



Երկրաշարժի հետեւանքները



Աշխատանքային հանդիպում



Արարատից մինչեւ Ֆուջիյամա



Քննադատություն



# արտակարգ թերթ

N 7 (376) 4.3.2011 - 10.3.2011 www.emergency.am

## Դուք՝ գեղեցիկ ու ճշմարիտ, ինչպես կյանքը Շնորհավոր ձեր Մարտի 8-ը, սիրելի կանայք



«Կինը ծաղիկով», Պաբլո Պիկասո, 1932 թվական

Վաղնջական, անհիշելի ժամանակներում ծագած լեգենդները փոխաբերության լեզվով պատմում են մարդկանց մասին, որոնք իրենց իսկական կեսերին գտած, նրանց հետ Մեկ դարձած ու զորացած էին այնքան, որ կարողանում էին հավասարվել աստվածներին: Սրանք էլ ահա «կիսեցին» մարդկանց ու տկարացրին:

Բայց մինչ օրս էլ, դարձյալ, **ու գտնում է իր կեսին, գորեղանում է աստվածաշափ...**

Տարածված կարծիք կա, որ աշխարհն այսօր տղամարդկանց աշխարհ է: Մակերեսային կարծիք է, **քանզի եթե կա տղամարդկանց աշխարհ, ապա կնոջ «շուրջը» պատվելու համար միայն:**

Ուրեմն, իրոք ճշմարիտ լեգենդներ են ծագել վաղնջական ժամանակներում:

Միայնակ է մտնում այն հայացքը, թե կանայք գարնանային այս տոնի առթիվ են միայն արժանանում անհրաժեշտ ուշադրության:

Ոչ, սա մեզ մեր այս միակ իրական աշխարհում միակ ճշմարիտ գեղեցկությամբ շրջապատող կանանց հանդեպ վերաբերմունքի նոր տարին է, նոր տարվա օրը, այսինքն՝ նախորդի ամփոփումն ու հաջորդի սկիզբը: Իսկ բուն տոնն այն Օրն է, երբ հասու են դառնում կյանքի ամենախորունկ խորհրդին...

Հատկապես մեզ՝ հայերիս համար այդպես է: Բնական ու տեխնածին աղետ-

ների այս երկրում, որտեղ ամեն քար ու քիփ տակ, ամեն սար ու ձորի ծերպին վտանգ է թաքնված, չկա ավելի հզոր «պաշտպանական համակարգ», քան հայ կինը, մայրը, քույրը: Իհարկե, բոլոր ազգերին էլ պահողը կինն է, բայց մերն առավել: Եւ որքան էլ միջազգային լինի այս գիծ ամսվա ութերորդ, թվում է, թե սովորական գարնանային օրը, միեւնույն է, սա մեր օրն է: Ու եթե այս օրը հայ կինը հերթական անգամ պետք է մեծարվի, գուցե ամենօրյա մեծարանքից քիչ ավելի, դա պարզապես հաստատումն է վերն ասվածի:

Ու նաեւ՝ պարզապես այս օրն է, որ հանկարծ, գրեթե խելակորույս առօրյայից առժամանակ թոթափվելով, գլխի են ընկնում, որ մեր լեզուն իր բոլոր-բոլոր գեղեցիկ բառերը, իր բոլոր-բոլոր ճշմարիտ բառերն արարել է կնոջը բնորոշելու համար. ահա՛ կյանքի երկրաշարժերի փլատակներից հեզ ժպտացող, ջրհեղեղներից ու սելավներից, փոթորիկներից ու հողմերից չքշվող, հրդեհներից սուկ շիկնող, արժեզրկումների սողանքներից ու անդունդներից վեր հառնող, միշտ կանացի, գրավիչ ու դյուբիչ, հմայիչ ու ցանկալի, առիւնքնող ու նրբագեղ, հավատավոր ու արժանապատիվ, առաքինի, ազնիվ, համեստ ու շիտակ, ժպտաղետն ու նրբանկատ, բարեկիրթ ու ներողամիտ, համբերատար, հոգատար, զիջող ու քնքուշ, զբառատ ու կարեկից, մեծահոգի ու պատրաստա-

կան, զգայուն, զգացմունքային, փխրուն ու աներեր, բարի, լռող, լսող ու հասկացող, գոհ, երախտապարտ ու ամենակարող...

**Սիրելի, սիրելի կանայք...**  
Թող ձեզ շրջապատող տղամարդկանց ջանքը բավարարի ձեր անօրի հոգու տիզերին հասնելու համար, որպեսզի կարողանան հատիկ-հատիկ աստղեր հավաքեն ու ձեր բոլոր ապրած ու ապրելիք հուշ-պատահիկներից երկրագունդը պարուրող՝ ձեր լանջը զարդարող աստղաշրթա հյուսեն, անվախ լինեն, խիզախ ու քաջ, կենսասեր, կնամեծար ու կենսափինդ, պատվախնդիր, վեհանձն, սրտաբաց, սկզբունքային, աշխատասեր ու վճռական, պարտքի, պատասխանատվության եւ հունորի զգացումով, չափավոր ու հավասարակշիռ, ռոմանտիկ ու շռայլ, տղամարդ լինեն ու ձեզ արժանի:

Ու բնավ էլ կապ չունի, թե դրսում ինչ եղանակ է, գարուն թե աշուն...

Հայ կնոջ կողքին միշտ էլ գարուն է, ծաղկաշատ ու երանավետ, ապահով ու անվտանգ գարուն:

**Մեր թանկագին սիրասուն մայրեր, փափկասուն կանայք, նազելի աղջիկներ, «Արտակարգ թերթը» շնորհավորում է Ձեր գարնանային տոնը, ցանկանում Ձեզ արտակարգ առողջություն, անխաթար երջանկություն, անսահման սեր ու լիակատար ինքնահաստատում:**

## Տղամարդկանց կողքին՝ նրանց հավասար

Մարտի 1-ին Քաղաքացիական պաշտպանության համաշխարհային կազմակերպությունը տոնեց իր 53-ամյակը: Մեր երկիրը ՔՊՄԿ-ին անդամակցել է 17 տարի առաջ: Այս տարվա միջոցառումներն անցան «Կանանց դերը՝ Քաղաքացիական պաշտպանությունում» կարգախոսով:

Հայաստանի ավելի քան 150 ուսումնական հաստատություններում եւ օբյեկտներում մարտի 1-ին կազմակերպվեցին Քաղաքացիական պաշտպանության համաշխարհային օրվան նվիրված միջոցառումներ՝ վարժանքներ, ցուցադրական ելույթներ ու դասախոսություններ...

Արտակարգ իրավիճակների նախարար Արմեն Երիցյանը մարտի 1-ին այցելեց Երեւանի թիվ 104 դպրոց, ուր եւս ուսումնավար-

ժություն էր անցկացվում:

Ըստ սցենարի, դպրոցի երրորդ հարկում՝ ռազմագիտության դասարանում հրդեհ էր բռնկվել: Երեխաների մի մասն ինքնուրույն կողմնորոշվեց եւ ուսուցչուհիների հետ դուրս փախավ դպրոցի շենքից: Դպրոցի տնօրինությունը հրդեհի մասին իմանալուն պես դիմեց 1-01 ծառայություն: Հրշեջփրկարարները րոպեների ընթացքում հասան նշված վայր: Օպերատիվ միջոցառումների արդյունքում, հրշեջները մարեցին կրակը, իսկ տուժած երեխաներին պատգարակներով տարհանեցին դպրոցից ու ցուցաբերեցին առաջին բուժօգնություն:

Դպրոցականները թե՛ փրկարարներին, թե՛ հրշեջներին, թե՛ պարամեդիկներին հարցուփորձ էին անում, թե ինչ պետք է անել հրդեհի կամ էլ գազերից թունավորվելու ժամանակ:

8-րդ դասարանցի Գոռ Խաչատրյանը վստահ էր, որ հրշեջներն իրեն փրկելու են, հավատում էր, որ ուսումնավարժանքն առաջին հերթին իրեն է անհրաժեշտ:

- Հրդեհի բռնկման ժամանակ մենք հենց ռազմագիտության դասարանում էինք: Մի ֆանի ռոտե չէր անցել, որ հրշեջները դասուհանցից մերս մտան ու սահանցեցին մեզ: Վախենալը՝ չվախեցա, ուղղակի, աչքես չորս արած, հեծելուն էի ամբողջ ընթացքին, ու եթե հանկարծ մի օր նման մի դասահար տեղի ունենա, ես վստահ եմ, որ կկարողանամ արագ կողմնորոշվել: Չէ՞ որ արտակարգ այս իրավիճակը կազմակերպված էր նրա համար, որ մենք սովորեմք ինքնադաշտանակվել, - ասում է Գոռ Խաչատրյանը:

Փ/ծ կապիտան Աստղիկ Քանայանը նշեց, որ ուսումնավարժանքի ընթացքում բավական



բարդություններ առաջացան.

- Փրկարարներն արագ արձագանքեցին, վայրկյանների արագությամբ դրոշմում հրդեհաչիջման աշխատանքներ իրականացրեցին: Մեր գործի էությունն էլ հենց այն է,

որ կազմակերպենք, համախմբենք աշխատողներին, որ արդյունքն ավելի գոհացուցիչ լինի: Կային նաեւ թերություններ, որոնք մեզ համար էլ էին օրինակ, ուսուցում:




**Աին**  
միացյալ հեռախոսահամարն է  
**1-01**

### Վթար՝ սողանքից

Փետրվարի 24-ին, ժամը 11.35-ին «Հայ-ռուսագաղարկ» ՓԲԸ Սյունիքի մարզի գազաֆիկացման և գազամատակարարման միավորման Քաջարանի տեղամասից ահազանգ է ստացվել, որ մարզի Արփիկ բանավանի սողանքային գոտում տեղի է ունեցել հողի սողք՝ 15 մ երկարությամբ և 4 մ լայնությամբ: Դրա հետևանքով վնասվել է բանավանը սնուցող միջին ճնշման գազատար խողովակը՝ 7 մ երկարությամբ: Առկա է գազի արտահոսք:

Դեպքի վայր է մեկնել մարզային փրկարարական ջոկատը:

Արփիկ բանավանի գազամատակարարումը դադարեցվել է և ձեռնարկվել են համապատասխան միջոցառումներ՝ վթարը վերացնելու և գազամատակարարումը վերականգնելու ուղղությամբ:

Ժամը 14.50-ին «Հայռուսագաղարկ» ՓԲԸ Սյունիքի մասնաճյուղի և Քաջարանի վթարավերականգնողական բրիգադի կողմից վթարը վերացվել է, գազամատակարարումը՝ վերականգնվել:

### Դեղորայքային թունավորումներ

Փետրվարի 24-ին Լոռու մարզից տեղեկացրել են, որ ժամը 13.59-ին դեղորայքային թունավորումով Վանաձորի թիվ 2 հիվանդա-

նոց է տեղափոխվել նույն քաղաքի Լեռնային փողոցի թիվ 20 տան բնակչուհի, 1991 թ. ծնված Հեղինե Սոսոյանը:

Բժիշկները տուժածի առողջական վիճակը գնահատել են որպես միջին ծանրության:

• Փետրվարի 26-ին, ժամը 01.30-ի սահմաններում դեղորայքային թունավորման նախանշաններով «Արմենիա» բժշկական կենտրոն է տեղափոխվել Երեւանի Դավիթաշեն 4-րդ թաղամասի թիվ 53 շենքի 40-րդ բնակարանի բնակչուհի՝ 1992 թ. ծնված Վերոնիկա Ղազարյանը:

Ըստ բժիշկների՝ տուժածի առողջական վիճակը միջին ծանրության է:

• Փետրվարի 26-ին, ժամը 08.40-ին ահազանգ է ստացվել, որ դեղորայքային թունավորում է ստացել Երեւանի երգչկայան 1 շենքի թիվ 16 բնակարանի բնակչուհի՝ 1981 թ. ծնված Լուսինե Սկրտչյանը:

Տուժածը, շտապօգնության բրիգադի կողմից բուժօգնություն ստանալով, հրաժարվել է հիվանդանոց տեղափոխվելուց:

### Մննդային թունավորում

Փետրվարի 25-ին, ժամը 17.35-ին տեղեկություն է ստացվել, որ սննդային թունավորման նախանշաններով (բուտուլիզմ) «Արմենիա» բժշկական կենտրոն են տեղափոխվել Երեւանի Լեւոնիսի 3-րդ փողոցի թիվ 35 տան բնակչուհի՝ 1969 թ. ծնված Արտա, 1991 թ. ծնված Տաթևիկ և 1999 թ. ծնված Մարիետա Գեղորայանները:

Նախնական տվյալներով՝ տուժածներն օգտագործել են երշիկ և պահածոյացված լոլիկ: Ա. Գեղորայանի առողջական վիճակը միջին ծանրության է, իսկ երեխաներինը՝ բավարար:

### Ընկել է 4-րդ հարկից

Փետրվարի 24-ին շտապօգնության ծառայությունից ստացված տեղեկության համաձայն՝ ժամը 23.30-ին Երեւանի Գեներալ Բաբայան 1 շենքի 4-րդ հարկից վայր է ընկել նույն շենքի բնակիչ՝ 1990 թ. ծնված Մարտին Աղաջանյանը: Պատահարի հետևանքով վերջինս ստացել է տարբեր մարմնական վնասվածքներ ու տեղափոխվել «Սուրբ Գրիգոր Լուսավորիչ» բժշկական կենտրոն:

Ըստ բժիշկների՝ տուժածի առողջական վիճակը միջին ծանրության է:

### Մեքենաները ձնաբքի մեջ

Փետրվարի 26-ին, ժամը 05.31-ին Շիրակի մարզից ահազանգ է ստացվել, որ ձնաբքի հետևանքով Բավրա-Գյումրի ավտոճանապարհի 8-րդ կմ-ում ավտոմեքենաներ են խցանվել և անհրաժեշտ է օգնություն:

Աշոցքի «Ճանշին» ընկերության ուժերով ճանապարհի երթեւեկի հատված է դուրս բերվել «Օպել» մակնիշի մի ավտոմեքենա, որտեղ գտնվել են վարորդը և մեկ ուղևոր:

### Դիակ բնակարանում

Փետրվարի 27-ին, ժամը 13.12-ին ահազանգ է ստացվել, որ Երեւանի Սարյան 1ա շենքի 2-րդ բնակարանի բնակիչը չի արձագանքում հայտնաբերել 1917 թ. ծնված Մարջիկ Սաֆարյանի դին:

Դեպքի վայր է մեկնել հատուկ փրկարար ջոկատի հերթապահ խումբը:

Փրկարարները, հարազատների ներկայությամբ, բացել են բնակարանի դուռը և միջանցքում հայտնաբերել 1917 թ. ծնված Մարջիկ Սաֆարյանի դին:

### Քարերը թափվել են ավտոմեքենայի վրա

Փետրվարի 28-ին, ժամը 18.06-ին տեղեկություն է ստացվել, որ Երեւանի Կորյունի 23/4 հասցեում տան պատը փլուզվել է, և քարերը թափվել են այնտեղ կայանված ավտոմեքենայի վրա:

Դեպքի վայր մեկնած ՀՓԾ աշխատակիցները տեղում պարզել են, որ նշված տան պատի 4 ըմ մակերեսով հատվածը փլուզվել է, քարերը թափվել են «Ռոլեր» մակնիշի 04 OS 175 պետհամարանիշով ավտոմեքենայի վրա:

Ձևեր են վիրավորներ չկան:

### Բախվել են մեքենաներ

Փետրվարի 28-ին, ժամը 17.08-ին Սյունիքի մարզից ահազանգ է ստացվել, որ Գորիս-Շորիսնձոր ավտոճանապարհի 7-րդ կիլոմետրում տեղի է ունեցել ճանապարհատրանսպորտային պատահար:

Դեպքի վայր են մեկնել Գորիսի ջոկատի հրշեջ-փրկարարները:

Պարզվել է, որ իրար են բախվել «ԳԱ-

Ձեկ» մակնիշի 676 LO 68 պետհամարանիշով բեռնատարը և «ԳԱԶ-24» մակնիշի 17 LS 409 պետհամարանիշով ավտոմեքենան: Պատահարի հետևանքով «ԳԱԶ-24» մակնիշի ավտոմեքենայի վարորդ՝ 1990 թ. ծնված Գեղամ Կարապետյանը և ուղևորներ՝ 1976 թ. ծնված Արթուր Աթայանը, 1990 թ. ծնված Հարութ Հովսեփյանը ստացել են տարբեր մարմնական վնասվածքներ և մինչ հրշեջ-փրկարարների ժամանելը տեղափոխվել Գորիսի հիվանդանոց:

Ըստ բժիշկների՝ տուժածների առողջական վիճակը միջին ծանրության է:

### Շաբաթվա ընթացքում հանրապետության տարածքում արձանագրվել է տարաբնույթ հրդեհների 28 դեպք:

### Հրդեհ տանը

Փետրվարի 26-ին, ժամը 03.25-ին ահազանգ է ստացվել, որ հրդեհ է բռնկվել Երեւանի Թավրիզյան 9 հասցեում:

Դեպքի վայր է մեկնել երկու մարտական հաշվարկ: Քիչ անց օգնության է մեկնել եւս երկու մարտական հաշվարկ: Հրդեհը մեկուսացվել է ժամը 04.30-ին, մարվել՝ 04.39-ին:

Այրվել է տան տանիքը՝ 200 քմ և 2-րդ հարկի հյուրասենյակը՝ 30 քմ մակերեսներով:

• Փետրվարի 26-ին, ժամը 20.25-ին հրդեհ է բռնկվել Արարատի մարզի Նշավան գյուղում:

Դեպքի վայր է մեկնել մեկ մարտական հաշվարկ: Հրդեհը մեկուսացվել է ժամը 21.33-ին, մարվել՝ 21.43-ին:

Այրվել է Թ. Հախվերդյանին պատկանող տան տանիքը՝ 50 քմ մակերեսով և այնտեղ պահեստավորված 70 հակ անասնակեր:

• Փետրվարի 27-ին, ժամը 05.45-ին ահազանգ է ստացվել, որ հրդեհ է բռնկվել Երեւանի Ֆուչիկի 6 շենքում:

Դեպքի վայր է մեկնել երկու մարտական հաշվարկ և մեկ ավտոսանրուղ: Քիչ անց հրդեհի վայր է մեկնել եւս երկու մարտական հաշվարկ: Հրդեհը մեկուսացվել է ժամը 06.15-ին, մարվել՝ 06.58-ին:

Այրվել է Ա. Փափազյանին պատկանող թիվ 27 բնակարանի հյուրասենյակը գույքով՝ 35 քմ և շենքի տանիքը՝ 4 քմ մակերեսով:

## միջազգային լուրեր

### Փոթորիկ Վրաստանում

Փետրվարի 25-ին Վրաստանի Քութայիսի քաղաքով անցած փոթորիկը պոկել է բազմաթիվ տների տանիքներ, տապալել ծառեր: Ընկած ծառերը վնասել են տներ և ավտոմեքենաներ:

Տարերքի հասցրած վնասի չափը ճշտվում է: Վերականգնողական աշխատանքներն սկսվել են շաբաթ առավոտյան: Տուժածներ չկան: Ինտերնետի շրջանում ուժեղ քամին վնասել է էլեկտրալարերը, ինչի հետևանքով հասանաքագրվել է մի քանի բնակավայր: ավելի քան 80 հազար մարդ մնացել է առանց էլեկտրաէներգիայի:

### Երկրաշարժի հետևանքները

Նոր Ջեյլանդիայի ոստիկանության տվյալներով՝ Քրայստչեյթ քաղաքի մերձակայ-



քում տեղի ունեցած երկրաշարժի զոհերի թիվը հասել է 240-ի:

Այս թիվը եւս դեռ վերջնական չէ: Շարունակվում են անհետ կորածների որոնումները: Վերջին կենդանի տուժածին փլատակներից հանել են փետրվարի 23-ին:

Հիշեցնենք, որ փետրվարի 22-ին Նոր Ջեյլանդիայի Քրայստչեյթ քաղաքի մերձակայքում գրանցվել էր 6,3 մագնիտուդով երկրաշարժ, որը վերջին 80 տարիների ամենակործանարար երկրաշարժն է Նոր Ջեյլանդիայի տարածքում:

### Կանադական հերթական զոհերը

Կիրակի օրը Բրազիլիայում կանադական ժամանակ բարձրավոլտ մետաղալարի վայր ընկնելու հետևանքով հոսանքահարվել է տեղում զոհվել է 16 մարդ: Առաջացած հրմշտոցի և խառնաշփոթի պատճառով կանադական երթի եւս 50 մասնակից ստացել են տարբեր աստիճանի վնասվածքներ և տեղափոխվել հիվանդանոց:

Ողբերգությունը կատարվել է Բանդեյրա դու Սուլ փոթորիկ քաղաքի կենտրոնական հրապարակում, որտեղ հավաքված է եղել տեղի գրեթե ողջ բնակչությունը՝ շուրջ վեց հազար մարդ:

Ըստ տեղական լրատվամիջոցների՝

մետաղալարը պոկվել է շարժական բեմը տեղափոխող բեռնատարի սխալ շարժումից: Մյուս վարկածի համաձայն՝ մետաղալարի վրա է ընկել ինքնաշեն սայլուտը, ինչի հետևանքով տեղի է ունեցել կարճ միացում:

Սա կանադական տոնախմբության ընթացքում տեղի ունեցած առաջին միջադեպը չէ: Այսպես, փետրվարի 7-ին Ռիո դե ժանեյրոյում հրդեհ էր բռնկվել կանադական հագուստների և դեկորացիաների պատրաստման արհեստանոցում: Կրակը ոչնչացրել էր ավելի քան ութ հազար հագուստներ և բազմաթիվ դեկորացիաներ: Իսկ մի քանի օր առաջ Մասեյո քաղաքում հարթած վարորդը մեքենան միտքել էր կանադական երթը փորձարկող մարդկանց խմբի մեջ: Միջադեպի հետևանքով տուժել էր 18 մարդ:

### Հրեղեն կոռուզոր

Մարտի 2-ին Հունգարիայում ուժգին հրդեհ է բռնկվել պլաստմասի վերամշակման գործարանում: Հրդեհից առաջացել է հրեղեն տոռնադ:

Միջադեպը տեղի է ունեցել մայրաքաղաք Բուդապեշտի արվարձանում: Կրակի առանձին բոցեր հասել են 4,5 մետրի: Ականատեսների վկայությամբ, հրդեհը ուղեկցվել է մի շարք փոքր և խոշոր պայթյուններով: Հրդեհաշիջմանը մասնակցել է ավելի քան 70 հրշեջ: Կրակն ընդգրկել է 400 քմ տարածք:

Հրեղեն տոռնադոյի երեսույթը սովորա-



բար առաջանում է բնական հրդեհների ժամանակ և կարող է ունենալ 10-50 մետր բարձրություն և մի քանի մետր լայնություն: Ամենակործանարար հրեղեն տոռնադն գրանցվել էր 1923 թվականին Ճապոնիայում: Հսկայական հրեղեն սյունը 15 րոպեում 38 հազար մարդ էր սպանել:

### Ջոկվել է 32 հարսանքավոր

Հնդկաստանի Չամբա շրջանում հարսանքավորներին տեղափոխող ավտոբուսը 300 մետր բարձրությունից ընկել է անդունդը: Ավտոբուսում եղած 40 ուղևորներից 32-ը զոհվել են:

Ըստ տեղի ոստիկանության հաղորդած տվյալների՝ ուղևորները հարսանքի արարողության էին շտապում:

Վթարի պատճառները ճշտվում են: Հաղորդվում է, որ վերջին օրերին Չամբա շրջանում չեն դադարում հողառատ անձրեւները:

Ֆախնա Թյունիբաբյան



## Մարտ ամսվա կլիմայական բնութագիրը և եղանակի կանխատեսումը

Մարտ ամսին շարունակում է ավելանալ արեգակի բարձրությունը հորիզոնից: Զգալիորեն բարձրանում է երկրի մակերևույթի ջերմությունը: Փետրվարի համեմատ մարտին օդի միջին ամսական ջերմաստիճանը բարձր է 3,9 °C: Միջին տասնօրյակային ջերմաստիճանն առաջին տասնօրյակում կազմում է -3,2 °C, երրորդ տասնօրյակում՝ +0,5 °C:

Միջին ամսական ջերմաստիճանը Գեղարքունիքում, Շիրակում, Արագածոտնի լեռնային շրջաններում և Կոտայքում բացասական է՝ -1... -4 °C, Լոռիում (Տաշիրում՝ -3 °C), Սյունիքի, Արագածոտնի նախալեռներում՝ 0... +2 °C, իսկ հանրապետության մնացած շրջաններում՝ +3... +8 °C: Արարատի, Արմավիրի մարզերում, Սյունիքի հովիտներում և Երեւանում օդի միջին ամսական ջերմաստիճանի անցումը 0-ից բարձր տեղի է ունենում մարտի սկզբին, Լոռիում՝ երկրորդ, Արագածոտնի լեռնային շրջաններում, Գեղարքունիքում, Շիրակում՝ երրորդ տասնօրյակներում:

Արկտիկական ցուրտ օդային զանգվածների ներխուժումներով պայմանավորված մարտ ամսին բացարձակ նվազագույն ջերմաստիճանն առանձին տարիների հասել է լեռնային շրջաններում՝ -28... -34 °C, նախալեռներում՝ -24... -30 °C, հովտային շրջաններում՝ -13... -17 °C, Արարատյան դաշտում՝ -17... -25 °C:

Մերձավոր Արեւելքից և Միջերկրական ծովի շրջաններից Արեւադարձային տաք օդային զանգվածները բերում են ջերմաստիճանի զգալի բարձրացում: Բացարձակ առավելագույն ջերմաստիճանը հանրապետության լեռնային շրջաններում առանձին տարիների հասել է՝ +19... +22 °C, նախալեռնային շրջաններում, Արարատյան դաշտում, Տավուշում՝ +23... +27 °C, Սյունիքի հովիտներում՝ +25... +30 °C:

Երեւանի միջին ամսական ջերմաստիճանը +5,1 °C է, առաջին տասնօրյակում՝ +3,0 °C, երկրորդ տասնօրյակում՝ +5,0 °C և երրորդ տասնօրյակում՝ +7,2 °C: Զերմաստիճանը Երեւանի բարձրադիր և ցածրադիր մասերում տարբեր է: Ամենացածր ջերմաստիճանը գրանցվել է 1985 թ. քաղաքի ցածրադիր մասերում՝ -25,2 °C, բարձրադիր մասերում՝ -16,4 °C, իսկ ամենաբարձր ջերմաստիճանները 1970 թ.՝ 27 °C և 2001 թ.՝ 24,8 °C:

Տեղումներով օրերի թիվը հանրապետությունում կազմում է 9-13 օր (Արարատյան դաշտում՝ 6-8 օր): Ամսական տեղումների քանակը շրջանների մեծ մասում 28-45 մմ, համեմատաբար շատ տեղումներ են դիտվում Կապանում՝ 60 մմ, Ապարանում, Գրազդանում՝ 67 մմ, Գորիսում՝ 75 մմ: Տեղումների նվազագույն քանակը գրանցվում է Արարատյան դաշտում՝ 23-24 մմ:

Ձմառածկի միջին բարձրությունը Արագած բարձր լեռնային կայանում լինում է 160 սմ, Ջերմուկում՝ 75 սմ, Արագածոտնի լեռնային շրջաններում, Կոտայքում՝ 50-65 սմ, Շիրակում՝ 40-50 սմ: Հանրապետության նախալեռ-

նային և հովտային շրջաններում ձմառածկը վերանում է մարտի սկզբին, իսկ ձմեռների 50%-ի դեպքում կայուն ձմառածկը բացակայում է: Չյան հալոցքը ինտենսիվ կերպով սկսվում է, երբ միջին օրական ջերմաստիճանը գերազանցում է +30... +5 °C:

Եղանակի վտանգավոր երեւույթներից դիտվում է ուժեղ քամի, բուք, մառախուղ և ցրտահարություն: Առանձին տաք տարիներին մարտի երրորդ տասնօրյակում ցածրադիր վայրերում դիտվում է ցրտահարություն՝ 800-1000 մ բարձրության վրա ցրտահարությունները դիտվում են հիմնականում մարտի 21-28 ընկած ժամանակահատվածում:

Մարտի երրորդ տասնօրյակում Արարատյան դաշտում ծիրանեմին ծաղկում է: Վերջին 20-25 տարիների ընթացքում ծիրանեմու ամենավաղ ծաղկումը եղել է 2010 թ. մարտի 12-14-ը:

### Արարատի և Արմավիրի մարզեր, Արագածոտնի նախալեռներ

Օդի ամսական միջին ջերմաստիճանը սպասվում է 6... 7 °C, որը մոտ է բազմամյա միջին արժեքին՝ դրական շեղումով: Առանձին օրերի հնարավոր է ջերմաստիճանի նվազում գիշերը մինչև -2... -5 °C, ամսվա երկրորդ կեսին՝ ջերմաստիճանի բարձրացում ցերեկը մինչև 20... 22 °C (դիտված բազմամյա միջին նվազագույն ջերմաստիճանը 0... -2 °C, առավելագույնը՝ 9... 12 °C): Ամսական տեղումների քանակը ենթադրվում է բազմամյա միջին քանակից ավել (նորման 25-35 մմ):

### Շիրակի, Կոտայքի և Գեղարքունիքի մարզեր, Արագածոտնի մարզի լեռնային շրջաններ

Օդի ամսական միջին ջերմաստիճանը սպասվում է -2... -3 °C, որը մոտ է բազմամյա միջին արժեքին՝ դրական շեղումով: Առանձին օրերի հնարավոր է ջերմաստիճանի նվազում գիշերը մինչև -10... -15 °C, ամսվա երկրորդ կեսին՝ ջերմաստիճանի բարձրացում ցերեկը մինչև 7... 12 °C (դիտված բազմամյա միջին նվազագույն ջերմաստիճանը -9... -14 °C, առավելագույնը՝ 2... 4 °C): Ամսական տեղումների քանակը ենթադրվում է բազմամյա միջին քանակից ավել (նորման 40-60 մմ):

### Լոռու մարզ

Օդի ամսական միջին ջերմաստիճանն սպասվում է +1... +3 °C, որը 10 °C բարձր է բազմամյա միջին արժեքից: Առանձին օրերի հնարավոր է ջերմաստիճանի նվազում գիշերը մինչև -7... -12 °C, ամսվա երկրորդ կեսին՝ ջերմաստիճանի բարձրացում ցերեկը մինչև 13... 18 °C (դիտված բազմամյա միջին նվազագույն ջերմաստիճանը -4... -6 °C, առավելագույնը՝ 5... 7 °C): Ամսական տեղումների քանակը ենթադրվում է բազմամյա միջին քանակից ավել (նորման 35-40 մմ):

### Տավուշի մարզ

Օդի ամսական միջին ջերմաստիճանն սպասվում է 3... 6 °C,

որը 1 °C բարձր է բազմամյա միջին արժեքից: Առանձին օրերի հնարավոր է ջերմաստիճանի նվազում գիշերը մինչև -2... -7 °C, ամսվա երկրորդ կեսին՝ ջերմաստիճանի բարձրացում ցերեկը մինչև 15... 20 °C (դիտված բազմամյա միջին նվազագույն ջերմաստիճանը 0... -3 °C, առավելագույնը՝ 8... 10 °C): Ամսական տեղումների քանակը ենթադրվում է բազմամյա միջին քանակից ավել (նորման 40-50 մմ):

### Վայոց Ձորի մարզ

Օդի ամսական միջին ջերմաստիճանը սպասվում է հովտային շրջաններում 4... 6 °C, լեռնային շրջաններում՝ -1... -3 °C, որը մոտ է բազմամյա միջին արժեքներին: Առանձին օրերի հնարավոր է ջերմաստիճանի նվազում գիշերը հովտային շրջաններում մինչև -2... -6 °C, լեռնային շրջաններում՝ -10... -15 °C, ամսվա երկրորդ կեսին՝ ջերմաստիճանի բարձրացում ցերեկը հովտային շրջաններում 20... 22 °C, լեռնային շրջաններում 8... 12 °C (դիտված բազմամյա միջին նվազագույնը հովտային շրջաններում 0... -1 °C, լեռնային շրջաններում՝ -7... -8 °C, առավելագույնը՝ հովտային շրջաններում 10... 11 °C, լեռնային շրջաններում 1... 2 °C): Ամսական տեղումների քանակը ենթադրվում է բազմամյա միջին քանակից ավել (նորման 50-80 մմ):

### Սյունիքի մարզ

Օդի ամսական միջին ջերմաստիճանը սպասվում է հովտային շրջաններում 7... 9 °C, լեռնային շրջաններում՝ +1... +3 °C, որը 1 °C բարձր է բազմամյա միջին արժեքներից: Առանձին օրերի հնարավոր է ջերմաստիճանի նվազում գիշերը՝ հովտային շրջաններում մինչև 0... -2 °C, լեռնային շրջաններում՝ -5... -10 °C, ամսվա երկրորդ կեսին՝ ջերմաստիճանի բարձրացում ցերեկը հովտային շրջաններում 20... 25 °C, լեռնային շրջաններում 10... 15 °C (դիտված բազմամյա միջին նվազագույնը հովտային շրջաններում 0... 3 °C, լեռնային շրջաններում՝ -2... -5 °C, առավելագույնը՝ հովտային շրջաններում 12... 14 °C, լեռնային շրջաններում 6... 8 °C): Ամսական տեղումների քանակը ենթադրվում է բազմամյա միջին քանակից ավել (նորման 35-75 մմ):

### Երեւան

Օդի ամսական միջին ջերմաստիճանը սպասվում է + 4,5... +5 °C (նորման 5,4 °C): Առանձին օրերի հնարավոր է ջերմաստիճանի նվազում գիշերը մինչև -4 °C, ամսվա երկրորդ կեսին՝ ջերմաստիճանի բարձրացում ցերեկը մինչև 17... 20 °C (դիտված բազմամյա միջին նվազագույն ջերմաստիճանը 0... -10 °C, առավելագույնը՝ +10... +11 °C): Ամսական տեղումների քանակը ենթադրվում է բազմամյա միջին քանակից ավել (նորման 40 մմ):

**Լ. Վարդանյան**  
**ԱԻՆ Հայպետհիդրոմետի տնօրեն**

## սեյսմիկ պաշտպանություն

Ս.թ. փետրվարի 24-ից մարտի 2-ը ՄՊԱԾ-ի դիտացանցը Հայաստանի Հանրապետության և սահմանակից տարածքներում 3 բալ ուժգնությամբ գրանցել է երկու թույլ երկրաշարժ: Առաջինը տեղի է ունեցել փետրվարի 27-ին Աշոցք գյուղից 4 կմ հյուսիս-արևմուտք, որը զգացվել է մի շարք բնակավայրերում, մասնավորապես Աշոցքում, Բավրայում, Կրասարում և Չոլպաղբյուրում: Երկրորդը գրանցվել է Հայաստան-Ադրբեջան սահմանային գոտում՝ Վարդենիս քաղաքից 18 կմ հյուսիս-արևելք:

**Տարածաշրջանում.** դեռ շարունակվում է թույլ երկրաշարժերով արտահայտված ակտիվությունը, 3 բալ և ավելի ուժգնությամբ գրանցվել է տասնվեց երկրաշարժ: Այս շաբաթվա ընթացքում 3-ից 4 բալ ուժգնությամբ վեց երկրաշարժ է տեղի ունեցել Թուրքիայի Բուլանլիկ քաղաքի շրջակայքում: Գրանցվել է 3 բալանոց ութ սեյսմիկ իրադարձություն. փետրվարի 24-ին Կրաստանի Դանսիսի քաղաքից 26 կմ և 16 կմ դեպի հարավ-արևմուտք, փետրվարի 26-ին Դանսիսից 19 կմ հյուսիս, փետրվարի 24-ին և 29-ին Իրանի Մակու քաղաքից, համապա-

տասխանաբար 35 կմ հարավ-արևմուտք և 33 կմ հյուսիս-արևելք, փետրվարի 25-ին Իրան-Ադրբեջան (Նախիջևան) սահմանային գոտում, Մակուից 43 կմ հյուսիս-արևելք, հաջորդ օրը Թուրքիա-Իրան սահմանային գոտում, Դոդուբայազետ քաղաքից 24 կմ հյուսիս-արևելք և փետրվարի 27-ին Կրաստանի Ախալբալակի քաղաքից 15 կմ հարավ-արևելք: Փետրվարի 25-ին Իրանի Կերմանշահ քաղաքից 69 կմ արևելք գրանցվել է 5 բալ ուժգնությամբ երկրաշարժ: Փետրվարի 28-ին Ադրբեջանի տարածքում՝ Շեկի քաղաքից 67 կմ հարավ-արևելք տեղի է ունեցել երկրաշարժ, որի ուժգնությունն էպիկենտրոնային գոտում կազմել է 5-6 բալ: Ստորգետնյա ցնցումները զգացվել են նաև Ստեփանակերտում, տուժածներ և ավերածություններ չկան:

**Տարածաշրջանից դուրս.** 6.0 մագնիտուդով տեղի է ունեցել մեկ ուժեղ երկրաշարժ, որը գրանցվել է մարտի 1-ին Խաղաղ օվկիանոսի հարավում՝ Էսթեր կղզուց 380 կմ հեռավորության վրա:

**ԱԻՆ ՄՊԱԾ գործակալություն**

## եղանակի տեսություն

### Առաջիկա 5 օրվա եղանակի կանխատեսում

Հանրապետության տարածքում մարտի 4-ից 6-ը սպասվում է առանց տեղումների եղանակ, 7-ին և 8-ին առանձին շրջաններում սպասվում են թույլ տեղումներ: Քամին՝ 4-ից 6-ը հյուսիս-արևելյան՝ 2-7 մ/վրկ, 7-ին և 8-ին՝ հարավ-արևելյան՝ 5-10 մ/վրկ արագությամբ: Օդի ջերմաստիճանը 4-ի գիշերը կմկազի 2-4 աստիճանով, 7-ին և 8-ին կբարձրանա 5-10 աստիճանով:

Օդի ջերմաստիճանը մարտի 4-ի գիշերը լեռնային շրջաններում կտատանվի՝ -10... -15, Տավուշում՝ -1... -6, Լոռիում՝ -4... -9, Արագածոտնի նախալեռներում՝ -2... -5, Արարատյան դաշտում՝ -2... -5, Սյունիքի հովիտներում՝ -3... +2, Սյունիքի նախալեռներում՝ -7... -

10, Արցախում՝ -2... -5 աստիճանի սահմաններում: Օդի ջերմաստիճանը մարտի 4-ի ցերեկը լեռնային շրջաններում կտատանվի՝ -3... +2, Տավուշում՝ 0... +5, Լոռիում՝ 0... +5, Արագածոտնի նախալեռներում՝ +4... +8, Արարատյան դաշտում՝ +5... +9, Սյունիքի հովիտներում՝ +1... +6, Սյունիքի նախալեռներում՝ -2... +3, Արցախում՝ 0... +3 աստիճանի սահմաններում:

Երեւանում մարտի 4-ից 6-ը և 7-ի գիշերը սպասվում է առանց տեղումների եղանակ, 7-ին և 8-ին սպասվում է թույլ անձրեւ:

Օդի ջերմաստիճանը մարտի 4-ի գիշերը կտատանվի՝ -2... -4, ցերեկը՝ +7... +9 աստիճանի սահմաններում:

**«Էլիտ գրուպ».** կյանքի նոր որակ

**Սեյսմակայուն էլիտար շինարարության առաջատարը տարածաշրջանում**

**E-mail: info@elitegroup.am; URL: www.elitegroup.am**

Հակասեյսմիկ համակարգերի միջազգային ասոցիացիայի անդամ «Էլիտ գրուպ» ընկերությունը տարածաշրջանի առաջատարն է սեյսմակայուն շինարարության ոլորտում:

Առաջին անգամ Հայաստանում «Էլիտ գրուպի» շենքերում սկսեցին կիրառել ռետինամետաղյա շերտավոր բարձիկներ, որոնցով երկնաքերներ են կառուցում Ճարտնիստ, ԱՄՆ-ում, Չինաստանում և այլուր:

«Էլիտ գրուպ» միակ ընկերությունն է Հայաստանում, որն արժանացել է միջազգային հեղինակավոր վկայականների՝ կառավարման, աշխատանքի պաշտպանության և անվտանգության ոլորտներում:

«Էլիտ գրուպ»՝ բնակելի, առևտրային, առողջարանային ու հյուրանոցային համալիրներ, ամբողջական թաղամասեր, տարածաշրջանային ծրագրեր, տեղական ու միջազգային հեղինակավոր ու հուսալի գործընկերներ:

Ծիշտ կառավարումը գիտություն է, իսկ «Էլիտ գրուպ» կառավարվում է գիտնականների կողմից:

Երեւան, Պուշկինի 21, ☎ 56-69-22, 56-69-33:





# մասնագետի անկյուն

## Գետառի սելավը եւ հակասելավային միջոցառումների կիրառման խնդիրները

### Պատմական նախադրյալները

Գետառ գետը եւ դրա վտակները՝ Ջրվեժն ու Ողջաբերոզը, որոնք հյուսիս-արեւելքից հատում են Երեւանի տարածքը, սելավաբեր են եւ անցյալում մեծ վնասներ են պատճառել մայրաքաղաքին: Ստորեւ ներկայացվող աղյուսակում տրված է տարբեր տարիների Գետառով ու դրա վտակներով անցած սելավային հոսքերի մեծությունները:

Յուրաքանչյուր խոշոր աղետից հետո քաղաքային իշխանությունները որոշակի միջոցառումներ են իրականացրել սելավներից պաշտպանվելու համար:

Այսպես, Ջրվեժի ձորակը մինչեւ 1885 թ. թափվում էր Բերդաձորի մեջ, իսկ վերջինս էլ կենդանաբանական այգուց ներքեւ թափվում էր Գետառը: 1885 թ. Երեւան քաղաքի մուկնիցիպալիտետը Ջրվեժ գյուղում կառուցեց մի հողաթումբ եւ, ջրանցք փորելով, Ջրվեժի ձորակի հոսքն ուղղեց Երեւան քաղաքի հարավային ծայրամաս՝ քաղաքային պանթեոնի մոտ:

Մինչեւ 1925 թ. Գետառի հունով հոսում էին Ակունք գետի ջրերը, որոնք սնվում էին Ակունք գյուղի հզոր աղբյուրներից: Այդ տարիներին երեւանցիները Գետառում նույնիսկ ձուկ էին որսում: 1925 թ. Բախահովիտ (նախկինում՝ Միուկ) գյուղի մոտ կառուցվեց ոչ մեծ մի հողաթումբ, որով Գետառի հյուսիսային մասը՝ 326 քառ. կմ մակերեսով, ստացավ ինքնուրույն հոսք՝ Կետրան գետակով դեպի Զրազդան գետ եւ այլևս չմասնակցեց Գետառի հոսքի սնուցմանը:

### Գետառի 1946 թ. աղետաբեր սելավը եւ կիրառված հակասելավային միջոցառումները

Գետառի 1946 թ. մայիսի 25-ի սելավի առաջացման համար պատճառ դարձավ մեկ ժամում 40 մմ քանակով տեղատարափ անձրեւը: Այդ սելավը, որի առավելագույն ելքը եղել է 205 խմ/վրկ, տեղափոխել էր մինչեւ 3 մ տրամագծով քարեր, փողոցները եւ տների նկուղները լցրել 200 հազար խմ տիղմ, ավազ ու խիճ: Ջրաբերունների ընդամուռ ծավալը կազմել էր 415 հազար խմ: Սելավը հեղեղել էր Ալավերդյան, Նալբանդյան, Աբովյան, Տերյան փողոցների նկուղները, առաջին հարկերի բնակարանները: Հեղեղի պատճառած նյութական վնասը կազմեց 53 միլիոն ռուբլի: Հեղեղին զոհ գնաց 200 մարդ:

Սելավից հետո ակադեմիկոս Ի.Վ. Եղիազարովի ղեկավարությամբ կատարվեցին Գետառի սելավային հոսքերի ձեւավորման բնական պայմանների մանրակրկիտ ուսումնասիրություններ, որոնք

ունեցվում էին տարածական մոդելավորմամբ՝ ԳԱԱ-ի ջրաէներգետիկ ինստիտուտի լաբորատորիայում: Այդ հետազոտությունները մինչեւ այժմ չեն կորցրել իրենց գիտական ու կիրառական նշանակությունը:

Գետառի սելավի բնական պայմանների վերլուծություն-

ունեն ինքնուրույն հակաէրզիոն դերակատարություն՝ չսպասելով անտառային տնկիների աճին:

Վերը նկարագրված ֆիտոմելիորատիվ եւ հիդրոտեխնիկական միջոցառումները նշանակալի չափով իջեցրին Գետառ ու Ջրվեժ գետերի սելա-

րի կրկնելիությունը Գետառի ավազանում կազմել է 5 տարի, իսկ Ջրվեժի համար՝ 8 տարի: Այսպիսով՝ կատարված միջոցառումները վերացրեցին սելավային ռիսկը: Երեւանի համար առավել սելավավտանգավոր է մնացել Ողջաբերոզը, որտեղ ֆիտոմելիորատիվ մի-

առել Գետառի, Ջրվեժի ու Ողջաբերոզի հունները, իրենց թողունակությամբ (250 խմ/վրկ) ապահովում են առավելագույն ելքերի անվտանգ տեղափոխումը Երեւանյան լճով դեպի Զրազդան գետ: Այժմ այս գետերում մնան սելավային հոսքերի ձեւավորումը թեւեւ բացառված է, բայց բետոնապատ հունները, փոխարինելով հողային, ունեցել են որոշակի դերակատարություն զարգացող քաղաքի փողոցների բարեկարգման խնդրում:

Դեռեւս 1960-ական թվականներին քաղաքաշինարարները նախատեսում էին Գետառի հունում ստեղծել ջրային հայելի, Կոտայքի ջրանցքից 1-2 խմ/վ ջուր հատկացնելով Գետառի չորացած հունին, իսկ Առինջի հեղեղակարգավորիչը վերափոխել ջրամբարի, որը կբարելավեր տեղանքի միկրոկլիման:

1970-ական թվականներին Նոր Նորք բնակելի զանգվածի կառուցման ժամանակ, ճանապարհաշինարարներն ստիպված եղան որոշ հատվածներում փակել Գետառի հունը, իսկ ավելի ուշ՝ արդեն Երեւանի տարածքում, մինչեւ «Ռոսիա» կինոթատրոնի շենքը: Այժմ Գետառի հունով հոսում են Ավան թաղամասի կենցաղային կեղտաջրերը, որոնք առանց սանիտարական մաքրման լցվում են Երեւանյան լիճ: Այսպիսով վերացավ Գետառի հունում ջրային հայելի ստեղծելու գեղեցիկ մտահղացումը:

Առինջի հեղեղակարգավորիչի թասում, որտեղ նախատեսվում էր կառուցել ջրամբար, հնագետները հայտնաբերեցին բրոնզե դարի իրեր եւ ջրամբար ստեղծելու գաղափարը կանգնեցվեց: Այժմ հնագիտական պեղումներ չեն կատարվում, իսկ հեղեղակարգավորիչի թասը աստիճանաբար անկանոն կառուցապատվում է՝ ի հայտ են գալիս բնակելի տներ ու շինություններ:

Ինչպես նշեցինք, Գետառի ավազանում տեղի է ունենում սելավային գործունեության մարում, թերեւս նպատակահարմար է վերադառնալ 1960-ական թվականների «Երեւան նախագիծ» ինստիտուտի մտահղացմանը՝ այստեղ ստեղծել հանգստի գոտի, համապատասխան ջրային մակերեսներով: Այդ նպատակով Առինջի գյուղապետարանը (հեղեղակարգավորիչի տարածքը վարչականորեն Առինջի համայնքին է) պետք է պատվիրի գիտականորեն հիմնավորված նախագիծ այս տարածքի հետագա անվտանգ շահագործման համար:

**Ռ. Տեր-Մինասյան**  
ակադեմիկոս  
Ի. Վ. Եղիազարովի անվան  
Ջրային հիմնահարցերի  
եւ հիդրոտեխնիկայի ինստիտուտի  
սելավների եւ հեղեղումների  
սեկտորի ղեկավար

### Տեղեկություններ անցած սելավային հոսքերի վերաբերյալ

Որտեղ է թափվում	Գետի երկարությունը՝ կմ	Ջրհավաքի մակերեսը՝ քվմ	Բացարձակ բարձրությունը՝ մ		Առավելագույն ելքը (խմ/վ) և անցման տարեթիվը	Նշանակալից սելավային հոսքեր ունեցող տարիներ	Մեկ սելավի կրկնելիությունը, տարիներ
			Ակունքի	Գետաբերանի			
Զրազդան	24.0	158	1570	900	205, 25/Վ-1946	1873, 1923, 1924, 1925, 1928, 1946, 1950	5
Գետառ	24.0	88	2000	950	165, 25/Վ-1946	1924, 1946, 1953, 1955, 1946, 1952,	8
Ջրվեժ	13.0	40.8	1800	970	60.5, 5/Վ-1955	1953, 1954, 1955, 1956, 1958, 1962	2

նից հետո որոշվեց, որ սելավի դեմ պետք է պայքարել համալիր միջոցառումներով՝ հիդրոտեխնիկական եւ անտառմելիորատիվ եղանակներով:

1953թ. կառուցվեց Առինջի հեղեղակարգավորիչը՝ 1.0 մլն խմ ծավալով եւ 23 խմ/վրկ ջրթափի թողունակությամբ:

Հասարակ հիդրոտեխնիկական լանջային կառուցվածքից օգտագործվեցին լեռնային ջրհավաք եւ ջրհեռացնող ջրանցքներ, քարե շարվածքով մանր դարավանդներ, լայն հիմքով հողաթմբեր եւ այլն:

Ջրվեժ գետի ավազանում կատարվեց 2000 հա անտառառնկում, իսկ Գետառի ավազանում՝ 4000 հա: Գետառ, Ջրվեժ, Ողջաբերոզ գետերի նախկինում քարքարոտ կիսաանապատային լանջերի վրա առաջացավ 5-6 կմ լայնությամբ անտառածածկ կանաչ գոտի: Այդ գոտուց վեր՝ Ավան-Ողջաբերոզ, Գառնի-Գեղարդ ճանապարհների նախկինում անօգտագործելի տարածքներում եւ Ջորաղբյուր, Ջրվեժ գյուղերի շրջակայքում՝ 1400-1500 մ բարձրությունների վրա տնկվեցին պտղատու այգիներ:

Անտառամելիորատիվ աշխատանքներից առավել ուշադրության արժանի են ջուր պահող ակոսները, որոնք կառուցված են տեղանքի հորիզոնականների ուղղությամբ՝ 25-30 սմ լայնակի կտրվածքով եւ 10-20 մ երկարությամբ: Այդ ակոսները, պահելով անձրեւաջրերի հոսքը լանջերի վրա,



վային ռիսկի աստիճանը, այսինքն՝ նպաստում են, որ տեղի ունենա սելավային գործունեության մարում:

Սելավային ռիսկի նվազեցման մասին է վկայում նաեւ սելավի հիդրոտեխնիկական պայմանների վերլուծությունը: Երեւանում տեղի ունեցած սելավի պատճառ է համդիսացել Գետառ գետի կենտրոնական մասում 40 մմ շերտով թափված տեղատարափ անձրեւը: Վերջին 60 տարվա ընթացքում ավելի մեծ քանակությամբ թափված անձրեւները (Երեւանում՝ 50 մմ, Գառնիում՝ 87 մմ, Մայակովսկիում 70 մմ) չեն առաջացրել որեւէ նշանակալից սելավ, իսկ սելավները

ջրառումները կավային լանջերի վրա եւ արդի կլիմայի պայմաններում, առանց ոռոգման, նույնքան արդյունավետ չեղան: Ինտենսիվ տեղատարափ անձրեւների թափվելու դեպքում Ողջաբերոզ գետը հաճախակի վնասներ է պատճառում Երեւանի Վարդաշեն ու Մուշավան համայնքներին:

### Հակասելավային միջոցառումների արդյունավետ շահագործում

Կառուցված հակասելավային հիդրոտեխնիկական կառույցները՝ Առինջի հեղեղակարգավորիչն ու սելավաթող ջրանցքները, որոնք իրենց բետոնապատ ափերի մեջ են



# Արարարից մինչև Ֆուչիյամա

**Կյանքի փորձը իմաստության հայրն է, հիշողությունը՝ նրա մայրը:**

経験は智慧の父成り、記憶はその母成り。

**Ճապոնական սասցվածք**

**Նունե Գրիգորյան Կոբե-Երեւան**

Փետրվարի վերջին՝ ձմեռվա հետ միասին, ավարտվեց նաև JICA-ի (Ճապոնիայի միջազգային համագործակցության գործակալության) «Աղետների կանխարգելման մշակույթի հաստատումն ու տարածումը Ասիայի երկրներում» դասընթացը Ճապոնիայի Կոբե քաղաքում: Մտտերով ամիս գտնվելով այդ գարնանահարաշ երկրում՝ հնարավորություն ունեցանք ոչ միայն Աղետների կառավարման ճապոնական համակարգին ու փորձին, այլև, լինելով տարբեր քաղաքներում ու գյուղերում, ճապոնացիների կենցաղին ծանոթանալու:

Աղետների ռիսկի նվազեցման ուղղությամբ իրենց փորձը մեզ պատմեցին գիտնականները, ուսուցիչները, երկրագիտական այգու եւ հեռուստատեսության աղետների տեղեկատվության բաժնի տնօրենները, ինժեներները, հրշեջները, համայնքապետները:

Լատինական Ամերիկայի եւ Հարավային Ասիայի երկրներից, Կարիբյան ավազանի կղզիներից եկած մեր գործընկերների հետ շփումներն էլ պակաս կարելուր չէին: Նրանց երկրներում տեղի ունեցող աղետների մասին տեղեկանում ենք միայն լրատվական գործակալությունների հաղորդագրություններից, բայց հիմա Պերուի սողանքների, Հայիթիի ու Չիլիի երկրաշարժերի, Թայլանդի ու Շրի-Լանկայի ցունամիների մասին ակնատեսների ու վերապարծների պատմություններն էլ ենք լսել:

Առաջինը, ինչ ցանկանում

էինք ասել մեկնելուց առաջ, շնորհակալությունն էր՝ ջերմ ընդունելության, հյուրընկալության եւ գիտելիքի այն հարուստ պաշարի համար, որ այնքան պատրաստակամությամբ տրամադրվեց մեզ:



Ֆուչիյամա լեռը

Մեզանից շատերի համար սա առաջին այցելությունն էր Ծագող արեւի երկիր, ուր տեսանք ճապոնական հրաշալի մշակույթն ու մարդկանց. սակուրայի, հոկուի եւ սամուրայների, ինչպես նաև հիանալի գրողների երկիրը, ինչպիսիք են Կոբո Աբե, Հարուկի Մուրակամին, Միսիման եւ շատ ուրիշները, որոնք ճապոնական ժողովրդի ուժեղ, շատ հեռու եւ: Ոչ ոք երբեք չի մերժի օգնել քեզ:

Ճապոնիա ժամանելիս հենց սկզբից զարմացում է մարդկանց բարոյությունն ու քաղաքավարությունը: Երբեք չեն զգա, որ տանը չես, շատ հեռու ես: Ոչ ոք երբեք չի մերժի օգնել քեզ: Ճապոնացիների երկրորդ տպավորիչ հատկությունը կարգապահությունն է: Շատ արտասահմանցիների համար կախարդանքի պես մի բան էր, երբ ամեն ինչ տեղի էր ունենում ժամանակին՝ առանց նյարդային սպասումների ու ժամանակի կորստի: Դա որոշակի անվտան-

գության ու վստահության զգացողություն էր հաղորդում:

Ճապոնիայի բնությունն էլ հրաշալի էր, ինչպես այնտեղ ապրող մարդիկ: Դժվար կլինի մոռանալ Ավաջի կղզու, Կյոտոյի եւ Կոբեի գեղեցկությունը, ուր

թյան անմիջական արդյունքն է: Վստահաբար կարող ենք ասել, որ բոլորս էլ մեր երկրներ, մեր աշխատանքին վերադարձանք բոլորովին այլ մոտեցումներով ու գիտելիքներով: Ճապոնական փորձն արմատապես փոխեց մեր պատկերացումներն աղետների ռիսկի նվազեցմանն ուղղված գործունեության նկատմամբ:

Առաջին կարելուր գաղափարը, որ յուրացրեցինք այնտեղ, հետևյալն էր՝ յուրաքանչյուր կյանք թանկ է: Դրա գիտակցումը գալիս է բոլոր խոշոր աղետներից հետո, բայց նաև անմիջապես մոռացվում է առօրյա կյանքի ռիսկում: Սակայն ճապոնացիները չեն մոռացել այդ դասը, ավելին՝ նրանք դա դարձրել են առաջնահերթություն եւ դրա շուրջ կառուցել աղետների կառավարման իրենց փիլիսոփայությունը:

Երկրորդ կենսական կարելուրության գաղափարն այն է, որ յուրաքանչյուր մարդ կարող է իր

երբեք բավարար չէ բոլոր խնդիրները լուծելու համար: Ինքնօգնությունը, փոխօգնությունն ու հանրության օգնությունը կօգնեն դուրս գալ բոլոր փորձություններից:

Ճապոնացիները սովորել են, թե ինչպես ապրել աղետների հետ, այն է՝ ուժեղացնել հասարակությունը, սովորել դասերը եւ պատմել իրական պատմություններ բոլոր հնարավոր միջոցներով՝ ֆիլմերի, գրքերի, թանգրամների եւ այլն:

Նորարարական էին հատկապես երեխաների ու երիտասարդության համար մշակված նախագծերը: «Կատրու կարավանը» մի վառ օրինակ է, թե ինչպես մարդիկ չեն երկնջել դժվարությունների առաջ, այլ հետաքրքիր լուծումներ են գտել: Մանկական այդ ուսումնավարական օրը մենք էլ ահագին բան սովորեցինք:

Ամփոփելով մեր տպավորություններն ու սովորած դասերը, կցանկանայի ընդգծել, որ այս հաջողությունների հիմքն ու պատճառը սերն է մարդու եւ բնության համոզեալ: Ծրագրի շրջանակներում մենք շատ տարբեր մարդկանց հանդիպեցինք: Նրանք Աղետների ռիսկի նվազեցման ուղղությամբ տարբեր գործողություններ էին նախաձեռնում՝ մեկը ռոք-փառատոն էր կազմակերպում երիտասարդությանը ներգրավելու համար, մյուսները՝ ավանդական ճապոնական գյուղում, որտեղ դեռ փայտյա տնակներում են ապրում, ամեն օր դռներդուռ են գնում՝ հիշեցնելու, որ զգույշ լինեն կրակի հետ: Բայց նրանց բոլորին միավորում է սերը՝ իրենք քաղաքի ու այնտեղ ապրող մարդկանց հանդեպ: Նրանց օրինակը ոգեշնչման աղբյուր է մեզ համար՝ մոր ծրագրերի, ամենօրյա աշխատանքի հանդեպ մոր մոտեցումների համար:

Ճապոնիայում տեսածի, լսածի ու սովորածի մասին կպատմենք մեր հաջորդ համարներում:

## Կյուտո, Կիոմիձու փառարը



հյուսիսում սարեր են, իսկ հարավում՝ օվկիանոս:

Հիմա արդեն պարզ էր, թե ինչու է ճապոնիան համաշխարհային տնտեսության առաջատարը դարձել՝ դա ճապոնացիների աշխատասիրության, ջանասիրության եւ կենսասիրու-

ներդրումն ունենալ ԱՌՆ-ում՝ պետական կառավարման մարմինների գործողություններին սպասելու փոխարեն: Այս մտածողությունն իրոք կարող է եսական մշակակություն ունենալ մեր համայնքներում, քանի որ պետական ֆինանսավորումը

## Գեներ եւ աղետների ռիսկերի նվազեցում (ԱՌՆ)

Սկիզբը նախորդ համարներում

**Գեներային հավասարությունն ինքնակատակ չէ: Այն աղքատության հաղթահարման, կայուն զարգացման եւ պատշաճ կառավարման խնդիրները լուծելու նախապայմանն է:**



Գեներային հեռանկարները պետք է ներառվեն բոլոր այս գործընթացների մեջ, որպեսզի աղետների ռիսկերի նվազեցման քաղաքականությունները եւ ծրագրերը լինեն գեներային զգայուն: Այս գաղափարը Հյուսիսային Գերմանիայի ծրագրի մեջ նշ-

վում է որպես կարելուր նախապայման՝ աղետների ռիսկերի նվազեցման ուղղությամբ տարվող գործողությունների արդյունավետության համար:

- Քաղաքական գործընթացը նշում է ազգային իշխանությունների կողմից ԱՌՆ-ի համար անհրաժեշտ միջավայրի ստեղծման անհրաժեշտությունը:
- Տեխնիկական գործընթացը նշում է ԱՌՆ-ի մեջ տեխնոլոգիաների եւ գիտության կարելուր դերը:
- Սոցիալ-կրթական գործընթացն ուղղված է ԱՌՆ-ի ժամանակ հասարակության գիտելիքների եւ հմտությունների մակարդակի ավելացման կարելուրությանը:
- Ջարգացման գործընթացը նշում է զարգացման գործընթացների մեջ ԱՌՆ-ի ընդգրկման կարելուրությունը եւ անհրաժեշտությունը:

• Մարդասիրական գործընթացն ընդգծում է ԱՌՆ-ի նկատմամբ պատրաստվածության եւ արդյունավետ օժանդակության կարելուրությունը:

Հյուսիսային Գերմանիայի գործողությունների ծրագիրը նաև պնդում է, որ գեներային հիմնահարցերը պետք է ինտեգրվեն ԱՌՆ-ի բոլոր քաղաքականությունների, պլանների եւ որոշումների կայացման գործընթացների մեջ, ներառյալ ռիսկերի գնահատումը, արագ արձագանքումը, տեղեկատվության կառավարումը, կրթությունը եւ ուսուցումը:

**ՄԱԶԾ 8 Կետ օրակարգը ճգնաժամերի կանխարգելման եւ վերականգնման ժամանակ կանանց հզորացման եւ գեներային հավասարության համար**

ՄԱԶԾ-ն ճանաչում է գեներային հավասարությունը որպես

մարդու զարգացման համար հիմնական նպատակ եւ այն աջակցում է գեներային ուղղորդման միջոցով: Ճգնաժամերի կանխարգելման եւ վերականգնման Բյուրոն առաջնորդվում է ՄԱԶԾ-ի ճգնաժամերի կանխարգելման եւ վերականգնման ժամանակ կանանց հզորացման եւ գեներային հավասարության համար 8 կետ օրակարգով:

- Օրակարգի նպատակն է՝**
  - Հզորացնել կանանց անվտանգությունը ճգնաժամերի ժամանակ: Դադարեցնել կանանց դեմ բռնությունները:
  - Գեներային արդարություն: Կանանց արդարության եւ անվտանգության համար միջոցների ձեռնարկում:
  - Ընդարձակել կանանց քաղաքացիությունը, մասնակցությունը եւ առաջնորդությունը: Կանանց ընդունել որպես որոշում կայացնողներ:

• Խաղաղության ստեղծում կանանց հետ եւ կանանց համար: Ներառել կանանց խաղաղության եւ վերականգնման բոլոր գործընթացների եւ բանակցությունների մեջ:

- Նպաստել գեներային հավասարությունը աղետների ռիսկերի նվազեցման ներքո եւ աջակցել կանանց եւ տղամարդկանց համատեղ գործունեությանը:
- Նպաստել գեներային արձագանքման վերականգնմանը: Աջակցել վերականգնողական գործողությունների մեջ կանանց առաջնորդությանը:
- Կառավարությունը պետք է ազգային օրակարգի մեջ ներառի կանանց հիմնահարցերը:
- Հզորացնել կարողությունները սոցիալական փոփոխությունների համար: Հասարակության վերափոխման համար աշխատել միասին:

Շարունակելի

# Վերլուծություն

## 2045 թվականին մարդիկ անմահ կդառնան

**1965 թվականի փետրվարի 15-ին դարձավ Կուրցվայլը մասնակցեց «ես գաղտնիք ունեմ» հեռուստաշոուն, պատմում է «Թայմ»-ը: Ժյուրիի պետք է գուշակեր, թե ինչ անհավանական փաստ է թաքցնում Կուրցվայլը: Պատահին դաշնամուրով կարճ պիես կատարեց: Արդյունքում ժյուրին գուշակեց, որ մեղեդին հորինել է համակարգիչը, իսկ Կուրցվայլը տեսախցիկների առաջ ցույց տվեց այդ սարքը՝ մի գրասեղանի չափ, որն ինքն էր հավաքել, գրում է լրագրող Լեռն Գրոսմենը:**

Բայց 1965 թվականին Կուրցվայլի գաղտնիքը ոչ ոք չգուշակեց: Այն հետևյալն էր՝ նրա համակարգիչը գալիս էր այն իրավունքն ու կարողությունը, որը հատուկ է միայն մարդուն՝ արվեստի գործ ստեղծելու իրավունքն ու կարողությունը:

«Ես հիմա, 46 տարի անց, Կուրցվայլը ենթադրում է՝ մոտենում է պահը, երբ համակարգիչները բանականություն ձեռք կբերեն եւ կսկսեն ոչ միայն մտածել, այլև մտածել մարդկանցից լավ: Դա լիովին ու անդադնալիորեն կվերափոխի մարդկությունը՝ նրա անարմինը, գիտակցությունը, քաղաքակրթությունը», - գրում է հեղինակը: Կուրցվայլի հաշվարկներով, մարդկային քաղաքակրթությունը, որը մենք գիտենք, կավարտվի 35 տարուց:

Համակարգիչներն ավելի ու ավելի արագ են դառնում, բացատրում է հեղինակը: Բացի դրանից, դրանց արագությունն աճում է արագացված տեմպերով: Վաղ թե ուշ դրանց հնարավորությունները մոտենալու են մարդու բանականության կարողություններին ոչ միայն մաթեմատիկական հաշվարկների կամ երաժշտության ստեղծելու, այլև մեքենա վարելու, գիրք գրելու, բարոյական ընտրություն կատարելու, նկարներով հիանալու եւ երեկոյաներին սրամիտ մեքենաներ անելու ունակության տեսքով:

Եթե ընդունենք այդ թեզը, ապա համակարգիչները պետք է անզուսպ զարգանան

եւ մեզանից խելոք դառնան: «Բացի դրանից, դրանց զարգացման տեմպերն ավելի կարագանան, քանի որ դրանք ձեռնամուխ կլինեն իրենք իրենց մշակմանը՝ հետևում թողնելով դանդաղաշարժ մարդ-ստեղծողին», - գրում է ամսագիրը: Ծրագրավորող-համակարգիչը կաշխատի աներեւակայելի արագությամբ եւ չի շեղվի «Ֆերմա» խաղալու համար:

Չնայած, որ գերխելացի ինտելեկտի վարքը կանխագուշակելն անհնար է՝ դրա համար պետք է նրանցից անխելք չլինել: «Բայց իհարկեզներն անթիվ են. հնարավոր է, որ մենք խաչասերվենք նրանց հետ՝ դառնալով գերխելացի կիրթներ, համակարգիչը կդառնա մեր ինտելեկտուալ հնարավորությունների շարունակությունը, ինչպես ինքնաթիռներն ու ավտոմեքենաները մեծացնում են մեր ֆիզիկական հնարավորությունները: Հնարավոր է, որ արհեստական ինտելեկտը օգնի մեզ դեռ գտնել ծերության դեմ եւ երկարացնել մեր կյանքը մինչև անսահմանություն: Հնարավոր է, որ մենք կրկնօրինակենք մեր գիտակցությունը համակարգիչի մեջ եւ հավերժ ապրենք դրանցում որպես համակարգչային ծրագրեր: Հնարավոր է նաեւ, որ համակարգիչներն ընդդիմանան մարդկությանն ու ոչնչացնեն մեզ», - ասվում է հոդվածում:

Այս բոլոր տեսությունները համընկնում են մի կետում. մարդկությունն անճանաչելիորեն փոխակերպվելու է: «Այս մետամորֆոզն իր անվանումն ունի՝ սինգուլյարություն (գիտատեխնիկական առաջընթացի արագության պայթյունավտանգ աճի ենթադրական շեմային սահմանը), - նշում է հեղինակը: Սինգուլյարությունը գիտական ֆանտաստիկայի սյուժե է թվում, բայց ավելի քիչ է ֆանտաստիկ, քան եղանակի տեսությունը. դա երկրի վրա կյանքի ապագայի լրջագույն իրարեք է»:

Երեք տարի առաջ Google ընկերության մասնակցությամբ ստեղծվել է Սինգուլյարության համալսարան, որտեղ սասիրանտներն ու մենեջերները կարող են միջոցառումներ անցկացնել մասնակցել: Եթե սինգուլյարու-

թյունն իրոք տեղի ունենա, այն մարդկության պատմության մեջ կարեւորագույն իրադարձությունը կլինի՝ խոսքի առաջանալուց հետո:

Դեռ 1965 թվականին բրիտանացի մաթեմատիկոս Ի. Ջ. Վուդը նման մի հայեցակարգ էր մշակել՝ նկարագրելով այն որպես «ինտելեկտի պայթյուն»: Համաձայն Գուդի, եթե մարդն առաջին գերինտելեկտը հայտնագործի, այն կսկսի ավելի խելացի մեքենաներ կառուցել, որոնք բազմաթիվ անգամներ կգերազանցեն մարդու մտավոր ներուժը:

1965 թվականից անցած ժամանակահատվածում Կուրցվայլը հարստացել է շնոր-



հիվ իր հայտնագործությունների ու ինժեներական ծրագրերի: Օրինակ, նա գաղտնի է խոսքի ճանաչելիությամբ, ստեղծել է առաջին «ավտոմատ կարդացողին», որը տեսք է կարդում կոյրերի համար (առաջին գնորդը Սթիվի Վոնդերն է եղել): Վերջին 20 տարիների ընթացքում Կուրցվայլը հրատարակում է իր ֆուտուրոլոգիական կանխատեսումները: «Կյանքում նա համեստ մարդ է, կարելի է նրան Վուդի Ալենի փոքր եղբոր տեղը դնել, միայն թե՛ ավելի խեղճ է», - նշում է հեղինակը:

Ֆուտուրոլոգիայով Կուրցվայլը տարվել էր գործնական անհրաժեշտությունից ելնելով. նա ուզում էր կանխագուշակել տեխնիկական առաջընթացի տեմպերը, որպեսզի

իր հայտնագործությունները ներդնի այն պահին, երբ մարդկությունը պատրաստ կլինի ընդունելու դրանք:

Կուրցվայլն սկսեց հաշվարկել, թե ինչպես է ժամանակի հետ փոխվում 1000 դուլար արժողությամբ հաշվարկող հզորության ցուցանիշը: Նա հայտնաբերեց, որ առաջընթացի շնորհիվ այդ հզորության ծավալն ամեն օր կրկնապատկվում է: Կուրցվայլն ուսումնասիրել է, թե ինչպես են ժամանում նաեւ այլ գործընթացներն ու գործողությունները՝ անլար կապը, գեոմիկ վերծանումը եւ այլն: Այդպես նա եկել է եզրակացության, որ տեխնոլոգիական առաջընթացը զարգանում է երկրաչափական պրոպորցիայով:

Շարունակելով իր ցուցադրական կորեոր դեպի ապագա, Կուրցվայլը հայտնաբերել է, որ դրանք ֆենոմենալ առաջընթաց են խոստանում: Մոտ 2025 թվականին մենք հաջողությամբ կվերստեղծենք մարդու ուղեղի կառուցվածքը: 2029 թվականին համակարգիչները կմոտենան մարդու ինտելեկտուալ մակարդակին: 2045 թվականին, Կուրցվայլի կարծիքով, տեղի կունենա սինգուլյարություն՝ արհեստական ինտելեկտի ծավալը 1 մլրդ անգամ կգերազանցի մարդու ուղեղի ծավալը:

Նրանք, ովքեր կհսում են սինգուլյարության գաղափարը, հատուկ ենթաշակույթ են ներկայացնում: Նրանց այդպես էլ կոչում են՝ սինգուլյարցիներ, նշում է հրատարակությունը: Նրանք բոլորը չէ, ոչ Կուրցվայլի դպրոցին են պատկանում: «Բայց նրանք ընդհանուր աշխարհայացք ունեն. նրանք մտովի հեռուն են մայում, հավատում են, որ գիտությունն ու տեխնիկան կանխորոշում են պատմությունը: Նրանք քիչ են հետաքրքրում ընդունված ճշմարտությունները եւ զարմանում են, թե ինչպես են մարդիկ շարունակում համոզված ապրել սովորական կյանքով ու հեռուստացույց դիտել, կարծես թե արհեստական ինտելեկտի հեղափոխությունը դեռ շատ հեռու է», - ասվում է հոդվածում:

Աղբյուրը՝ «Թայմ» ամսագիր

## Քննադատություն

**Մ** Քննադատական նկատողությունը, համեմատությունը, երբ հնչում են մեր հասցեին, այնքան էլ հաճելի չեն: Մեր իրականությունն է այդպիսին. եթե նույնիսկ ինքներդ հակված չեք մարդկանց քննադատելու, ապա չեք կարող գերծ մնալ նրանց քննադատական եւ գնահատողական հայացքներից: Մենք անընդհատ քննադատում ենք մեզ, ուրիշներին, իրավիճակը, հարաբերությունները եւ այլն: Եկեք հասկանանք, թե ի՞նչ է այս ամենի տակ իրականում թաքցված:

### Ինքնագնահատական

Ինչի՞ համար է մեզ պետք գնահատել մեր շրջապատը եւ այն էլ բացասական նկատառումներով: Անհատական հոգեբանության հիմնադիր Ալֆրեդ Ադլերն այս երևույթը մեկնաբանում է հետևյալ կերպ. ուրիշներին քննադատելու հետևանքով մենք պատվանդանի վրա ենք դնում մեր անձը՝ բարձրացնելով մեր ինքնագնահատականը: Շրջապատի արժեգրվումը հնարավորություն է տալիս, որ մենք սնուցենք մեր անձը, մեր «ես»-ը: Որպես կանոն, մարդը քննադատում է շրջապատն այն ժամանակ, երբ ինքն իրականում խոցելի է, եւ այդ պահին նրա համար շատ կարեւոր է իմանալ ու գիտակցել իր «ես»-ի գերակայությունը մյուսների նկատմամբ: Ուրիշներին քննադատելը, չարախոսելը մեզ հնարավորություն է տալիս գիտակցելու, որ մենք այդպիսին չենք, որ մենք ուրիշ ենք, որ մենք չունենք նման հատկություններ, որ

մենք ավելի լավ ենք, քան նրանք եւ այլն: Որպես կանոն, այն մարդը, ով շատ է քննադատում ուրիշներին, այնքան ավելի է կասկածում իր եւ իր հնարավորությունների վրա:

Երբ մարդն սկսում է քննադատել ուրիշներին, այդպիսով նա հեռանում է իր սեփական անձից, սեփական «ես»-ից: Իրականում մարդ պետք է խորհի իր անձի մասին, իր թերությունների եւ առավելությունների մասին, այլ ոչ թե ժամանակը վատնի ուրիշների թերությունները՝ հրապարակելով եւ քննադա-



տության արժանացնելով: Եթե դուք հաճախ եք քննադատում, ապա փորձեք հասկանալ, թե ինչի՞ համար է այն, ի՞նչ է այն ձեզ տալիս, ի՞նչ չափանիշներով եք առաջնորդվում եւ այլն: Շատ հաճախ, երբ անձը գիտակցում է, որ ինքը չի համապատասխանում այն չափանիշներին, որոնք կան իր շրջապատում, ապա սկսում է չքավարարվել իր անձով, գիտակցում է իր անձի թույլ լինելը, եւ սկսում է ավելի շատ մատնանշել շրջապատի թերությունները, իր սեփական թերությունները թողարկելու նպատակով: Հարցրեք ձեզ ի՞նչ եք դուք իրականում ուզում կյանքից, ի՞նչ եք դուք զգում, երբ նստած եք ձեր ընկերների կողքին եւ չեք քննադատում ոչ մեկի:

### Խանգարող մտքեր

Երբ քննադատում եք բոլորին, այդ ժամանակ բոլորը դառնում են վատը, ձեռք են բերում բացասական հատկություններ, որի հետևանքով աշխարհն ընկալվում է որպես ոչ այնքան հաճելի մի վայր, որտեղ այնքան էլ չես ուզում ապրել: Իրականում մեր աշխարհն այդքան էլ վատը չէ, մենք ենք այն այդպես ընկալում, գնահատում, մենք ենք այն վատը դարձնում: Հաճախ մենք ընկալում եւ գնահատում ենք իրավիճակը ոչ համարժեքորեն, ոչ համապատասխան իրականությանը, այսինքն իրավիճակին տալիս ենք մեր սուբյեկտիվ գնահատականը: Մեզ հաճախ վիատեցնում է այն փաստը, որ մենք իրավիճակից այլ բան ենք սպասում, իսկ այն բոլորովին այլ ընթացք է ստանում: «Բոլորը պետք է ինձ նկատեն, ինձանով հիանան», - իսկ երբ դա տեղի չի ունենում, դուք սկսում եք ձեզ ավելորդ զգալ, կասկածել ձեր հնարավորություններին եւ այլն:

### Ընկալեք ա՛յլ տեսանկյունից

Մենք հակված ենք քննադատելու ուրիշներին այն ժամանակ, երբ իրականում մենք ենք խոցելի եւ աջակցության կարիք ունենք: Կան մտքեր, որոնք խանգարում են, որ դուք միջավայրն ավելի լայն դիտարկեք: Մեզանից յուրաքանչյուրն ունի համոզմունքներ մեր եւ ուրիշների մասին: Մեր այդ համոզմունքներից ոչ բոլորն են արտահայտվում խոսքերով, բայց մենք ապրում ենք դրանց հետ: Մեկը համոզված է, որ ինքը խելացի է եւ իրեն ընկալում ու դրսևորում է դրան համապատասխան, մյուսը մտածում է, որ ինքը հիմար է, մյուսը՝ զվարճալի եւ այսպես շարունակ:

### Մեր մտածումների մասին

«Ես հիմար եմ», «Ինձ ոչ ոք չի սիրում», «Բոլորն իմ շրջապատում վատն են» եւ այլն: Հաճախ մենք չենք գիտակցում, որ ինչպես մտածում ենք մեր մասին, այդպես էլ մտածում են ուրիշները: Հաճախ տարբեր իրավիճակներում առաջանում են նույն մտքերը, ինչն էլ նպաստում է, որ միջավայրն էլ մեզ ընկալի ըստ մեր մտքերի: Հայտնի հոգեբան Արոն Բեկոնն իր մեթոդով նշում է. ուրիշ մտքերը կարողաւ փոխարեն, եկեք հասկանանք մեր մտքերը եւ նրանց տակ թաքցնված բովանդակությունը, որի արդյունքում էլ փոխվում է մեր հուզական վիճակը: Մարդն սկսում է փոխել իր մտածողության ձևը եւ սկսում է ընկերանալ իր սեփական «ես»-ի հետ, հասկանալ սեփական անձը, այլ ոչ թե քննադատել եւ մեղադրել ուրիշներին համուն իր ինքնագնահատականի:

Շրջապատը ձեզ ընկալում է այնպես, ինչպես դուք եք ձեզ ընկալում:

### Չիչե՞ք

Ինչքան դուք փորձեք ճիշտ հասկանալ եւ ընկալել ձեր անձը, ճիշտ գնահատել եւ բացահայտել նրա թաքցված հնարավորությունները, այնքան դուք ավելի բավարարված եւ երջանիկ կլինեք: Ոչ մեկը չի փոխի ձեր կյանքի ընկալումը, դա պետք է դուք անեք: Յուրաքանչյուր մարդ միակն է իր տեսակի մեջ: Մի թաքցրեք ձեր տեսակը ուրիշների թերությունները եւ վատ կողմերը մատնանշելով: Սիրեք ձեր «ես»-ն այնպիսին, ինչպիսին կա:

Աննա Կարապետյան  
հոգեբան-խորհրդատու

