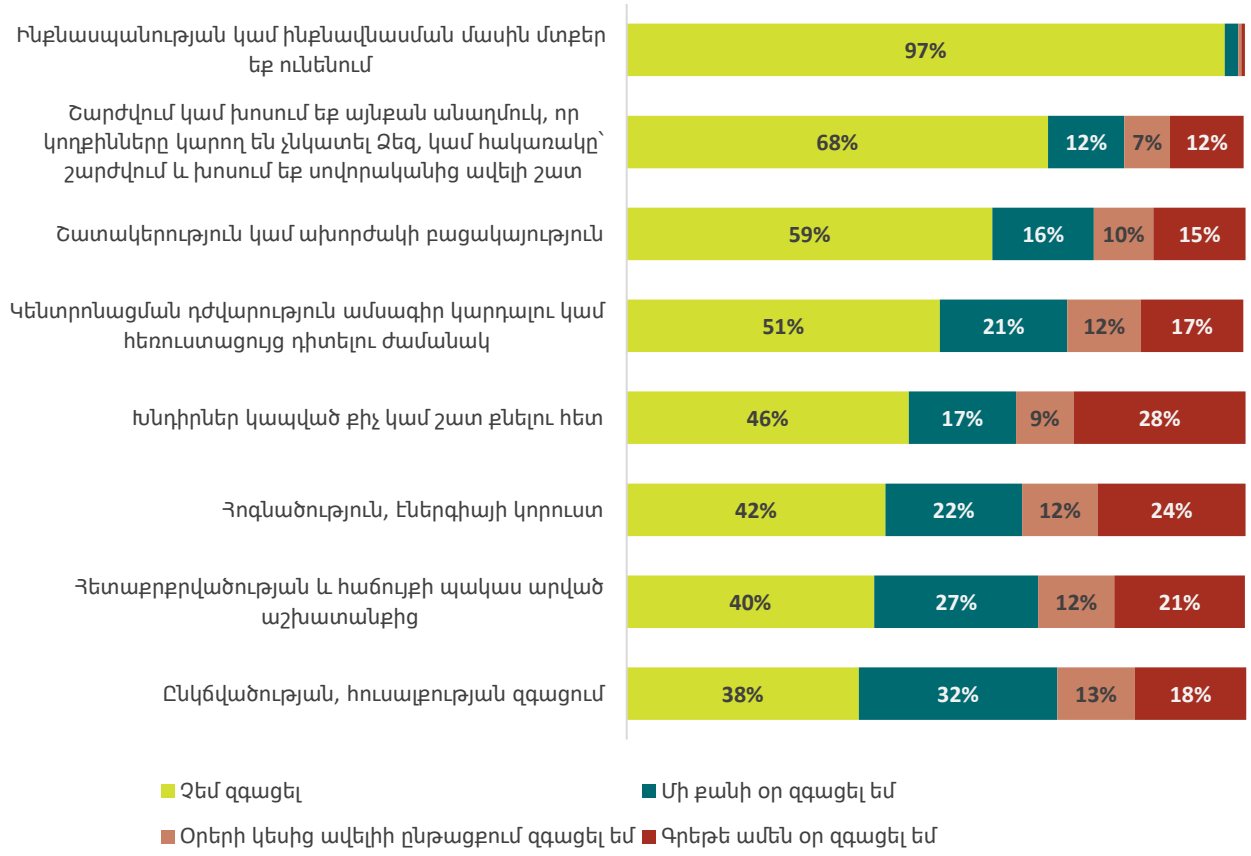
Որակական տեղեկատվությունը, ի հավելումն ներկայացված քանակական տվյալների, ևս ցույց է տալիս, որ Արցախում ռազմական գործողությունները երիտասարդների շրջանում առաջացրել են ապագայի հետ կապված անհանգստություններ, ինչը կարող է առաջ քաշել Հայաստանից հեռանալու ցանկություն:

> Երիտասարդների մեծ մասը, անկախ նրանից հարազատ կորցրել են թե՝ ոչ, նշում են, որ իրենց այստեղ անվտանգ չեն զգում:
> Շատ դեպքերում երեխաներն են եղել ծնողների համար այն կետը, որը թույլ չի տվել նրանց գնալ երկրից, հիմա հակառակն է՝ երիտասարդները իրենց անվտանգ չեն զգում Հայաստանում, իսկ մեծահասակները ցանկանում են մնալ:
>
> *փորձագետ, երիտասարդական աշխատող*

5. ԿՈՐՈՆԱՎԻՐՈՒՍԻ ՀԱՄԱՎԱՐԱԿԻ ԵՎ ԱՐՑԱԽՈՒՄ ՌԱԶՄԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՀԵՏԵՎԱՆՔՈՎ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՀՈՒԶԱԿԱՆ ԵՎ ՎԱՐՔԱՅԻՆ ԽԱՆԳԱՐՈՒՄՆԵՐԸ

Այն հարցին, թե վերջին երկու շաբաթվա ընթացքում որքան հաճախ եք զգացել հետևյալ հուզական և վարքային իրավիճակները, հարցված երիտասարդները ամենից շատ նշել են, որ ունեցել են ընկճվածության և հուսալքության զգացում (62%), որին հաջորդում են հետաքրքրության և հաճույքի պակասը արված աշխատանքից (60%) ու հոգնածությունը, էներգիայի կորուստը (58%) (*Գծապատկեր 5.1.*): Ըստ ստացված տվյալների, աղջիկները (74%) ավելի շատ են զգացել ընկճվածություն և հուսալքություն՝ ի տարբերություն տղաների (52%)[26]: Իգական սեռի ներկայացուցիչները նաև ավելի շատ են ունեցել հետաքրքրության և հաճույքի պակաս արված աշխատանքից՝ համեմատած արական սեռի ներկայացուցիչների հետ (67% և 53% համապատասխանաբար)[27]:

Գծապատկեր 5.1. Հիմա ես կնկարագրեմ մի քանի հուզական և վարքային իրավիճակ: Գնահատեք, խնդրեմ, վերջին ԵՐԿՈՒ ՇԱԲԱԹՎԱ ընթացքում, որքա՞ն հաճախ եք զգացել...
n = 1000



[26] X^2 (df =1, N= 1000) = 57.376, p=.000
[27] X^2 (df =1, N= 1000) = 19.751, p=.000

Ավելին, ինչպես երևում է *Գծապատկեր 5.1.-ից*, երիտասարդների մոտ մեկ երրորդը (28%) գրեթե ամեն օր ունեցել է խնդիրներ կապված քիչ կամ շատ քնելու հետ: Մասնավորապես, քիչ կամ շատ քնելու հետ կապված խնդիրներ գրեթե ամեն օր ավելի շատ ունեցել են Երևանում բնակվող երիտասարդները (36%), քան՝ գյուղաբնակները (23%): Այլ քաղաքներում բնակվողների մեկ քառորդն է (26%) գրեթե ամեն օր զգացել քիչ կամ շատ քնելու հետ կապված խնդիրներ[28]: Հետաքրքրական է, որ առկա չէ վիճակագրորեն նշանակալի տարբերություն տարիքային խմբերի միջև:

Առանձնահատուկ հետաքրքրության խմբերի շրջանում պատկերը գրեթե նույնն է: Սակայն, ազգային փոքրամասնությունների ներկայացուցիչների գրեթե մեկ երրորդը ամեն օր զգացել է կենտրոնացման դժվարություն ամսագիր կարդալու կամ հեռուստացույց դիտելու ժամանակ (30%), ինչպես նաև խնդիրներ կապված քիչ կամ շատ քնելու հետ (27%): Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակցած հարցվածների շրջանում ամենատարածված զգացողություններն էին հոգնածությունը, էներգիայի կորուստը (70%) և քնի հետ կապված խնդիրները (64%): Հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդները գերազանցապես զգացել են հետաքրքրվածության և հաճույքի պակաս արված աշխատանքից (65%), ինչպես նաև հոգնածություն և էներգիայի կորուստ (62%):

Հարկ է նշել, որ երիտասարդների 38%-ի շրջանում չեն նկատվում դեպրեսիայի նախանշաններ, իսկ 27%-ն ունեն թույլ և 21%-ի մոտ չափավոր նախանշաններ: Հարցման մասնակիցների 2%-ի շրջանում արտահայտվում են ծայրահեղ ծանր դեպրեսիայի որոշակի նախանշաններ:

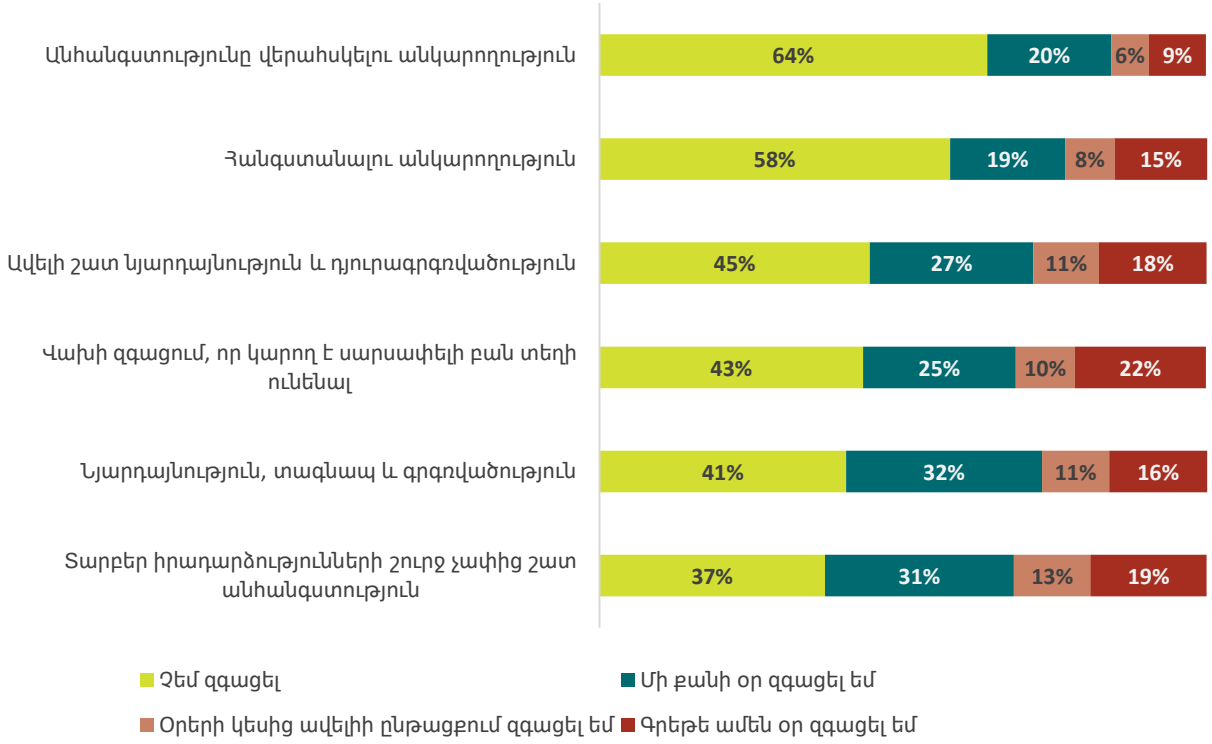
Երիտասարդների շրջանում շատ է եղել նաև տագնապի և անհանգստության զգացումը: Հարցվածների 63%-ը նշել է, որ վերջին 2 շաբաթվա ընթացքում ունեցել է տարբեր իրադարձությունների շուրջ չափից շատ անհանգստություն, որոնցից 19%-ը գրեթե ամեն օր է այն զգացել (*Գծապատկեր 5.2.*): Հետաքրքրական է, որ աղջիկներն ավելի շատ են ունեցել տարբեր իրադարձությունների շուրջ չափից շատ անհանգստություն (68%)՝ ի տարբերություն տղաների (58%)[29]: Հարցման մասնակիցների 22%-ն էլ նշել է, որ գրեթե ամեն օր ունեցել է վախի զգացում, որ կարող է սարսափելի բան տեղի

[28] X^2 (df =6, N= 1000) = 18.563, p=.005
[29] X^2 (df =3, N= 1000) = 13.269, p=.004

ունենալ: Այս զգացումը նույնպես ավելի շատ ունեցել են աղջիկները (70%)[30], քան տղաները (44%)[31]: Այնուամենայնիվ, երիտասարդների կեսից ավելին (64%) նշել է, որ անհանգստությունը վերահսկելու անկարողություն չի զգացել (*Գծապատկեր 5.2.*):

Չնայած վերջին 6 ամսում տեղի ունեցող իրադարձություններին, երիտասարդների 42%-ի շրջանում չեն նկատվում տագնապայնության նշաններ, իսկ 33%-ի մոտ առկա են թույլ նախանշաններ: Հարցվածների միայն 9%-ն ունեն արտահայտված բարձր տագնապայնության նշաններ:

Գծապատկեր 5.2. Վերջին ԵՐԿՈՒ ՇԱԲԱԹՎԱ ընթացքում, որքա՞ն հաճախ եք զգացել...
n = 1000



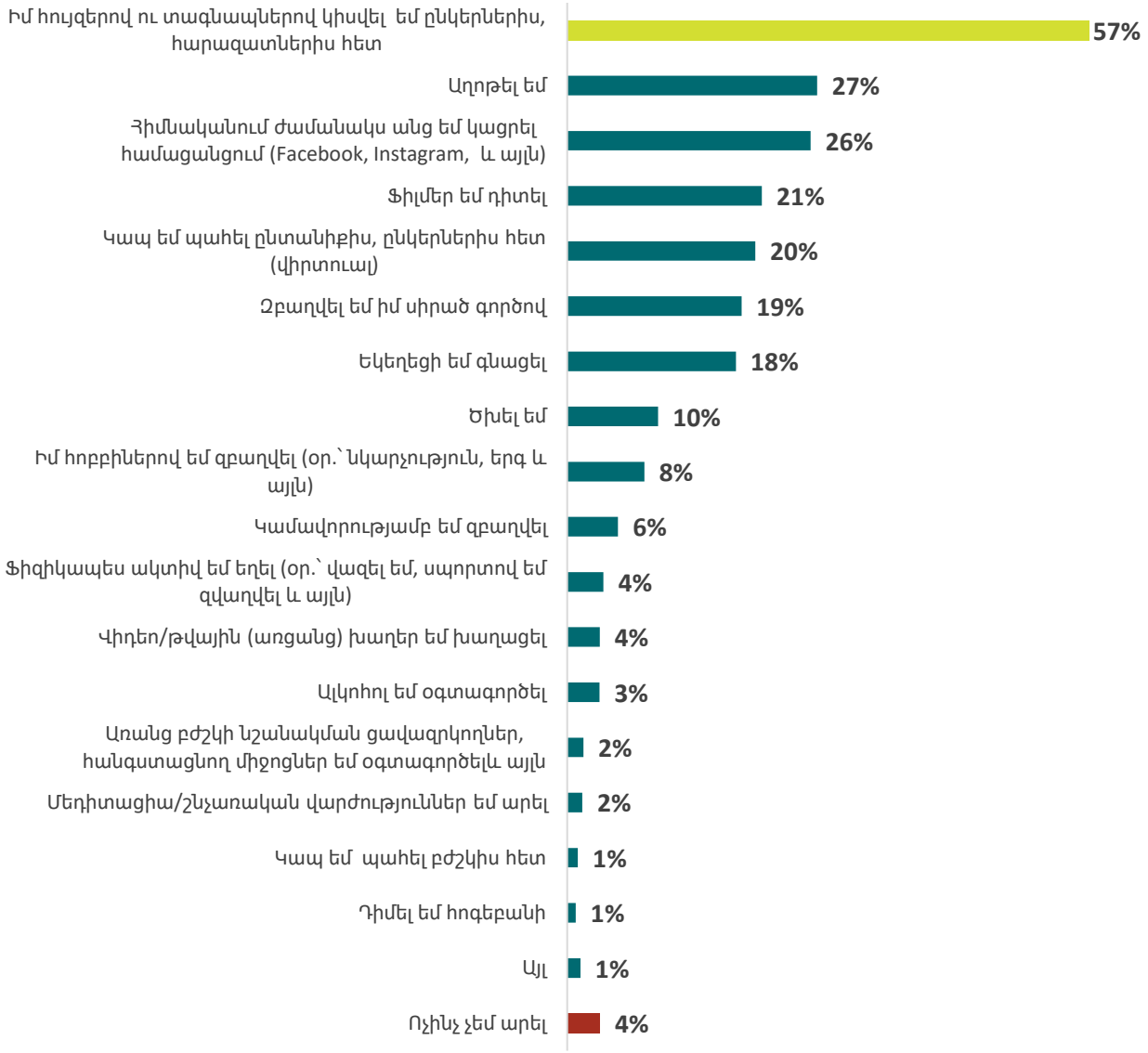
Հարցված երիտասարդների կեսից ավելին (57%) վերջին 6 ամսվա ընթացքում իրենց ունեցած հույզերը, մտահոգությունները և տագնապները կիսել են ընկերների և հարազատների հետ (*Գծապատկեր 5.3.*): Հետաքրքրական է, որ թե՛ տղաները, թե՛ աղջիկներն իրենց հույզերով և տագնապներով հավասարապես կիսվել են ընկերների ու հարազատների հետ: Առկա չէ նաև վիճակագրորեն նշանակալի տարբերություններ տարիքային խմբերի և տարբեր կրթական մակարդակներ ունեցող երիտասարդների միջև: Այնուամենայնիվ, երևանաբնակ երիտասարդներն (51%) ավելի քիչ են կիսել իրենց հույզերն ու տագնապները

[30] Բոլոր միավորված են, բացառությամբ «չեմ զգացել» տարբերակի
[31] X^2 (df =4, N= 1000) = 80.868, p=.000

ընկերների և հարազատների հետ, քան գյուղաբնակ երիտասարդները (64%)[32]: Ընկերների հետ հույզերով ու տագնապներով կիսվելը հանդիսացել է հույզերի և մտահոգությունների հաղթահարման առաջին միջոցը նաև հատուկ հետաքրքրության խմբերի ներկայացուցիների համար (ազգային փոքրամասնությունների ներկայացուցիչներ՝ 49%, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցներ՝ 60%, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդներ՝ 59%):

Գծապատկեր 5.3. Ընդհանուր առմամբ, վերոնշյալ հույզերը և մտահոգությունները կիսելու նպատակով օգտվե՞լ եք որևէ աղբյուրից/միջոցից: Եթե այո, ի՞նչ միջոցներով եք փորձել հաղթահարել այդ հույզերը և մտահոգությունները:

n = 1000 *(Բազմակի պատասխաններով հարց)*



[32] X^2 (df =2, N= 1000) = 12.728, p=.002

Ապրումները հաղթահարելու հաջորդ տարածված միջոցները եղել են աղոթելը (27%) և համացանցում ժամանակ անցկացնելը (26%): Աղոթել են ավելի շատ աղջիկները (35%), քան՝ տղաները (20%)[33]: Համացանցում նույնպես ավելի շատ ժամանակ են անցկացրել աղջիկները (32%), քան տղաները (21%)[34], ինչպես նաև 16-18 տարեկան երիտասարդները (36%) համեմատած այլ տարիքային խմբերի հետ (22%)[35]: Հույզերը և մտահոգությունները հաղթահարելու երկրորդ տարածված միջոցը տարբեր են եղել առանձահատուկ հետաքրքրության երիտասարդների շրջանում: Մասնավորապես, հարցված ազգային փոքրամասնությունների 30%-ը որպես հույզերի և մտահոգությունների հաղթահարման միջոց նշել է աղոթելը, Արցախում ռազմական գործողությունների հարցված մասնակիցների 30%-ը նշել է ծխելը, իսկ սահմանափակ կարողություններով երիտասարդների 31%-ը՝ համացանցում ժամանակ անցկացնելը:

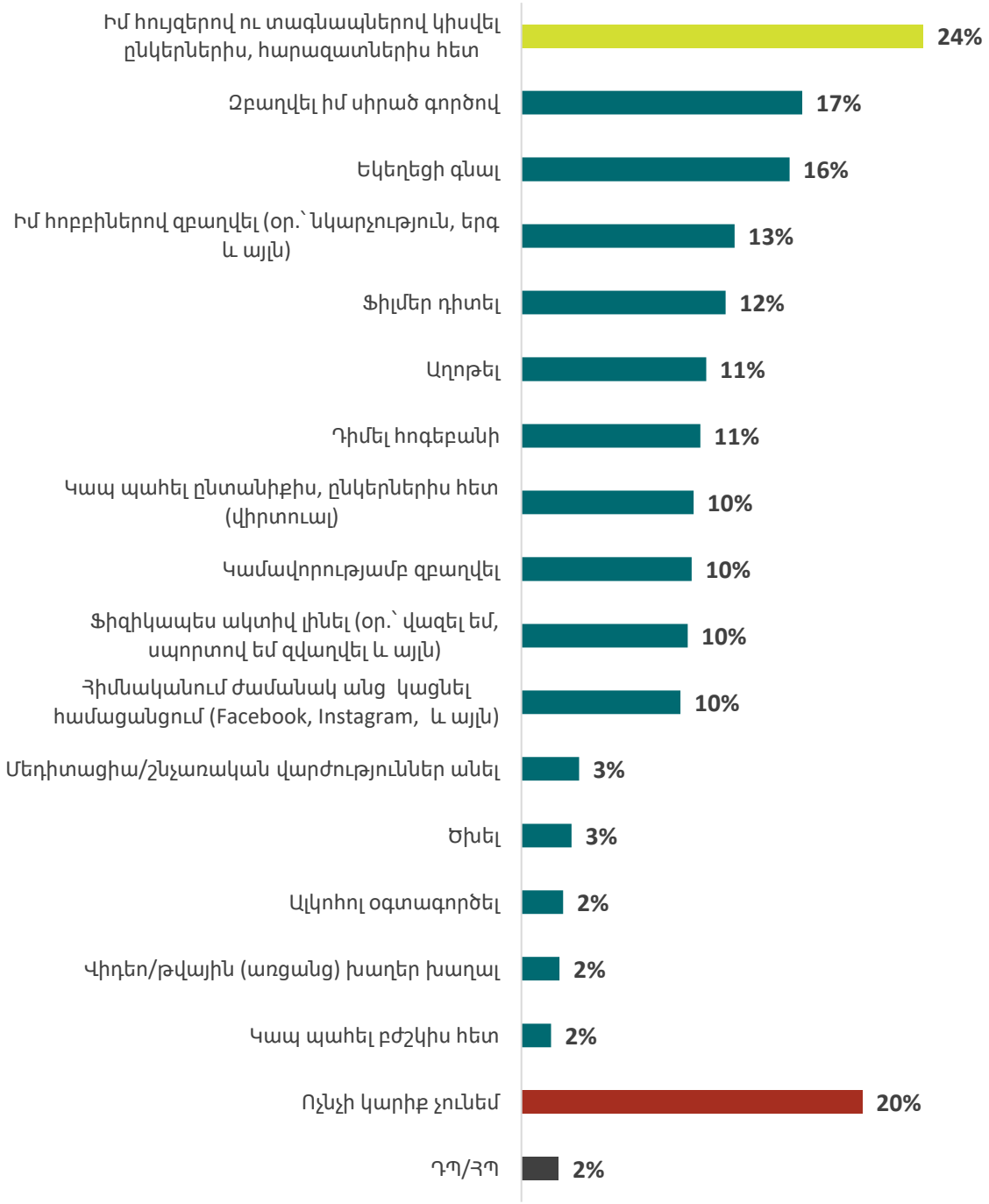
Հայաստանում երիտասարդների շրջանում ֆիզիկական ակտիվությունն այդքան էլ տարածված չէ որպես հույզերի հաղթահարման միջոց. ֆիզիկապես ակտիվ են եղել հարցվածների միայն 4%-ը: Երիտասարդների 4%-ը որևէ բան չի արել հույզերը և մտահոգությունները հաղթահարելու համար և միայն 1% է դիմել հոգեբանի (*Գծապատկեր 5.3.*):

Ինչպես ցույց է տալիս *Գծապատկեր 5.4.-ը,* «Ձեր հույզերը և մտահոգությունները կիսելու նպատակով ո՞ր աղբյուրից/միջոցից կցանկանայիք օգտվել» հարցին երիտասարդների 24%-ը ընտրել է ընկերների և հարազատների հետ հույզերով և տագնապներով կիսվելու տարբերակը: Այդ տարբերակը գերակշռել է նաև Արցախում ռազմական գործողությունների հարցված մասնակիցների և հաշմանդամություն ունեցող հարցված երիտասարդների շրջանում՝ 30% և 17% համախատասխանաբար: Երկրորդ և երրորդ տեղում են «զբաղվել իմ սիրած գործով» և «եկեղեցի գնալ» տարբերակները, համապատասխանաբար՝ 17% և 16%: Ի տարբերություն հույզերի և մտահոգությունների հաղթահարմանն ուղղված փաստացի իրականացված միջոցների, երիտասարդների 13%-ը կցանկանար զբաղվել իր հոբբիներով, 11%-ը՝ դիմել հոգեբանի, իսկ 10%-ը՝ ֆիզիկապես ակտիվ լինել: Հոգեբանի դիմելու ավելի մեծ ցանկություն ունեն իգական սեռի ներկայացուցիչները (16%), իսկ

[33] X^2 (df =1, N= 1000) = 26.344, p=.000
[34] X^2 (df =1, N= 1000) = 12.560, p=.000
[35] X^2 (df =2, N= 1000) = 17.803, p=.000

արական սեռի ներկայացուցիչների միայն 6% է ցանկանում դիմել հոգեբանի[36]: Հարցված երիտասարդների 20%-ը նշել է, որ ոչնչի կարիք չունի: Ոչնչի կարիք չունեն նաև ազգային փոքրամասնությունների հարցված ներկայացուցիչների 24%-ը և սահմանափակ կարողություններով հարցված երիտասարդների 21%-ը:

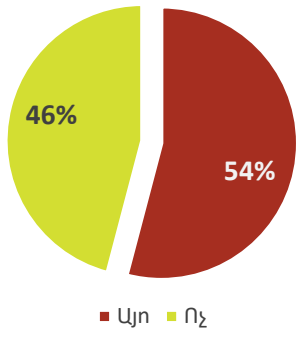
Գծապատկեր 5.4. Ձեր հույզերը և մտահոգությունները կիսելու նպատակով ո՞ր աղբյուրից/միջոցից կցանկանայիք օգտվել:
n = 1000 *(Բազմակի պատասխաններով հարց)*



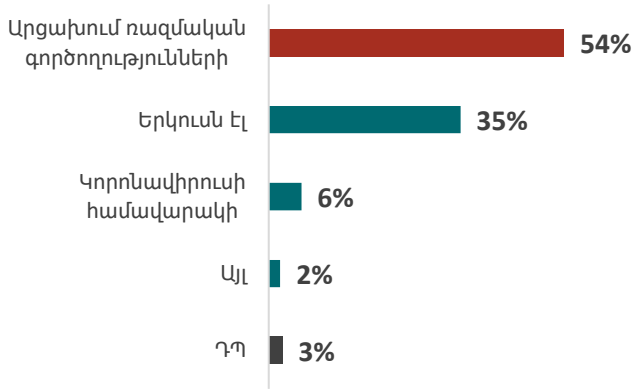
[36] X^2 (df =2, N= 1000) = 17.803, p=.000

Վերջին 6 ամսվա ընթացքում տեղի ունեցող իրադարձություններն ազդել են ոչ միայն երիտասարդների բնականոն կյանքի և գործունեության վրա, այլև առաջացրել են աշխատանքի և ուսման վրա կենտրոնանալու, առաջադրանքները ժամանակին իրականացնելու և նմանատիպ այլ խնդիրներ: Հարցված երիտասարդների 54%-ն ունեցել է նմանատիպ խնդիրներ (*Գծապատկեր 5.5.*), և ինչպես երևում է *Գծապատկեր 5.6.-ից* հիմնական պատճառը եղել են Արցախում ռազմական գործողությունները (54%), մեկ երրորդի մոտ թե՛ Կորոնավիրուսի համավարակը, թե՛ Արցախում ռազմական գործողությունները (35%): Հետաքրքրական է, որ աշխատանքի վրա կենտրոնանալու, առաջադրանքները ժամանակին իրականացնելու և նմանատիպ այլ խնդիրներ ավելի շատ ունեցել են բարձրագույն կրթություն ունեցող երիտասարդները (66%)՝ ի համեմատ միջնակարգ կրթություն ունեցողների (48%)[37], ինչպես նաև մարզաբնակները (քաղաքաբնակներ՝ 53%, գյուղաբնակներ՝ 47%)՝ ի տարբերություն երևանաբնակ երիտասարդների (39%)[38]:

Գծապատկեր 5.5. Արդյո՞ք վերջին 6 ամսվա ընթացքում ունեցել եք աշխատանքի/ուսման վրա կենտրոնանալու, առաջադրանքները ժամանակին իրականացնելու և նմանատիպ այլ խնդիրներ:
n = 1000



Գծապատկեր 5.6. Եթե այո, ապա ինչի՞ հետ էր այն կապված:
n = 541



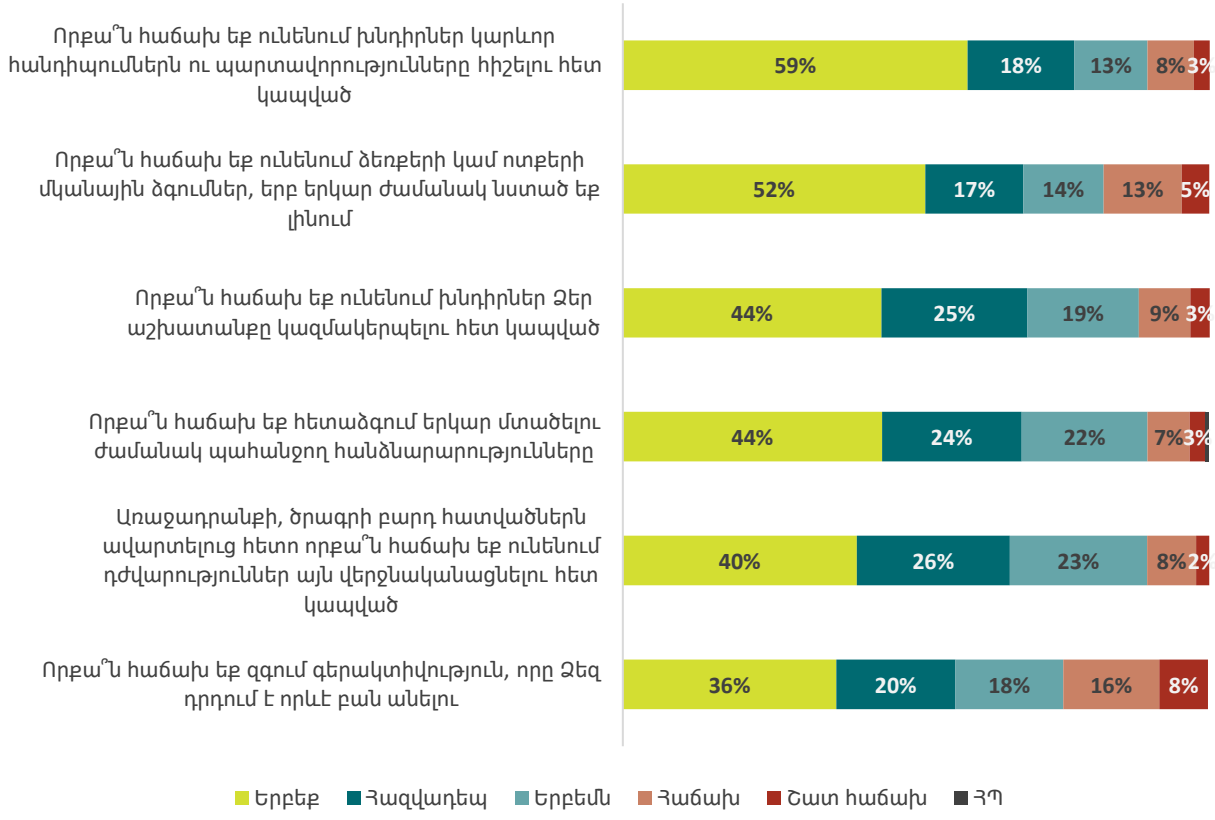
Վերջին 6 ամսվա ընթացքում տեղի ունեցող իրադարձությունների (Կորոնավիրուսի համավարակ, Արցախում ռազմական գործողություններ) հետ կապված երիտասարդներն ունեցել են վարքագծի և զգացողությունների փոփոխություն: Հարցված երիտասարդների շրջանում առավել շատ դրսևորվել է

[37] X^2 (df =3, N= 1000) = 27.004, p=.000
[38] X^2 (df =2, N= 1000) = 10.688, p=.005

գերակտիվություն (42%), ինչպես նաև առաջադրանքի/հանձնարարության բարդ հատվածն ավարտելուց հետո այն վերջնականացնելու հետ կապված խնդիրներ (33%): Երիտասարդների կեսից ավելին (59%) նշել է, որ երբեք չի ունեցել խնդիրներ, որոնք կապված են կարևոր հանդիպումներն ու պարտավորությունները հիշելու հետ (*Գծապատկեր 5.7*): Հարկ է նշել, որ երիտասարդների միայն 10%-ի շրջանում են նկատվում նշաններ, որոնք մոտ են վարքային խանգարումներին կամ կապված են ուշադրության պակասի և գերակտիվության հետ և ունեն հետագա ուսումնասիրության կարիք:

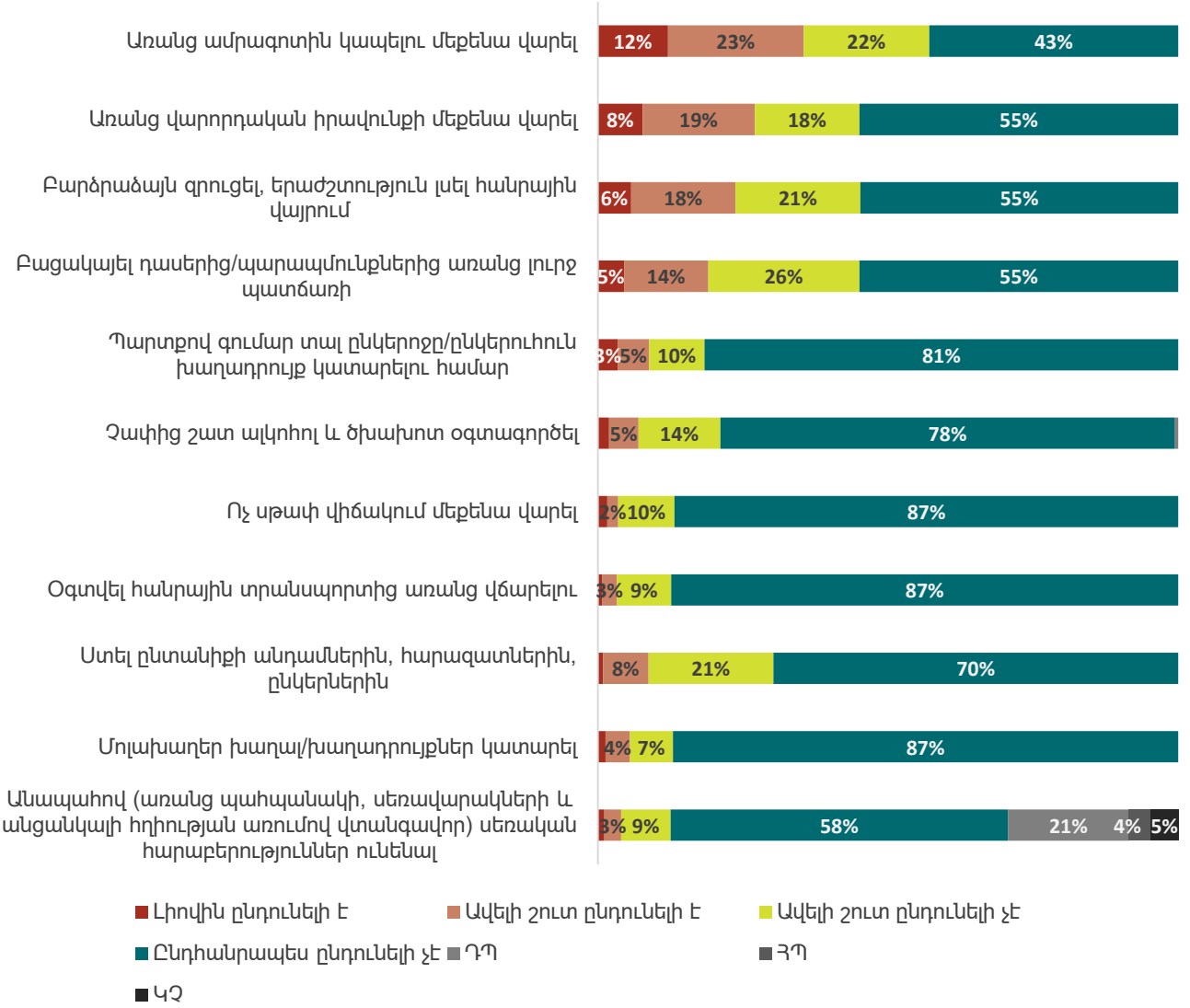
Գծապատկեր 5.7. Որքանո՞վ են նշվածները լավագույնս նկարագրում վերջին 6 ամսվա ընթացքում Ձեր վարքագիծն ու զգացողությունները՝ կապված տեղի ունեցած/ող իրադարձությունների (Կորոնավիրուսի համավարակ, Արցախում ռազմական գործողությունները) հետ:

n = 1000



Հարցված երիտասարդների մեծամասնության համար ոչ սթափ վիճակում մեքենա վարելը (87%), հանրային տրանսպորտից առանց վճարելու օգտվելը (87%), մոլախաղեր խաղալը և խաղադրույքներ կատարելը (87%) համարվում են ընդհանրապես անընդունելի վարքային նմուշներ: Համաձայն *Գծապատկեր 5.8.-ի* առավել ընդունված վարքային նմուշներ են հանդիսանում առանց ամրագոտին կապելու մեքենա վարելը (35%), առանց վարորդական իրավունքի մեքենա վարելը (27%), ինչպես նաև հանրային վայրում բարձրաձայն զրուցելն ու երաժշտություն լսելը (24%): Երիտասարդների 19%-ն առանց լուրջ պատճառի դասերից և պարապմունքներից բացակայելը համարում է ընդունելի վարքային նմուշ:

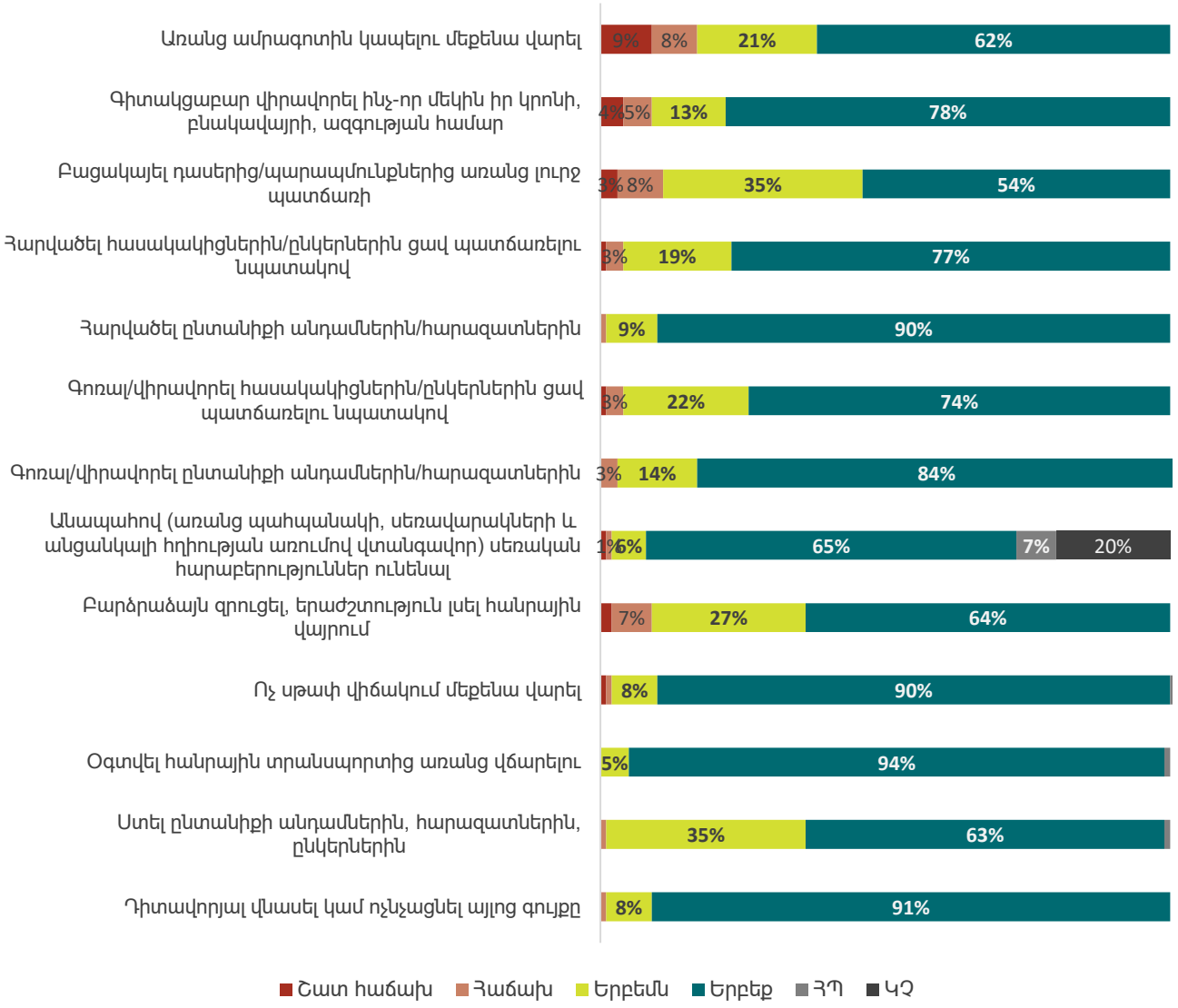
Գծապատկեր 5.8. Որքանո՞վ են Ձեզ համար ընդունելի նշված վարքային նմուշները:
n = 1000



Այն հարցին, թե որքան հաճախ են անձամբ իրենք իրականացրել վերոնշյալ գործողությունները, երիտասարդների 62%-ը նշել է, որ երբեք չի վարել մեքենա առանց ամրագոտին կապելու, 21%-ը նշել է, որ «երբեմն» առանց ամրագոտին կապելու է վարել մեքենա, 17%-ը՝ «շատ հաճախ» կամ «հաճախ» է առանց ամրագոտին կապելու վարել մեքենա: Հարցվածների 94%-ը նշել է, որ երբեք չի օգտվել հանրային տրանսպորտից առանց վճարելու: Հետաքրքրական է նաև, որ հարցված երիտասարդների 35%-ը «երբեմն» բացակայել է դասերից և ստել ընտանիքի անդամներին, հարազատներին, ընկերներին: Որոշ երիտասարդների շրջանում եղել են նաև բռնության դրսևորումներ. մասնավորապես, հարցվածների 22%-ը գոռացել/վիրավորել է, իսկ 19%-ը հարվածել է հասակակիցներին և ընկերներին ցավ պատճառելու նպատակով (*Գծապատկեր 5.9.*):

Գծապատկեր 5.9. Որքա՞ն հաճախ եք անձամբ Դուք իրականացրել հետևյալ գործողությունները:

n = 1000



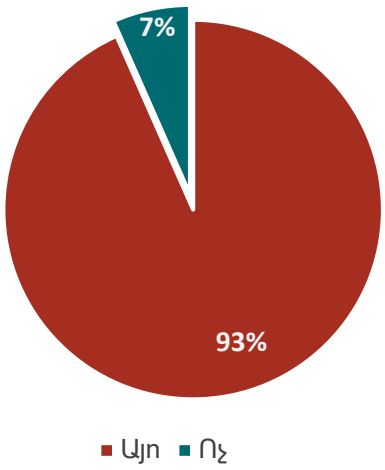
Փորձագիտական հարցազրույցների տվյալները ևս ցույց են տալիս, որ թե՛ Կորոնավիրուսի համավարակը, թե՛ Արցախում ռազմական գործողությունները կրկնակի ազդեցություն են ունեցել երիտասարդների հոգեկան առողջության վրա: Այս ճգնաժամային համատեքստում բարձրացել է տագնապի, վախի, հուսահատության զգացումը: Մասնավորապես, Կորոնավիրուսի համավարակի ժամանակ առաջացած մեկուսացումն ավելի է խորացել Արցախում ռազմական գործողությունների արդյունքում:

Երիտասարդների շրջանում ի հայտ են եկել նաև վարքային և հուզական շեղումներ: Ըստ հոգեբույժ-փորձագետների, երիտասարդները վերջին շրջանում դժվարանում են կառավարել իրենց զգացմունքները, օրվա ժամանակացույցը, ունենում են ուսման և կենտրոնանալու հետ կապված խնդիրներ: Այդ շեղումները նկատելի են նաև սոցիալական հարաբերություններում. երիտասարդներն ընդհանուր առմամբ չեն կարողանում ստեղծել մինիմալ սոցիալական կապեր, ավելի ագրեսիվ են և նեղացկոտ: Այսինքն, հեռավար աշխատելու և սովորելու արդյունքում տուժել են շփման հմտությունների զարգացումը, հուզական կապի ստեղծումը, ինչը բացատրվում է նրանով, որ երիտասարդները սկսել են աշխատել և սովորել իրենց առօրյա միջավայրից մեկուսացած պայմաններում: Պատերազմի դեպքում վերոնշյալ շեղումներին գումարվում է նաև վախի, տագնապի, անվստահության, անապահովության և մեղքի զգացումները, ինչը կարող է ավելի լուրջ փսիխոսոմատիկ խնդիրներ առաջացնել երիտասարդների շրջանում՝ մասնավորապես, գլխացավեր, անհանգստություններ, անորոշություն, որոնք անհրաժեշտություն են առաջացնում հոգեբանական և հոգեբուժական միջամտության:

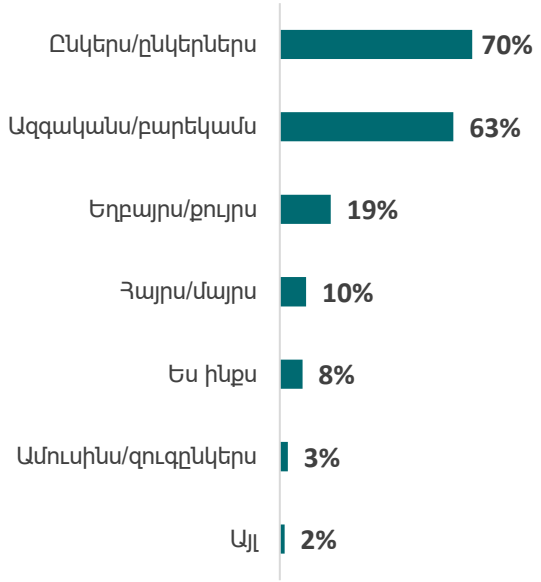
6. ԱՐՑԱԽՈՒՄ ՌԱԶՄԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՎՐԱ

Ըստ *Գծապատկեր 6.1.-ի*, հարցվածների մեծամասնությունը (93%) նշել է, որ անձամբ իրենք կամ իրենց շրջապատից որևէ մեկը ներգրավված է եղել 2020թ. Արցախում ռազմական գործողություններում: Այն հարցին, թե մասնավորապես ով է ներգրավված եղել ռազմական գործողություններում, երիտասարդները մեծամասամբ նշել են ընկերները (70%) և ազգականները/բարեկամները (63%) (*Գծապատկեր 6.2.*):

Գծապատկեր 6.1. Արդյո՞ք Դուք, կամ Ձեր շրջապատից որևէ մեկը ներգրավված է եղել 2020թ. Արցախում ռազմական գործողություններում: n = 1000

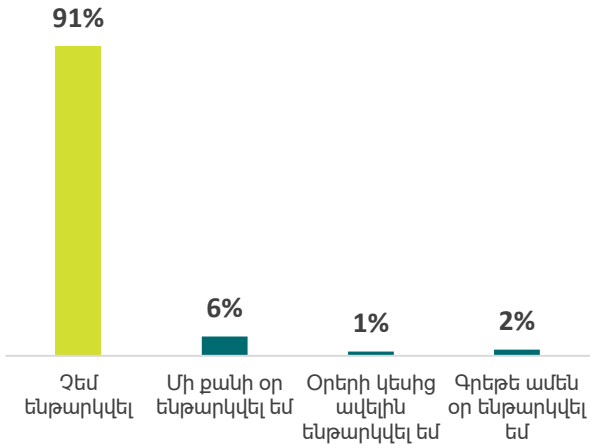


Գծապատկեր 6.2. Ո՞վ է ներգրավված եղել ռազմական գործողություններում:
n = 932 *(Բազմակի պատասխաններով հարց)*

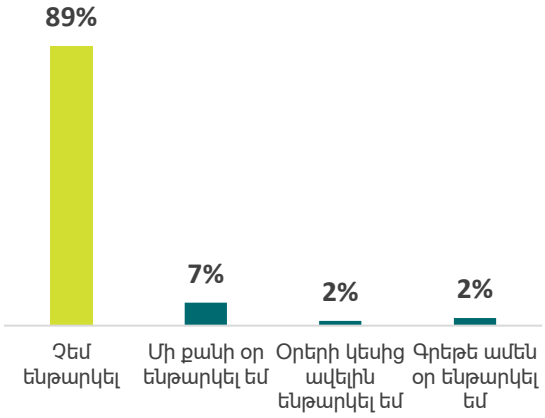


Հարցված երիտասարդների մեծ մասը վերջին 3 ամսվա ընթացքում առցանց հարթակում չի ենթարկվել (91%) և չի էլ ենթարկել (89%) հոգեբանական ճնշման այլ անձի կողմից/անձի: Հարցվածների միայն 2%-ն է գրեթե ամեն օր առցանց հարթակներում ենթարկել կամ ենթարկվել հոգեբանական ճնշման (*Գծապատկեր 6.3. և 6.4.*):

Գծապատկեր 6.3. ՎԵՐՋԻՆ 3 ԱՄՍՎԱ ընթացքում որքա՞ն հաճախ եք ենթարկվել մեկ այլ անձի կողմից առցանց հարթակում հոգեբանական ճնշման:
n = 1000

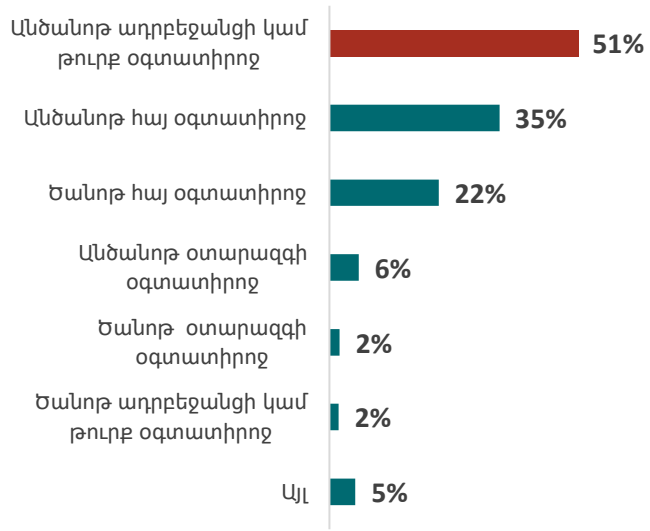


Գծապատկեր 6.4. ՎԵՐՋԻՆ 3 ԱՄՍՎԱ ընթացքում որքա՞ն հաճախ եք անձամբ Դուք ենթարկել հոգեբանական ճնշման մեկ այլ անձի առցանց հարթակում:
n = 1000

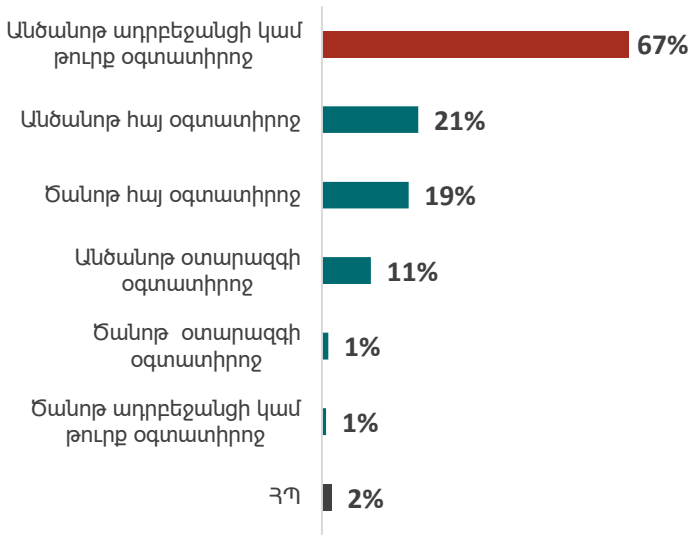


Առցանց հարթակներում հոգեբանական ճնշման ենթարկված երիտասարդների կեսը (51%) մատնանշել է անծանոթ ադրբեջանցի կամ թուրք օգտատերերին: Հոգեբանական ճնշում գործադրածների գերակշիռ մասը (67%) նույնպես թիրախավորել է ադրբեջանցի կամ թուրք օգտատերերին: Հարկ է նշել, որ հարցվածների որոշ մասը առցանց հարթակներում հոգեբանական ճնշման է ենթարկվել նաև անծանոթ հայ օգտատերերի (35%) և ծանոթ հայ օգտատերերի (22%) կողմից: Միևնույն ժամանակ, հարցվածների 21%-ը ճնշման է ենթարկել անծանոթ հայ օգտատերերի և 19%-ը՝ ծանոթ հայ օգտատերերի (*Գծապատկեր 6.5. և 6.6.*):

Գծապատկեր 6.5. Ու՞մ կողմից եք ենթարկվել ճնշման: n = 85
(Բազմակի պատասխաններով հարց)



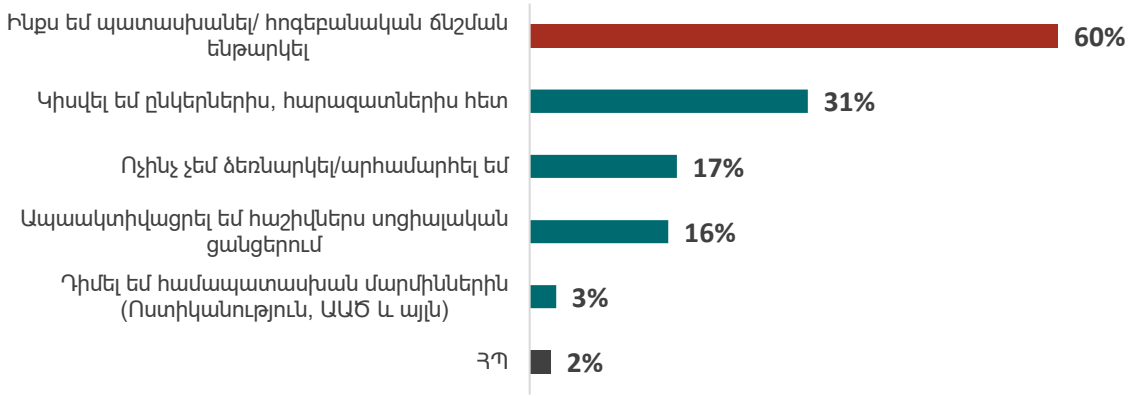
Գծապատկեր 6.6. Ու՞մ եք ենթարկել ճնշման:
n = 112 *(Բազմակի պատասխաններով հարց)*



Նույն միտումը նկատվում է նաև հատուկ հետաքրքրության խմբերի շրջանում: Մասնավորապես, ազգային փոքրամասնությունների շրջանում հարցված երիտասարդների մեծ մասը նույնպես չեն ենթարկել կամ ենթարկվել առցանց հարթակում հոգեբանական ճնշման՝ համապատասխանաբար 88% յուրաքանչյուրը: Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակցած հարցվածների միայն 12%-ն է ենթարկել և ենթարկվել առցանց հարթակներում հոգեբանական ճնշման: Հաշմանդամություն ունեցող հարցված երիտասարդների 88%-ն առցանց հարթակում չի ենթարկվել, իսկ 91%-ը՝ չի ենթարկել հոգեբանական ճնշման:

Երիտասարդների կեսից ավելին (60%) առցանց հարթակում հոգեբանական ճնշման ենթարկվելիս անձամբ է պատասխանել/հոգեբանական ճնշման ենթարկել, 31%-ը կիսվել է ընկերների, հարազատների հետ, իսկ 17%-ը ոչինչ չի ձեռնարկել/արհամարել է (*Գծապատկեր 6.7.*):

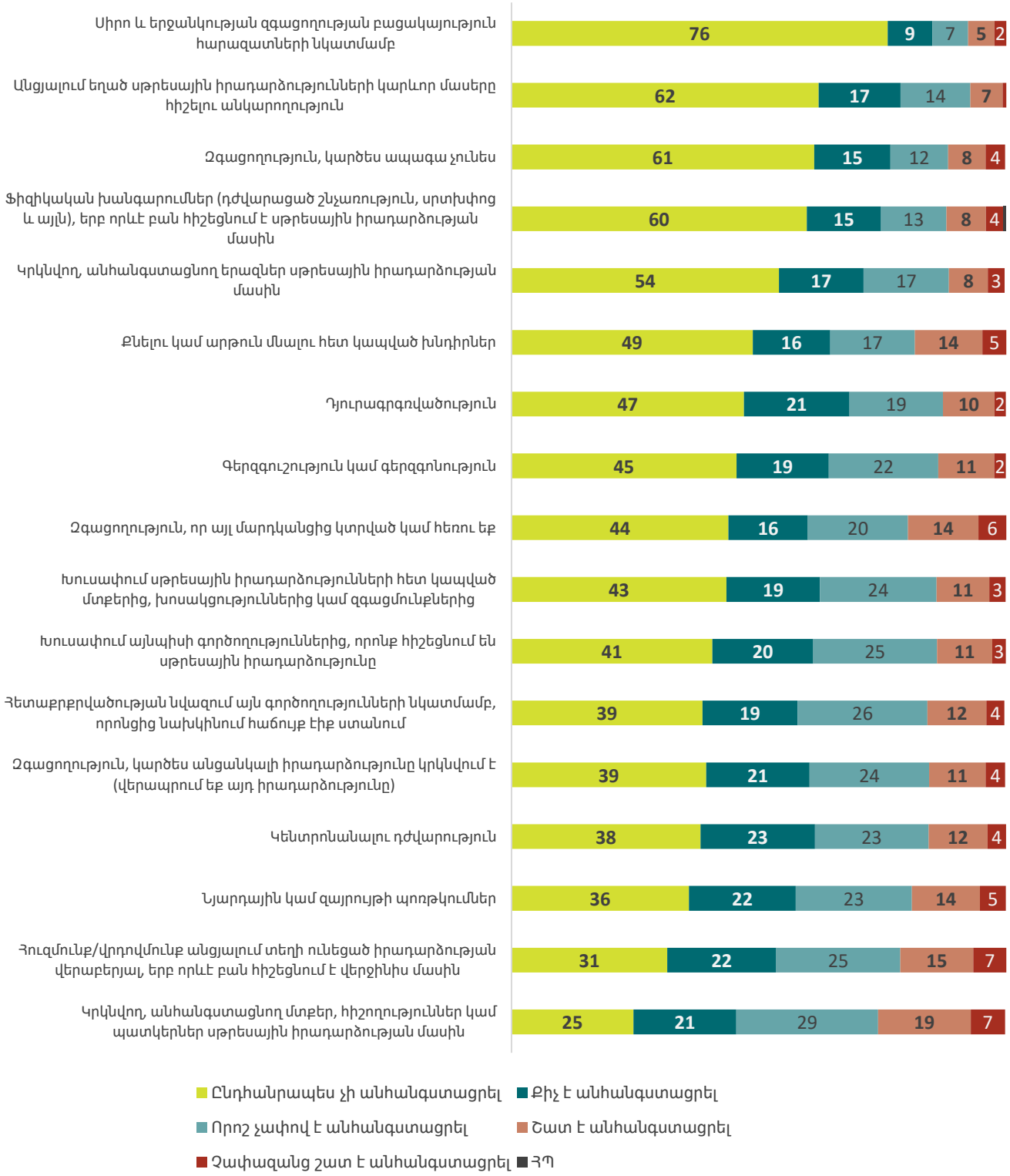
Գծապատկեր 6.7. Ի՞նչ քայլերի եք դիմել ճնշման ենթարկվելուց հետո:
n = 85 *(Բազմակի պատասխաններով հարց)*



Վերջին 1 ամսվա ընթացքում երիտասարդների 76%-ին ընդհանրապես չի անհանգստացրել սիրո և երջանկության բացակայությունը հարազատների նկատմամբ, որին հաջորդում են անցյալում եղած սթրեսային իրադարձությունների կարևոր մասերը հիշելու անկարողությունը (62%) և զգացողությունը, որ կարծես ապագա չունես (61%): Միաժամանակ, ինչպես երևում է *Գծապատկեր 6.8.-ից,* կրկնվող, անհանգստացնող մտքերը, հիշողությունները կամ պատկերները սթրեսային իրադարձության մասին ամենից ավելի են անհանգստացրել երիտասարդներին վերջին մեկ ամսվա ընթացքում (76%, որից 7%՝ «չափազանց շատ է անհանգստացրել», 19%՝ «շատ է անհանգստացրել», 29%՝ «որոշ չափով է անհանգստացրել», 21%՝ «քիչ է անհանգստացրել»):

Գծապատկեր 6.8. Այժմ ես կներկայացնեմ որոշ իրավիճակներ: Գնահատեք, խնդրեմ, թե որքանո՞վ են նշվածները անհանգստացրել Ձեզ ՎԵՐՋԻՆ ՄԵԿ ԱՄՍՎԱ ընթացքում (%):

n = 1000



Անհանգստացնող իրավիճակները եղել են տարբեր հատուկ հետաքրքրություն ունեցող խմբերի մոտ: Ազգային փոքրամասնությունների ներկայացուցիչներին առավել շատ անհանգստացրել են հետևյալ իրավիճակները՝ «խուսափում սթրեսային իրադարձությունների հետ կապված մտքերից, խոսակցություններից կամ զգացմունքներից» (21%), «հետաքրքրության նվազում այն գործողությունների նկատմամբ, որոնցից նախկինում հաճույք էիք ստանում» (21%), «կենտրոնանալու դժվարություն» (21%): Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակից հարցվողների մոտ գերակշռել են «կրկնվող, անհանգստացնող մտքերը, հիշողությունները կամ պատկերները սթրեսային իրադարձության մասին» (24%), «նյարդային կամ զայրույթի պոռթկումները» (18%), «հուզմունք/վրդովմունք անցյալում տեղի ունեցած իրադարձության վերաբերյալ, երբ որևէ բան հիշեցնում է վերջինիս մասին» (15%): Հաշմանդամություն ունեցող անձանց վերջին 1 ամսվա ընթացքում ավելի շատ անհանգստացրել են հետևյալ իրավիճակները՝ «զգացողություն, որ այլ մարդկանցից կտրված կամ հեռու եք» (15%), «խուսափում այնպիսի գործողություններից, որոնք հիշեցնում են սթրեսային իրադարձությունը» (15%):

Վերջին շրջանում տեղի ունեցած իրադարձությունները երիտասարդների մեջ առաջացրել են տարբեր սթրեսային իրավիճակներ, որոնց հետևանքով հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարման նշանների միջին ցուցանիշը երիտասարդների շրջանում կազմել է 35 միավոր (հնարավոր 85-ից) և տատանվել է 17-78 միջակայքում: Հաշմանդամություն ունեցող հարցվողների միջին ցուցանիշը կազմել է 34 միավոր, ազգային փոքրամասնությունների ներկայացուցիչներինը՝ 38 միավոր, իսկ Արցախում ռազմական գործողություններին մասնակիցներինը՝ 37 միավոր:

Հետազոտության արդյունքները ցույց են տալիս, որ աղջիկների (39 միավոր) հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարման նշանների միջին ցուցանիշը ավելի բարձր է տղաներից (32 միավոր)[39]: Հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարման նշանների միջին ցուցանիշը տարբերվում է նաև ըստ կրթական մակարդակի. միջնակարգ կրթություն ունեցող երիտասարդների միջին ցուցանիշը կազմել է 34 միավոր, իսկ միջին մասնագիտական և բարձրագույն կրթություն ունեցող երիտասարդներինը՝ 37 միավոր[40]:

[39] t(998)=-8.458, p=.000
[40] F(2)=8.727, p=.000

7. ԱՊԱԳԱՅԻ ՀԵՏ ԿԱՊՎԱԾ ԾՐԱԳՐԵՐԸ ԵՎ ԱԿՆԿԱԼԻՔՆԵՐԸ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՇՐՋԱՆՈՒՄ

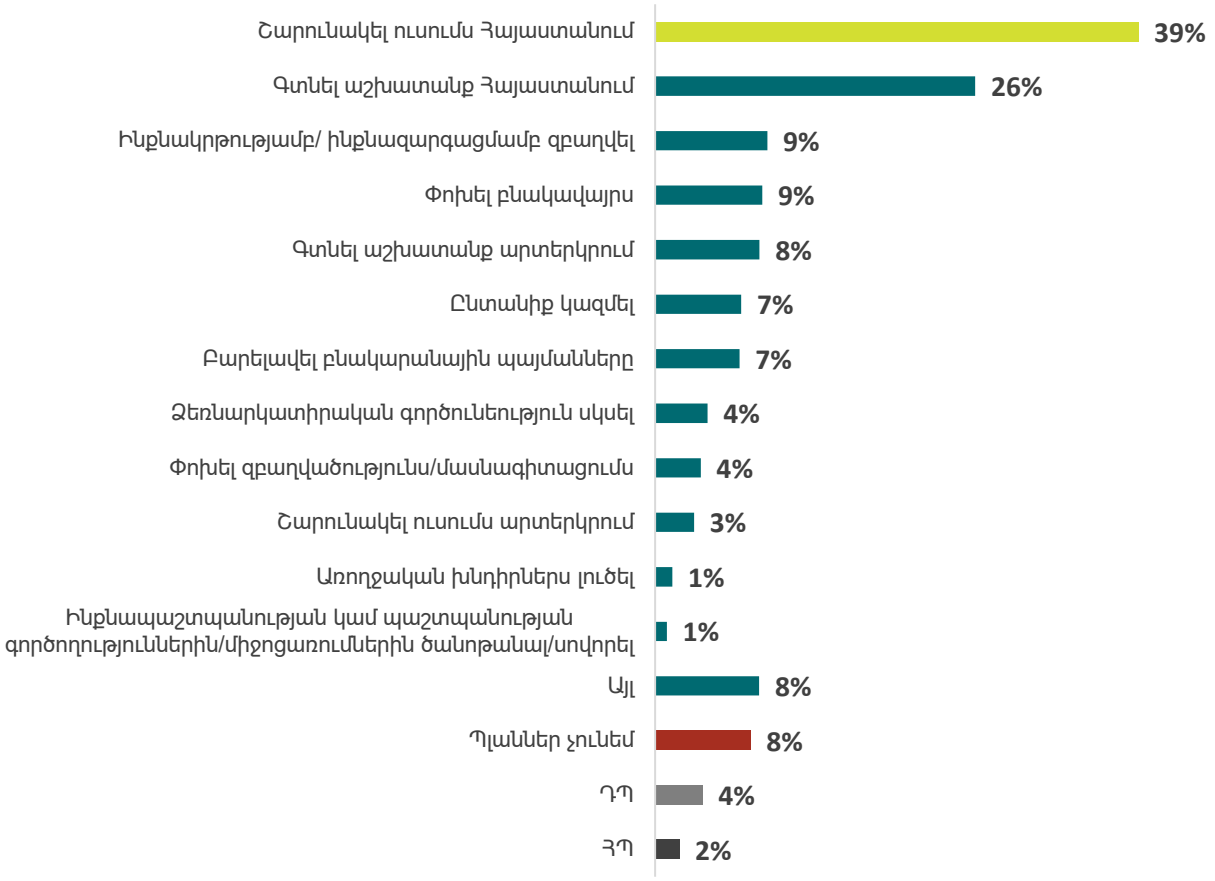
Հետաքրքիր է պարզել նաև հայաստանյան երիտասարդների մոտակա կարճաժամկետ, միջնաժամկետ նպատակները, ծրագրերն ու երազանքները: Ինչպես երևում է *Գծապատկեր 7.1.-ից,* երիտասարդների մեծամասնությունը առաջիկա ժամանակահատվածում ծրագրում է շարունակել ուսումը (39%) և գտնել աշխատանք (26%) Հայաստանում, իսկ 9%-ը ծրագրում է ինքնակրթությամբ, ինքնազարգացմամբ զբաղվել: Առկա է վիճակագրորեն նշանակալի տարբերություն Հայաստանում ուսումը շարունակելու ծրագրերում ըստ սեռի. աղջիկները (57%) ավելի հակված են շարունակել ուսումը՝ ի տարբերություն տղաների (36%)[41]: Հետաքրքական է նաև, որ ուսումը շարունակելուն ավելի հակված են միջնակարգ (51%) և բարձրագույն կրթություն (49%) ունեցող, քան միջին մասնագիտական կրթություն ունեցող երիտասարդները (36%)[42]: Հարցված երիտասարդների 9%-ը ցանկանում է փոխել բնակավայրը: Ավելի քիչ են ընտանիք կազմելու (7%) ու բնակարանային պայմանների բարելավման (7%) մտադրություն ունեցողները: Երիտասարդների 8%-ը պլաններ չունի մոտակա ժամանակահատվածի համար:

Ստացված տվյալները բնութագրական են նաև հատուկ հետաքրքրության խմբերի համար: Մասնավորապես, հարցված բոլոր խմբերում որպես առաջնահերթ կարճաժամկետ ծրագիր նշվում է կրթության շարունակումը Հայաստանում. ազգային փոքրամասնության մասնակիցներ՝ 23%, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցներ՝ 21%, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդներ՝ 33%: Մյուս առաջնահերթությունը Հայաստանում աշխատանք գտնելն է. ազգային փոքրամասնության ներկայացուցիչներ՝ 17%, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցներ՝ 16%, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդներ՝ 12%: Հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների 25%-ը ցանկանում է լուծել առողջական խնդիրները:

[41] X^2 (df =1, N= 1000) = 40.475, p=.000
[42] X^2 (df =3, N= 1000) = 12.225, p=.007

Գծապատկեր 7.1. Որո՞նք են Ձեր մոտակա գործողությունները ապագայի համար:

n=1000 (*Բազմակի պատասխաններով հարց)*

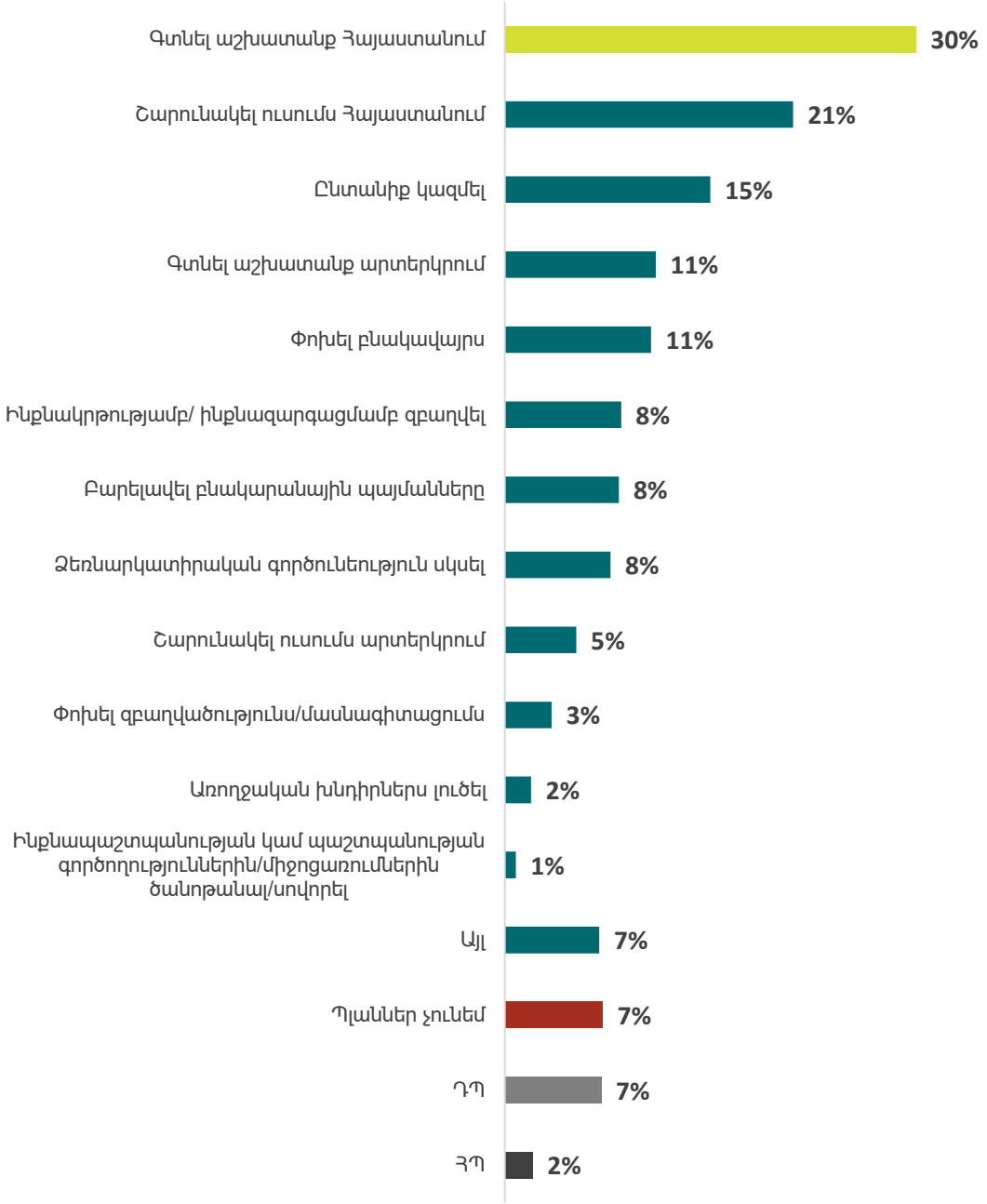


Ըստ *Գծապատկեր 7.2.-ի*, երիտասարդների թե՛ կարճաժամկետ, թե՛ միջնաժամկետ ծրագրերը մոտավորապես նույնն են՝ գտնել աշխատանք Հայաստանում (30%) և շարունակել ուսումը Հայաստանում (21%): Թե՛ իգական, թե՛ արական սեռի ներկայացուցիչները հավասարապես են ուզում աշխատանք գտնել Հայաստանում: Ավելին, մարզաբնակ երիտասարդները (37%) ավելի շատ են ցանկանում աշխատանք գտնել Հայաստանում, քան երևանաբնակները (24%)[43]: Միջնաժամկետ ծրագրերում երիտասարդների 15%-ը ցանկանում է ընտանիք կազմել, իսկ հարցվածների ավելի քիչ բաժինը ցանկանում է գտնել աշխատանք արտերկրում (11%) և փոխել բնակավայրը (11%): Երիտասարդների 7%-ը միջնաժամկետ պլաններ չունի, իսկ 7%-ը դժվարանում է պատասխանել միջնաժամկետ պլանների մասին հարցին:

[43] X^2 (df =2, N= 1000) = 17.010, p=.000

Գծապատկեր 7.2. Որո՞նք են Ձեր միջնաժամկետ նպատակները ապագայի համար:

n=1000 (*Բազմակի պատասխաններով հարց)*



Միջնաժամկետ գործողությունները նշելիս, մոտավորապես նույն պատկերն է նաև առանձնահատուկ հետաքրքրության խմբերի շրջանում: Հարցված ազգային փոքրամասնությունները միջնաժամկետ ծրագրերում առաջինը նշել են Հայաստանում աշխատանք գտնելը (20%), ընտանիք կազմելը (11%), իսկ 17%-ը դեռևս պլաններ չունի:

Նույն միտումը նկատելի է նաև Արցախում ռազմական գործողություններում մասնակիցների շրջանում. գտնել աշխատանք Հայաստանում՝ 22%, ընտանիք կազմել (15%), շարունակել ուսումը Հայաստանում՝ 10%:

Հաշմանդամություն ունեցող հարցված երիտասարդները որպես առաջնահերթություն նշել են շարունակել ուսումը Հայաստանում (21%), որին հաջորդում են գտնել աշխատանք Հայաստանում՝ 15% և լուծել առողջական խնդիրները՝ 9%:

Հարցված երիտասարդների մեծ մասը երկարաժամկետ հեռանկարում երազում է երկրում խաղաղության մասին (41%), 19%-ը՝ Հայաստանում ապրելն ավելի անվտանգ լինելու, 15%-ը՝ ընտանիք կազմելու, իսկ 12%-ը՝ Հայաստանում աշխատանք գտնելու մասին (*Գծապատկեր 7.3.*): Հետաքրքրական է, որ մարզաբնակ երիտասարդներն ավելի շատ են ցանկանում, որ երկրում խաղաղություն լինի. գյուղաբնակ երիտասարդների 40%-ը է նշել, որ ցանկանում է, որ երկրում խաղաղություն տիրի, այլ քաղաքներում բնակվող հարցվածների՝ 55%-ը, իսկ երևանաբնակների միայն 30%-ը[44]:

Առանձնահատուկ հետաքրքրություն ներկայացնող երիտասարդների երազանքները չեն տարբերվում ընդհանուր միտումից: Հարցված ազգային փոքրամասնությունների ներկայացուցիչները, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցները, ինչպես նաև հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդները ևս երազում են երկրում խաղաղության մասին՝ 25%, 28% և 19% համապատասխանաբար: Ավելին, առաջին երկու խմբի հարցվածները երկրորդ առաջնահերթությունը տվել են Հայաստանում ապրելը անվտանգ լինելու տարբերակին՝ 12% և 16%, համապատասխանաբար: Հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդները որպես երկրորդ առաջնահերթություն նշել են ձեռնարկատիրական գործունեություն սկսելը: Երազանք չունեցող մասնակիցների բաժինը կազմում է հարցված ազգային փոքրամասնությունների 9%-ը, Արցախում ռազմական գործողությունների մասնակիցների և հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների 8-ական տոկոսը:

[44] X^2 (df =2, N= 1000) = 36.369, p=.000

Գծապատկեր 7.3. Որո՞նք են Ձեր երազանքները ապագայի համար:

n=1000 (*Բազմակի պատասխաններով հարց)*

ԵԶՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆ ԵՎ ԱՌԱՋԱՐԿՆԵՐ

Համաձայն հետազոտության արդյունքների, վերջին 1 տարվա ընթացքում տեղի ունեցող իրադարձությունները (Կորոնավիրուսի համավարակը և Արցախում ռազմական գործողությունները) զգալի նշանակություն են ունեցել երիտասարդների կենսագործունեության և հոգեկան առողջության համար: Երիտասարդների մեծ մասը զգացել է անհանգստություն, տագնապ և դյուրագրգռվածություն, որը, համաձայն երիասարդների, մեծամասամբ կապված է եղել Արցախում ռազմական գործողությունների հետ: Մինչև Կորոնավիրուսի համավարակը երիտասարդների կեսը նմանատիպ զգացողություններ ընդհանրապես չի ունեցել, իսկ գրեթե մեկ երրորդը՝ մինչև ռազմական գործողությունների բռնկումը: Երիտասարդներն ունեցել են նաև ընկճվածության, հուսալքության զգացում և տարբեր իրադարձությունների շուրջ չափից շատ անհանգստություն:

Վերջին իրադարձությունները փոխել են նաև երիտասարդների բնականոն կյանքը և գործունեությունը՝ առաջացնելով տարբեր մտահոգություններ: Կորոնավիրուսի համավարակի ամենամեծ ազդեցությունն ատահայտվել է դասերի հեռավար կազմակերպմամբ, ինչպես նաև սոցիալական շփումների և ազատ տեղաշարժման սահմանափակմամբ, իսկ պատերազմի ամենամեծ ազդեցությունն արտահայտվել է շրջապատից որևէ մեկի մահով և դրա հետ կապված ապրումներով: Տեղի ունեցող իրադարձությունների համատեքստում երիտասարդներն ավելի շատ անհանգստացած են պատերազմի և համավարակի՝ երկրի վրա բացասական սոցիալ-տնտեսական ազդեցությամբ, իրենց ու իրենց ընտանիքի անվտանգությամբ ու անորոշությամբ, իրենց ընտանիքների՝ Կորոնավիրուսի նկատմամբ խոցելի լինելով:

Նման պայմաններում էլ ավելի է առաջանում երիտասարդների հոգեկան առողջությանն ուղղված համալիր միջոցառումների իրականացման անհրաժեշտություն: Անհրաժեշտ են կանխարգելիչ միջոցառումների իրականացում և հոգեկան առողջության վերաբերյալ հանրային քաղաքականության բարելավում: Ինչպես ցույց են տալիս հետազոտության արդյունքները, Հայաստանի Հանրապետության որևէ պաշտոնական փաստաթղթում երիտասարդների հոգեկան առողջության վերաբերյալ պետական որևէ քաղաքականություն և ռազմավարություն ձևակերպված չէ:

Ստորև ներկայացված են «COVID-19-ի պայմաններում երիտասարդների հոգեկան առողջությունը» համապետական ներկայացուցչական հետազոտության արդյունքների հիման վրա մշակված առաջարկները, որոնց հիմքում ընկած են նաև ՄԱԿ-ի Բնակչության հիմնադրամի, «Երիտասարդական նախաձեռնությունների կենտրոն» ՀԿ-ի և ՀՌԿԿ-Հայաստանի դիտարկումները:

Ա. ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՀՈԳԵԿԱՆ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՎԵՐԱԲԵՐՅԱԼ ՀԱՆՐԱՅԻՆ ՔԱՂԱՔԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ԲԱՐԵԼԱՎՈՒՄ

Գրասենյակային հետազոտության և փորձագիտական հարցազրույցների արդյունքները ցույց են տալիս, որ ընդհանուր առմամբ գոյություն ունեն փաստաթղթեր (2004թ. «Հոգեբուժական օգնության մասին» օրենք, 2014թ. «ՀՀ երիտասարդական պետական քաղաքականության հայեցակարգ», 2013թ. «Հայաստանի Հանրապետությունում հոգեկան առողջության պահպանման և բարելավման 2014-2019 թվականների ռազմավարություն», 2014թ. «Հոգեկան առողջության խնդիրներ ունեցող անձանց խնամքի և սոցիալական սպասարկման այլընտրանքային ծառայությունների տրամադրման հայեցակարգ»), որոնց օգնությամբ հնարավոր է դառնում պատկերացում կազմել, թե ինչպես են պետական մակարդակում կարգավորվում հոգեկան առողջության վերաբերյալ խնդիրները Հայաստանում: Սակայն, մասնավորապես, երիտասարդների հոգեկան առողջության վերաբերյալ որպես այդպիսին որևէ պաշտոնական փաստաթուղթ գոյություն չունի: Այս տեսանկյունից առաջարկվում է՝

1. «Հոգեբուժական օգնության մասին» օրենքում հստակեցնել երիտասարդների հոգեկան առողջության օրենսդրական կարգավորումն ըստ տարբեր տարիքային խմբերի,

2. երիտասարդական քաղաքականության մշակման մեջ անդրադառնալ պետության, կրթական հաստատությունների, ՔՀԿ-ների, միջազգային կազմակերպությունների կողմից երիտասարդների հոգեկան առողջության խնդիրների արձագանքմանը,

3. վերանայել բարձրագույն ուսումնական հաստատություններում հոգեբանների կրթական ծրագրերը, հոգեբանների մասնագիտական որակների շարունակական ապահովմանն ուղղված ծրագրերը:

Բ. ՀՈԳԵԿԱՆ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՎԵՐԱԲԵՐՅԱԼ ԻՐԱԶԵԿՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԲԱՐՁՐԱՑՈՒՄ ԵՎ ՀԱՆՐԱՅԻՆ ԸՆԿԱԼՄԱՆ ՓՈՓՈԽՈՒՄ

Հաշվի առնելով փորձագիտական խորքային հարցազրույցները, ակնհայտ է դառնում, որ Հայաստանում՝ երիտասարդների շրջանում, առկա է հոգեկան առողջության վերաբերյալ տեղեկացվածության և իրազեկվածության պակաս կամ իրականությանը չհամապատասխանող պատկերացումներ: Այդ տեսանկյունից անհրաժեշտություն է առաջանում ձևավորել հոգեկան առողջության վերաբերյալ քննախոսություն: Երիտասարդների շրջանում իրազեկվածության բարձրացման համար առաջարկվում է.

1. իրականացնել հանրային արշավներ հոգեկան առողջության մասին, մասնավորապես, թիրախավորելով երիտասարդ տղամարդկանց: Ազդեցության բարձրացման նպատակով հանրային արշավներում կարող են ներգրավված լինել նաև մտավորականներ, «ինֆլյուենսերներ», ռեֆերենտ խմբեր և այլն,

2. ստեղծել և հանրային հեռուստաալիքներով հեռարձակել պետության կողմից ֆինանսավորվող հոգեկան առողջության վերաբերյալ հեռուստահաղորդումներ, որոնք կնպաստեն նաև ծնողների շրջանում տեղեկացվածության բարձրացմանը,

3. ստեղծել հարթակներ, որտեղ երիտասարդները հնարավորություն կունենան անանուն դիմել մասնագետի՝ հոգեկան առողջության վերաբերյալ տեղեկություն ստանալու համար,

4. բարձրացնել հանրության շրջանում հոգեբանին դիմելու անհրաժեշտության շուրջ իրազեկման մակարդակը՝ իրազեկելով՝ երբ և որ դեպքերում պետք է դիմել հոգեբանի,

5. մշակել, հրատարակել և տարածել հոգեկան առողջության վերաբերյալ երիտասարդների համար նախատեսված հանրամատչելի մասնագիտական ձեռնարկներ և ուղեցույցներ,

6. ՔՀԿ-ների կողմից կազմակերպել դասընթացներ, իրազեկման օրեր և այլ նմանատիպ միջոցառումներ, որոնք կարող են կազմակերպվել «հավասարը՝ հավասարին» ուսուցման մեթոդով (peer to peer learning), ինչը հնարավորություն կտա ներգրավվել երիտասարդներին որպես ուսուցանողներ՝ միաժամանակ հնարավորություն տալով ավելի լավ հասկանալ տրամադրվող տեղեկատվությունը:

7. երիտասարդների հետ առնչություն ունեցող տարբեր հաստատությունների (ուսումնական, լրացուցիչ կրթության, սոցիալական, առողջապահական, հոգածության, իրավապահ և այլն) մակարդակում իրազեկումն իրականացնել ծնողավարման դասընթացների կազմակերպման միջոցով: Ծրագրերի կազմակերպումը կնպաստի ծնողների շրջանում հոգեկան առողջության վերաբերյալ իրազեկվածության բարձրացմանը և հոգեկան առողջության խնդիրներ ունեցող երիտասարդների ավելի շատ բացահայտմանը,

8. երիտասարդների շրջանում հոգեբանի դերի վերաիմաստավորման և իրազեկվածության մակարդակի բարձացման նպատակով ծնողների շրջանում՝ ծնողավարմանը զուգընթաց, իրականացնել աշխատանքներ հոգեբանի դերի վերաբերյալ:

Գ. ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԾԱՌԱՅՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԸՆԴԼԱՅՆՈՒՄ ԵՎ ՈՐԱԿԻ ԲԱՐԵԼԱՎՈՒՄ

Երիտասարդների հոգեկան առողջության խնդիրների բացահայտմանն ուղղված գործողությունների ընդլայնման և բարելավման նպատակով առաջարկվում է.

1. առաջին հոգեբանական ծառայություններ տրամադրելու նպատակով ակտիվացնել դպրոցի հոգեբանների գործունեությունը՝ վերապատրաստումների և ատեստավորումների միջոցով,

2. զարգացնել առաջին հոգեբանական ծառայությունների տրամադրման ինստիտուտը նաև միջին մասնագիտական և բարձրագույն ուսումնական հաստատություններում,

3. հաշվի առնելով դպրոցների ուսուցիչների սերտ կապը երիտասարդների հետ՝ զարգացնել վերջիններիս առաջին հոգեբանական օգնության ցուցաբերման կարողությունները, ինչպես նաև ուժեղացնել դպրոցի հոգեբանի, ուսուցիչների և սոցիալական մանկավարժի համագործակցությունը,

4. հոգեկան առողջության առաջին հոգեբանական օգնության տրամադրման նպատակով պետության (օր.՝ ՀՀ աշխատանքի և սոցիալական հարցերի նախարարության) կողմից ներդնել և ինստիտուցիոնալացնել հոգեբանական կենտրոնների կողմից համակարգվող «Թեժ գծի» անանուն ծառայություն, որը կնպաստի հոգեկան առողջության խնդիրներ ունեցող

երիտասարդների հայտնաբերմանը և, անհրաժեշտության դեպքում, դեպի մասնագիտացված կենտրոններ ուղղորդմանը,

5. հոգեկան առողջության պահպանման ու խնդիրների կանխարգելման նպատակով ներդնել համապարփակ ծրագիր երիտասարդական մեթոդներով, որը կնպաստի դրական կենսակերպի խթանման առաջխաղացմանը,

6. մշակել, հրատարակել և տարածել հոգեկան առողջության վերաբերյալ մասնագիտական ձեռնարկներ և փաստահեն ուղեցույցներ:

Երիտասարդներին ուղղված առաջին հոգեբանական ծառայությունների համակարգի բարելավմանը զուգընթաց առաջարկվում է.

1. ներդնել երիտասարդակենտրոն հոգեբանական ծառայություններ, ինչպես նաև մշակել ստացիոնար և արտահիվանդանոցային հոգեբուժական օգնության ծրագրեր արդեն գոյություն ունեցող և պետության կողմից տրամադրվող հոգեբուժական ծառայությունների հիման վրա: Ծառայությունների ընդլայնման նպատակով պետության կողմից իրականացվող ծրագրերը կարող են պատվիրակվել մասնագիտացված կենտրոններին,

2. ՀՀ բոլոր մարզերում ապահովել մասնագիտացված հոգեբանական ծառայությունների առկայություն, որտեղ կիրականացվեն հոգեբանական և հոգեբուժական խորհրդատվություններ և հոգեթերապիա՝ տարբեր մեթոդներով ու ձևաչափերով (անհատական, խմբային, ընտանեկան, զույգերի),

3. ստեղծել հոգեբանական մոբիլ խմբեր՝ հոգեկան առողջությանն ուղղված ծառայությունների և ծրագրերի հասանելիության բարձրացման համար: Խմբերը կարող են համագործակցել համայնքային սոցիալական աշխատողների հետ, որոնք կհանդիսանան առաջին հոգեկան խնդիրների դուրսբերողները և կուղղորդեն հոգեբանական մոբիլ խմբերի մասնագետների մոտ,

4. մասնագիտացված կենտրոնների կողմից ստեղծել ինքնօգնության/փոխօգնության խմբեր, որոնք կնպաստեն երիտասարդների շրջանում հոգեբանական աջակցությանը:

Դ. ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ՆԵՐԳՐԱՎՎԱԾՈՒԹՅԱՆՆ ՈՒՂՂՎԱԾ ԾՐԱԳՐԵՐԻ ԻՐԱԿԱՆԱՑՈՒՄ

Երիտասարդների ներուժի, հետաքրքրությունների, հնարավորությունների բացահայտման և ուղղորդման նպատակով առաջարկվում է.

1. մշակել և ինստիտուցիոնալացնել երիտասարդների կյանքի հիմնարար հմտություններին ուղղված դասընթացներ և աշխատարաններ, ինչպես նաև ներդնել «Լայֆ քոուչինգ» (Life coaching), որը կիրականացվի վերապատրաստված երիտասարդական աշխատողների կողմից և կնպաստի երիտասարդների շրջանում ինքնաճանաչմանը և ինքնազարգացմանը,

2. երիտասարդների հոգեբանասոցիալական բարեկեցությունը բավարարելու նպատակով հզորացնել երիտասարդական աշխատողներին, վերապատրաստել համայնքային սոցիալական աշխատողներին և դպրոցի սոցիալական մանկավարժներին: Անհրաժեշտ է, որ իրականացվող երիտասարդական աշխատանքը լինի կենտրոնահեն, դպրոցահեն, մոբիլ, տեղեկատվական, խորհրդատվական և ուղղորդող,

3. մշակել մասնագիտական կողմնորոշման ապակենտրոնացված մոդելներ՝ ուսումնական հաստատությունների ներսում և/կամ ՔՀԿ-ների հետ համագործակցությամբ: Այդ նպատակով առաջարկվում է նաև ստեղծել համագործակցություն տարածքային զբաղվածության կենտրոնների և համայնքային սոցիալական աշխատողների, դպրոցների սոցիալական մանկավարժների, երիտասարդական աշխատողների միջև,

4. մշակել ստեղծագործականությունը խթանող ծրագրեր, որոնք կարող են իրականացվել պետական կրթական հաստատությունների, ՔՀԿ-ների և մշակութային կենտրոնների (թանգարաններ, թատրոններ և այլն) համագործակցության միջոցով: Ստեղծագործականության խթանման համար կրթական հաստատություններում կարող են ստեղծվել արվեստի և գրականության խմբակներ,

5. մշակել առողջ ապրելակերպը, այդ թվում՝ ֆիզիկական ակտիվությունը, խթանող ծրագրեր, որոնք կարող են իրականացվել պետական կրթական հաստատությունների, ՔՀԿ-ների և մարզական կենտրոնների համագործակցության միջոցով: Այդ նպատակով անհրաժեշտ է մեծացնել առողջ ապրելակերպի մասին իրազեկումը (այդ թվում՝ վնասակար սովորություններ, կախվածություններ, սեռական դաստիարակություն և բռնությունների կանխարգելում), հիմնական դրույթները և կարևորությունը, դրանց հետևելու կանոնները: Ինչպես նաև կարիք կա վերահիմաստավորելու ֆիզիկական կուլտուրայի դասընթացները կրթական հաստատություններում,

6. խրախուսել գործատուների, մասնավորապես՝ մարդկային ռեսուրսների կառավարման մասնագետների, և հոգեբանների միջև երկխոսությունը և համագործակցությունը՝ հասցեագրելով աշխատող երիտասարդների հոգեբանական օգնության կարիքները: Նույն կերպ խրախուսել կարիերայի կենտրոնների, զբաղվածության կենտրոնների և հոգեբանների միջև համագործակցությունը:

Ե. ՀԵՏԱԳԱ ՀԵՏԱԶՈՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱՆՀՐԱԺԵՇՏՈՒԹՅՈՒՆ

Հաշվի առնելով սույն հետազոտության արդյունքում ստացված տվյալները և առաջարկությունները, անհրաժեշտություն է առաջանում.

1. քարտեզագրել երիտասարդներին ուղղված հոգեբանական ծառայությունների առկայությունը/ձևերը Հայաստանում,

2. գնահատել առաջին հոգեբանական ծառայությունների ներուժը կրթական հաստատություններում, երիտասարդական կենտրոններում և երիտասարդների հետ աշխատող այլ կառույցներում,

3. ուսումնասիրել երիտասարդների ձգտումները, նպատակները և ծրագրերը առավել համապատասխան և ուղղորդված ծրագրերի մշակման համար,

4. ուսումնասիրել կրթությունից և աշխատանքից դուրս մնացած (NEET) երիտասարդների հոգեբանասոցիալական կարիքները և դրա հիման վրա առաջարկել հանրային քաղաքականությունների բարելավում և ավելի հասցեական ծառայություններ,

5. Ուսումնասիրել սակավ հնարավորություններով երիտասարդների, այդ թվում՝ ազգային փոքրամասնությունները ներկայացնող երիտասարդների, բանակից նոր զորացրվողների, անազատության մեջ գտնվող կամ արդեն պատիժը կրած երիտասարդների հոգեբանասոցիալական կարիքները և դրա հիման վրա առաջարկել հանրային քաղաքականությունների բարելավում և ավելի հասցեական ծառայություններ,

6. ուսումնասիրել երիտասարդների շրջանում կախվածությունների (ալկոհոլ, ծխախոտ, թմրանյութեր, համացանց, մոլախաղեր) տարածվածությունը և հոգեբանների ու հոգեբույժների ակտիվ ներգրավմամբ մշակել համապատասխան կանխարգելիչ, իրազեկման և մասնագիտական աջակցության և/կամ բուժման ծրագրեր,

7. երիտասարդների ֆիզիկական ակտիվության բարձրացման նպատակով քարտեզագրել և ուսումնասիրել Հայաստանի նախնական և միջին մասնագիտական կրթության և ուսուցման (ՆՄԿՈՒ) հատվածում, պետական և մասնավոր բարձրագույն կրթական հաստատություններում ֆիզիկական ակտիվության (պարային, սպորտային և այլ տեսակի) խմբակները, հեծանվային ենթակառուցվածքի կարիքները, նրանց կողմից մատուցվող ծառայությունների արժեքները,

8. ուսումնասիրել ժամանակակից թվային իրականության մեջ երիտասարդների հոգեկան առողջության վրա ազդող գործոնները, քարտեզագրել առկա սոցիալական մեդիայում ակտիվ աշխատող ինքնավնասման խմբերի ու մեխանիզմների աշխատանքը,

9. ստեղծագործականությունը և ֆիզիկական ակտիվությունը խթանելու նպատակով ուսումնասիրել վերջիններիս համար նախատեսված հավելվածների առկայությունը, երիտասարդների շրջանում տարածվածությունը և կիրառելիությունը, որոնք հետագայում ուղղակիորեն կարելի է թիրախավորված տարածել սոցիալական ցանցերով երիտասարդների շրջանում,

10. երիտասարդների, մասնավորապես, հաշմանդամություն ունեցող երիտասարդների շրջանում ուսումնասիրել ձեռնարկատիրական գործունեությամբ զբաղվելու պահանջարկը, կարիքները, հետաքրքրության ոլորտները:

ՀԱՎԵԼՎԱԾ 1. ՊԱՐԶ ՀԱՃԱԽՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱՂՅՈՒՍԱԿՆԵՐ

Q1. Ընդհանուր առմամբ, վերջին 6 ամսվա ընթացքում զգացե՞լ եք արդյոք, անհանգստություն, տագնապ կամ դյուրագրգռվածություն:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Շատ հաճախ եմ զգացել	234	23.4
Հաճախ եմ զգացել	294	29.4
Հազվադեպ եմ զգացել	231	23.1
Չեմ զգացել	242	24.2
Ընդամենը	1000	100.0

Q2. Վերջին 6 ամսվա ընթացքում, ստորև նշվածներից ո՞րն է Ձեզ համար առավել տագնապային և անհանգստացնող:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Կորոնավիրուսի համավարակը	15	1.5
Արցախում ռազմական գործողությունները (2020թ. սեպտեմբերի 27)	950	95.0
Այլ (նշել)	14	1.4
Ոչ մեկը	18	1.8
ԴՊ	1	.1
ՀՊ	2	.2
Ընդամենը	1000	100.0

Q3.1 0-10 բալանոց սանդղակով, որտեղ 0-ն նշանակում է «Ընդհանրապես կապված չէ», իսկ 10-ը՝ «Լիովին կապված է», գնահատեք, խնդրեմ, որքանո՞վ է վերջին 6 ամսվա ընթացքում Ձեր զգացած անհանգստությունը, տագնապը կամ դյուրագրգռվածությունը կապված Կորոնավիրուսի համավարակի հետ:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես կապված չէ	134	17.7
1	43	5.6
2	34	4.5
3	61	8.0
4	50	6.5
5-Չեզոք	174	22.9
6	89	11.7
7	75	9.9
8	46	6.1
9	19	2.4
Լիովին կապված է	35	4.7
Ընդամենը	**758**	**100.0**

Q3.2 0-10 բալանոց սանդղակով, որտեղ 0-ն նշանակում է «Ընդհանրապես կապված չէ», իսկ 10-ը՝ «Լիովին կապված է», գնահատեք, խնդրեմ, որքանո՞վ է վերջին 6 ամսվա ընթացքում Ձեր զգացած անհանգստությունը, տագնապը կամ դյուրագրգռվածությունը կապված Արցախում ռազմական գործողությունների հետ:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես կապված չէ	1	.2
2	1	.1
3	1	.2
4	2	.3
5-Չեզոք	15	2.0
6	22	2.9
7	38	5.0
8	60	8.0
9	92	12.2
Լիովին կապված է	524	69.1
ԴՊ	1	.2
Ընդամենը	**758**	**100.0**

Q4.1 Իսկ մինչև 2020թ. մարտ (Կորոնավիրուսի համավարակը) ընկած ժամանակահատվածը Ձեր զգացած անհանգստությունը, տագնապը կամ դյուրագրգռվածությունը վերջին 6 ամսվա ընթացքում Ձեր զգացածի համեմատ...		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ավելի հաճախ են եղել	52	6.8
Ավելի հազվադեպ են եղել	184	24.2
Նույնն են եղել	152	20.1
Չեն եղել	368	48.6
ԴՊ	2	.3
Ընդամենը	**758**	**100.0**

Q4.2 Իսկ մինչև սեպտեմբերի 27-ը (Արցախում ռազմական գործողությունները) ընկած ժամանակահատվածը Ձեր զգացած անհանգստությունը, տագնապը կամ դյուրագրգռվածությունը վերջին 6 ամսվա ընթացքում Ձեր զգացածի համեմատ...		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ավելի հաճախ են եղել	256	33.7
Ավելի հազվադեպ են եղել	224	29.5
Նույնն են եղել	59	7.8
Չեն եղել	218	28.7
ՀՊ	1	.2
Ընդամենը	**758**	**100.0**

Q5.1 Ընդհանուր առմամբ որքանո՞վ է Կորոնավիրուսի համավարակը (2020թ. մարտ) խանգարել Ձեր բնականոն կյանքը/գործունեությունը:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Մեծապես	259	25.9
Որոշ չափով	385	38.5

Քիչ	156	15.6
Չի խանգարել	199	19.9
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

Q5.2 Ընդհանուր առմամբ որքանո՞վ է Արցախում ռազմական գործողությունները (2020թ. սեպտեմբերի 27) խանգարել Ձեր բնականոն կյանքը/գործունեությունը:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Մեծապես	575	57.5
Որոշ չափով	262	26.2
Քիչ	77	7.7
Չի խանգարել	86	8.6
ԴՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

Q6.1 Ձեր բնականոն կյանքի/գործունեության վրա ամենամեծ ազդեցություն ունեցած ո՞ր հետևանքները կառանձնացնեիք կապված Կորոնավիրուսի համավարակի հետ:			
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**	**Պատասխան-ների տոկոս (%)**
Աշխատանքի կամ եկամտի կորուստ	300	15.3	30.0
Ֆինանսական պարտավորությունների կամ էական կարիքների բավարարման դժվարություն	165	8.4	16.5
Անցում հեռավար աշխատանքին	99	5.0	9.9
Անցում հեռավար կրթությանը	466	23.7	46.6
Սոցիալական շփումների (օր.՝ ժամանց, միջոցառումներ և այլն) սահմանափակում	370	18.8	37.0
Ազատ տեղաշարժման (ներառյալ՝ արտերկիր մեկնելու) սահմանափակումներ	355	18.1	35.5
Ընտանիքի անդամի կամ ազգականի մահ	40	2.1	4.0
Հաշմանդամություն, քրոնիկ հիվանդություն կամ դրա սպառնալիքի աճ	12	.6	1.2
Ծրջապատից որևիցե մեկի մահ (օր.՝ ընկեր, գործընկեր և այլն)	63	3.2	6.3
Այլ	3	.1	.3
Նշվածներից ոչ մեկը	85	4.3	8.5
ԴՊ	5	.3	.5
Ընդամենը	**1963**	**100.0**	**196.3**

Q6.2 Ձեր բնականոն կյանքի/գործունեության վրա ամենամեծ ազդեցություն ունեցած ո՞ր հետևանքները կառանձնացնեիք:			
	Հաճախություն	Տոկոս (%)	Պատասխան-ների տոկոս (%)
Աշխատանքի կամ եկամտի կորուստ	96	7.0	9.6
Ֆինանսական պարտավորությունների կամ էական կարիքների բավարարման դժվարություն	61	4.4	6.1
Անցում հեռավար աշխատանքին	22	1.6	2.2
Անցում հեռավար կրթությանը	56	4.0	5.6
Սոցիալական շփումների (օր.՝ ժամանց, միջոցառումներ և այլն) սահմանափակում	57	4.1	5.7
Ազատ տեղաշարժման (ներառյալ՝ արտերկիր մեկնելու) սահմանափակումներ	68	4.9	6.8
Ընտանիքի անդամի կամ ազգականի մահ	134	9.8	13.4
Հաշմանդամություն, քրոնիկ հիվանդություն կամ դրա սպառնալիքի աճ	72	5.3	7.2
Շրջապատից որևիցե մեկի մահ (օր.՝ ընկեր, գործընկեր և այլն)	547	39.8	54.7
Այլ	54	4.0	5.4
Նշվածներից ոչ մեկը	196	14.2	19.6
ԴՊ	8	.6	.8
ՀՊ	2	.2	.2
Ընդամենը	**1376**	**100.0**	**137.6**

Q7. 0-10 բալանոց սանդղակով, որտեղ 0-ն նշանակում է «Ընդհանրապես չի մտահոգում», իսկ 10-ը «Լիովին մտահոգում է» գնահատեք, խնդրեմ, որքա՞ն են Ձեզ մտահոգում...: (%)													
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	[illegible]	Ընդամենը
Ես խոցելի կլինեմ վարակների/Կորոնավիրուսի համավարակի նկատմամբ	33	4	4	5	4	16	6	5	5	5	15	0	100
Կորոնավիրուսի համակավարակի ազդեցությունը իմ սոցիալական հարաբերությունների/հասակակիցների հետ շփման վրա	24	3	3	3	3	14	5	11	8	5	20	0	100
Կորոնավիրուսի հետ կապված սահմանափակումների արդյունքում կրթությունը կշարունակվի լինել	21	2	2	3	2	10	5	7	5	6	38	0	100

հեռավար													
Կորոնավիրուսի համավարակի բացասական ազդեցությունը իմ/ընտանիքի անդամների աշխատանքի/եկամտի վրա	15	2	2	3	4	13	7	8	11	7	26	0	100
Իմ ընտանիքի անդամները կվարակվեն Կորոնավիրուսով	13	1	1	2	1	10	3	8	9	8	44	0	100
Կորոնավիրուսի համավարակի բացասական սոցիալ-տնտեսական ազդեցությունը Հայաստանի վրա	7	1	2	3	4	19	7	11	11	8	27	1	100
Ներքին քաղաքական հարցերի շուրջ տարաձայնություններ ընտանիքի անդամների/հարազատների հետ	46	4	2	3	3	9	3	5	4	2	19	0	100
Արցախում ռազմական գործողությունները (2020թ.) բացասական ազդեցություն կունենա իմ/ընտանիքի անդամների աշխատանքի/եկամտի վրա	16	2	2	2	2	10	5	6	7	7	40	1	100
Իմ և իմ ընտանիքի ապագայի անորոշությունը	7	0	1	1	2	7	4	5	6	8	58	1	100
Իմ և իմ ընտանիքի անվտանգությունը	5	0	1	1	2	6	3	5	5	8	65	0	100
Արցախում ռազմական գործողությունները (2020թ. սեպտեմբերի 27) բացասական սոցիալ-տնտեսական ազդեցություն կունենան Հայաստանի վրա	1	1	0	0	1	4	3	4	8	10	66	0	100

Q8. Հիմա ես կնկարագրեմ մի քանի հուզական և վարքային իրավիճակներ: Գնահատեք, խնդրեմ, վերջին ԵՐԿՈՒ ՇԱԲԱԹՎԱ ընթացքում որքա՞ն հաճախ եք զգացել. . .					
	Չեմ զգացել	Մի քանի օր զգացել եմ	Օրերի կեսից ավելիի ընթացքում զգացել եմ	Գրեթե ամեն օր զգացել եմ	Ընդամենը
Ինքնասպանության կամ ինքնավնասման մասին մտքեր եք ունենում	97%	2%	1%	1%	100%
Շարժվում կամ խոսում եք այնքան անաղմուկ, որ կողքինները կարող են չնկատել Ձեզ, կամ հակառակը՝ շարժվում և խոսում եք սովորականից ավելի շատ	68%	12%	7%	12%	100%
Շատակերություն կամ ախորժակի բացակայություն	59%	16%	10%	15%	100%
Կենտրոնացման դժվարություն ամսագիր կարդալու կամ հեռուստացույց դիտելու ժամանակ	51%	21%	12%	17%	100%
Խնդիրներ կապված քիչ կամ շատ քնելու հետ	46%	17%	9%	28%	100%
Հոգնածություն, էներգիայի կորուստ	42%	22%	12%	24%	100%
Հետաքրքրվածության և հաճույքի պակաս արված աշխատանքից	40%	27%	12%	21%	100%
Ընկճվածության, հուսալքության զգացում	38%	32%	13%	18%	100%

Q9. Վերջին ԵՐԿՈՒ ՇԱԲԱԹՎԱ ընթացքում որքա՞ն հաճախ եք զգացել...					
	Չեմ զգացել	Մի քանի օր զգացել եմ	Օրերի կեսից ավելիի ընթացքում զգացել եմ	Գրեթե ամեն օր զգացել եմ	Ընդամենը
Անհանգստությունը վերահսկելու անկարողություն	64%	20%	6%	9%	100%
Հանգստանալու անկարողություն	58%	19%	8%	15%	100%
Ավելի շատ նյարդայնություն և դյուրագրգռվածություն	45%	27%	11%	18%	100%
Վախի զգացում, որ կարող է սարսափելի բան տեղի ունենալ	43%	25%	10%	22%	100%
Նյարդայնություն, տագնապ և գրգռվածություն	41%	32%	11%	16%	100%
Տարբեր իրադարձությունների շուրջ չափից շատ անհանգստություն	37%	31%	13%	19%	100%

Q10. Ընդհանուր առմամբ, վերոնշյալ հույզերը և մտահոգությունները կիսելու նպատակով օգտվե՞լ եք որևէ աղբյուրից/միջոցից: Եթե այո, ի՞նչ միջոցներով եք փորձել հաղթահարել այդ հույզերը և մտահոգությունները:			
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**	**Պատասխան-ների տոկոս (%)**
Իմ հույզերն ու տագնապները կիսել եմ ընկերներիս, հարազատներիս հետ	520	24.2	56.6
Կապ եմ պահել ընտանիքիս, ընկերներիս հետ (վիրտուալ)	188	8.7	20.4
Կապ եմ պահել բժշկիս հետ	11	.5	1.2
Դիմել եմ հոգեբանի	8	.4	.9
Ֆիլմեր եմ դիտել	194	9.0	21.1
Ծխել եմ	91	4.2	9.9
Ալկոհոլ եմ օգտագործել	32	1.5	3.5
Առանց բժշկի նշանակման ցավազրկողներ, հանգստացնող միջոցներ եմ օգտագործել և այլն	16	.7	1.8
Հիմնականում ժամանակս անցկացրել եմ համացանցում (Facebook, Instagram, և այլն)	243	11.3	26.4
Վիդեո/թվային (առցանց) խաղեր եմ խաղացել	32	1.5	3.5
Զբաղվել եմ իմ սիրած գործով	174	8.1	18.9
Մեդիտացիա/շնչառական վարժություններ եմ արել	15	.7	1.6
Աղոթել եմ	249	11.6	27.1
Եկեղեցի եմ գնացել	168	7.8	18.3
Ֆիզիկապես ակտիվ եմ եղել (օր.՝ վազել եմ, սպորտով եմ զվաղվել և այլն)	36	1.7	3.9
Իմ հոբբիներով եմ զբաղվել (օր.՝ նկարչություն, երգ և այլն)	77	3.6	8.4
Կամավորությամբ եմ զբաղվել	51	2.4	5.5
Այլ	13	.6	1.4
Ոչինչ չեմ արել	33	1.5	3.6
ԴՊ	2	.1	.3
ՀՊ	1	.1	.1
Ընդամենը	**2154**	**100.0**	**234.3**

Q10a. Ձեր հույզերը և մտահոգությունները կիսելու նպատակով ո՞ր աղբյուրից/միջոցից կցանկանայիք օգտվել:			
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**	**Պատասխան-ների տոկոս (%)**
Իմ հույզերն ու տագնապները կիսել ընկերներիս, հարազատներիս հետ	221	13.4	24.1
Կապ պահել ընտանիքիս, ընկերներիս հետ (վիրտուալ)	95	5.7	10.3
Կապ պահել բժշկիս հետ	16	1.0	1.8
Դիմել հոգեբանի	98	6.0	10.7
Ֆիլմեր դիտել	112	6.8	12.2
Ծխել	28	1.7	3.0
Ալկոհոլ օգտագործել	23	1.4	2.5

Առանց բժշկի նշանակման ցավազրկողներ, հանգստացնող միջոցներ օգտագործել և այլն	2	.1	.2
Հիմնականում ժամանակ անցկացնել համացանցում (Facebook, Instagram, և այլն)	88	5.3	9.5
Վիդեո/թվային (առցանց) խաղեր խաղալ	21	1.3	2.3
Զբաղվել իմ սիրած գործով	155	9.4	16.8
Մեդիտացիա/շնչառական վարժություններ անել	32	1.9	3.5
Աղոթել	102	6.2	11.1
Եկեղեցի գնալ	148	8.9	16.0
Ֆիզիկապես ակտիվ լինել (օր.՝ վազել եմ, սպորտով եմ զվաղվել և այլն)	91	5.5	9.9
Իմ հոբբիներով զբաղվել (օր.՝ նկարչություն, երգ և այլն)	117	7.1	12.8
Կամավորությամբ զբաղվել	94	5.7	10.2
Ոչինչի կարիք չունեմ	188	11.4	20.4
ԴՊ	20	1.2	2.2
ՀՊ	2	.1	.2
Ընդամենը	**1653**	**100.0**	**179.8**

Q11. Արդյո՞ք վերջին 6 ամսվա ընթացքում ունեցել եք աշխատանքի/ուսման վրա կենտրոնանալու, առաջադրանքները ժամանակին իրականացնելու և նմանատիպ այլ խնդիրներ:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Այո	541	54.1
Ոչ	459	45.9
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

Q12. Եթե այո, ապա ինչի՞ հետ էր այն կապված:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Կորոնավիրուսի համավարակի	32	6.0
Արցախում ռազմական գործողությունների	293	54.2
Երկուսն էլ	190	35.2
Այլ (նշել)	12	2.1
ԴՊ	14	2.5
Ընդամենը	**541**	**100.0**

Q13. Որքանո՞վ են նշվածները լավագույնս նկարագրում վերջին 6 ամսվա ընթացքում Ձեր վարքագիծն ու զգացողությունները՝ կապված տեղի ունեցած/ող իրադարձությունների (Կորոնավիրուսի համավարակ, Արցախում ռազմական գործողությունները) հետ:							
	Երբեք	Հազվադեպ	Երբեմն	Հաճախ	Շատ հաճախ	ՀՊ	Ընդամենը
Որքա՞ն հաճախ եք ունենում խնդիրներ կարևոր հանդիպումներն ու	59%	18%	13%	8%	3%		100%

պարտավորությունները հիշելու հետ կապված							
Որքա՞ն հաճախ եք ունենում ձեռքերի կամ ոտքերի մկանային ձգումներ, երբ երկար ժամանակ նստած եք լինում	52%	17%	14%	13%	5%		100%
Որքա՞ն հաճախ եք ունենում խնդիրներ Ձեր աշխատանքը կազմակերպելու հետ կապված	44%	25%	19%	9%	3%		100%
Որքա՞ն հաճախ եք հետաձգում երկար մտածելու ժամանակ պահանջող հանձնարարությունները	44%	24%	22%	7%	3%	1%	100%
Առաջադրանքի, ծրագրի բարդ հատվածներն ավարտելուց հետո որքա՞ն հաճախ եք ունենում դժվարություններ այն վերջնականացնելու հետ կապված	40%	26%	23%	8%	2%		100%
Որքա՞ն հաճախ եք զգում գերակտիվություն, որը Ձեզ դրդում է որևէ բան անելու	36%	20%	18%	16%	8%		100%

Q14. Որքանո՞վ են Ձեզ համար ընդունելի նշված վարքային նմուշները:								
	Լիովին ընդունելի է	Ավելի շուտ ընդունելի է	Ավելի շուտ ընդունելի չէ	Ընդհանրապես ընդունելի չէ	ԴՊ	ՀՊ	ԿՉ	Ընդամենը
Առանց ամրագոտին կապելու մեքենա վարել	12%	23%	22%	43%				100%
Առանց վարորդական իրավունքի մեքենա վարել	8%	19%	18%	55%				100%
Բարձրաձայն զրուցել, երաժշտություն լսել հանրային վայրում	6%	18%	21%	55%				100%
Բացակայել դասերից/պարապմունքներից առանց լուրջ պատճառի	5%	14%	26%	55%				100%
Պարտքով գումար տալ ընկերոջը/ընկերուհուն խաղադրույք կատարելու համար	3%	5%	10%	81%				100%
Չափից շատ ալկոհոլ և ծխախոտ օգտագործել	2%	5%	14%	78%	1%			100%
Ոչ սթափ վիճակում մեքենա վարել	2%	2%	10%	87%				100%
Օգտվել հանրային տրանսպորտից առանց վճարելու	1%	3%	9%	87%				100%
Ստել ընտանիքի անդամներին, հարազատներին, ընկերներին	1%	8%	21%	70%				100%
Մոլախաղեր խաղալ/խաղադրույքներ	1%	4%	7%	87%				100%

կատարել								
Անապահով (առանց պահպանակի, սեռավարակների և անցանկալի հղիության առումով վտանգավոր) սեռական հարաբերություններ ունենալ	1%	3%	9%	58%	21%	4%	5%	100%

Q15. Որքա՞ն հաճախ եք անձամբ Դուք իրականացրել հետևյալ գործողությունները:

	Շատ հաճախ	Հաճախ	Երբեմն	Երբեք	ՉՊ	ԿՉ	Ընդամենը
Առանց ամրագոտին կապելու մեքենա վարել	9%	8%	21%	62%	0%		100%
Գիտակցաբար վիրավորել ինչ-որ մեկին իր կրոնի, բնակավայրի, ազգության համար	4%	5%	13%	78%	0%		100%
Բացակայել դասերից/պարապմունքներից առանց լուրջ պատճառի	3%	8%	35%	54%	0%		100%
Հարվածել հասակակիցներին/ընկերներին ցավ պատճառելու նպատակով	1%	3%	19%	77%			100%
Հարվածել ընտանիքի անդամներին/հարազատներին		1%	9%	90%	0%		100%
Գոռալ/վիրավորել հասակակիցներին/ընկերներին ցավ պատճառելու նպատակով	1%	3%	22%	74%			100%
Գոռալ/վիրավորել ընտանիքի անդամներին/հարազատներին	0%	3%	14%	84%	0%		100%
Անապահով (առանց պահպանակի, սեռավարակների և անցանկալի հղիության առումով վտանգավոր) սեռական հարաբերություններ ունենալ	1%	1%	6%	65%	7%	20 %	100%
Բարձրաձայն զրուցել, երաժշտություն լսել հանրային վայրում	2%	7%	27%	64%	0%		100%
Ոչ սթափ վիճակում մեքենա վարել	1%	1%	8%	90%	1%		100%
Օգտվել հանրային տրանսպորտից առանց վճարելու	0%	0%	5%	94%	1%		100%
Ստել ընտանիքի անդամներին, հարազատներին, ընկերներին	0%	1%	35%	63%	1%		100%
Դիտավորյալ վնասել կամ ոչնչացնել այլոց գույքը	0%	1%	8%	91%			100%

Q16. Արդյո՞ք Դուք կամ Ձեր շրջապատից որևէ մեկը ներգրավված է եղել 2020թ. Արցախում ռազմական գործողություններում:

	Հաճախություն	Տոկոս (%)
Այո	932	93.2
Ոչ	66	6.6
ՀՊ	2	.2
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

Q17. Ո՞վ է ներգրավված եղել ռազմական գործողություններում:			
	Հաճախություն	Տոկոս (%)	Պատասխան-ների տոկոս (%)
Ես ինքս	77	4.8	8.3
Եղբայրս/քույրս	173	10.6	18.6
Հայրս/մայրս	89	5.5	9.6
Ամուսինս/զուգընկերս	28	1.7	3.0
Ազգականս/բարեկամս	590	36.2	63.3
Ընկերս/ընկերներս	654	40.2	70.2
Այլ (նշել)	16	1.0	1.7
Ընդամենը	**1628**	**100.0**	**174.6**

Q18. Այժմ ես կներկայացնեմ որոշ իրավիճակներ: Գնահատեք, խնդրեմ, թե որքանո՞վ են նշվածները անհանգստացրել Ձեզ ՎԵՐՋԻՆ ՄԵԿ ԱՄՍՎԱ ընթացքում:		
Կրկնվող, անհանգստացնող մտքեր, հիշողություններ կամ պատկերներ սթրեսային իրադարձության մասին		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	246	24.6
Քիչ է անհանգստացրել	208	20.8
Որոշ չափով է անհանգստացրել	286	28.6
Շատ է անհանգստացրել	187	18.7
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	69	6.9
ՀՊ	3	.3
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Կրկնվող, անհանգստացնող երազներ սթրեսային իրադարձության մասին		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	540	54.0
Քիչ է անհանգստացրել	171	17.1
Որոշ չափով է անհանգստացրել	172	17.2
Շատ է անհանգստացրել	78	7.8
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	34	3.4
ՀՊ	4	.4
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Զգացողություն, կարծես անցանկալի իրադարձությունը կրկնվում է (վերապրում եք այդ իրադարձությունը)		

	Հաճախություն	Տոկոս (%)
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	393	39.3
Քիչ է անհանգստացրել	209	20.9
Որոշ չափով է անհանգստացրել	241	24.1
Շատ է անհանգստացրել	114	11.4
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	39	3.9
ՀՊ	3	.3
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Հուզմունք/վրդովմունք անցյալում տեղի ունեցած իրադարձության վերաբերյալ, երբ որևէ բան հիշեցնում է վերջինիս մասին		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	315	31.5
Քիչ է անհանգստացրել	220	22.0
Որոշ չափով է անհանգստացրել	251	25.1
Շատ է անհանգստացրել	147	14.7
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	67	6.7
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Ֆիզիկական խանգարումներ (դժվարացած շնչառություն, սրտխփոց և այլն), երբ որևէ բան հիշեցնում է սթրեսային իրադարձության մասին		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	597	59.7
Քիչ է անհանգստացրել	150	15.0
Որոշ չափով է անհանգստացրել	132	13.2
Շատ է անհանգստացրել	79	7.9
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	36	3.6
ՀՊ	6	.6
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Խուսափում սթրեսային իրադարձությունների հետ կապված մտքերից, խոսակցություններից կամ զգացմունքներից		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	434	43.4
Քիչ է անհանգստացրել	189	18.9
Որոշ չափով է անհանգստացրել	236	23.6
Շատ է անհանգստացրել	107	10.7
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	33	3.3
ՀՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Խուսափում այնպիսի գործողություններից, որոնք հիշեցնում են սթրեսային իրադարձությունը		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	406	40.6
Քիչ է անհանգստացրել	203	20.3
Որոշ չափով է անհանգստացրել	250	25.0

Շատ է անհանգստացրել	112	11.2
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	27	2.7
ՀՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Անցյալում եղած սթրեսային իրադարձությունների կարևոր մասերը հիշելու անկարողություն		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	621	62.1
Քիչ է անհանգստացրել	165	16.5
Որոշ չափով է անհանգստացրել	141	14.1
Շատ է անհանգստացրել	65	6.5
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	8	.8
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Հետաքրքրվածության նվազում այն գործողությունների նկատմամբ, որոնցից նախկինում հաճույք էիք ստանում		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	386	38.6
Քիչ է անհանգստացրել	192	19.2
Որոշ չափով է անհանգստացրել	262	26.2
Շատ է անհանգստացրել	119	11.9
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	37	3.7
ՀՊ	4	.4
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Զգացողություն, որ այլ մարդկանցից կտրված կամ հեռու եք		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Քիչ է անհանգստացրել	160	16.0
Որոշ չափով է անհանգստացրել	202	20.2
Շատ է անհանգստացրել	142	14.2
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	56	5.6
Քիչ է անհանգստացրել	160	16.0
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Սիրո և երջանկության զգացողության բացակայություն հարազատների նկատմամբ		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	760	76.0
Քիչ է անհանգստացրել	90	9.0
Որոշ չափով է անհանգստացրել	73	7.3
Շատ է անհանգստացրել	53	5.3
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	24	2.4
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Զգացողություն, կարծես ապագա չունես		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	612	61.2

Քիչ է անհանգստացրել	154	15.4
Որոշ չափով է անհանգստացրել	116	11.6
Շատ է անհանգստացրել	76	7.6
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	39	3.9
ՀՊ	3	.3
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Քնելու կամ արթուն մնալու հետ կապված խնդիրներ		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	487	48.7
Քիչ է անհանգստացրել	156	15.6
Որոշ չափով է անհանգստացրել	171	17.1
Շատ է անհանգստացրել	137	13.7
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	49	4.9
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Նյարդային կամ զայրույթի պոռթկումներ		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	359	35.9
Քիչ է անհանգստացրել	216	21.6
Որոշ չափով է անհանգստացրել	234	23.4
Շատ է անհանգստացրել	138	13.8
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	52	5.2
ՀՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Կենտրոնանալու դժվարություն		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	382	38.2
Քիչ է անհանգստացրել	231	23.1
Որոշ չափով է անհանգստացրել	229	22.9
Շատ է անհանգստացրել	119	11.9
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	38	3.8
ՀՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Գերզգուշություն կամ գերզգոնություն		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	455	45.5
Քիչ է անհանգստացրել	186	18.6
Որոշ չափով է անհանգստացրել	221	22.1
Շատ է անհանգստացրել	113	11.3
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	23	2.3
ՀՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**
Դյուրագրգռվածություն		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**

Ընդհանրապես չի անհանգստացրել	470	47.0
Քիչ է անհանգստացրել	213	21.3
Որոշ չափով է անհանգստացրել	189	18.9
Շատ է անհանգստացրել	104	10.4
Չափազանց շատ է անհանգստացրել	23	2.3
ՀՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

Q19. ՎԵՐՋԻՆ 3 ԱՄՍՎԱ ընթացքում առցանց հարթակում որքա՞ն հաճախ եք ենթարկվել մեկ այլ անձի կողմից հոգեբանական ճնշման:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Չեմ ենթարկվել	912	91.2
Մի քանի օր ենթարկվել եմ	57	5.7
Օրերի կեսից ավելին ենթարկվել եմ	13	1.3
Գրեթե ամեն օր ենթարկվել եմ	18	1.8
ՀՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

Q20. Ու՞մ կողմից եք ենթարկվել ճնշման:			
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**	**Պատասխան-ների տոկոս (%)**
Անծանոթ ադրբեջանցի կամ թուրք օգտատիրոջ	44	41.4	51.1
Ծանոթ ադրբեջանցի կամ թուրք օգտատիրոջ	2	1.5	1.9
Անծանոթ օտարազգի օգտատիրոջ	5	4.8	6.0
Ծանոթ օտարազգի օգտատիրոջ	2	1.7	2.1
Անծանոթ հայ օգտատիրոջ	30	28.1	34.8
Ծանոթ հայ օգտատիրոջ	19	18.2	22.4
Այլ (նշել)	5	4.3	5.3
Ընդամենը	**107**	**100.0**	**123.5**

Q21. Ի՞նչ քայլերի եք դիմել ճնշման ենթարկվելուց հետո:			
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**	**Պատասխան-ների տոկոս (%)**
Կիսվել եմ ընկերներիս, հարազատներիս հետ	28	24.4	31.5
Դիմել եմ համապատասխան մարմիններին (Ոստիկանություն, ԱԱԾ և այլն)	3	2.3	3.0
Ինքս եմ պատասխանել/ հոգեբանական ճնշման ենթարկել	52	46.3	59.8
Ապաակտիվացրել եմ հաշիվներս	14	12.2	15.7

սոցիալական ցանցերում			
Ոչինչ չեմ ձեռնարկել/արհամարհել եմ	15	12.9	16.7
ՀՊ	2	1.9	2.4
Ընդամենը	**113**	**100.0**	**129.0**

Q22. ՎԵՐՋԻՆ 3 ԱՄՍՎԱ ընթացքում որքա՞ն հաճախ եք անձամբ Դուք ենթարկել հոգեբանական ճնշման մեկ այլ անձի առցանց հարթակում:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Չեմ ենթարկել	888	88.8
Մի քանի օր ենթարկել եմ	73	7.3
Օրերի կեսից ավելին ենթարկել եմ	15	1.5
Գրեթե ամեն օր ենթարկել եմ	24	2.4
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

Q23. Ու՞մ եք ենթարկել ճնշման:			
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**	**Պատասխան-ների տոկոս (%)**
Անծանոթ ադրբեջանցի կամ թուրք օգտատիրոջ	75	54.9	66.8
Ծանոթ ադրբեջանցի կամ թուրք օգտատիրոջ	1	.8	.9
Անծանոթ օտարազգի օգտատիրոջ	12	8.7	10.6
Ծանոթ օտարազգի օգտատիրոջ	2	1.1	1.4
Անծանոթ հայ օգտատիրոջ	23	17.2	20.9
Ծանոթ հայ օգտատիրոջ	21	15.5	18.8
ՀՊ	2	1.7	2.1
Ընդամենը	**136**	**100.0**	**121.5**

Q24. Վերջին ամիսներին ի՞նչ հաճախականությամբ եք...					
	Հաճախ	**Երբեմն**	**Գրեթե երբեք**	**Երբեք**	**Ընդամենը**
Օգտվում համացանցային միջոցներից	88%	10%	1%	1%	100%
Հանդիպում ընկերների հետ	62%	27%	6%	4%	100%
Երաժշտություն ունկնդրում	59%	26%	9%	6%	100%
Հեռուստացույց դիտում	31%	33%	13%	23%	100%
Ընթերցում (գրքեր, թերթեր, ամսագրեր և այլն)	28%	32%	12%	28%	100%
Գրում, նկարում, նվագում (ստեղծագործում)	23%	21%	11%	46%	100%
Վիդեո/թվային խաղ խաղում	21%	24%	10%	45%	100%
Սպորտով զբաղվում	17%	20%	16%	47%	100%

Q25. Ո՞րն է Ձեզ հետաքրքրող տեղեկատվության հիմնական աղբյուրը:			
	Հաճախություն	Տոկոս (%)	Պատասխանների տոկոս (%)
Հայկական հեռուստատեսություն	368	18.1	36.8
Ռուսական հեռուստատեսություն	62	3.1	6.2
Միջազգային հեռուստատեսություն	63	3.1	6.3
Հայկական ռադիոալիքներ	11	.5	1.1
Ռուսական ռադիոալիքներ	3	.2	.3
Միջազգային ռադիոալիքներ	5	.2	.5
Տպագիր մամուլ	12	.6	1.2
Օնլայն մեդիա	196	9.7	19.6
Սոցիալական մեդիա - Տելեգրամ	203	10.0	20.3
Սոցիալական մեդիա - Ֆեյսբուք	670	32.9	67.0
Սոցիալական մեդիա - Թվիթեր	55	2.7	5.5
Սոցիալական մեդիա - Յութուբ	189	9.3	18.9
Այլ սոցիալական մեդիա	184	9.1	18.4
ԴՊ	12	.6	1.2
ՀՊ	1	.0	.1
Ընդամենը	**2034**	**100.0**	**203.4**

Q26. Որո՞նք են Ձեր մոտակա գործողությունները ապագայի համար:			
	Պատասխաններ		Պատասխան-ների տոկոս (%)
	Հաճախություն	Տոկոս (%)	
Շարունակել ուսումս Հայաստանում	389	27.8	39.0
Շարունակել ուսումս արտերկրում	31	2.2	3.1
Գտնել աշխատանք Հայաստանում	258	18.4	25.8
Գտնել աշխատանք արտերկրում	84	6.0	8.4
Փոխել բնակավայրս	86	6.2	8.6
Փոխել զբաղվածությունս/մասնագիտացումս	37	2.6	3.7
Ինքնապաշտպանության կամ պաշտպանության գործողություններին/միջոցառումներին ծանոթանալ/սովորել	10	.7	1.0
Մտնել քաղաքականության մեջ/զբաղվել քաղաքականությամբ	1	.0	.1
Ինքնակրթությամբ/ ինքնազարգացմամբ զբաղվել	90	6.5	9.1
Բարելավել բնակարանային պայմանները	68	4.9	6.8
Ձեռնարկատիրական գործունեություն սկսել	42	3.0	4.2

Ընտանիք կազմել	69	5.0	6.9
Առողջական խնդիրներս լուծել	14	1.0	1.4
Այլ	84	6.0	8.4
Պլաններ չունեմ	77	5.5	7.7
ԴՊ	38	2.7	3.8
ՀՊ	19	1.4	1.9
Ընդամենը	1399	100.0	140.1

Q27. Որո՞նք են Ձեր միջնաժամկետ նպատակները ապագայի համար:			
	Պատասխաններ		**Պատասխան-ների տոկոս (%)**
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**	
Շարունակել ուսումս Հայաստանում	207	14.3	20.7
Շարունակել ուսումս արտերկրում	51	3.5	5.1
Գտնել աշխատանք Հայաստանում	296	20.4	29.6
Գտնել աշխատանք արտերկրում	109	7.5	10.9
Փոխել բնակավայրս	105	7.3	10.5
Փոխել զբաղվածությունս/մասնագիտացումս	34	2.3	3.4
Ինքնապաշտպանության կամ պաշտպանության գործողություններին/միջոցառումներին ծանոթանալ/սովորել	8	.6	.8
Մտնել քաղաքականության մեջ/զբաղվել քաղաքականությամբ	3	.2	.3
Ինքնակրթությամբ/ ինքնազարգացմամբ զբաղվել	84	5.8	8.4
Բարելավել բնակարանային պայմանները	82	5.7	8.2
Ձեռնարկատիրական գործունեություն սկսել	76	5.3	7.6
Ընտանիք կազմել	148	10.2	14.8
Առողջական խնդիրներս լուծել	19	1.3	1.9
Այլ	68	4.7	6.8
Պլաններ չունեմ	70	4.9	7.0
ԴՊ	69	4.8	6.9
ՀՊ	20	1.4	2.0
Ընդամենը	1449	100.0	144.9

Q28. Որո՞նք են Ձեր երազանքները ապագայի համար:			
	Պատասխաններ		**Պատասխան-ների տոկոս (%)**
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**	
Կորոնավիրուսի համավարակն ավարտվի	84	4.7	8.4

Երկրում խաղաղություն տիրի	409	22.9	40.9
Հարազատներիս/հարազատիս առողջական վիճակը բարելավի	68	3.8	6.8
Աշխատատեղեր բացվեն	101	5.6	10.1
Հայաստանում ապրելն անվտանգ լինի	194	10.8	19.4
Շարունակեմ ուսումս Հայաստանում	29	1.6	2.9
Շարունակեմ ուսումս արտերկրում	17	1.0	1.7
Գտնեմ աշխատանք Հայաստանում	116	6.5	11.6
Գտնեմ աշխատանք արտերկրում	42	2.3	4.2
Փոխեմ բնակավայրս	46	2.6	4.6
Փոխեմ զբաղվածությունս/մասնագիտացումս	8	.4	.8
Ինքնակրթությամբ/ ինքնազարգացմամբ զբաղվեմ	29	1.6	2.9
Բարելավեմ բնակարանային պայմանները	45	2.5	4.5
Ձեռնարկատիրական գործունեություն սկսեմ	69	3.9	6.9
Ընտանիք կազմեմ	146	8.1	14.6
Առողջական խնդիրներս լուծեմ	12	.7	1.2
Այլ	202	11.3	20.2
Երազանքներ չունեմ	82	4.6	8.2
ԴՊ	39	2.2	3.9
ՀՊ	51	2.9	5.1
Ընդամենը	1790	100.0	179.0

D1. Սեռը		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
արական	519	51.9
իգական	481	48.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D2. Տարիքային խումբը		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
16-18	324	32.4
19-21	316	31.5
22-24	361	36.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D3.1. Ո՞րն է Ձեր ներկայիս կրթական մակարդակը:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**

Թերի միջնակարգ կրթություն (5-9 դասարան)	93	9.3
Լրիվ միջնակարգ կրթություն (10-12)	422	42.2
Նախնական մասնագիտական (արհեստագործական)	56	5.6
Միջին մասնագիտական կրթություն	123	12.3
Բարձրագույն կրթություն (պետական բուհ)	262	26.2
Բարձրագույն կրթություն (մասնավոր բուհ)	26	2.6
Բարձրագույն կրթություն (միջպետական բուհ, օր.՝ Հայաստանի ամերիկյան համալսարան)	14	1.4
Հետբուհական գիտական աստիճան	3	.3
ՀՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D3.2. Մոր կրթական մակարդակը		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Տարրական կրթություն (լրիվ կամ թերի)	2	.2
Թերի միջնակարգ կրթություն	24	2.4
Լրիվ միջնակարգ կրթություն	401	40.1
Միջնակարգ տեխնիկական կրթություն	57	5.7
Միջին մասնագիտական կրթություն	191	19.1
Թերի բարձրագույն կրթություն	17	1.7
Բարձրագույն կրթություն	283	28.3
Հետբուհական գիտական աստիճան	4	.4
ՀՊ	21	2.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D3.3. Հոր կրթական մակարդակը		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Տարրական կրթություն (լրիվ կամ թերի)	1	.1
Թերի միջնակարգ կրթություն	33	3.3
Լրիվ միջնակարգ կրթություն	418	41.8
Միջնակարգ տեխնիկական կրթություն	90	9.0
Միջին մասնագիտական կրթություն	153	15.3
Թերի բարձրագույն կրթություն	25	2.5
Բարձրագույն կրթություն	241	24.1
Հետբուհական գիտական աստիճան	2	.2
ՀՊ	36	3.6
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D3.1a Ի՞նչ մասնագիտությամբ եք սովորում/սովորել:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Կրթություն	55	11.3
Արվեստ և հումանիտար գիտություններ	97	20.1

Սոցիալական գիտություններ, լրագրություն և տեղեկատվություն	37	7.6
Բիզնես, կառավարում և իրավունք	93	19.2
Բնական գիտություն, մաթեմատիկա և վիճակագրություն	14	2.8
Տեղեկատվական և հաղորդակցման տեխնոլոգիաներ	60	12.4
Գյուղատնտեսություն, անտառային տնտեսություն, ձկնաբուծություն, անասնաբուժություն	15	3.1
Առողջապահություն և սոցիալական ապահովություն	56	11.5
Ծառայություններ	35	7.2
Այլ (նշել)	21	4.4
ԴՊ	1	.2
ՀՊ	1	.3
Ընդամենը	**485**	**100.0**

D4. Ձեր ներկայիս ընտանեկան դրությունը:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Երբեք ամուսնացած չեմ եղել	875	87.5
Ամուսնացած եմ	111	11.1
Ամուսնալուծված եմ	4	.4
Այրի	2	.2
Համակեցություն	7	.7
ՀՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D5. Որտե՞ղ եք ապրում:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Ծնողներիս տանը	831	83.1
Ամուսնուս/կնոջս տանը	64	6.4
Ժառանգություն ստացած բնակարանում/տանը	7	.7
Բնակարանում/տանը, որը ինձ համար գնել են իմ ծնողները	2	.2
Իմ բարեկամների/ընկերների տանը	22	2.2
Տանը, որը ինքս կամ ամուսնուս/կնոջս հետ եմ/ենք գնել	6	.6
Վարձով բնակարանում, որի համար ինքս եմ վճարում	41	4.1
Վարձով բնակարանում, որի համար այլ մարդ է վճարում	24	2.4
ՀՊ	2	.2
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D6. Քանի՞ երեխա ունեք:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
0	912	91.2
1	59	5.9
2	27	2.7
3	2	.2
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D7. Թոշակառուների թիվը ՏՏ-ում		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
0	579	57.9
1	296	29.6
2	113	11.3
3	10	1.0
ՀՊ	2	.2
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D8. Հաշմանդամություն ունեցող անձանց թիվը ՏՏ-ում		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
0	851	85.1
1	121	12.1
2	26	2.6
3	2	.2
ՀՊ	1	.1
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D9. Ձեր զբաղվածության կարգավիճակը		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Աշխատում եմ լրիվ դրույքով (ներառյալ ինքնազբաղվածությունը)	215	21.5
Աշխատում եմ կես դրույքով՝ մեկ աշխատավայրում (ներառյալ ինքնազբաղվածությունը)	56	5.6
Աշխատում եմ կես դրույքով՝ մեկից ավելի աշխատավայրերում (ներառյալ ինքնազբաղվածությունը)	7	.7
Չեմ աշխատում, աշխատանք եմ փնտրում	126	12.6
Չեմ աշխատում, աշխատանք չեմ փնտրում	80	8.0
Աշակերտ եմ	153	15.3
Ուսանող եմ	218	21.8
Աշակերտ եմ և աշխատում եմ	16	1.6
Ուսանող եմ և աշխատում եմ	93	9.3

Տնային տնտեսուհի	34	3.4
Այլ (նշել)	2	.2
ՀՊ	2	.2
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D10. Ձեր զբաղվածության ոլորտը		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Գյուղատնտեսական կամ անտառային ոլորտում	40	10.4
Արդյունաբերական արտադրությունում	15	3.9
Շինարարությունում, տրանսպորտի կամ կապի ոլորտում	33	8.5
Պետական հատվածում	35	9.1
Մշակույթի, գիտության, կրթության, առողջապահության, ֆինանսների, ապահովագրության ոլորտներում	71	18.4
Առևտրի, սպասարկման, սննդի սպասարկման կամ կոմունալ ու նման ոլորտներում	131	33.8
Ռազմական կամ իրավապահ ոլորտներում	7	1.8
Այլ (նշել)	46	11.9
ՀՊ	8	2.1
Ընդամենը	**386**	**100.0**

D11. Որո՞նք են Ձեր հիմնական ֆինանսական աղբյուրները:			
	Պատասխաններ		**Պատասխան-ների տոկոս (%)**
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**	
Ստանում եմ ֆինանսական աջակցություն ծնողներից	660	52.7%	66.1%
Ստանում եմ ֆինանսական աջակցություն ամուսնուցս/կնոջից	73	5.8%	7.3%
Ընտանեկան նպաստ	7	.5%	.7%
Պետական օգնություն	18	1.5%	1.8%
Ես դրամական փոխանցումներ եմ ստանում արտերկրից	36	2.9%	3.6%
Դրամաշնորհ, ուսանողական վարկ, կրթաթոշակ	32	2.6%	3.2%
Ես ունեմ սեփական եկամուտ (աշխատավարձ, վճար և այլն)	403	32.1%	40.3%
Ես եկամուտ ունեմ վարձակալությունից	10	.8%	1.0%
Այլ	9	.8%	1.0%
ԴՊ	4	.3%	.4%
ՀՊ	1	.1%	.1%
Ընդամենը	**1853**	**100.0**	**125.6**

D12. Միջին հաշվով որքա՞ն են կազմում Ձեր տնային տնտեսության ամսական ծախսերը:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Մինչև 25.000 ՀՀ դրամ	8	.8
25.001 – 50.000 ՀՀ դրամ	38	3.8
50.001 – 120.000 ՀՀ դրամ	131	13.1
120.001 – 200.000 ՀՀ դրամ	306	30.6
200.001 – 350.000 ՀՀ դրամ	223	22.3
350.001 – 600.000 ՀՀ դրամ	101	10.1
600.001 – 950.000 ՀՀ դրամ	9	.9
950.001 ՀՀ դրամից ավելի	10	1.0
ԴՊ	141	14.1
ՀՊ	33	3.3
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D13. Այս իրավիճակներից ո՞րն է առավել լավ բնութագրում Ձեր տնային տնտեսության ներկայիս տնտեսական վիճակը:		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Գումարը չի բավարարում սննդին	8	.8
Գումարը բավարար է սննդի, բայց ոչ հագուստ գնելու համար	38	3.8
Գումարը բավարար է սննդի և հագուստի համար, բայց ոչ այնպիսի թանկարժեք ապրանքների, ինչպիսիք են սառնարանը, լվացքի մեքենան և այլն	131	13.1
Մենք կարող ենք գնել այնպիսի թանկարժեք ապրանքներ, ինչպիսիք են սառնարան, լվացքի մեքենա և այլն	306	30.6
Մենք կարող ենք մեզ թույլ տալ գնել այն ամենը, ինչ ցանկանում ենք	223	22.3
ԴՊ	101	10.1
ՀՊ	9	.9
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D14. Բնակության մարզը		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Արագածոտն	49	4.9
Արարատ	84	8.4
Արմավիր	99	9.9
Գեղարքունիք	92	9.2
Լոռի	75	7.5
Կոտայք	86	8.6
Շիրակ	72	7.2
Սյունիք	50	5.0

Վայոց Ձոր	19	1.9
Տավուշ	47	4.7
Երևան	327	32.7
Ընդամենը	**1000**	**100.0**

D15. Բնակավայրի տեսակը		
	Հաճախություն	**Տոկոս (%)**
Քաղաքային	271	27.1
Գյուղական	402	40.2
Երևան	327	32.7
Ընդամենը	**1000**	**100.0**