

ՀՀ ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ԳԻՏՈՒԹՅԱՆ ՆԱԽԱՐԱՐՈՒԹՅՈՒՆ

**ԽԱՉԱՏՈՒՐ ԱԲՈՎՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՀԱՅԿԱԿԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ
ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ**

ԽՈՒԴՈՅԱՆ ԱՆԻ ՍԱՄՎԵԼԻ

**ՆԵՐՇՆՉՄԱՆ ԱՐԴՅՈՒՆԱՎԵՏՈՒԹՅՈՒՆԸ ՊԱՅՄԱՆԱՎՈՐՈՂ
ԿՈԳՆԻՏԻՎ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԸ**

ԺԹ.00.01. - «Ընդհանուր հոգեբանություն, հոգեբանության տեսություն և պատմություն, անձի հոգեբանություն» մասնագիտությամբ հոգեբանական գիտությունների թեկնածուի գիտական աստիճանի հայցման

ՍԵՂՄԱԳԻՐ

ԵՐԵՎԱՆ 2016

Ատենախոսության թեման հաստատվել է Խ. Աբովյանի անվան Հայկական պետական մանկավարժական համալսարանում

Գիտական ղեկավար՝

հոգեբանական գիտությունների
դոկտոր
Սրբուհի Ռաֆիկի Գևորգյան

Պաշտոնական ընդդիմախոսներ՝

հոգեբանական գիտությունների
դոկտոր
Ասյա Սուրենի Բերբերյան
հոգեբանական գիտությունների
թեկնածու
Սյուզի Ֆելիքսի Սարգսյան

Առաջատար կազմակերպություն՝

Երևանի Գործնական
հոգեբանության և սոցիոլոգիայի
«Ուրարտու» համալսարան

Ատենախոսության պաշտպանությունը կայանալու է 2016թ. մայիսի 24-ին ժամը 13⁰⁰-ին Խ. Աբովյանի անվան Հայկական պետական մանկավարժական համալսարանում գործող ՀՀ ԲՈՀ-ի հոգեբանության և փիլիսոփայության 064 մասնագիտական խորհրդի նիստում:

Հասցեն՝ 0010, ք. Երևան, Տիգրան Մեծի 17:

Ատենախոսությանը կարելի է ծանոթանալ Խ. Աբովյանի անվան Հայկական պետական մանկավարժական համալսարանի գրադարանում:

Սեղմագիրն առաքվել է 2016թ. ապրիլի 23 -ին:

Հոգեբանության և փիլիսոփայության 064
մասնագիտական խորհրդի գիտական
քարտուղար, հոգեբանական
գիտությունների դոկտոր՝



- Կ. Ե. Վարդանյան

ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ ԸՆԴՀԱՆՈՒՐ ԲՆՈՒԹԱԳԻՐԸ

Հիմնախնդրի հրապարակությունը: Ներշնչանքը, որպես հոգեբանական ներգործության հզոր միջոց, ի հայտ է եկել մարդկության պատմության արշալույսին և մինչև օրս ահռելի դեր է խաղում ինչպես անձի, այնպես էլ հասարակության կենսագործունեության մեջ (Վ. Մ. Բեխտերն), այն այսօր լայնորեն կիրառվում է կյանքի գրեթե բոլոր ոլորտներում՝ բժշկության, մանկավարժության, քաղաքականության մեջ, զովագրում, ռազմական ոլորտում և այլուր: Ներշնչանքի հիմնախնդրի բազմակողմանի հետազոտությունը կարևորվում է ինչպես կյանքի տարբեր ոլորտներում հոգեբանական ներգործության արդյունավետությունը բարձրացնելու (ասենք, բժշկության մեջ, զովագրում), այնպես էլ բացասական ներշնչանքներին (ասենք, աղանդավորական ներշնչանքներին) դիմակայելու միջոցների մշակաման առումներով: Այս թեման հատուկ նշանակություն է ստանում մեզանում, քանի որ գտնվում ենք պատերազմական իրավիճակում, որի կարևորագույն մասն է կազմում ներշնչանքի հենքի վրա իրականացվող ինֆորմացիոն պատերազմը:

Ներշնչանքի հիմնախնդիրը կարևորել և քննել են մի շարք խոշոր գիտնականներ՝ Վ. Բեխտերնը, Ռ. Պորշնը, Ա. Լիպեցկին, Ա. Սվյադոչչը, Բ. Սիդիսը, Ի.Քիրշը և ուրիշներ, սակայն, չնայած դրան, ներշնչանքի երևույթի բազմաթիվ կողմեր դեռևս մնում են չլուսաբանված: Թույլ են ուսումնասիրված ներշնչանքի ազդեցության հոգեբանական մեխանիզմները, անձի տարբեր ենթահամակարգերի (ասենք, մոտիվացիոն կամ կոգնիտիվ ոլորտների, մարմնի և այլն) վրա ներշնչանքի ազդեցության առանձնահատկությունները, ներշնչմանը դիմադրելու հոգեբանական մեխանիզմները, բազմաթիվ այլ հիմնախնդիրներ, այդ թվում նաև մեր կողմից ընտրված ներշնչանքի արդյունավետությունը բարձրացնող և դրան խոչընդոտող գործոնների հիմնահարցը: Ըստ որում, պետք է ասել, որ եղած հետազոտությունների բացարձակ մեծամասնությունը զուտ տեսական բնույթի են, դրանցում առաջ քաշված դրույթները էմպիրիկ ստուգման չեն ենթարկվել, իսկ ներշնչման հոգեբանությանը նվիրված ատենախոսությունները խիստ հազվադեպ են:

Հոգեբանության մեջ տարբեր հեղինակների կողմից առավելապես տեսական մակարդակով քննվել են ներշնչանքի արդյունավետությանը նպաստող և խանգարող այնպիսի գործոններ, ինչպիսիք են՝ անձի կրթվածությունը, ցածր կամ բարձր ինքնագնահատականը, ինքնավստահությունը (Վ. Մ. Բեխտերն, Ա. Պ.

Շեյնով), ներշնչողի հեղինակությունը, ներշնչվողի՝ ներշնչողի հանդեպ ունեցած վստահությունն ու հավատը, ինֆորմացիայի մատուցման ձևը (Ա. Ս. Ջեյլինսկի), ներշնչվող ինֆորմացիայի համապատասխանությունն անձի պահանջմունքներին, հետաքրքրություններին, ներշնչվող ինֆորմացիայի հանդեպ հավատը (Ա.Կ. Տխոստով, Ն. Ջիմբարդո, Ֆ.Ի. Լյայպե, Ռ.Ա. Վիսմեն, Է.Տ. Գրինհինգ), ներշնչվող ինֆորմացիայի համապատասխանությունն անձի սպասումներին (Ի.Պ. Քիրշ) կամ դետերմինացիոն համակարգին (Ս.Ս. Խուդոյան) և այլն: Ներշնչման արդյունավետությունը պայմանավորող և այն խոչընդոտող կոգնիտիվ գործոններից շատերը հատուկ հետազոտության առարկա չեն դարձել, իսկ այս ոլորտի էմպիրիկ հետազոտությունները խիստ հազվադեպ են:

Ընդհանրապես հետազոտված չեն առաջանցիկ արտացոլման հոգեբանական մեխանիզմի դերը ներշնչման գործընթացում, ինչպես նաև ներշնչանքի արդյունավետությանը խոչընդոտող գործոնների փոխհատուցման հիմնահարցը: Շատ քիչ են հետազոտված նաև ներշնչման առանձնահատկությունները տարիքային տարբեր փուլերում: Հենց նշված հարցերին են նվիրված մեր հետազոտությունները, որոնց արդյունքերը հնարավորություն կտան ավելի լավ հասկանալ ներշնչանքի կոգնիտիվ մեխանիզմները, տարիքային առանձնահատկությունները և ավելի արդյունավետ դարձնել հոգեբանական ներգործությունը:

Հետազոտության օբյեկտը ներշնչման արդյունավետությանը նպաստող և խանգարող գործոններն են:

Հետազոտության առարկան ներշնչման արդյունավետությանը նպաստող կոգնիտիվ գործոններն են:

Հետազոտության նպատակն է պարզել ներշնչանքի արդյունավետությանը նպաստող կոգնիտիվ գործոնները և այն խոչընդոտող հանգամանքների փոխհատուցման ուղիները

Հետազոտության վարկածի դրույթները

1. Առաջանցիկ արտացոլումը հանդես է գալիս որպես ներշնչանքի կարևորագույն կոգնիտիվ մեխանիզմ:
2. Առաջանցիկ արտացոլումը ներշնչման արդյունավետությունը բարձրացնող անկախ կոգնիտիվ գործոն է, իսկ ներշնչանքի առաջանցիկ արտացոլման կարողության զարգացումը բարձրացնում է անձի ներշնչվողականությունը:
3. Ներշնչանքի արդյունավետությունը հնարավոր է բարձրացնել ներշնչման ազդեցությունը թուլացնող գործոնները փոխհատուցելով

ազդեցությունն ուժեղացնող գործոններով: (Օրինակ՝ ներշնչմանը խոչընդոտող հավատի ցածր մակարդակը և տազնապայնությունը հաջողությամբ փոխհատուցվում են առաջանցիկ արտացուման մարզումների, ներշնչանքի մեխանիզմների և ազդեցության վերաբերյալ ինֆորմացվածության մակարդակի բարձրացման, ներշնչանքի դրսևորումների ցուցադրման, մոտիվացիայի բարձրացման միջոցով կամ ներշնչողի նկատմամբ վստահության ցածր մակարդակը կարելի է փոխհատուցել հետերոներշնչանքը ինքնաներշնչանքով փոխարինելու միջոցով, գերակտիվ երեխաների ներշնչվողականությունը կարելի է բարձրացնել փոխելով ներշնչանքի սեանսերի ժամը և այլն):

Հետազոտության խնդիրները

1. Վերլուծության ենթարկել ներշնչանքի հիմնախնդրին նվիրված հոգեբանական գրականությունը:
2. Մշակել ներշնչման արդյունավետության կոգնիտիվ գործոնների էմպիրիկ հետազոտության մեթոդաբանական և տեսական հիմքերը, ծրագիրը, ընտրել աղեկվատ մեթոդական համալիր և հետազոտվողների ընտրանք:
3. Իրականացնել էմպիրիկ հետազոտություններ առաջ քաշված վարկածային դրույթների ստուգման նպատակով
4. Քանակական և որակական վերլուծության ենթարկել էմպիրիկ հետազոտության արդյունքները:
5. Հետազոտության արդյունքների հիման վրա մշակել մեթոդական հանձնարարարականներ համապատասխան մասնագետների համար:

Հետազոտության մեթոդաբանական և տեսական հիմքերը:

Հետազոտության մեթոդաբանական հիմք է հանդիսացել նախ և առաջ համակարգայնության սկզբունքը: Ներշնչանքը մենք դիտում ենք որպես համակարգային երևույթ, համալիր ներգործություն, անձնային և իրադրային գործոնների աստիճանակարգային փոխազդեցության հետևանք: Մենք հիմնվել ենք նաև դետերմինիզմի սկզբունքի վրա՝ գտնելով, որ ներշնչման տարբեր միջոցները, տարբեր գործոնները պայմանավորում են մեկը մյուսին՝ էլ ավելի բարձրացնելով ներշնչման արդյունավետությունը: Հետազոտության հիմքում դրվել է նաև փոխհատուցման սկզբունքը՝ ըստ որի, ներշնչման արդյունավետությունը նվազեցնող գործոնները կարող են փոխհատուցվել այլ միջոցներով՝ ապահովելով ներշնչման հաջողությունը:

Հետազոտության համար տեսական հիմք են հանդիսացել Ա.Մ. Սվյադոչի ներշնչանքի վերիֆիկացիոն տեսությունը, Վ.Մ. Բեխտերևի, Բ.

Պորշնևի, Բ.Ա. Սիդիսի ներշնչանքի և հիպնոսի վերաբերյալ տեսակետները, Ս.Խուդոյանի դետերմինացիոն համակարգերի մասին կոնցեպցիան, Ա. Բանդուրայի սոցիալ-կոգնիտիվ տեսությունը:

Հետազոտության մեթոդները և մեթոդիկաները: Հետազոտության ընթացքում կիրառվել են գիտափորձի, դիտման, զրույցի, հարցման մեթոդները, Է.Վազների ձեռքի թեստը, Ռ.Թեմփլի, Վ.Ամենի և Մ.Դորկիի տազնապայնության մակարդակի ախտորոշման մեթոդիկան:

Հետազոտության արդյունքների հավաստիությունը և հուսալիությունն ապահովվել է համարժեք մեթոդոլոգիական, տեսական և մեթոդական համակարգերի ընտրությամբ, հետազոտական տարբեր մեթոդների կիրառմամբ, մեծ թվով հետազոտվողների ընդգրկմամբ, հետազոտության արդյունքների քանակական և որակական վերլուծությամբ:

Հետազոտության գիտական նորոյթը և տեսական նշանակությունը: Հետազոտության մեջ ցույց է տրվում, որ ներշնչանքի կարևորագույն կոգնիտիվ մեխանիզմ և ներշնչման արդյունավետության բարձրացման միջոց է հանդիսանում առաջանցիկ արտացոլումը: Հիմնավորվում է, որ առաջանցիկ արտացոլումը դրսևորվում է երեք ձևերով՝ առաջանցիկ զգացողությունների, առաջանցիկ պատկերներների, առաջանցիկ մտքերի: Էմպիրիկ հետազոտությունների արդյունքում բացահայտվել է, որ ներշնչման արդյունավետությունը բարձրացնելու կարևորագույն միջոց է այն խոչընդոտող գործոնների բացահայտումը և փոխհատուցումը այլ գործոններով:

Հետազոտության կիրառական նշանակությունը: Կիրառական առումով հետազոտությունը կարևոր ներդրում կհանդիսանա գործնական հոգեբանության ոլորտում, կօգնի մասնագետներին ավելի արդյունավետ դարձնել ներշնչանքի վրա կառուցվող հոգեբանական աշխատանքները, ավելի լավ հասկանալ իրենց այցելուների բացասական ինքնաներշնչանքներով պայմանավորված անցանկալի երևույթների հոգեբանական մեխանիզմները և կանխել դրանք: Բացի այդ, հետազոտության արդյունքները կարող են օգտագործվել «Հոգեկարգավորում», «Հոգեթերապիա», «Սուզեստիվ հոգեբանություն» առարկաների ուսումնական նյութերում, հոգեբանական թրեյնինգների ժամանակ:

Պաշտպանության ներկայացվող դրույթները: 1. Առաջանցիկ արտացոլումը ներշնչանքի կարևորագույն կոգնիտիվ մեխանիզմներից է, այսինքն ներշնչանքի ազդեցությունը շատ դեպքերում տեղի է ունենում այն պարագայում, երբ անձը զգում, պատկերացնում կամ մտածում է, թե ինչ է տեղի ունենալու ներշնչման արդյունքում:

2. Ներշնչանքի գործընթացում առաջանցիկ արտացոլումը դրսևորվում է երեք ձևով՝ առաջանցիկ զգացողություններով, առաջանցիկ մտքերով և առաջանցիկ պատկերներով: 3. Առաջանցիկ արտացոլումը ներշնչման արդյունավետությունը բարձրացնող անկախ կոգնիտիվ գործոն է: 4. Ներշնչման արդյունավետությունը կարելի է բարձրացնել՝ բացահայտելով և փոխհատուցելով այն կոնկրետ գործոնները, որոնք խանգարում են տվյալ անձին ենթարկվելու ներշնչմանը:

Ատենախոսության փորձաքննությունը: Ատենախոսության փորձաքննությունն իրականացվել է Խ. Աբովյանի անվ. ՀՊՄՀ Զարգացման և կիրառական հոգեբանության ամբիոնի նիստերի, ԵՊՀ Փիլիսոփայության և հոգեբանության ֆակուլտետի 90-ամյակին, Ս. Խոսրոյանի 100-ամյակին նվիրված, ինչպես նաև «Դպրոցական հոգեբանական ծառայության հիմնախնդիրները» թեմայով գիտաժողովների ընթացքում:

Ատենախոսության կառուցվածք: Ատենախոսությունը բաղկացած է ներածությունից, երեք գլուխներից, եզրակացությունից, մեթոդական հանձնարարականներից, գրականության ցանկից (142 անուն) և 3 հավելվածից:

Ատենախոսության մեջ ներկայացված են 22 հիստորիան և երեք աղյուսակ:

ԱՇԽԱՏԱՆՔԻ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ԲՈՎԱՆ-ՊԱՎՈՒԹՅՈՒՆԸ

Ներածության մեջ հիմնավորվում է թեմայի հրատապությունը, ներկայացվում են հետազոտության օբյեկտը, առարկան, նպատակը, խնդիրները, վարկածը, մեթոդալոգիական և տեսական հիմքերը, մեթոդները և մեթոդիկաները, տեսական և կիրառական նշանակությունը, գիտական նորույթը, պաշտպանության ներկայացվող դրույթները, փորձաքննությունը և կառուցվածքը:

Ատենախոսության առաջին գլուխը՝ «Ներշնչանքը որպես գիտական հետազոտության օբյեկտ», բաղկացած է հինգ պարագրաֆից: Առաջին պարագրաֆում ներկայացվում է ներշնչանքի հիմնախնդրի վերաբերյալ պատկերացումների զարգացումը և արդի վիճակը: Վերլուծության են ենթարկվում մի շարք հեղինակների (Գ. Թարդի, Գ. Լեբոնի, Ի. Բերնեյմի, Կ. Վինսենթի, Զ. Լիլլի, Հ. Ռանկի, Ա. Մոլի, Վ. Բեխտերևի, Ռ. Պորչնակի, Ա. Սվյադոշի և այլոց) տեսակետները կապված ներշնչանքի էության, դերի, մեխանիզմների, ձևերի, հականերշնչանքի առանձնահատկությունների և մի շարք այլ հիմնահարցերի վերաբերյալ: Հաջորդ պարագրաֆում ներկայացվում են ներշնչանք, հիպնոս, համոզում, հոգեբանական ծրագրավորում հասկացությունների վերաբերյալ տարբեր մեկնաբանությունները, ցույց է տրվում, որ մինչ այսօր չկա ներշնչանքի հստակ սահմանմանում և տարբերակում նմանատիպ այլ երևույթներից

(հիպնոս, համոզում և այլն), իրականացվում է այս հասկացությունների ճշգրտում և տարբերակում: Այս գլխի հաջորդ պարագրաֆում ներկայացված են ներշնչանքի և ներշնչվողականության փորձարարական հետազոտությունները: Այստեղ ներկայացվում են Վ. Բեխտերևի, Բ. Պորշնևի, Ս. Բոլտանայի, Ի. Քիրշի, Հ. Այզենկի, Ա. Ջախարովի, Մ. Բրոկի Ս. Տաշանայի, Մ. Պակովի և այլոց փորձարարական հետազոտությունները, քննվում են կիրառված մեթոդները: Առաջին գլխի չորրորդ պարագրաֆում ներկայացվում են ներշնչանքի հոգեֆիզիոլոգիական մեխանիզմներին, մարմնական գործընթացների վրա ներշնչանքի ազդեցությանը նվիրված հետազոտությունները: Առաջին գլխի վերջին ենթագլխում ներկայացված են ներշնչանքի տեսակներն ու միջոցները: Առանձնացվում են ներշնչանքի խոսքային և ոչ խոսքային միջոցների կիրառման առանձնահատկությունները հնագույն ժամանակներից մինչև մեր օրերը (Մ. Լեպիցկի): Ներկայացվում են Ս. Գոնչարովի Ի. Չերեպանովայի, Հ. Այզենկի, Վ. Դուրովի, Լ. Վասիլևի, Ռ. Բրիգի, Ի. Մոնախովայի և այլոց ներշնչանքի տեսակների դասակարգման սխեմաները: Այս գլխին ավարտվում է եզրակացություններով, որոնցով ցույց է տրվում, թե թեմային առնչվող որ հարցերն են աղոտ հետազոտված և կարիք ունեն հետագա ուսումնասիրությունների ու ճշգրտումների:

Ատենախոսության երկրորդ գլխում «Ներշնչանքի արդյունավետությունը պայմանավորող գործոնները», վերլուծության է ենթարկվում մեր հետազոտության բուն հիմնախնդրին նվիրված գրականությունը և ներկայացվում են տեսական հիմքերը: Այս գլխի առաջին պարագրաֆում ներկայացված են թե՛ հայրենական, թե՛ արտասահմանյան տարբեր հեղինակների կողմից առանձնացված ներշնչանքի արդյունավետությանը նպաստող և խանգարող գործոնները: Տարբեր հեղինակներ ներշնչանքի արդյունավետությունը կապում են տարբեր գործոնների հետ, օրինակ՝ անձի ցածր ինքնագնահատականի և անինքնավստահության (Ս. Գոլովին), հոգեֆիզիոլոգիական վիճակի, կրթվածության մակարդակի (Վ. Շեյնով), ներշնչվող ինֆորմացիայի հանդեպ անձի ունեցած վերաբերմունքի (Ս. Չիմբարդոն, Ֆ. Լյայպեն, Ե. Իլին, Ա. Տխոստով), ներշնչողի անձի հանդեպ վստահության (Ա. Չեյնսկի), ներշնչվող ինֆորմացիայի և մարդու դետերմինացիոն համակարգի կամ սպասումների համապատասխանության (Ս. Խուդոյան, Ի. Քիրշ), ներշնչողի և ներշնչվողի միջև վստահության (Ա. Լեբոն) և այլ գործոնների հետ: Երկրորդ գլխի երկրորդ ենթագլխում քննարկվում են ներշնչման արդյունավետությանը խոչընդոտող գործոնները և դրանց փոխհատուցման հնարավորության հարցը: Այս ենթագլխում ներկայացվում են թե՛ ֆիզիոլոգիական և թե՛ հոգեբանական մակարդակներում (Պ. Անոխին, Ա. Ադլեր, Կ. Յունգ, Ա. Բանդուրա, Տ. Սկրիպկինա) փոխհատուցման տարբեր ձևերի կիրառման

վերաբերյալ տեսակետները, ինչպես նաև ենթադրություն է արվում և հիմնավորվում է, որ փոխհատուցման մեխանիզմը հաջողությամբ կարող է օգտագործվել ներշնչանքի արդյունավետության բարձրացման նպատակով:

Երկրորդ գլխի վերջին երկու ենթագլուխներում քննվում է առաջանցիկ արտացոլման երևույթը՝ որպես ներշնչանքի գործառնման մեխանիզմ և ներշնչման արդյունավետությանը նպաստող կոգնիտիվ գործոն: Այստեղ ներկայացված են առաջանցիկ արտացոլման տեսություններն ու էմպիրիկ հետազոտությունները (Պ. Անոխին, Ե. Վիկտորովա, Կ. Ֆեյգենբերգ, Բ. Լոնով և այլոք), ինչպես նաև առաջանցիկ արտացոլման՝ որպես ներշնչանքի արդյունավետությանը նպաստող գործոնի հնարավոր կիրառման տարբերակները, քննարկվում է առաջանցիկ զգացողությունների, պատկերների և մտքերի նշանակությունը ներշնչման գործընթացում: Այս գլխի վերջին պարագրաֆը նվիրված է անձի ներշնչվողության էմպիրիկ հետազոտության մեթոդների վերլուծությանը:

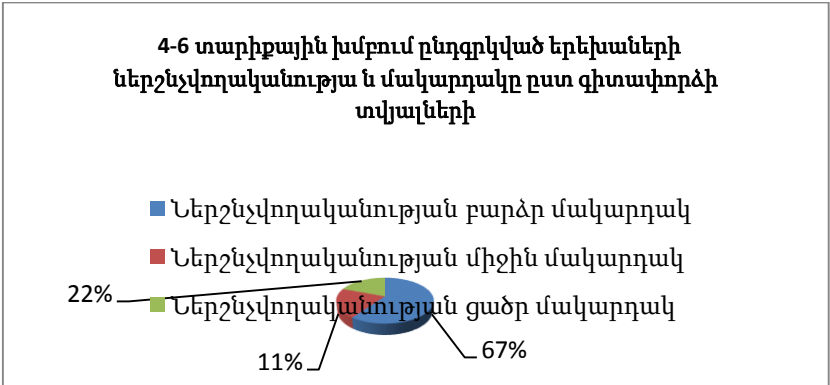
Ատենախոսության երրորդ գլխում «Ներշնչանքի արդյունավետությունը բարձրացնող կոգնիտիվ գործոնների էմպիրիկ հետազոտություն», ներկայացվում են իրականացված էմպիրիկ հետազոտությունները, դրանց արդյունքների վերլուծությունը: Հետազոտություններն իրականացվել են 2012-2015 թվականներին, Երևանի թիվ 5, թիվ 39 և թիվ 40 մանկապարտեզներում, Երևանի Ռաֆայել Իշխանյանի անվան թիվ 153 միջնակարգ դպրոցում, Երևանի Գուրգեն Մարգարյանի անվան թիվ 94 ավագ դպրոցում, Խ. Աբովյանի անվ. ՀՊՄՀ-ի Մաթեմատիկայի, Ֆիզիկայի և ինֆորմատիկայի, Կրթության հոգեբանության և սոցիոլոգիայի, Սկզբնական կրթության ֆակուլտետների ուսանողների հետ: Հետազոտությանն ընդհանուր առմամբ մասնակցել է 269 փորձարկվող: Նրանցից՝ 4-6 տարեկան (նախադպրոցական տարիք) 45 երեխա (մանկապարտեզի միջին և ավագ խմբերի սաներ), 7-9 տարեկան (կրտսեր դպրոցական տարիք) 45 երեխա (2 - 5-րդ դասարան), 10-17 տարեկան (դեռահասություն) 45 երեխա և Խ. Աբովյանի անվ. ՀՊՄՀ-ի տարբեր ֆակուլտետների բակալավրիատի I-IV կուրսերի, մագիստրատուրայի I և II կուրսերի ուսանողներ 134 ուսանող 18-23 տարեկան (պատանեկան տարիք):

Էմպիրիկ հետազոտությունների նպատակն էր՝ պարզել առաջանցիկ արտացոլման դերը ներշնչանքի իրականացման գործընթացում, ինչպես նաև ներշնչանքի արդյունավետությունը բարձրացնող և նվազեցնող գործոններն ու դրանց փոխհատուցման հնարավորությունները:

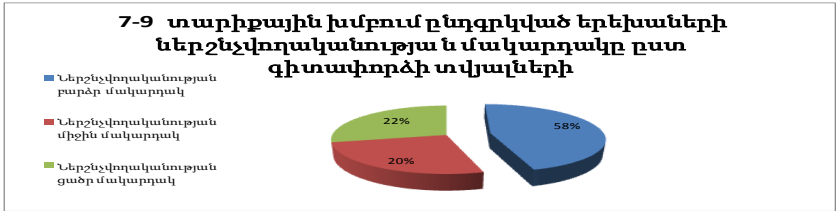
Էմպիրիկ հետազոտություններն իրականացվել են երեք փուլով: Առաջին փուլում իրականացվել են գիտափորձեր՝ ուղղված հետազոտվողների ընդհանուր ներշնչվողականության մակարդակի

ուսումնասիրությանը(ներկայացված են 3-րդ գլխի առաջին պարագրաֆում): Երկրորդ փուլում դիտման, զրույցի, հարցման, թեստերի մեթոդներով հետազոտվել են ներշնչվողության միջին և ցածր մակարդակ ունեցող հետազոտվողների մեջ ներշնչանքի արդյունավետությունը իջեցնող գործոնները, ինչպես նաև ներշնչվողականության բարձր մակարդակ ունեցող անձանց մեջ ներշնչման արդյունավետությունը պայմանավորող գործոնները (ներկայացված են 3-րդ գլխի 2-րդ պարագրաֆում): Երրորդ փուլում գիտափորձերով ստուգվել են առաջանցիկ արտացոլման դերը ներշնչման գործընթացում, ինչպես նաև ներշնչմանը խանգարող գործոնների փոխհատուցման կոնկրետ եղանակները (ներկայացված են 3-րդ գլխի 3-րդ պարագրաֆում):

Առաջին փուլում 4-6 և 7-9 տարեկան երեխաների (90 փորձարկվող) ներշնչվողականության մակարդակը ստուգվել է գոյություն չունեցող բույրերի, համերի, ձայների, մարմնի տատանումների ներշնչման թեստերով: Հետազոտությունները ցույց տվեցին, որ 4-6 տարեկան 45 երեխաներից 30-ի(67%) մեջ առկա էր ներշնչվողականության բարձր, 10-ի(22%) մեջ՝ միջին և 5-ի(11%) մեջ ցածր մակարդակներ (Տես՝ դիագրամ 1): 7-9 տարեկան 45 երեխաներից 26-ի(58%) մեջ առկա էր բարձր, 9-ի(20%) մեջ միջին և 10(22%)-ի մեջ ցածր ներշնչվողականության մակարդակներ (Տես՝ դիագրամ 2):

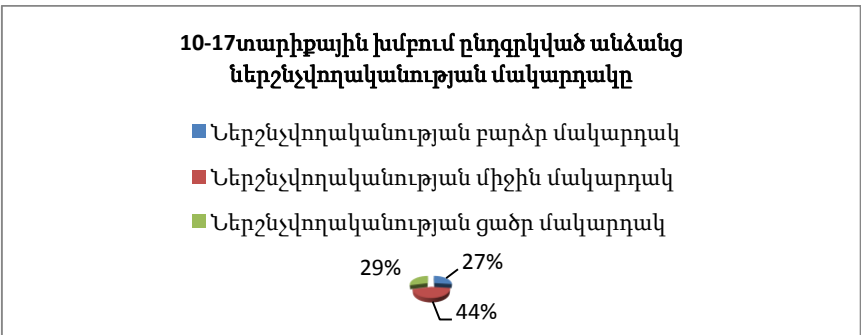


Դիագրամ 1:



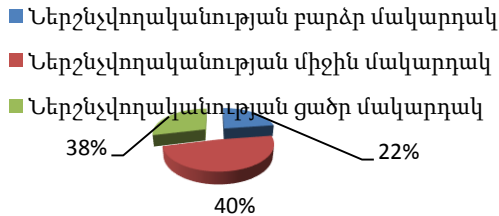
Դիագրամ 2

10-17 և 18-23 տարեկան պատանիները հետազոտվել են ներշնչվողականությունը ստուգող մարմնի հետ ու առաջ ընկնելու, աչքերը փակվելու, կիտրոնի համը զգալու, ճոճանակ թեստերի միջոցով: Ստացված արդյունքների համաձայն 10-17 տարեկան 45 փորձարկվողներից 12-ի(27%) մեջ առկա էր ներշնչվողականության բարձր, 20-ի(44%) մեջ՝ միջին և 13(29%)իոգու մեջ ներշնչվողականության ցածր մակարդակներ(Տես՝ դիագրամ 3): 18-23 տարեկան 134 փորձարկվողներից 30-ի(22%) մեջ առկա էր ներշնչվողականության բարձր, 53-ի(40%) մեջ՝ միջին և 51(38%) հոգու մեջ ներշնչվողականության ցածր մակարդակներ (Տես՝ դիագրամ 4):



Դիագրամ 3

18-23 տարիքային խմբում ընդգրկված անձանց ներշնչվողականություն մակարդակը



Դիագրամ 4

Հետազոտության երկրորդ փուլում 4-6 տարեկան երեխաների հետ ներշնչմանը նպաստող և խանգարող գործոնների դիտման մեթոդով իրականացված հետազոտությունը ցույց տվեց, որ ցածր և միջին ներշնչվողականություն ունեցող 15 երեխաներից 6-ի մեջ (40%) բարձր էր տազնապայնությունը, 5-ի մեջ (33%) նկատելի էր հիպերակտիվություն, ուշադրության կենտրոնացման հետ կապված խնդիրներ, 4-ի մեջ (27%) նկատելի էր ագրեսիվ վարք, նեգատիվիզմ: 7-9 տարիքային խմբում դիտումը ցույց տվեց, որ ներշնչվողականության ցածր և միջին մակարդակ ունեցող 19 երեխաներից 8-ի մեջ (42%) նկատելի էր տազնապայնության բարձր մակարդակ, 7-ի մեջ (37%) նկատելի էր ուշադրության կենտրոնացման հետ կապված խնդիրներ, երեխաներից 4-ի մեջ (21%) նկատելի էր ագրեսիվ վարք: Այսպիսով, դիտման արդյունքները ցույց տվեցին, որ նշված տարիքային խմբերում էլ որպես ներշնչմանը խոչընդոտող գործոններ են հանդես գալիս տազնապայնությունը, ուշադրության կենտրոնացման հետ կապված խնդիրները, գերակտիվությունը և ագրեսիվության բարձր մակարդակը: 4-6 և 7-9 տարեկանների մեջ ներշնչանքի արդյունավետությանը նպաստող և խանգարող գործոնների զրույցի մեթոդով իրականացված հետազոտությունը ցույց տվեց, որ ներշնչվողականության բարձր մակարդակ ունեցող 56 երեխաներից 38 -ի (68%) մեջ որպես ներշնչանքի արդյունավետությանը նպաստող հիմնական գործոն հանդես էր գալիս առաջանցիկ արտացոլումը, հաջորդ գործոնը՝ ընդօրինակումը, նշեցին 33 (60%) երեխաներ, վստահության և հավատի գործոնները նշվեցին 20 երեխայի (36%) կողմից, խրախուսանքի արժանանալու ցանկությունը նշեցին 18 (32%) երեխաներ:

Ներշնչվողականության միջին և ցածր մակարդակ ցուցաբերած 34 երեխաներից 12-ը (35%), որպես ներշնչանքի արդյունավետությանը խանգարող գործոն նշեցին ներշնչողի անձի հանդեպ վստահության և ներշնչանքի նկատմամբ հավատի բացակայությունը, տազնապայնության գործոնը նշվեց 10 երեխաների (29%) կողմից, 7 երեխաների (20%) տրված պատասխաններում նկատելի էր նաև ագրեսիայի, նեգատիվիզմի գործոնը և ուշադրության կենտրոնացման հետ կապված խնդիրների մասին նշեցին 5 (15%) երեխաներ: Այսպիսով, նշված տարիքային խմբում որպես ներշնչման արդյունավետությանը նպաստող հիմնական գործոններ հանդես են գալիս առաջանցիկ արտացոլումը, ընօրինակումը, ներշնչողի անձի հանդեպ հավատը և խրախուսվելու ձգտումը: Խանգարող գործոններ են ներշնչողի անձի հանդեպ վստահության բացակայությունը, տազնապայնությունը, ագրեսիան, նեգատիվիզմը, ինչպես նաև ուշադրության կենտրոնացման հետ կապված խնդիրները: 4-6 և 7-9 տարիքային խմբում Ռ. Թեմփլի, Վ. Ամենի և Մ. Դորկիի տազնապայնության մակարդակի ախտորոշման մեթոդիկայով իրականացված հետազոտությունների միջոցով պարզվեց, որ տազնապայնության ցածր մակարդակ ունեցող 4-6 տարեկան 34 երեխաներից 28-ի (82%) մեջ առկա էր ներշնչվողականության բարձր, 6-ի (18%) մեջ ներշնչվողականության միջին մակարդակ, տազնապայնության ցածր մակարդակ ունեցող երեխաների մեջ ներշնչվողականության ցածր մակարդակ ունեցող երեխաներ չկային: Տազնապայնության միջին և բարձր մակարդակ ունեցող 11 երեխաներից 5-ի մեջ (45%) արձանագրվեց ներշնչվողականության ցածր մակարդակ, 4-ի (37%) մեջ՝ միջին, և 2 (18%) երեխայի մեջ՝ ներշնչվողականության բարձր մակարդակ:

7-9 տարիքային խմբում տազնապայնության ցածր մակարդակ ունեցող 29 երեխաներից 23-ի (79%) մեջ առկա էր ներշնչվողականության բարձր մակարդակ, 4-ի մեջ (14%) ներշնչվողականության միջին, և 2-ի մեջ (7%) ներշնչվողականության ցածր մակարդակ: Տազնապայնության միջին և բարձր մակարդակ ունեցող 16 երեխաներից 7-ի մեջ (43%) առկա էր ներշնչվողականության ցածր, 5-ի (31%) մեջ՝ միջին և 4-ի (26%) մեջ՝ ներշնչվողականության բարձր մակարդակ:

Այսպիսով, հետազոտությունները ցույց տվեցին, որ 4-9 տարիքային խմբում տազնապայնության միջին և բարձր մակարդակները հանդես են գալիս որպես ներշնչման արդյունավետությանը խանգարող գործոններ:

4-6 և 7-9 տարեկան երեխաների հետ է. Վազների ագրեսիվության մակարդակի որոշման մեթոդիկայով իրականացված հետազոտությունների միջոցով պարզվեց, որ 4-6 տարեկան

ագրեսիվության ցածր մակարդակ ունեցող 33 երեխաներից 29-ի (88%) ներշնչվողականությունը բարձր էր, 3-ի (9%) ներշնչվողականությունը միջին մակարդակ ուներ: Ագրեսիվության բարձր մակարդակ ունեցող 1 (3%) երեխայի մեջ ներշնչվողականությունը նույնպես բարձր մակարդակ ուներ: Ագրեսիվության միջին և բարձր մակարդակ ունեցող 4-6 տարեկան 12 երեխաներից 6-ի մեջ (50%) առկա էր ներշնչվողականության միջին, 4-ի (34%) մեջ՝ ցածր և 2 երեխայի (16%) մեջ՝ ներշնչվողականության բարձր մակարդակ: 7-9 տարիքային խմբում ագրեսիվության ցածր մակարդակ ունեցող 28 երեխաներից 26-ի (92%) ներշնչվողականությունը բարձր էր, 2-ի (8%) մեջ՝ միջին: Ագրեսիվության ցածր մակարդակ ունեցող երեխաների մեջ ներշնչվողականության ցածր մակարդակ ունեցողներ չկային: Ագրեսիվության միջին և բարձր մակարդակ ունեցող 17 երեխաներից 10-ի (59%) ներշնչվողականություն ցածր, 7-ի (41%) մեջ՝ միջին, իսկ ներշնչվողականության բարձր մակարդակ ունեցող երեխաներ չկային:

10-17 և 18-23 տարեկանների շրջանում ներշնչանքի արդյունավետությանը նպաստող և խանգարող գործոնները հետազոտվել են հարցման և գրույցի մեթոդներով: Հետազոտության իրականացվել է նույն ընտրանքի հետ(մասնակցել են 179 անձ): Հարցման արդյունքները ցույց տվեցին, որ 10-17 տարիքային խմբում ընդգրկված ներշնչվողականության ցածր և միջին մակարդակ ունեցող 33 փորձարկվողներից 8-ը (24%) նշել են, որ իրենք տազնապային են, 7-ը (21%) ուներ առաջանցիկ արտացոլման ընդունակության ցածր մակարդակ, ևս 7-ի (21%) մեջ վառ արտահայտված էր մարդկանց նկատմամբ անվստահությունը, 6-ը (18%) չէր հավատում ներշնչանքին կամ չէր պատկերացնում ինչ է դա, 4-ի մեջ (13%) ցածր էր կոնֆորմիզմի մակարդակը և 1 ուսանող (3%) նշել էր, որ ուշադրության կենտրոնացման հետ կապված խնդիրներ ունի:

18-23 տարիքային խմբում ընդգրկված ներշնչվողականության ցածր և միջին մակարդակ ունեցող 104 ուսանողներից ներշնչանքին չէր հավատում 29 –ը (27%), 26-ը (25%) ուներ առաջանցիկ արտացոլման ընդունակության ցածր մակարդակ, 11 ուսանողներ (12%) նշել են, որ իրենք տազնապային են, 10 պատանու մեջ (9%) վառ արտահայտված էր որևէ մեկին չվստահելու միտումը, 7-ի մեջ (6%) կոնֆորմիզմը ցածր մակարդակի վրա էր և 3 ուսանող (2%) նշել էին, որ ուշադրության կենտրոնացման հետ կապված խնդիրներ ունեն:

10-17 տարիքային խմբում ընդգրկված ներշնչվողականության բարձր մակարդակ ունեցող 12 փորձարկվողներից 10-ը (83%) ուներ առաջանցիկ արտացոլման ընդունակության բարձր մակարդակ, 7-ի մեջ

(58%) վառ արտահայտված էր մարդկանց նկատմամբ վստահությունը, 5-ի մեջ (41%) բարձր էր կոնֆորմիզմը, 2-ը (16%) նշել էին, որ չեն պատկերացնում, թե ինչ է ներշնչանքը և 1-ը (8%) նշել էր, որ ինքը տազնապային է, ոչ մի հետազոտվող չէր նշել ուշադրության կենտրոնացման հետ կապված խնդիրների առկայությունն իրենց մեջ:

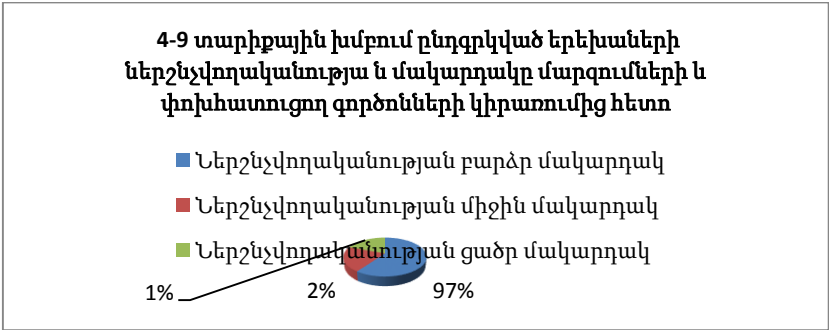
18-23 տարիքային խմբում ընդգրկված ներշնչվողականության բարձր մակարդակ ունեցող 30 ուսանողներից 16-ը (53%) ուներ առաջանցիկ արտացոլման ընդունակության բարձր մակարդակ, 10-ը հավատում էին ներշնչանքին և հիպնոսին (30%), 8-ի (27%) մեջ վառ արտահայտված էր ուրիշներին վստահելու միտումը, 8-ի (27%) մեջ առկա էր կոնֆորմիզմի բարձր մակարդակ, և 5 ուսանող (17%) նշել էր, որ տազնապային է, 2 ուսանող (7%) ուշադրության կենտրոնացման հետ կապված խնդիրներ ուներ:

Այսպիսով, ըստ հարցման արդյունքների, 10-23 տարիքային խմբում որպես ներշնչանքի արդյունավետությանը նպաստող կարևորագույն գործոններ հանդես են գալիս առաջանցիկ արտացոլումը, հավատը ներշնչանքի նկատմամբ, կոնֆորմիզմը, մարդկանց վստահելու գործոնը: Որպես ներշնչանքի արդյունավետությանը խանգարող գործոններ հանդես են գալիս առաջանցիկ արտացոլման ընդունակության ցածր մակարդակը, ներշնչանքի հանդեպ հավատի բացակայությունը, մարդկանց նկատմամբ անվստահությունը, տազնապայնությունը, ուշադրության կենտրոնացման հետ կապված խնդիրները:

10-17 և 18-23 տարեկանների շրջանում ներշնչանքի արդյունավետությանը նպաստող և խանգարող գործոնների զրոյցի մեթոդով իրականացված հետազոտությանը մասնակցել են ներշնչվողականության բարձր մակարդակ ունեցող 10-17 տարեկան 12 և 18-23 տարեկան 15 փորձարկվողներ, ինչպես նաև ներշնչվողականության միջին և ցածր մակարդակ ունեցող 10-17 տարեկան 10 և 18-23 տարեկան 15 փորձարկվողներ (ընդամենը 52 անձ): Չրոյցի արդյունքները ցույց տվեցին, որ երկու տարիքային խմբերում էլ առաջանցիկ արտացոլումը հանդես է գալիս որպես ներշնչման արդյունավետությունը պայմանավորող հիմնական գործոն(բարձր ներշնչվողականություն ունեցողներից 16-ի կամ 59%-ի մեջ այն առկա էր), ընդօրինակման գործոնը նշվեց 12 փորձարկվողների կողմից(42%), ներշնչողի անձի հանդեպ վստահության գործոնը նշվեց 10 հոգու կողմից (37%), ներշնչվող ինֆորմացիային ենթարկվելու մոտիվացիան ընդգծվեց 6 անձի (22%) կողմից, ներշնչանքի հանդեպ հավատի գործոնը նշել էին հարցվածներից 5-ը (18%):

Երկու տարիքային խմբում ընդգրկված, ներշնչվողականության ցածր և միջին մակարդակ ունեցող 25 փորձարկողներից 15 - ի համար (60%), որպես ներշնչանքի արդյունավետությանը խանգարող գործոն հանդես էր գալիս առաջանցիկ արտացոլման բացակայությունը, ներշնչանքի հանդեպ հավատի բացակայությունը նշվեց 10 (40%) փորձարկողների կողմից, վախի, տագնապի զգացողությունների գործոնը նշվեց 9 ուսանողների կողմից (36%), ներշնչանքին ենթարկվելու մոտիվացիայի բացակայությունը զրույցի ընթացքում նշվեց 6 հետազոտվողների կողմից (24%): Այսպիսով, ըստ զրույցի արդյունքների առաջանցիկ արտացոլումը հանդես է գալիս որպես ներշնչանքի արդյունավետությանը նպաստող հիմնական կոգնիտիվ գործոն, կարևոր գործոններ են նաև ընդօրինակումը, հավատի, վստահության գործոնները, մոտիվացիան: Որպես խանգարող գործոն հանդես են գալիս առաջանցիկ արտացոլման բացակայությունը, ներշնչանքի հանդեպ հավատի բացակայությունը, տագնապայնությունը, ներշնչանքին ենթարկվելու մոտիվացիայի բացակայությունը: **Հետազոտության երրորդ փուլում** մասնակցել են նախորդ փուլում ներշնչվողականության ցածր մակարդակ ցուցաբերած 4-6 տարեկան 5 և 7-9 տարեկան 10 երեխա: Երեխաները բաժանվել են երեք խմբի՝ ըստ ներշնչմանը խանգարող գործոնների՝ տագնապայնության (5 երեխա), ագրեսիվության և գերակտիվության (5 երեխա), հավատի բացակայության (5 երեխա): Հետազոտության առաջին փուլում երեք խմբերում ընդգրկված երեխաների համար կազմակերպվել են առաջանցիկ արտացոլման վարժանքներ՝ գոյություն չունեցող բույրերի, համերի, ձայների և տատանման թեստերի միջոցով, ապա մեկ շաբաթ անց ստուգվել է երեխաների ներշնչվողականության մակարդակը նոր թեստերով՝ առանց մարզումների: Մարզումների արդյունքում 4-6 տարեկան գերակտիվություն դրսևորող 5 երեխաներից միայն 1-ի(20%) մոտ հնարավոր եղավ բարձր ներշնչվողականություն ստանալ, ևս 1-ը(20%) դրսևորեց միջին ներշնչվողություն, իսկ մյուս 3(60%) երեխաների մեջ չհաջողվեց ապահովել թեստերի իրականացման կայուն արդյունքներ: 7-9 տարեկան երկու խմբերի 10 երեխաներից 7-ի(70%) մեջ հաջողվեց կայուն ձևով բարձրացնել ներշնչվողականությունը, 2-ի(20%) մեջ ապահովվեց միջին մակարդակ և 1(10%) երեխա ցածր մակարդակ դրսևորեց: Մարզումներից մեկ շաբաթ անց կիրառվել են ձեռքերը կաշեյլու և ձեռքի ծանրացման թեստերը: Ներշնչանքի նոր փորձերի արդյունքները ցույց տվեցին, որ 4-6 տարեկան 5 երեխաներից 1-ի մեջ դրսևորվեց ներշնչվողականության բարձր, իսկ 4-ի մեջ ցածր մակարդակ: 7-9 տարեկան ներշնչվողականության ցածր մակարդակ ունեցող 10 երեխաներից 7-ի մեջ (70%)՝ ներշնչվողականությունը

բարձրացել էր, իսկ 3-ի մեջ(30%)՝ ոչ: **Հետազոտության երկրորդ փուլում** աշխատանքները շարունակվեցին ներշնչվողականության ցածր մակարդակ ունեցող 7 երեխաների հետ, որոնցից 4-ի(57%) մեջ առկա էր ազդեցիկության և գերակտիվության բարձր մակարդակ և 3-ի(43%) մեջ ներշնչանքի հանդեպ հավատի բացակայություն: Ազդեցիկության և գերակտիվության բարձր մակարդակ ունեցող 4 երեխաների դեպքում որպես փոխհատուցող միջոց մենք ընտրեցինք հետազոտության իրականացման ժամի փոփոխությունը: Եթե նախորդ փորձերն իրականացվում էին առավոտյան ժամերին, երբ երեխաներն ավելի առույգ էին, այս դեպքում արդեն ընտրվեցին մանկապարտեզում երեխաների համար նախատեսված քնելու, և արթնանալուց անմիջապես հետո ընկած ժամերը: Հավատի պակաս դրսևորող երեխաների համար որպես փոխհատուցման միջոց ընտրվեց իրենց ընկերների ներշնչման հաջող փորձերի տեսանյութերի դիտումն ու քննարկումը: Այս փուլում ներշնչվողականությունը ստուգվում էր ձեռքերի ինքնաբուխ բարձրացման և իջեցման թեստով: Հետազոտության արդյունքները ցույց տվեցին, որ փոխհատուցող գործոնների կիրառումը, ներշնչվողականության ցածր և միջին մակարդակ ցուցաբերած 7 երեխաներից 4-ի(57%) մեջ ներշնչվողականությունը բարձրացավ, 2-ի(29%) մեջ հասավ միջին մակարդակի և 1(14%) երեխայի մեջ մնաց ցածր մակարդակի վրա (Տես՝ դիագրամ 5):



Դիագրամ 5

10-17 և 18-23 տարիքային խմբերի ցածր ներշնչվողականություն ունեցող 64 փորձարկվողներից 34-ի մեջ թույլ էր արտահայտված առաջանցիկ արտացոլումը (1-ին խումբ), 22-ի մեջ (2-րդ խումբ) ցածր էր հավատն ու մոտիվացիան ներշնչման նկատմամբ, իսկ 8-ի մեջ (3-րդ խումբ) բարձր էր տագնապայնությունը: Առաջանցիկ արտացոլման մարզումների արդյունքում առաջին խմբի 34 փորձարկվողներից 21-ը

դրսևորեց բարձր ներշնչվողականություն, 3-ը՝ միջին, իսկ 10-ը՝ ցածր: Երկրորդ խմբի 22 փորձարկվողներից 12-ը հաջողությամբ անցան թեստերը, 4-ը դրսևորեց ներշնչվողականության միջին մակարդակ, իսկ 6-ը՝ ցածր: Երրորդ խմբի 8 փորձարկվողներից 6-ը դրսևորեց ներշնչվողականության բարձր մակարդակ, իսկ 2-ը՝ ցածր: Նոր թեստերով փորձարկումներում իրավիճակը էականորեն չփոխվեց՝ 64 փորձարկվողներից 39-ի մեջ դրսևորվեց ներշնչվողականության բարձր, 13-ի մեջ՝ միջին և 12-ի մեջ՝ ցածր մակարդակ: Վերջիններիս ներշնչվողականության բարձրացման նպատակով կիրառվեցին փոխհատուցող գործոններ՝ ներշնչման հաջող դեպքերի դիտում և քննարկում, ներշնչանքի վերաբերյալ ինֆորմացվածության բարձրացում, հետերոներշնչանքը ինքնաներշնչանքով փոխարինում, մոտիվացիայի բարձրացում: Արդյունքում՝ 12 փորձարկվողներից 5-ի մեջ դրսևորվեց ներշնչվողականության բարձր, 4-ի մեջ՝ միջին և 3-ի մեջ՝ ցածր մակարդակ:

ԵՋՐԱԿԱՑՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Տեսական և փորձարարական հետազոտությունների արդյունքների հիման վրա կարելի է անել հետևյալ եզրակացությունները.

1. Ներշնչանքի հիմնախնդրի վերաբերյալ գիտական գրականության վերլուծությունը ցույց տվեց, որ այս հիմնախնդիրն ընդհանուր առմամբ բավական աղոտ է հետազոտված: Այս ոլորտի պրակտիկ մասնագետների կողմից առաջ են քաշվել բազմաթիվ վարկածներ, որոնք, սակայն, էմպիրիկ հետազոտություններով չեն ստուգվել և մնում են ենթադրությունների մակարդակում:

2. Առաջանցիկ արտացոլումը հանդես է գալիս որպես ներշնչման կարևորագույն մեխանիզմ:

3. Առաջանցիկ արտացոլումը ներշնչման արդյունավետությանը նպաստող անկախ կոգնիտիվ գործոն է:

4. Ներշնչման առաջանցիկ արտացոլումը կարող է դրսևորվել առաջանցիկ մտքերի, զգացողությունների, պատկերների ձևով:

5. 4-9 տարեկանների ներշնչանքի արդյունավետությանը խանգարող հիմնական գործոններ են՝ տագնապայնությունը, ներշնչանքի հանդեպ հավատի բացակայությունը, ագրեսիան, ուշադրության կենտրոնացման կարողության հետ կապված խնդիրները: 18-23 տարեկանների շրջանում, որպես ներշնչման արդյունավետությանը խանգարող հիմնական գործոններ, հանդես են գալիս առաջանցիկ արտացոլման բացակայությունը, ներշնչանքի հանդեպ հավատի

բացակայությունը, տազնապայնությունը, մտիվացիայի բացակայությունը:

6. Ներշնչանքի առաջանցիկ արտացոլման մարզումները բարձրացնում են անձի ներշնչվողականությունը:

7. Ներշնչանքի արդյունավետությունը կարելի է բարձրացնել փոխհատուցելով ներշնչմանը խանգարող գործոնները ներշնչանքի արդյունավետությունը բարձրացնող գործոններով:

Ատենախոսության հիմնական դրույթներն արտացոլված են հրատարակված հետևյալ աշխատություններում

1. Խուրդյան Ա.Ս., Ներշնչանքի հիմնախնդրի ժամանակակից հետազոտությունները, Խ. Աբովյանի անվ. ՀՊՄՀ 90-ամյակին նվիրված գիտաժողովի նյութերի ժողովածու, Եր. «Մանկավարժ», 2013, էջ 165-168:
2. Խուրդյան Ա.Ս., Ներշնչման առանձնահատկությունները ուսուցման գործընթացում, Ս.Խուրդյանի 100-ամյակին նվիրված գիտաժողովի նյութեր, Եր. «Զանգակ», 2013, էջ 64-67:
3. Խուրդյան Ա.Ս., Ներշնչվողականության առանձնահատկությունները նախադպրոցական և կրտսեր դպրոցական տարիքում, Արդիականության մարտահրավերները. փիլիսոփայական և հոգեբանական հիմնախնդիրներ գիտաժողովի նյութերի ժողովածու, Եր., ԵՊՀ հրատ., 2014, էջ 188-192:
4. Խուրդյան Ա.Ս., Միջմշակութային հաղորդակցման արգելքների վերացման արդյունավետ միջոցներ: Ներշնչանք և ինքնաներշնչանք, Կրթության արդիականացումը ժամանակակից մանկավարժական հիմնախնդիրների կոնտեքստում գիտաժողովի նյութերի ժողովածու, Եր., «Մանկավարժ», 2014, էջ 193-196:
5. Խուրդյան Ա.Ս., Ուսուցման արդյունավետության բարձրացումը ներշնչանքի միջոցով, Դպրոցական հոգեբանական ծառայության հիմնախնդիրները գիտակաժողովի նյութերի ժողովածու, Եր., «Գրիգոր Տաթևացի», 2014, էջ 201-205:
6. Խուրդյան Ա.Ս., Առաջանցիկ արտացոլումը որպես ներշնչանքի արդյունավետությունը պայմանավորող կոգնիտիվ գործոն, Հոգեբանության արդի հիմնախնդիրները գիտական աշխատությունների ժողովածու, Եր. «Գրիգոր Տաթևացի», 2016, էջ 63-66:

ХУДОЯН АНИ САМВЕЛОВНА

**КОГНИТИВНЫЕ ФАКТОРЫ ВЛИЯЮЩИЕ НА ПОВЫШЕНИЕ
ЭФФЕКТИВНОСТИ ВНУШЕНИЯ**

Автореферат диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.01 – “Общая психология, теория и история психологии, психология личности”

Защита диссертации состоится 24 мая 2016 года в 13:00 на заседании специализированного совета по философии и психологии 064 ВАК РА по присуждению ученых степеней при

Армянском государственном педагогическом университете им. Х. Абовяна по адресу 0010, г. Ереван, ул. Тигран Меци 17

РЕЗЮМЕ

Актуальность исследования - Внушение как мощное средство психологического воздействия играет важную роль в жизни личности и общества. Оно широко применяется в разных отраслях жизни, в медицине, педагогике, политике, рекламе, в военной сфере и в других областях. Несмотря на огромное практическое значение, феномен внушения очень слабо изучен в современной науке. Мало изучены психологические механизмы внушения и контрвнушения, их виды, факторы, способствующие и препятствующие внушению, пути повышения внушаемости личности и эффективности внушения. Необходимо так же отметить, что существующие исследования в основном носят теоретический характер, и многие выдвинутые гипотезы не проверялись эмпирическим путем.

Цель исследования - выявить факторы, влияющие на эффективность внушения, и пути компенсации факторов препятствующих внушению.

Гипотезы исследования. Опережающее отражение является важным психологическим механизмом внушения и когнитивным фактором повышения эффективности внушения. Развитие умения опережающего отражения повышает эффективность внушения. Эффективность внушения можно повысить, компенсируя факторы препятствующие внушению, факторами, способствующими внушению.

Научная новизна и теоретическая значимость исследования – В исследовании показано, что опережающее отражение является важнейшим когнитивным механизмом, способствующим повышению эффективности внушения. Выявлено, что при внушении, опережающее отражение может проявляться в форме опережающих чувств, мыслей, и образов. В ходе эмпирических исследований выяснилось, что важнейшим способом повышения эффективности внушения является диагностика факторов препятствующих внушению и их компенсация такими факторами, которые способствуют внушению.

Практическая значимость исследования

- Результаты исследования могут применяться в тех сферах практической психологии, где используется внушение.
- Выявленные факты помогут специалистам повысить эффективность внушения, а также глубже понять механизмы отрицательных самовнушений своих клиентов.
- Результаты исследования могут быть использованы при разработке таких лекционных курсов, как «Суггестивная психология», «Психорегуляция», «Психотерапия» и т.п.

Достоверность результатов. Достоверность результатов обеспечена методологической и теоретической обоснованностью исследования, разнообразностью эмпирических методов, качественным и количественным анализом полученных результатов.

Структура диссертации. Работа состоит из введения, трех глав, заключения, библиографического списка (142 источников) и 3 приложений. В диссертации имеется 22 гистограмм и 3 таблицы.

По теме диссертации опубликованы 6 научных статей.

ANI SAMVEL KHUDOYAN

**COGNITIVE FACTORS WHICH IMPROVE THE EFFECTIVENESS
OF SUGGESTION**

Thesis submitted for the Degree of Candidate of Psychological sciences, Specialty Field: 19.00.01 “General Psychology, Theory and History of psychology”. The official defense of the thesis will take place at Higher Attestation Commission’s psychology and philosophy 064 Degree-awarding Scientific Council’s session to be held on, May 24, 2016 at 13:00

Armenian State Pedagogical University after Khachaturian Bovina
(Address: Tiran Mets, 17, Yerevan, 0010)

SUMMARY

The actuality of the research - Suggestion as a powerful tool of psychological influence plays an important role in the life of the individual and society. It is widely applied in various spheres of life, in medicine, pedagogy, politics, advertising, military and other fields. Despite the great practical importance, the phenomenon of suggestion is very poorly studied in modern science. Many problems, such as, the psychological mechanisms of suggestion and contrasuggestion, their types, the factors that contribute and impede the suggestion, the ways of increasing suggestibility of the individual and the effectiveness of suggestion are very scarcely investigated. It should also be noted that existing studies are mainly theoretical in nature, and many hypotheses which are putted forward have not been tested empirically.

The purpose of the research is to identify the factors that influence the effectiveness of suggestion and the ways of compensation of the factors that impede the suggestion.

Research hypothesis - The anticipatory reflection is an important psychological mechanism of suggestion and a cognitive factor of increasing the effectiveness of suggestion. Development of anticipatory reflection skill increases the effectiveness of suggestion. The effectiveness of suggestion can

be increased by compensating the factors which impede the suggestion with the factors which contribute to suggestion.

The scientific novelty and theoretical significance of the research - This research showed that the anticipatory reflection is one of the most important cognitive mechanisms of suggestion and a factor contributing to the efficiency of suggestion. It was revealed that the anticipatory reflection can be performed by three ways in suggestion process: anticipatory sensations, thoughts, and images. The empirical research showed that one of the most important ways of improving the effectiveness of suggestion is the diagnosis of the factors which impede the suggestion and their compensation with the factors which contribute to suggestion.

The practical significance of the study

1. The results of the research can be applied in the areas of practical psychology, where the suggestion is used.
2. The results of the research can help the professionals to increase the effectiveness of suggestion, as well as in better understanding of the mechanisms of negative autosuggestions of their clients.
3. The research results can be applied in the courses of such themes as "Suggestive psychology", "psycho-regulation", "Psychotherapy", etc.

Credibility of Results is conditioned by valid methodological and theoretical basis of the research, diversity of research methods, qualitative and quantitative analysis of empirical data.

The Structure of the thesis - The dissertation consists of an introduction, three chapters, conclusion, bibliography (142 sources) and 3 applications. In the dissertation there are 22 histograms and 3 tables.

On the theme of the dissertation are published six scientific articles.

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, overlapping letters that appear to be 'A' and 'R'.