

ISSN 2953-7924

Խ. ԱՐՈՎՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՀԱՅՎԱԿԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ  
АРМЯНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Х. АБОВЯНА  
ARMENIAN STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY AFTER KH. ABOVYAN

ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՍՈՑԻՈԼՈԳԻԱՅԻ ՖԱԿՈՒԼՏԵՏ  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ ОБРАЗОВАНИЯ И СОЦИОЛОГИИ  
FACULTY OF EDUCATION PSYCHOLOGY AND SOCIOLOGY

ԱՎԱԴԵՄԻԿՈՍ Ս. ՄԱԶՄԱՆՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ ԱՍԲԻՆ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ ИМЕНИ АКАДЕМИКА М. МАЗМАНЯНА  
CHAIR OF PSYCHOLOGY NAMED AFTER ACADEMICIAN M. MAZMANYAN

ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐՆԵՐ  
ԳԻՏԱԿԱՆ ՊԱՐԲԵՐԱԿԱՆ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ  
НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

PSYCHOLOGICAL PROBLEMS  
SCIENTIFIC JOURNAL

N 2 (2)



ISSN 2953-7924

Խ. ԱԲՈՎՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՀԱՅՎԱԿԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ  
АРМЯНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Х. АБОВЯНА  
ARMENIAN STATE PEDAGOGICAL UNIVERSITY AFTER KH. ABOVYAN

ԿՐԹՈՒԹՅԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ՍՈՑԻՈԼՈԳԻԱՅԻ ՖԱԿՈՒԼՏԵՏ  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ ОБРАЗОВАНИЯ И СОЦИОЛОГИИ  
FACULTY OF EDUCATION PSYCHOLOGY AND SOCIOLOGY

ԱՎԱԴԵՄԻՉՈՍ ՄՇՐՏԻՉ ՄԱԶՄԱՆՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ ԱՍԲԻՈՆ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ ИМЕНИ АКАДЕМИКА МРТИЧА МАЗМАНЯНА  
CHAIR OF PSYCHOLOGY NAMED AFTER ACADEMICIAN MKRTICH MAZMANYAN

Հ Ո Պ Ե Բ Ա Ն Ա Վ Ա Ն Հ Ի Մ Ն Ա Խ Ն Դ Ի Դ Ն Ե Դ  
Գ Ի Տ Ա Կ Ա Ն Պ Ա Բ Ե Դ Ա Կ Ա Ն

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ  
НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ

PSYCHOLOGICAL PROBLEMS  
SCIENTIFIC JOURNAL

N2(2)

Երևան, Ереван, Yerevan 2022

***ԽՄԲԱԳՐԱԿԱՆ ԽՈՐՀՐԴԻ ՆԱԽԱԳԱՀ***

**Գևորգյան Ս.Ռ.** հ.գ.դ., պրոֆեսոր, Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ ռեկտոր, Հայաստան

***ԳԼԽԱՎՈՐ ԽՄԲԱԳԻՐ***

**Սարգսյան Լ.Կ.** հ.գ.թ., դոցենտ, Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ Ակադեմիկոս Մկրտիչ Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի վարիչ, Հայաստան

***ԽՄԲԱԳՐԱԿԱՆ ԽՈՐՀՈՒՐԴ***

**Վարդանյան Կ.Ե.** հ.գ.դ., Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ Կիրառական հոգեբանության ամբիոնի պրոֆեսոր, Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ գիտահետազոտական կենտրոնի տնօրեն, Հայաստան

**Պետրոսյան Ռ.Հ.** հ.գ.թ., դոցենտ, Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ Կրթության հոգեբանության և սոցիոլոգիայի ֆակուլտետի դեկան, Հայաստան

**Մկրտումյան Մ.Պ.** հ.գ.դ., Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ Ակադեմիկոս Մկրտիչ Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի պրոֆեսոր, Հայաստան

**Սեդրակյան Ս.Ա.** հ.գ.դ., պրոֆեսոր, Գործնական հոգեբանության և սոցիոլոգիայի «Ուրարտու» համալսարանի ռեկտոր, Հայաստան

**Լաչինյան Լ.Լ.** հ.գ.թ., Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ Ակադեմիկոս Մկրտիչ Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի դոցենտ, Հայաստան

***ՄԻԶԱԶԳԱՅԻՆ ԽՄԲԱԳՐԱԿԱՆ ԽՈՐՀՈՒՐԴ***

**Կուդրյավցև Վ.Տ.** հ.գ.դ., պրոֆեսոր, Մոսկվայի քաղաքային մանկավարժական համալսարան, Ռուսաստան

**Ռուբցով Վ.Վ.** հ.գ.դ., պրոֆեսոր, Մոսկվայի պետական հոգեբանամանկավարժական համալսարանի նախագահ, Ռուսաստանի կրթության ակադեմիայի ակադեմիկոս, Ռուսաստան

**Շաբուլտաս Ա.Վ.** Սանկտ-Պետերբուրգի պետական համալսարանի հոգեբանության ֆակուլտետի դեկան, հ.գ.դ., պրոֆեսոր, Ռուսաստան

**Լաբունսկայա Վ.Ա.** հ.գ.դ., պրոֆեսոր, Հարավային դաշնային համալսարանի սոցիալական հոգեբանության ամբիոնի վարիչ, Ռուսաստան

**Երշովա Ռ.Վ.** հ.գ.դ., պրոֆեսոր, Մոսկվայի պետական սոցիալ-հումանիտար համալսարանի հոգեբանության ամբիոնի վարիչ, Ռուսաստան

**Մսկին Ս.Վ.** փ.գ.դ, հ.գ.թ., դոցենտ, Մոսկվայի քաղաքային մանկավարժական համալսարան, Ռուսաստան

**Իվիչ Ի.** հ.գ.դ., Բելգրադի համալսարանի պրոֆեսոր, Սերբիա

**Վալդես Ռ.Պ.** մ.գ.դ, Ուբերլանդիայի դաշնային համալսարանի պրոֆեսոր, Բրազիլիա

**Ազիզյան Ա.** հ.գ.թ., Կրիմինալոգիայի ամբիոնի պրոֆեսոր, Կալիֆորնիայի պետական համալսարան, Ֆրեզնո, ԱՄՆ

***ՊՍՏԱՍԽԱՆԱՏՈՒ ՔԱՐՏՈՒՂԱՐ***

**Առաքելյան Ս.Հ.** Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ Կիրառական հոգեբանության ամբիոնի դասախոս, Հայաստան

## ***ПРЕДСЕДАТЕЛЬ РЕДАКЦИОННОГО СОВЕТА***

**Геворгян С.Р.** д.пс.н., профессор, ректор АГПУ имени Х. Абовяна, Армения

### ***ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР***

**Саргсян Л.К.** к.пс.н., доцент, зав. Кафедрой психологии имени академика М. Мазманяна АГПУ имени Х. Абовяна, Армения

### ***РЕДАКЦИОННЫЙ КОМИТЕТ***

**Варданян К.Е.** д.пс.н., профессор Кафедры прикладной психологии АГПУ имени Х. Абовяна, Руководитель научно-исследовательского центра АГПУ им. Х.Абовяна, Армения

**Петросян Р.А.** к.пс.н., доцент, декан Факультета психологии образования и социологии АГПУ имени Х. Абовяна, Армения

**Мкртумян М.П.** д.пс.н., профессор Кафедры психологии имени Академика Мртича Мазманяна АГПУ имени Х. Абовяна, Армения

**Седракян С.А.** д.пс.н., профессор, ректор Университета практической психологии и социологии "Урарту", Армения

**Лачинян Л.Л.** к.пс.н., доцент, Кафедра психологии имени академика М. Мазманяна, АГПУ имени Х. Абовяна, Армения

### ***МЕЖДУНАРОДНЫЙ РЕДАКЦИОННЫЙ КОМИТЕТ***

**Кудрявцев В.Т.** д.пс.н., профессор, Московский городской педагогический университет, Россия

**Рубцов В.В.** д.пс.н., профессор, президент Московского государственного психолого-педагогического университета, академик Российской академии образования, Россия

**Шаболтас А.В.** д.пс.н., профессор, декан Факультета психологии Санкт-Петербургского государственного университета, Россия

**Лабунская В.А.** д.пс.н., профессор, зав. Кафедрой социальной психологии Академии психологии и педагогики Южного федерального университета, Россия

**Ершова Р.В.** д.пс.н., профессор, зав. Кафедрой психологии Московского государственного социально-гуманитарного университета, Россия

**Мыскин С.В.** д.ф.н., к.п.н., доцент, Московский городской педагогический университет, Россия

**Ивич И.** д.пс.н., профессор, Белградский университет, Сербия

**Валдес Р.П.** д.п.н., профессор, Федеральный университет Уберландии, Бразилия

**Азизян А.** к.пс.н., профессор Кафедры криминологии, Калифорнийский государственный университет, Фрезно, США

### ***ОТВЕТСТВЕННЫЙ СЕКРЕТАРЬ***

**Аракелян С.О.** преподаватель Кафедры прикладной психологии АГПУ имени Х. Абовяна, Армения

### ***CHAIRMAN OF THE EDITORIAL BOARD***

**Gevorgyan S.R.** Doctor of psychology, Professor, Rector of ASPU after Kh. Abovyan, Armenia

### ***CHIEF EDITOR***

**Sargsyan L.K.** PhD, Associate Professor, Head of the Chair of Psychology named after Academician Mkrtich Mazmanyan at the ASPU after Kh. Abovyan, Armenia

### ***SCIENTIFIC COMMITTEE***

**Vardanyan K.E.** Doctor of psychology, Professor, Chair of Applied Psychology, Director of the Scientific Research Center at the ASPU after Kh. Abovyan, Armenia

**Petrosyan R.H.** PhD, Associate Professor, Dean of the Faculty of Educational Psychology and Sociology, ASPU after Kh. Abovyan, Armenia

**Mkrtumyan M.P.** Doctor of psychology, Professor, Chair of Psychology named after Academician Mkrtich Mazmanyan, ASPU after Kh. Abovyan, Armenia

**Sedrakyan S.A.** Doctor of psychology, Professor, Rector of “Urartu” University of Practical Psychology and Sociology, Armenia

**Lachinyan L.L.** Ph.D., Associate Professor, Chair of Psychology named after Academician Mkrtich Mazmanyan, ASPU after Kh. Abovyan, Armenia

### ***INTERNATIONAL SCIENTIFIC COMMITTEE***

**Kudryavtsev V.T.** Doctor of psychology, Professor, Moscow City University, Russia

**Rubtsov V.V.** Doctor of Psychology, Professor, Head of Moscow State University of Psychology and Education, Academician of the Russian Academy of Education, Russia

**Shaboltas A.V.** Doctor of Psychology, Professor, Dean of the Department of Psychology at the St.-Petersburg State University, Russia

**Labunskaya V.A.** Doctor of psychology, Professor, Head of the Department of Social Psychology, Southern Federal University, Russia

**Yershova R.V.** Doctor of psychology, Professor, Head of the Chair of Psychology, Moscow State University of Social Sciences and Humanities, Russia

**Mskin S.V.** Doctor of philosophy, Associate Professor, Moscow City University, Russia

**Ivich I.** Doctor of Psychology, Professor at the University of Belgrade, Institute of Psychology, Serbia

**Valdes R.P.** Doctor of Pedagogy, Professor at the Federal University of Uberlândia, Brazil

**Azizian A.** Ph.D. in psychology, Department of Criminology, California State University, Fresno, USA

### ***RESPONSIBLE SECRETARY***

**Arakelyan S.H.** lecturer, Chair of Applied Psychology, ASPU after Kh. Abovyan, Armenia

# Բ Ո Վ Ա Ն Դ Ա Կ ՈՒ Թ Յ ՈՒ Ն

## ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ ՊԱՏՄՈՒԹՅՈՒՆ

Սարգսյան Լ.Կ. ՀՊՄՀ Ակադեմիկոս Մկրտիչ Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի ներդրումը հայ հոգեբանական մտքի ձևավորման և զարգացման գործում (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի վարիչ, Երևան, Հայաստան) .....11

## ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

Երշովա Ռ.Վ.<sup>1</sup>, Կորյազինա Տ.Մ.<sup>2</sup> Մեդիա տեղեկատվությունը և անձի հոգեբանական բարեկեցությունը (Մոսկվայի պետական սոցիալ-հումանիտար համալսարան, հ.գ.դ., պրոֆեսոր, Կոլումբիա, Ռուսաստան<sup>1</sup>, Ռուսաստանի ժողովուրդների բարեկամության համալսարան, հ.գ.թ., Մոսկվա, Ռուսաստան<sup>2</sup>) .....19

Արամյան Լ.Ռ.<sup>1</sup>, Մակիչյան Ս.Ա.<sup>2</sup>, Արզարյան Ա.Կ.<sup>3</sup> Մանկավարժների հուզական այրման վրա ազդող հոգեբանական գործոնները մասնագիտական գործունեության ընթացքում (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, հ.գ.թ., դոցենտ<sup>1,2</sup>, Ջարգացման և կրթության հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ.<sup>3</sup>, Կիրառական հոգեբանության ամբիոն, Երևան, Հայաստան) .....24

Առաքելյան Ա.Դ.<sup>1</sup>, Հարությունյան Լ.Հ.<sup>2</sup> Հուզական այրման և աշխատանքային մոտիվացիայի փոխհարաբերության դրսևորման առանձնահատկությունները սոցիալական մասնագիտություններում (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Կիրառական հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ., դոցենտ<sup>1</sup>, մագիստրոս<sup>2</sup>, Երևան, Հայաստան) .....32

Ավագիմյան Հ.Ռ.<sup>1</sup>, Արամյան Ջ.Ս.<sup>2</sup> Ուսանողի պրոկրաստինացիայի և պերֆեկցիոնիզմի հոգեբանական առանձնահատկությունները (Վանաձորի Հ. Թումանյանի անվան պետական համալսարան, հ.գ.թ., դոցենտ<sup>1</sup>, մագիստրոս<sup>2</sup>, Վանաձոր, Հայաստան) .....41

Ղազարյան Ա.Հ. Բնավորության շեշտվածությունը հոգեկան առողջության համատեքստում (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ., Երևան, Հայաստան) .....47

Միքայելյան Մ.Ա.<sup>1</sup>, Տոնոյան Ի.Ա.<sup>2</sup> Խառնվածքի գերակշռող տիպի ներգործությունը պատանու մասնագիտական ինքնորոշման վրա (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ջարգացման և կրթության հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ., դոցենտ<sup>1</sup>, մագիստրոս<sup>2</sup>, Երևան, Հայաստան) .....55

Ժամկոցյան Ռ.Ս. Երիտասարդների ինքնավերաբերմունքի ազդեցությունը կոնֆլիկտային իրավիճակում վարքի նախընտրելի ոճի ընտրության վրա (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոն, դասախոս, Երևան, Հայաստան) .....64

## ԿԻՐԱՌԱԿԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

Խուրդյան Ա.Ս. Աուտիկ սպեկտրի խանգարումներ ունեցող երեխաների հուզական ինտելեկտի զարգացման առանձնահատկությունները (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ., Երևան, Հայաստան) .....71

Հարությունյան Գ.Ա. Ծիսականությունը որպես նախադարձական տարիքի երեխաների ազդեցիկ մղումների վերահսկման մեխանիզմ (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Կիրառական հոգեբանության ամբիոնի ասպիրանտ, Երևան, Հայաստան) .....76

Միրզոյան Վ.Խ. Հույզերի դերը երեխաների մոտ հոգեամառիկ հիվանդությունների առաջացման գործում եվ դրանց բուժումը գեշտալտ թերապիայի միջոցով (Վանաձորի Հ. Թումանյանի անվան պետական համալսարան, հ.գ.թ., դոցենտ, Վանաձոր, Հայաստան) .....82

Վարդանյան Ս.Հ. Բիրլիոթերապիան որպես հետպատերազմյան շրջանում հոգեթերապևտիկ մեթոդ և ինքնաօգնության միջոց (ԳՀՄ «Ուրարտու» համալսարան, հ.գ.թ. Երևան, Հայաստան) .....89

**ԱՐՏԱԿԱՐԳ ԵՎ ՃԳՆԱԺԱՄԱՅԻՆ ԻՐԱՎԻՃԱԿՆԵՐԻ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ**

Ավագիմյան Հ.Ռ. Մարտական գործողությունների ազդեցությունը զինծառայողների անձնային առանձնահատկությունների վրա (Վանաձորի Հ. Թումանյանի անվան պետական համալսարան, հ.գ.թ., դոցենտ, Վանաձոր, Հայաստան) .....95

Բարտիկյան Ի.Բ.<sup>1</sup>, Սարգսյան Ի.Ա.<sup>2</sup> Պատերազմի մասնակիցների սոցիալական հարմարման և քոֆինգ-ռազմավարությունների ուսումնասիրություն (Հայ-ռուսական համալսարան, ուսանողուհի<sup>1</sup>, Հոգեբանության ամբիոնի դասախոս<sup>2</sup>, Երևան, Հայաստան) .....103

Գրիգորյան Գ.Կ.<sup>1</sup>, Սարջանյան Վ.Լ.<sup>2</sup> Ռազմական գործողությունների տրավմատիկ գործոնները (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոն, ք.գ.թ., դոցենտ<sup>1</sup>, ՀՀ ԳԱԱ գիտակրթական միջազգային կենտրոնի փոխտնօրենի օգնական<sup>2</sup>, Երևան, Հայաստան) .....111

Կուրբովա Ս.Վ. Պատերազմական գոտիներում ապրող տարեց կանանց դիմադրողականությունը (Մոսկվայի պետական համալսարան, Ընդհանուր հոգեբանության ամբիոնի ասպիրանտ, Մոսկվա, Ռուսաստան) .....117

Մխիթարյան Է.Մ. Փախստականների և տեղահանված անձանց կարգավիճակի սոցիալ-հոգեբանական ընկալումները (ԱրՊՀ, Ստեփանակերտ, Արցախ) .....122

Մանուկյան Ս.Ա. 44-օրյա դաքսադայան պատերազմի սոցիալ-հոգեբանական ազդեցությունը Հայաստանում ռուսական մեծ տարածքի նկատմամբ դիրքորոշումների վրա (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ ս.գ.թ., Երևան, Հայաստան) .....128

Յարամիշյան Վ.Բ. 44-օրյա պատերազմի մասնակիցների մոտ հետվնասվածքային սթրեսների հաղթահարման հիմնախնդիրը (ԱրՊՀ, հ.գ.թ., դոցենտ, Ստեփանակերտ, Արցախ) .....135

Ստեփանյան Լ.Կ. Հետվնասվածքային սթրեսի սոցիալ-հոգեբանական դրսևորումները, առանձնահատկությունները (Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի հայցորդ, Երևան, Հայաստան) .....140

***Հ ո գ ե բ ա ն ա կ ա ն մ տ ո թ ու մ ն ե թ***

Կուրդյավցև Վ.Տ. Ազատության պարադոքսներ (հ.գ.դ., պրոֆեսոր, Մոսկվայի քաղաքային մանկավարժական համալսարան, Մոսկվա, Ռուսաստան) .....146

# СОДЕРЖАНИЕ

## ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ

Саргсян Л.К. Инвестиции кафедры психологии имени академика Мкртчича Мазманяна АГПУ в формировании и развитии армянской психологической мысли (АГПУ имени Х. Абовяна, зав. Кафедрой психологии имени академика М. Мазманяна, Ереван, Армения) .....11

## ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

Ершова Р.В.<sup>1</sup>, Корягина Т.М.<sup>2</sup> Медиа информация и психологическое благополучие личности (Государственный социально-гуманитарный университет, д.пс.н., профессор, Коломна, Россия<sup>1</sup>, Российский университет дружбы народов, к.пс.н., Москва, Россия<sup>2</sup>) .....19

Арамян Л.Р.<sup>1</sup>, Макичян С.А.<sup>2</sup>, Абгарян А.К.<sup>3</sup> Психологические факторы эмоционального выгорания педагога в профессиональной деятельности (АГПУ имени Х. Абовяна, Кафедра психологии развития и образования, к.пс.н., доцент<sup>1,2</sup>, Кафедра прикладной психологии, к.пс.н.<sup>3</sup>, Ереван, Армения) .....24

Аракелян А.Д.<sup>1</sup>, Арутюнян Л.А.<sup>2</sup> Особенности взаимосвязи эмоционального выгорания и трудовой мотивации в социальных профессиях (АГПУ имени Х. Абовяна, Кафедра прикладной психологии, к.пс.н., доцент<sup>1</sup>, магистр<sup>2</sup>, Ереван, Армения) .....32

Авагимян Г.Р.<sup>1</sup>, Арамян Дж.С.<sup>2</sup> Психологические особенности студенческой прокрастинации и перфекционизма (Ванадзорский Государственный Университет имени О. Туманяна, к.пс.н., доцент<sup>1</sup>, магистр<sup>2</sup>, Ванадзор, Армения) .....41

Казарян А.А. Акцентуация характера в контексте психического здоровья (АГПУ им. Х. Абовяна, Кафедра психологии имени академика М. Мазманяна, к.пс.н., Ереван, Армения) .....47

Микаелян М.А.<sup>1</sup>, Тоноян И.А.<sup>2</sup> Влияние преобладающего типа темперамента на профессиональное самоопределение юноши (АГПУ имени Х. Абовяна, Кафедра психологии развития и образования, к.пс.н., доцент<sup>1</sup>, магистр<sup>2</sup>, Ереван, Армения) .....55

Жамкоцян Р.С. Влияние самоотношения молодежи на выбор стиля поведения в конфликтных ситуациях (АГПУ им. Х. Абовяна, Кафедра психологии имени академика М. Мазманяна, Ереван, Армения) .....64

## ПРИКЛАДНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Худоян А.С. Особенности развития эмоционального интеллекта детей с расстройством аутистического спектра (АГПУ им. Х. Абовяна, Кафедра психологии имени академика М. Мазманяна, к.пс.н., Ереван, Армения) .....71

Арутюнян Г.А. Ритуализм как механизм контролирования агрессивных влечений у детей дошкольного возраста (АГПУ им. Х. Абовяна, аспирант Кафедры прикладной психологии, Ереван, Армения) .....76

Мирзоян В.Х. Роль эмоций в возникновении детских психосоматических заболеваний и их лечение с помощью гештальт-терапии (Ванадзорский Государственный Университет имени О. Туманяна, к.пс.н., доцент, Ванадзор, Армения) .....82

Варданян С.А. Библиотерапия как психотерапевтический метод и средство самопомощи в послевоенный период (Университет практической психологии и социологии "Урарту", к.п.с.н., Ереван, Армения) .....89

## ПСИХОЛОГИЯ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

Авагимян Г.Р. Влияние боевых действий на личностные характеристики военнослужащих (Ванадзорский Государственный Университет им. О. Туманяна, к.п.с.н., доцент, Ванадзор, Армения) ...95

Бартикян И.Б.<sup>1</sup>, Саргсян И.А.<sup>2</sup> Исследование социальной адаптации и копинг-стратегий участников боевых действий (Российско-Армянский университет, студентка<sup>1</sup>, преподаватель кафедры психологии<sup>2</sup>, Ереван, Армения).....103

Григорян Г.К., Сарджанян В.Л. Травмирующие факторы боевых действий (АГПУ им. Х. Абовяна, к.х.н., доцент<sup>1</sup>, Национальная академия наук Республики Армения, помощник заместителя директора Международного научно-образовательного центра<sup>2</sup>, Ереван, Армения) .....111

Колобова С.В. Жизнестойкость женщин старших возрастных групп, проживающих в зонах ведения боевых действий (Московский гуманитарный университет, аспирант Кафедры общей психологии, Москва, Россия) .....117

Мхитарян Э.М. Социально-психологическое восприятия положения беженцев и перемещенных лиц (Арцахских Государственный Университет, Степанакерт, Арцах) ..... 122

Манукян С.А. Социально-психологическое влияние 44-дневной Карабахской войны на установки в Армении к Большому русскому пространству (АГПУ им. Х. Абовяна, к.с.н., Ереван, Армения) .....128

Ярамишян В.Б. Проблема преодоления посттравматических стрессовых реакций у участников 44-дневной Арцахской войны (АрГУ, к.п.с.н., доцент, Степанакерт, Арцах) .....135

Степанян Л.К. Социально-психологические проявления и особенности посттравматического стресса (АГПУ им. Х. Абовяна, соискатель Кафедры психологии имени академика М. Мазманяна, Ереван, Армения) .....140

## *Психологические размышления*

Кудрявцев В.Т. Парадоксы свободы (д.п.с.н, профессор, Московский городской педагогический университет, Москва, Россия) .....146

# CONTENTS

## HISTORY OF PSYCHOLOGY

**Sargsyan L.K. The investment of the Chair of psychology named after academician Mkrtich Mazmanyan of ASPU in the formation and development of Armenian psychological thought** (ASPU after Kh. Abovyan, head of Chair of Psychology named after Academician Mkrtich Mazmanyan, Yerevan, Armenia) .....11

## PERSONALITY PSYCHOLOGY

**Ershova R.V.<sup>1</sup>, Koryagina T.M.<sup>2</sup> Media information and psychological well-being of a person** (State University of Humanities and Social Studies, Doctor of psychology, Professor, Kolomna, Russia<sup>1</sup>, Russian Friendship University, PhD, Associate Professor, Moscow, Russia<sup>2</sup>) .....19

**Aramyan L.R.<sup>1</sup>, Makichyan S.A.<sup>2</sup>, Abgaryan A.K.<sup>3</sup> Psychological factors of emotional burnout of the teacher in professional activity** (ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Developmental and Pedagogical Psychology, PhD in Psychology, Associate Professor<sup>1,2</sup>, Chair of Applied Psychology, PhD in Psychology<sup>3</sup>, Yerevan, Armenia) .....24

**Arakelyan A.D.<sup>1</sup>, Harutyunyan L.H.<sup>2</sup> Peculiarities of the relationship of emotional burnout and work motivation in social professions** (ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Applied Psychology, PhD in Psychology, Associate Professor<sup>1</sup>, Master's degree student<sup>2</sup>, Yerevan, Armenia) .....32

**Avagimyan H.R.<sup>1</sup>, Aramyan J. S.<sup>2</sup> Psychological features of student procrastination and perfectionism** (Vanadzor State University after H. Tumanyan, PhD in Psychology, Associate Professor<sup>1</sup>, Master's degree student<sup>2</sup>, Vanadzor, Armenia) .....41

**Ghazaryan A.A. Accentuation of character in the context of mental health** (ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Psychology named after Academician M. Mazmanyan, PhD in Psychology, Yerevan, Armenia) .....47

**Mikaelian M.A.<sup>1</sup>, Tonoyan I.A.<sup>2</sup> Influence of the predominant type of temperament on the young men's professional self-determination** (ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Developmental and Pedagogical Psychology, PhD in Psychology, Associate Professor<sup>1</sup>, Master's degree student<sup>2</sup>, Yerevan, Armenia) .....55

**Zhamkotsyan R.S. The influence of self-attitude of youth on the choice of behavior style in conflict situations** (ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Psychology named after Academician Mazmanyan, Yerevan, Armenia) ...64

## APPLIED PSYCHOLOGY

**Khudoyan A.S. Characteristics of emotional intelligence development in children with autism spectrum disorders** (ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Psychology named after Academician M. Mazmanyan, PhD in Psychology, Yerevan, Armenia) .....71

**Harutyunyan G.A. Ritualism as control mechanism of aggressive urges of preschoolers** (ASPU after Kh. Abovyan, Postgraduate Student, Chair of Applied Psychology, Yerevan, Armenia) .....76

**Mirzoyan V.Kh. The role of emotions in the development of childhood psychosomatic diseases and their treatment using gestalt therapy** (Vanadzor State University after H. Tumanyan, PhD in Psychology, Associate Professor, Vanadzor, Armenia) .....82

<b>Vardanyan S.H. Bibliotherapy as a psychotherapeutic method and self-help tool in the post-war period</b> ("Urartu" University of Practical Psychology and Sociology, PhD in Psychology, Associate Professor, Yerevan, Armenia) .....	89
---	----

## PSYCHOLOGY OF EXTREME SITUATIONS AND CRISES

<b>Avagimyan H.R. The influence of combat actions on the personal characteristics of military personnel</b> (Vanadzor State University after H. Tumanyan, PhD in Psychology, Associate Professor, Vanadzor, Armenia).....	95
<b>Bartikyan I.B.<sup>1</sup>, Sargsyan I.A.<sup>2</sup> Study of social adaptation and coping strategies of war participants</b> (Russian-Armenian University, student <sup>1</sup> , Lecturer at the Department of Psychology <sup>2</sup> , Yerevan, Armenia) .....	103
<b>Grigoryan G.K.<sup>1</sup>, Sarjanyan V.L.<sup>2</sup> Traumatic factors of combat operations</b> (ASPU after Kh. Abovyan, PhD in Chemical Sciences, Associate Professor <sup>1</sup> , National Academy of Sciences of the RA, International Scientific-Educational Center, Assistant of the Deputy Director on Research Affairs <sup>2</sup> , Yerevan, Armenia) .....	111
<b>Kolobova S.V. Resilience of older women living in war zones</b> (Moscow University for the Humanities, Postgraduate student of the Department of General Psychology, Moscow, Russia) .....	117
<b>Mkhitaryan E.M. Socio-psychological perception of the situation of refugees and displaced persons</b> (Artsakh State University, Stepanakert, Artsakh) .....	122
<b>Manukyan S.A. The socio-psychological impact of the 44-day Karabakh war on the attitudes in Armenia toward the Great Russian space.</b> (ASPU after Kh. Abovyan, PhD in Sociological Sciences, Associate Professor, Yerevan, Armenia) .....	128
<b>Yaramishyan V.B. The problem of overcoming post-traumatic stress reactions among the participants of the 44-day Artsakh war</b> (ArSU, PhD in Psychology, Associate Professor, Stepanakert, Artsakh) .....	135
<b>Stepanyan L.K. Social-psychological manifestations, characteristics of post-traumatic stress</b> (ASPU after Kh. Abovyan, Applicant at the Chair of Psychology named after Academician Mazmanyanyan, Yerevan, Armenia) .	140

### *Psychological reflections*

<b>Kudryavtsev V.T. Paradoxes of freedom</b> (Doctor of psychology, Professor, Moscow City University, Moscow, Russia) .....	146
--	-----

**ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ ՊԱՏՄՈՒԹՅՈՒՆ ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ**  
**HISTORY OF PSYCHOLOGY**

**ՀՊՄՀ ԱԿԱԴԵՄԻԿՈՍ ՄԿՐՏԻՉ ՄԱԶՄԱՆՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ ԱՄԲԻՈՆԻ  
ՆԵՐԴՐՈՒՄԸ ՀԱՅ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ՄՏՔԻ ՁԵՎԱՎՈՐՄԱՆ ԵՎ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ԳՈՐԾՈՒՄ**

**Սարգսյան Լ. Կ.**

(Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի վարիչ,  
Երևան, Հայաստան)  
sargsyanlevon23@asp.am

**Ամփոփագիր.** Հոդվածում ներկայացվում է Հայաստանում հոգեբանական մտքի ձևավորման և զարգացման գործում Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի ներդրումը, ամբիոնի կազմավորման և զարգացման ընթացքը:

Դեռևս 1946 թ. բացվում է Հայաստանում հոգեբանության առաջին ամբիոնը՝ իր ուսերին կրելով հոգեբանական մտքի զարգացման կարևոր առաքելությունը: Խորհրդային ականավոր հոգեբան Մերգել Ռուբինշտեյնի ասպիրանտ՝ Գայանե Հովսեփյանի գլխավորությամբ ամբիոնում դասախոսում են Վեռա Դարբինյանը, Շավարշ Սիմոնյանը, Դրաստամատ Տեր-Մկրտչյանը և Մկրտիչ Մազմանյանը: 1951 թվականից Մկրտիչ Մազմանյանին են վստահվում հոգեբանության ամբիոնի վարիչի պարտականությունները: 1957 թ. ակադեմիկոսը ամբիոնին կից հիմնում է հոգեբանության պրոբլեմային լաբորատորիան: Վերջինս շուրջ 3 տասնյակ տարիներ (մինչ 1977 թ.) առանցքային նշանակություն է ունենում ոչ միայն ամբիոնի ձևավորման և զարգացման, Հայաստանում հոգեբանության տարածման, այլև խորհրդային միության և դրանից դուրս հայ հոգեբանության էքսպերիմենտալ ձեռքբերումների ներկայացման գործում: Գիտահետազոտական գործունեությանը զուգահեռ կարևորում ենք առանձնացնել Մազմանյանի մեծ ավանդը ինչպես հայ հոգեբանների, այնպես էլ ԽՍՀ (Ռուսաստան, Վրաստան, Ադրբեջան) ասպիրանտական և դոկտորական աշխատանքների ղեկավարման, հոգեբան մասնագետների պատրաստման գործում: Հոգեբանության պատմության իմացաբանական խնդիրներին վերաբերող Մկրտիչ Մազմանյանի հետազոտությունները ժամանակի խորհրդային հայտնի հոգեբանների կողմից դիտվում էին որպես հոգեբանական գիտության մեջ տեսական-մեթոդաբանական մեծ ներդրում: Այս տարիներին հոգեբանության ամբիոնում և կից պրոբլեմային լաբորատորիայում հոգեբանության ժամանակին ավանդական ուղղություններից բացի՝ մանկավարժական, աշխատանքային, ուսումնասիրվում էին անձի ստեղծագործականության և ենթագիտակցականի հիմնախնդիրները:

Այսօր Ակադեմիկոս Մկրտիչ Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի գործունեության առաջնային խնդիրը կարելի է համարել միջազգայնացման գործընթացում հայ հոգեբանական մտքի տարածման, փորձի փոխանակման կարևոր առաքելությունը:

**Հիմնաբառեր.** գիտության ձևավորում և զարգացում, հոգեբանության զարգացում, էքսպերիմենտ, գիտական լաբորատորիա, հոգեբանական հետազոտություններ, հոգեբանական հիմնախնդիրներ:

Խ. Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական ինստիտուտում 1946-47 ուս տարում բացվում է խորհրդային Հայաստանում Հոգեբանության առաջին ամբիոնը՝ իր ուսերին կրելով հայ

հասարակությունում հոգեբանական մտքի զարգացման կարևոր առաքելությունը: Խորհրդային ակնաակոր հոգեբան Սերգեյ Ռուբինշտեյնի ասպիրանտ՝ Գայանե Հովսեփյանի գլխավորությամբ ամբիոնում դասախոսում են Վեռա Դարբինյանը, Շավարշ Սիմոնյանը, Դրաստամատ Տեր-Մկրտչյանը և Մկրտիչ Մազմանյանը [2], ում 1951 թ-ից վստահվում են ամբիոնի վարիչի պարտականությունները: ԽՍՀՄ մանկավարժական գիտությունների ակադեմիայի իսկական անդամ, հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Մկրտիչ Արամի Մազմանյանը մինչ 1943 թ. լինելով ինստիտուտի դիրեկտորի գիտական գծով տեղակալ, 1951 թ. նշանակվում է հոգեբանության ամբիոնի վարիչ, իսկ 1957 թ. հիմնում հոգեբանության պրոբլեմային լաբորատորիան [10, էջ 4]: Մազմանյանը 1940 թ. պաշտպանում է թեկնածուական, իսկ 1965 թ. դոկտորական ատենախոսություն: 1966 թ. նրան շնորհվում է պրոֆեսորի կոչում: 1967 թ. ընտրվում է ԽՍՀՄ մանկավարժական գիտությունների ակադեմիայի իսկական անդամ: 1965 թ. Մ. Մազմանյանն արժանանում է ՀԽՍՀ գիտության վաստակավոր գործչի կոչման: 1957-64 թթ ղեկավարում իր կողմից հիմնադրված ինստիտուտի հոգեբանության գիտահետազոտական լաբորատորիան, որը 1961 թ-ից վերանվանվում է՝ «Հոգեբանության պրոբլեմային լաբորատորիա»: Մ. Մազմանյանը թողնում է բավական հարուստ ժառանգություն՝ մենագրություններ, բուհական դասագրքեր ու ձեռնարկներ, գիտական հոդվածներ: Դրանցից հատկապես հիշատակելի են «Ուրվագծեր հոգեբանությունից» (Եր., 1951), «Սեր, ամուսնություն և ընտանիք» (Եր., 1959), «Դասախոսություններ հոգեբանությունից» (Եր., 1959), «Բնավորություն» (Եր., 1969), «Մանկավարժական հոգեբանության մի քանի հարցեր» (Եր., 1975) աշխատանքները:

1960-80-ական թթ. ամբիոնի և կից լաբորատորիայի մասնագետների կողմից կատարվել են շուրջ 150 գիտական հետազոտություններ, որոնք վերաբերում էին ընդհանուր հոգեբանության, աշխատանքի, մանկավարժական հոգեբանության հարցերին [7]: Կատարված հետազոտություններից հիշատակելի են հոգեբանության պատմության իմացաբանական խնդիրներին վերաբերող Մկրտիչ Մազմանյանի հետազոտությունները: Այս տեսանկյունից է, որ ակադեմիկոսի ուսումնասիրությունները ժամանակի խորհրդային հայտնի հոգեբանների կողմից դիտվում էին որպես հոգեբանական գիտության մեջ տեսական-մեթոդաբանական մեծ ներդրում: Առանձնահատուկ ուշադրության են արժանի դեռ 1960-ական թթ. Մկրտիչ Մազմանյանի և ամբիոնի աշխատակիցների կողմից ստեղծագործության հոգեբանության, մասնավորապես ստեղծագործական պրոցեսում անգիտակցականի ունեցած նշանակության, անձի ենթագիտակցականի պրոբլեմի ուսումնասիրությունները:

Այս տարիներին խնդիր էր դրված զարգացնելու ինչպես հոգեբանական միտքը Հայաստանում, այնպես էլ հետազոտելու և մշակելու աշխատանքային և դպրոցական հոգեբանության հիմնախնդիրները: Հետազոտությունների որոշ արդյունքներ լույս են տեսնում Մոսկվայում, Լենինգրադում, Կիևում, Օդեսայում, Տաշքենդում, Թբիլիսիում, իսկ արդեն 1969 թ-ին՝ Լոնդոնում հոգեբանների 18-րդ և 19-րդ համաշխարհային կոնգրեսներում:

Կարևորում ենք առանձնացնել այս շրջանում Գայանե Հովսեփյանի կողմից՝ ըմբռնման պատճառականությանը նվիրված փորձարարական հետազոտությունները, Մուշեղ Երիցյանի կողմից կատարված՝ սարքավորումների հետ աշխատող մասնագետի հոգեբանական առանձնահատկությունների ուսումնասիրությունը, Հովսեփ Թութունջյանի կողմից ուսումնասիրված՝ տարակուսանքի առաջացման, դրա հաղթահարման հարցերը, աշխատանքում ինքնահսկողության կազմակերպման մասին Դորա Հովհաննիսյանի ուսումնասիրությունները, Կլարա Սանթրոպյանի

կողմից՝ ձայնային գրգռիչների ազդեցությանը վերաբերող հետազոտությունները, մանկան հոգեբանությանը վերաբերող Հռիփսիմե Ղաջոյանի, Գ. Կանեցյանի աշխատանքները, մանկավարժական և ուսուցման հոգեբանության բնագավառին վերաբերող Ի.Ս. Գյոդակյանի, Մ.Ս. Երիցյանի, Ժ.Գ. Մնացյանի հետազոտությունները, ուսանողների ադապտացիային վերաբերող Կ.Օ. Սանթրոսյանի, Է.Ս. Ալիմյանի, Ս.Ս. Դոխոյանի, Ս.Ա. Սալատինյանի, Ս.Ս. Փիլոսյանի, Ջ.Ս. Մատոյանի հետազոտությունները [12], աշակերտների մտածողության զարգացման, ուսուցման և տրամաբանական մտածողության փոխհարաբերությանը վերաբերող Ազգուշ Հակոբյանի, Կառլեն Ոսկանյանի, Էլլա Ներսիսյանի, Նորայր Քոչարյանի հետազոտությունները [10, էջ 12]:

Հոգեբանության ամբիոնի և կից հոգեբանական պրոբլեմային լաբորատորիայի մասնագետների ջանքերի արդյունքում 1960-ականներին համալսարանում տեղի են ունենում Անդրկովկասի հոգեբանների 2-րդ, ապա 5-րդ կոնֆերանսները, որոնք մեծ իրադարձություն էին հանրապետության հոգեբանական գիտական կյանքում: Արխիվային նյութերից պարզ է դառնում հոգեբանության առաջին ասպիրանտների անունները՝ 1937 թ. – Գայանե Հովսեփյան, 1943 թ. – Մանյա Ղարիբյան, 1944 թ. – Վերա Դարբինյան [10, էջ 7] և այլք:

Դեռևս 1965 թ. ամբիոնի և հոգեբանության պրոբլեմային լաբորատորիայի մասնագետների ջանքերով հիմնադրվում է Հայաստանում առաջին հոգեբանների միությունը:

1977 թ-ին ակադեմիկոս Մկրտիչ Մազմանյանի մահից հետո մինչ 1983 թվականը ամբիոնը ղեկավարում է մանկավարժական գիտությունների թեկնածու, դոցենտ Ազգուշ Հակոբյանը, ով այս տարիներին զարգացնում է ամբիոնում արդեն ձևավորված գիտահետազոտական և գիտամանկավարժական ավանդույթները:

1983-1992 թթ. ինչպես նաև 1997-2003 թթ. հոգեբանության ամբիոնը ղեկավարում է հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Կառլեն Ոսկանյանը: Կառլեն Վաղարշակի Ոսկանյանը 1967 թ. պաշտպանել է թեկնածուական, իսկ 1983 թ-ին Լենինգրադի Գերցենի անվան մանկավարժական ինստիտուտում՝ դոկտորական թեզ [9]: 1988 թ-ին ստացել է պրոֆեսորի կոչում: Կառլեն Ոսկանյանը հեղինակ է շուրջ 80 գիտական աշխատությունների. հինգ մենագրության, չորս ուսումնամեթոդական ձեռնարկների: Ոսկանյանի ուսումնասիրությունները նվիրված էին մտածողության հոգեբանության պրոբլեմներին, մասնավորապես սովորողների մտածողության ձևավորման և զարգացման, ուսուցման գործընթացի արդյունավետության բարձրացման հարցերին: Կառլեն Ոսկանյանը ուսուցման գործընթաց ներմուծեց իմացության վերլուծական մեթոդը՝ ի տարբերություն ուսուցման համակարգում ընդունված սինթետիկ մեթոդի, որի հիմքում ընկած էր «Փորձը և սխալը»: Պրոֆեսոր Ոսկանյանի ուսումնասիրությունները մանկավարժական բուհի համար առանցքային նշանակություն ունեցան: Նրա ղեկավարությամբ 18 ասպիրանտներ և հայցորդներ թեկնածուական թեզեր են պաշտպանել հոգեբանության տարբեր բնագավառներից:

1992-96, ապա 2003-2005 թթ. ամբիոնի վարիչ է նշանակվում հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Սերգեյ Արզումանյանը, ով Հայաստանում ոչ միայն հիմք դրեց իրավաբանական հոգեբանության բնագավառի տեսամեթոդաբանական հարցերի ուսումնասիրությանը, այլև իր ավանդն ունեցավ այս բնագավառի կիրառականության գործում՝ դատահոգեբանական փորձաքննություններում: Ս. Արզումանյանը 1972 թ. պաշտպանում է «Անչափահաս իրավախախտի անձնավորության ձևավորման հոգեբանական վերլուծությունը» խորագրով թեկնածուական ատենախոսությունը՝ ստանալով հոգեբանական գիտությունների թեկնածուի գիտական աստիճան (սոցիալական հոգեբանություն մասնագիտությամբ): Հոգեբանական գիտությունների դոկտորի

աստիճան ստանում է 1988 թ-ին՝ ՀԽՍՀ ՆԳՆ ակադեմիայի փակ նիստում պաշտպանելով «Անչափահասների քրեածին դիրքորոշումների նախագրուշացումն ու հաղթահարումը» խորագրով դոկտորական ատենախոսությունը (իրավաբանական, դատական հոգեբանություն մասնագիտությամբ): Պրոֆեսորի գիտական կոչում ստանում է 1989 թ-ին: Արգումանյանը 1969-1979 թթ աշխատում է որպես կրտսեր գիտաշխատող, այնուհետև որպես ավագ գիտաշխատող ՀԽՍՀ Լուսավորության մինիստրության մանկավարժական գիտությունների գիտահետազոտական ինստիտուտում: 1979-82 թթ ղեկավարում է «Հանցագործության սոցիալ- հոգեբանական պատճառների հետազոտության և հանցագործների ուղղման և վերադաստիարակության» բաժինը: 1982 թ. նշանակվել է հոգեբանության պրոբլեմային լաբորատորիայի բաժնի վարիչ, որտեղ իրականացնում է հետազոտություններ՝ մանկան, տարիքային և մանկավարժական հոգեբանության խնդիրների հարցերով: 1991 թ. ղեկավարում է հայկական հոգեբանական միության նախագահի պաշտոնը: 1992-97 թ.թ. Արգումանյանը ղեկավարում է ՀՊՄՀ մանկան և ընդհանուր հոգեբանության ամբիոնը, 1998-2000 թթ՝ Նախադպրոցական մանկավարժության և մանկան հոգեբանության ամբիոնը, 2000-2006 թթ Ընդհանուր հոգեբանության և կիրառական հոգեբանության ամբիոնը, իսկ 2006-11 թթ. Ջարգացման և կիրառական հոգեբանության ամբիոնը: Պրոֆեսոր Արգումանյանը մշակել է «քրեածին դիրքորոշման» հոգեբանական տեսությունը, որում բացահայտում է օրինախախտ վարքի դիրքորոշումների ձևավորման, զարգացման դրսևորման և փոփոխության օրինաչափությունները [8]: Նրա նախագահությամբ 1995 թ. ստեղծվել է գիտական աստիճաններ շնորհող հոգեբանա-մանկավարժական մասնագիտական խորհուրդը: Պրոֆեսոր Արգումանյանի ջանքերով 1996 թ. ստեղծվում է համալսարանի հոգեբանության և մանկավարժության ֆակուլտետը: Պրոֆեսորը 2006 թ. պարգևատրվել է Խ. Աբովյանի անվան հուշամեդալով, իսկ 2008 թ.՝ արժանացել ՀՀ Կրթության և գիտության նախախարության ոսկե մեդալի: Մանկավարժահոգեբանական գիտությունների ակադեմիայի կողմից ակադեմիական ընդհանուր ժողովի որոշմամբ Արգումանյանին շնորհվել է մանկավարժահոգեբանական գիտությունների ակադեմիայի իսկական անդամի կոչում (ակադեմիկոս): Նրա ղեկավարությամբ պաշտպանվել են բազմաթիվ ատենախոսություններ իրավաբանական հոգեբանության բնագավառում: Ս. Արգումանյանը հեղինակել է 80-ից ավել գիտական աշխատությունների, որոնց թվում մենագրությունների, ուսումնական ձեռնարկների:

2005-2011 թթ. Հոգեբանության տեսության և պատմության ամբիոնի վարիչ է նշանակվում հոգեբանական գիտությունների թեկնածու, դոցենտ Սուսաննա Փիլոսյանը, ով տասնամյակներ շարունակ հոգեբանության լաբորատորիայում որպես գիտաշխատող զբաղվել է բուհական հոգեբանության խնդիրներով, մասնավորապես ուսանողների հարմարման հոգեբանական և սոցիալ-հոգեբանական առանձնահատկությունների ուսումնասիրություններով [11, էջ 46, 61]: Այս տարիներին ամբիոնը Փիլոսյանի գլխավորությամբ մասնակցել է կրթական ծրագրերի միջազգայնացման գործընթացներին: Տիկին Փիլոսյանը այսօր էլ շարունակում է բուհական դասագրքերի, ուսումնական ձեռնարկների մշակման նվիրական աշխատանքը:

2011-16 թթ. հոգեբանության տեսության և պատմության ամբիոնի վարիչ է նշանակվում հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Մելս Մկրտումյանը, ում գիտական հետաքրքրությունները վերաբերվում են ճգնաժամային և արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության հիմնախնդիրներին [5]: Մկրտումյանի կողմից 2014 թ. ամբիոնին կից բացվում է «Ճգնաժամային և արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության լաբորատորիան»: Լաբորատորիայի գիտական թեման է «Փոխակերպվող հասարակությունում սովորողների հոգեբանական անվտանգության ապահովման

համակարգը» որն իրականացվում է գիտական և գիտատեխնիկական գործունեության բազային ֆինանսավորման ենթակառուցվածքի պահպանման և զարգացման ծրագրի շրջանակներում: Գիտական թեմայի ուղղությամբ հրատարակվում են բազմաթիվ հոդվածներ: Ցավոք, 2022 թ. պայմանավորված դրամաշնորհային ծրագրի ավարտով, լաբորատորիան փակվեց:

2016 թ. հոգեբանության տեսության և պատմության ամբիոնը վերանվանվեց հոգեբանության ամբիոն: Ամբիոնում դասախոսում էին հոգեբանական գիտությունների 3 դոկտորներ և պրոֆեսորներ, գիտությունների 18 թեկնածուներ և դոցենտներ, 8 ասպիրանտներ և հայցորդներ:

2016-17 թթ. արդեն հոգեբանության ամբիոնի վարիչի պաշտոնակատար է նշանակվում հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր, ուսումնագիտական գծով պրոռեկտոր, հոգեբանության 064 մասնագիտական խորհրդի նախագահ (2021 թ-ից համալսարանի ռեկտոր) Սրբուհի Գևորգյանը, ով պրոռեկտորի ծանր և պատասխանատու աշխատանքներին զուգորդեց նաև հավատարմագրման ոչ պակաս պատասխանատու ամբիոնային աշխատանքները: Անգնահատելի է տիկին Գևորգյանի ավանդը սոցիալական հոգեբանության բնագավառում: Սրբուհի Գևորգյանը ոչ միայն գիտնական է, այլև արտակարգ պրակտիկ սոցիալական հոգեբան:

2017-20 թթ. ամբիոնի վարիչի պաշտոնակատար է նշանակվում հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Վազգեն Մարգարյանը, ով մեծ ավանդ ունեցավ Հայաստանում զինվորական հոգեբանության, մարտական գործողությունների հոգեբանության տեսամեթոդաբանական հարցերի ուսումնասիրության [4], ձևավորման և զարգացման գործում:

2020-21 թթ. ամբիոնի վարիչի պաշտոնակատար է նշանակվում կրթության հոգեբանության և սոցիոլոգիայի ֆակուլտետի դեկան Ռուզաննա Պետրոսյանը, ով արցախյան 44-օրյա պատերազմի և Քովիդ-19 համաճարակի պայմաններում կարողացավ ֆակուլտետի աշխատանքներին զուգորդել ամբիոնային ոչ պակաս պատասխանատու գործունեությունը:

2021 թթ. ամբիոնի վարիչի պաշտոնակատար է նշանակվում հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Կամո Վարդանյանը, ում գիտական հետաքրքրությունները վերաբերվում են յուրատիպ պրոբլեմի՝ անձի սուիցիդալ հոգեբանության հիմնախնդիրներին [6]:

2021 թ-ից ամբիոնի վարիչի պաշտոնակատարն է հոգեբանական գիտությունների թեկնածու, դոցենտ Լևոն Սարգսյանը: Վերջինիս նախաձեռնությամբ 2022 թ. հոգեբանության ամբիոնը անվանակոչվեց ամբիոնի երախտավոր, հոգեբանական գիտությունների դոկտոր, պրոֆեսոր Մկրտիչ Արամի Մազմանյանի՝ երջանկահիշատակ ակադեմիկոսի անունով: Ամբիոնում դասախոսում են հոգեբանական գիտությունների 3 դոկտորներ և պրոֆեսորներ (Մելսիկ Մկրտումյան, Ռուբեն Նադոյան, Նաիրա Հակոբյան), գիտությունների 23 թեկնածուներ և դոցենտներ (նրանց մեջ է նաև Մ. Մազմանյանի ասպիրանտ Լ. Քյուրքյանը), 9 ասպիրանտներ և հայցորդներ: Այս տարի ֆակուլտետում նոր ամբիոնի բացման առթիվ մի խումբ մասնագետներ տեղափոխվեցին նորաբաց Զարգացման և կրթության հոգեբանության ամբիոն: Այսօր արդեն ամբիոնում դասախոսում են հոգեբանական գիտությունների 1 դոկտոր, պրոֆեսոր, 9 թեկնածուներ, դոցենտներ, 3 ասպիրանտներ և հայցորդներ: Ամբիոնում դասավանդում և ուսումնասիրում են՝ ընդհանուր հոգեբանության, հոգեբանության պատմության, անձի հոգեբանության և տեսությունների, համեմատական հոգեբանության, էթնոհոգեբանության, հոգեֆիզիոլոգիայի, ընտանիքի և սոցիալական հոգեբանության, աշխատանքի և կառավարման հոգեբանության հիմնախնդիրները: 2022-23 ուս. տարում ամբիոնում իրենց թեկնածուական ատենախոսությունների վրա աշխատում են 2 ասպիրանտներ և 22 հայցորդներ: Ամբիոնը սպասարկում է մագիստրոսական 3 ծրագիր՝ Անձի հոգեբանություն և հոգեբանական

խորհրդատվություն, Ընտանիքի հոգեբանություն, Ճգնաժամային հոգեբանություն և միջամտություն: Ամբիոնի մասնագետները անձի հոգեբանության հիմնախնդիրների ուսումնասիրություններից զատ ակտիվորեն ընդգրկված են դատահոգեբանական փորձաքննություններում [1] (2022թ. մարտին հոգեբանական փորձաքննությունների պայմանագիր կնքվեց ՀՀԱԴ ԴԱՀԿ ապահովող ծառայության հետ): 2022 թ. ընթացքում Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի նախաձեռնությամբ իրականացվել են գիտաժողովներ, հանրապետական՝ Դատահոգեբանական փորձաքննություն, տեսություն և պրակտիկա խորագրով, միջազգային՝ Պատերազմի սոցիալ-հոգեբանական հետևանքները խորագրով, որին մասնակցում էին Ռուսաստանի, Բելոռուսի, Ուկրաինայի, Ղազախստանի համալսարանների և հոգեբանության գիտահետազոտական կենտրոնների առաջատար մասնագետներ: Միջազգային գիտաժողովի նյութերը ամբիոնի վարիչ Լ.Կ. Սարգսյանի նախաձեռնությամբ տպագրվեցին «Հոգեբանական հիմնախնդիրներ» գիտական պարբերականի 1-ին համարում [3], ինչի լույս ընծայումը մեծագույն ձեռքբերում է համալսարանի, ֆակուլտետի և հատկապես ամբիոնի համար:

Ակադեմիկոս Մկրտիչ Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի պրոֆեսորադասախոսական անձնակազմը հանձն է առել բարձր պահել և զարգացնել դեռ նախորդ դարի 40-ական թթ. ձևավորված ամբիոնի տասնամյակների փորձառությունը, ձեռքբերումներն ու ավանդույթները: Ամբիոնի մասնագետները շարունակում են մշակել և հրատարակել անհրաժեշտ ուսումնամեթոդական ձեռնարկներ, դասագրքեր, հետազոտական արդյունքները ներկայացնել միջազգային գիտաժողովներում: Առանձնահատուկ նշանակություն է տրվում միջազգայնացմանը, միջազգային կապերի զարգացման գործընթացին:

### Գրականություն

1. **Դատահոգեբանական փորձաքննություն, տեսություն և պրակտիկա: (2022)** Ուսումնասօժանդակ ձեռնարկ: / Սարգսյան Լ.Կ., Պետրոսյան Ռ.Հ., Վարդանյան Կ.Ե. և այլք /ՀՊՄՀ. – Եր.: – 114 էջ:
2. **Խ. Աբովյանի անվան հայկական պետական մանկավարժական ինստիտուտի 50 տարին (1922-1972): (1972)** Երևան:
3. **Հոգեբանական հիմնախնդիրներ N1(1), (2022)** Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Եր.: ISSN 2953-7924
4. **Սարգսյան Վ.Հ. (2009)** Մարտական գործունեության հոգեբանություն. – Եր.: ՀՀ. – 436 էջ:
5. **Մկրտումյան Մ.Պ. (2013)** Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանություն: Փրկարարների հոգեբանական պատրաստության տեխնոլոգիաներ: – Եր.: Զանգակ. – 248 էջ:
6. **Վարդանյան Կ. (2008)** Անձի հոգեբանական առանձնահատկությունների դերը սոցիոլոգիալ վարքի պատճառականության շղթայում: (Ինքնասպանի հոգեբանական առանձնահատկությունները). – Եր.: «Դավիթ Թագավոր», – 360 էջ:
7. **Акопян А.А. (1975)** Из истории развития советской армянской психологии. Ереван.
8. **Арзуманян С.Дж. (2000)** Психолого-криминологическая теория становления личности правонарушителя: (Генезис криминал. установок и их ранняя профилактика) /С.Д. Арзуманян. – Ереван: Зангак-97. – 327 с.
9. **Восканян К.В. (1982)** Зависимость усвоения учебных предметов от особенностей изучения систем исходных понятий: на материале математики: диссертация ... доктора психологических наук: 19.00.07. – Ереван. – 366 с.

10. **Основные направления и перспективы развития психологической науки в закавказских республиках (1980)** (Материалы VIII Закавказской конференции психологов) Ереван. – 67 с.
11. **Психологические и социально психологические особенности адаптации студента (1973)** (Материалы симпозиума) Ереван. – 152 с.
12. **Психологические вопросы адаптации студентов к высшей школе (1981)** (Сборник научных трудов). АГПИ им. Х. Абовяна. Ереван. – 144 с.

**Инвестиции кафедры психологии имени академика Мкртича Мазманяна АГПУ в формировании и развитии армянской психологической мысли**

**Саргсян Л.К.**

(АГПУ имени Х. Абовяна, зав. Кафедрой психологии имени академика М. Мазманяна, Ереван, Армения)  
sargsyanlevon23@aspu.am

**Аннотация.** В статье представлен вклад Кафедры психологии имени академика М. Мазманяна АГПУ имени Х. Абовяна в становлении и развитии психологической мысли, а также ход становления и развития кафедры.

Еще в 1946 году в Армении была открыта первая кафедра психологии, на которую возложена важная миссия развития психологической мысли. Вера Дарбинян, Шаварш Симонян, Драстамат Тер-Мкртчян и Мкртич Мазманян читали лекции на кафедре под руководством Гаяне Овсепян, аспирантки видного советского психолога Сергея Рубинштейна. С 1951 года на Мкртича Мазманяна возложены обязанности заведующего кафедрой психологии. В 1957 году академик основал при кафедре проблемную лабораторию психологии. В 1957 году академик основал при кафедре проблемную лабораторию психологии. Последнее на протяжении примерно 3 десятков лет (до 1977 г.) имело не только ключевое значение не только в становлении и развитии кафедры, в распространении психологии в Армении, но и в представлении экспериментальных достижений армянской психологии в Советский Союз и не только. Параллельно с научно-исследовательской деятельностью отметим большой вклад академика Мазманяна в руководстве аспирантурой и докторантурой как армянских психологов, так и союзных республик (Россия, Грузия, Азербайджан), подготовке психологов. Исследования М. Мазманяна по гносеологическим проблемам истории психологии считались известными советскими психологами того времени большим теоретико-методологическим вкладом в психологическую науку. В эти годы, помимо традиционных для того времени направлений психологии - педагогического, рабочего, на кафедре психологии и в приданной проблемной лаборатории изучались проблемы творчества личности и подсознания.

Сегодня первоочередной задачей кафедры психологии имени академика М. Мазманяна можно считать важную миссию распространения армянской психологической мысли и обмена опытом в процессе интернационализации.

**Ключевые слова:** Становление и развитие науки, развитие психологии, эксперимент, научная лаборатория, психологические исследования, психологические проблемы.

**The investment of the Chair of Psychology named after academician Mkrtych Mazmanyan of ASPU in the formation and development of Armenian psychological thought**

**Sargsyan L.K.**

(ASPU after Kh. Abovyan, Head of Chair of Psychology named after Academician Mkrtych Mazmanyan,  
Yerevan, Armenia)  
sargsyanlevon23@aspu.am

**Abstract.** The article presents the contribution of the Chair of Psychology named after ASPU Academician M. Mazmanyan in the formation and development of psychological thought as well as the course of the formation and development of the Chair.

In 1946, the first Chair of Psychology was opened in Armenia, bearing the important mission of developing psychological thought. Vera Darbinyan, Shavarsh Simonyan, Drastamat Ter-Mkrtychyan and Mkrtych Mazmanyan are lecturing in the Chair under the leadership of Gayane Hovsepian, a graduate student of the prominent Soviet psychologist Sergey Rubinstein. Since 1951, Mkrtych Mazmanyan has been entrusted with the duties of the chair of Psychology. In 1957, the academician founded the Problem-Solving Laboratory of Psychology next to the Chair. The latter for about 3 dozen years (until 1977) was not only of key importance in the formation and development of the Chair and the spread of Psychology in Armenia, but also it played a great role in the presentation of the experimental achievements of Armenian Psychology in the Soviet Union and beyond. Parallel to the scientific research activity, we emphasize the great contribution of Academician Mazmanyan in the management of post-graduate and doctoral studies of both Armenian psychologists and union republics, (Russia, Georgia, Azerbaijan), as well as in the training of psychologists. The researches of Mkrtych Mazmanyan regarding the epistemological problems of the history of Psychology were considered by famous Soviet psychologists of the time as a great theoretical-methodological contribution to psychological science. During these years, in Psychological Department and Problem-Solving Laboratory in addition to the traditional directions of Psychology-pedagogy, working, the problems of person's creativity and subconscious were studied.

Today, the primary task of the Department of Psychology named after Academician Mkrtych Mazmanyan can be considered the important mission of spreading Armenian psychological thought and sharing experience in the process of internationalization.

**Keywords:** formation and development of science, development of Psychology, experiment, scientific laboratory, psychological research, psychological problems.

*Հոդվածը ներկայացվել է և ուղարկվել է գրախոսման՝ 25.10.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

# ԱՆԻ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ ԲԱՆԱԿԱՆ ԲԱՆԱԿԱՆ ԲԱՆԱԿԱՆ ԲԱՆԱԿԱՆ ԲԱՆԱԿԱՆ ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

## PERSONALITY PSYCHOLOGY

### МЕДИА ИНФОРМАЦИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ

Ершова Р.В.<sup>1</sup>, Корягина Т.М.<sup>2</sup>

(Государственный социально-гуманитарный университет, д.пс.н., профессор, Коломна, Россия<sup>1</sup>,  
Российский университет дружбы народов, к.пс.н., Москва, Россия<sup>2</sup>)  
erchovareg@mail.ru

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования влияния медиа-информации на психологическое благополучие человека. В исследовании приняли участие 376 студентов 1-5 курсов Государственного социально-гуманитарного университета (М=84, Ж=292, средний возраст 19,7± 2,8). Для изучения эмоционально-психологического благополучия использовались Интегративный тест тревожности, Шкала базисных убеждений, Шкала психологического благополучия, авторская анкета, позволяющая определить ведущие каналы получения информации и новостного контента респондентами. Результаты исследования позволяют сделать вывод о том, что у людей, получающих информацию исключительно из социальных сетей, наблюдается снижение уровня общего эмоционального комфорта и психологического благополучия; вне зависимости от информационного канала, активное потребление информации усиливает тревожность и эмоциональный дискомфорт; респонденты, которые используют в качестве канала информации социальные сети, чаще испытывают тревогу и бессилие в отношении будущего, те, кто получают информацию из различных источников, склонны беспокоиться по поводу актуальных событий.

**Ключевые слова:** психологическое благополучие, социальные сети, тревожность, эмоциональный дискомфорт.

**Введение.** Цифровые устройства настолько глубоко вошли в жизнь каждого человека, что для большинства взаимодействие с экраном является важнейшим занятием (не считая сна), в среднем человек тратит ежедневно на это третью часть времени бодрствования [2]. Проникновение цифровых устройств человеческую жизнь ставит перед научным сообществом вопросы, связанные с изучением влияния особенностей взаимодействия личности с цифровыми ресурсами, медиа информацией на психическое и физическое развитие человека. Одним из бурно развивающихся направлений является изучение психологического благополучия жителей цифрового мира. В современных исследованиях представлены противоречивые данные относительно влияния медиа информации на благополучие личности. С одной стороны, глубокая увлеченность интернетом может приводить к его снижению, формированию интернет-зависимости, росту социальной изоляции, нарциссизма, развитию тревожности, депрессии, специфических фобий (ФОМО-эффекта), расстройствам внимания [9]. С другой - цифровые ресурсы помогают формировать положительные эмоции, справляться со стрессом, восстанавливаться, заниматься физической активностью, отдыхать, общаться и получать поддержку [2]. Как следует из современных исследований, что уровень психологического благополучия связан не столько с глубиной погруженности в цифровой мир, сколько с особенностями поведения в нем [6].

Психологическое благополучие колеблется в зависимости от характера поведения человека в сети: активное поведение: общение, самопрезентация, развлечения - повышают его уровень [3], пассивное потребление контента, напротив, приводит к его снижению [9].

Если проблема связи поведения сетевого пользователя с его благополучием и психическим/физическим здоровьем изучены достаточно подробно, а результаты исследований выглядят согласованно, то вопрос влияния содержания и способа получения информации на психологическое благополучие остается открытым. Актуальность исследований в этом направлении связана с рядом факторов:

- в цифровом обществе информация (в т.ч. медиа информация), вступает как важнейшее культурное орудие, которое, с точки зрения К. Бенсона, может служить как средством ориентации, так и дезориентации человека, начиная с формирования его мировоззрения, и заканчивая физической, телесной дезориентацией [1];

- согласно актуальным тенденциям вовлечения личности в онлайн пространства, агентами влияния сегодня становятся блогеры, доверие к которым у аудитории заметно выше, чем к официальным СМИ;

- становясь важнейшим источником информации, Интернет выступает значимым фактором принятия решений и поведения [5].

Влияние потребляемого новостного контента на психологическое состояние человека особенно активно изучается в связи с пандемией COVID-19. Согласно Garfin и др., СМИ существенно влияют на здоровье населения, особенно на проявления страха, тревоги, стресса [4]. Многие авторы характеризуют непрерывный поток нефильТРованной информации в СМИ и следующую за этим информационную перегрузку как «инфодемию» [8]. Исследователи показывают, что в ситуации неопределенности и отсутствия информации люди сильно зависят от средств массовой информации в разрешении двусмысленности, однако, когда угроза постоянная и невидимая, она может усиливать страхи и создавать петлю обратной связи, что, в свою очередь, увеличивает уровень вовлечения в потребление медиа информации [4]. Следует отметить, что до сих пор наблюдается дефицит данных о том, каким образом может влиять на уровень благополучия человека канал потребляемой информации.

**Целью** актуального исследования было определение особенностей влияния источника информации на различные аспекты психологического благополучия человека.

**Процедура и методы исследования.** В исследовании приняли участие 376 студентов 1-5 курсов Государственного социально-гуманитарного университета (М=84, Ж=292, средний возраст 19,7± 2,8). Желавшие принять участие в исследовании добровольцы ответили на вопросы тестов, размещенных в Google Forms. Для изучения эмоционально-психологического благополучия использовались Интегративный тест тревожности (ИТТ) (А.П. Бизюк, Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев); Шкала базисных убеждений (ШБУ) (World Assumptions Scale, WAS) Р. Янов-Бульмана в адаптации О. Кравцовой; Шкала психологического благополучия (ШПБ) К.Рифф, в адаптации Т.Д. Шевеленковой и Т.П. Фесенко; анкета, позволяющая определить ведущие источники получения информации и новостного контента респондентами.

По результатам анкетирования все респонденты были разделены на 2 группы: в первую группу были включены студенты, получающие информацию преимущественно из социальных сетей (N=182), во

вторую группу - те, кто получает информацию из различных источников: новостных программ, радиопередач, новостных сайтов (N=194).

**Обсуждение результатов.** На этапе количественного анализа результаты были обработаны с помощью статистического критерия Манна-Уитни (табл. 1). Он позволил обнаружить значимые различия, в двух группах: респонденты первой группы (получающие информацию преимущественно из социальных сетей) имеют большее число эмоциональных и личностных проблем, снижающих уровень их психологического благополучия: они отличаются выраженным уровнем эмоционального дискомфорта ( $p=0,043$ ), более высокой неудовлетворенностью жизненной ситуацией, эмоциональной напряженностью (ИТТ). У респондентов этой группы в большей мере выражено убеждение о враждебности окружающего мира (людей) ( $p=0,049$ ), они не уверены в том, что доверять окружающим людям безопасно (ШБУ).

Показатели всех шкал психологического благополучия («позитивные отношения с окружающими» ( $p=0,034$ ), «автономия» ( $p=0,001$ ) «управление средой» ( $p=0,006$ ), «личностный рост» ( $p=0,002$ ), «цели в жизни» ( $p=0,002$ ), «самопринятие» ( $p=0,022$ ) «осмысленность жизни» ( $p=0,002$ )) в группе студентов, предпочитающих получать информацию из разных источников, статистически выше, чем у тех, кто пользуется социальными сетями, а по шкале «баланс аффекта» средние значения в группе 1 превышают показатели второй группы ( $p=0,008$ ). Это указывает на более негативную самооценку респондентов первой группы, их неудовлетворённость обстоятельствами собственной жизни, ощущение собственной никчёмности и бессилия.

Проведенный отдельно в каждой группе факторный анализ (табл.2) позволил подтвердить вывод о тесной связи психологического благополучия с характером потребляемой информации.

*Таблица 1. Статистические различия в уровне выраженности психологического благополучия, тревожности и депрессии в двух группах*

	U Манна-Уитни	Значимость p	Средний ранг	
			Группа 1	Группа 2
ИТТ эмоциональный дискомфорт	15527,5	0,043	200,18	177,54
ШБУ доброта людей	15587	0,049	177,14	199,15
ПБ позитивные отношения с окружающими	15423	0,034	176,24	200
ПБ автономия	14290,5	0,001	170,02	205,84
ПБ управление средой	14755,5	0,006	172,57	203,44
ПБ личностный рост	14321	0,002	170,19	205,68
ПБ цели в жизни	14339	0,002	170,29	205,59
ПБ самопринятие	15243,5	0,022	175,26	200,93
ПБ психологическое благополучие	14244,5	0,001	169,77	206,07
ПБ баланс аффекта	14856,5	0,008	203,87	174,08
ПБ осмысленность жизни	14469,5	0,002	171	204,91
ПБ человек как открытая система	15797,5	0,078	178,3	198,07

Примечания: группа 1-источник информации – социальные сети; группа 2-разные источники информации.

Таблица 2. Факторный анализ структуры психологического благополучия, тревожности и депрессии в двух группах

	факторы группа 2		факторы группа 1	
	1	2	1	3
ПБ_психологическое благополучие	,934		,939	
ПБ_осмысленность жизни	,875		,870	
ПБ_личностный рост	,857		,885	
ПБ_цели в жизни	,849		,867	
ПБ_самопринятие	,779	-,420	,780	-,418
ПБ_управление средой	,764	-,419	,771	
ПБ_человек как открытая система	,764		,771	
ПБ_баланс аффекта	-,738	,482	-,764	,440
ПБ_позитивные отношения с	,733		,751	
ПБ_автономия	,731		,619	
ИТТ_эмоциональный дискомфорт		,777		,718
ИТТ_тревожная оценка перспектив		,723		,758
ИТТ_фобический компонент		,694		,591
Депрессия		,657		,559
ИТТ_астенический компонент		,584		,633
ИТТ_социальная защита				,423

Примечания: группа 1–источник информации – социальные сети; группа 2–разные источники информации.

Важно отметить, что как в первой, так и во второй группах первый фактор формируют переменные психологического благополучия, что указывает на тесную связь этой характеристики с потребляемой информацией вне зависимости от её источника. Различия в группах наблюдаются в структуре второго фактора: в первой группе основной вклад в его структуру вносит переменная тревожной оценки перспектив, эмоционального дискомфорта и астенического компонента тревожности (психической истощаемости, слабости), во второй группе ведущими переменными в структуре фактора являются эмоциональный дискомфорт, тревожность в оценке перспектив и фобический компонент (страхи, связанные с актуальной ситуацией). Таким образом, студенты, получающие информацию из социальных сетей, чаще беспокоятся по поводу будущих событий, тогда как те, кто пользуется информацией из разных источников испытывают тревогу как по поводу будущего, так и в отношении настоящего. Полученные в исследовании выводы в целом подтверждают имеющуюся информацию о негативизации эмоциональных реакций человека как следствие инфопандемии [9].

**Выводы.** Проведенное исследование позволило сделать следующие выводы:

- потребление информации исключительно из социальных сетей может приводить к снижению общего эмоционального комфорта и психологического благополучия человека;
- вне зависимости от источника информации, ее активное потребление может усиливать тревожность и эмоциональный дискомфорт;
- респонденты, использующие в качестве информационного канала социальные сети, склонны испытывать тревогу и бессилие в отношении будущего, а те, кто получает информацию из различных СМИ, испытывают беспокойство по поводу актуальных событий.

Полученные в исследовании результаты требуют дальнейшего уточнения, связанного с поиском набора детерминирующих психологических переменных и факторов, препятствующих развитию психологического неблагополучия личности.

### Литература

1. Courbet D., Fourquet-Courbet M.P. (2020) Connectés et heureux!: Du stress digital au bien-être numérique. – Dunod.

2. **Ellison N.B. et al. (2014)** Cultivating social resources on social network sites: Facebook relationship maintenance behaviors and their role in social capital processes //Journal of Computer-Mediated Communication. – T. 19. – №. 4. – C. 855-870.
3. **Garfin D.R., Silver R.C., Holman E.A. (2020)** The novel coronavirus (COVID-2019) outbreak: Amplification of public health consequences by media exposure //Health psychology. – T. 39. – №. 5. – C. 355. <http://dx.doi.org/10.1037/hea0000875>
4. **Horrigan J.B., Rainie L. (2006)** The Internet's growing role in life's major moments. – Washington, DC : Pew Internet & American Life Project. – T. 181.
5. **Liu D. et al. (2019)** Digital communication media use and psychological well-being: A meta-analysis //Journal of Computer-Mediated Communication. – T. 24. – №. 5. – C. 259-273.
6. **Lup K., Trub L., Rosenthal L. (2015)** Instagram# instasad?: exploring associations among instagram use, depressive symptoms, negative social comparison, and strangers followed //Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking. – T. 18. – №. 5. – C. 247-252.
7. **Patel M.P. et al. (2020)** “Infodemic” COVID 19: More Pandemic than the Virus //Indian journal of nephrology. – T. 30. – №. 3. – C. 188.
8. **Thorisdottir I.E. et al. (2019)** Active and passive social media use and symptoms of anxiety and depressed mood among Icelandic adolescents //Cyberpsychology. – T. 22. – №. 8. – C. 535-542.
9. **Upadhayay V. (2018)** Social Media Usage and Psychological Wellbeing among Indian Youth //International Journal of Stress Prevention and Wellbeing. – T. 2. – №. 4. – C. 1-12.

### **Media information and psychological well-being of a person**

**Ershova R.V.<sup>1</sup>, Koryagina T.M.<sup>2</sup>**

(State University of Humanities and Social Studies, Doctor of psychology, Professor, Kolomna, Russia<sup>1</sup>, Russian Friendship University, PhD in Psychology, Associate Professor, Moscow, Russia<sup>2</sup>)

erchovareg@mail.ru

**Abstract.** The relationships of the channels of the information consumption and the psychological well-being were studied. 376 undergraduate students of 1-5 courses of the State University of Humanity and Social Studies (M=84, F=292, mean age 19.7±2.8) filled out the questionnaires. The Anxiety Integrative Test; the Scale of Basic Beliefs; the Psychological Well-being Scale; the author's questionnaire, which allows to determine the leading channels of information consumption were used to study the emotional and psychological well-being. It was shown that the consumption of information from social networks can lead to emotional discomfort and psychological well-being decrease; regardless of the source, active information consumption can increase anxiety and emotional discomfort; respondents who use social networks as a channel of information tend to feel anxiety about the future, and those who receive information from various media feel anxiety about current events.

**Keywords:** psychological well-being, social networks, anxiety, emotional discomfort.

*Հոդվածը ներկայացվել է և ուղարկվել է գրախոսման՝ 15.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

ՄԱՆԿԱՎԱՐԺՆԵՐԻ ՀՈՒԶԱԿԱՆ ԱՅՐՄԱՆ ՎՐԱ ԱԶԴՈՂ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԸ  
ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՒՆԵՈՒԹՅԱՆ �ՆԹԱՑՔՈՒՄ

Արամյան Լ.Ռ.<sup>1</sup>, Մակիչյան Ս.Ա.<sup>2</sup>, Աբգարյան Ա.Գ.<sup>3</sup>

(Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Զարգացման և կրթության հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ., դոցենտ<sup>1,2</sup>,  
Կիրառական հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ.<sup>3</sup>, Երևան, Հայաստան)  
aramyanlida23@aspu.am, makichyansona23@aspu.am, abgaryanarmen23@aspu.am

**Ամփոփագիր.** Ժամանակակից փոխակերպվող հասարակության պայմաններում մեծ է սթրեսածին գործոնների ազդեցությամբ պայմանավորված հոգեբանական լարվածության աստիճանը: Որպես արդյունք գրանցվում է անձի մտավոր և հուզական լարվածության բարձր աստիճան: Մեփական ռեսուրսների անխնա սպառումը հաճախ անհետևանք չի մնում հանգեցնելով հուզական այրման: Վերջինս ընդգրկում է ն՛ մասնագիտական, ն՛ անձնային ոլորտը՝ խաթարելով կենսական դիրքորոշումներն և արժեքները: Հիմնախնդիրն առավել արդիական է կրթական ոլորտում մասնագիտական գործունեություն ծավալելու ուսուցիչների համար, քանի որ վերջինս ունի հասարակական, կրթական նշանակություն: Մեր հոդվածի շրջանակներում հետազոտության նպատակը և փորձարարական խնդիրներն ուղղված էին կրթական հաստատություններում մասնագիտական գործունեության ընթացքում մանկավարժների մոտ դրսևորվող հուզական այրման համախտանիշի հոգեբանական գործոնների վերհանմանը: Հետազոտությունը անց է կացվել Աբովյան քաղաքի թիվ 7 և Ն. Վանյանի անվան թիվ 5 դպրոցներում 3 փուլով: Երկու դպրոցներից մասնակցել են մասնագիտական տարբեր տարիքի և փորձառություն ունեցող 30 ուսուցիչներ: Հետազոտության արդյունքների վերլուծությունը թույլ է տալիս եզրակացնել, որ ուսուցչի մասնագիտական գործունեությունը կապված է բարձր հուզական, սոցիալական սթրեսի հետ, ինչը առաջացնում է անձնային և իրավիճակային տագնապայնության բարձր մակարդակ, հաղորդակցման դժվարություններ, հուզական այրում՝ խաթարելով կրթական գործընթացի արդյունավետությունը:

**Հիմնաբառեր.** Մանկավարժական գործունեություն, անձնային և իրավիճակային տագնապայնություն, հուզական այրում:

Հոգեբանության մեջ «այրման համախտանիշը» մերօրյա գիտական, կրթական և սոցիալ-տնտեսական զարգացման մրցավազքում մշտապես արդիական հիմնախնդիրներից է: Ժամանակակից փոխակերպվող հասարակությունը միտված է շարունակական մասնագիտական աճի, կոմպենսացիայի զարգացման, կատարելագործման համար պայքարի: Մարտահրավերներին զուգընթաց մասնագետից պահանջվում է ուժերի առավելագույն կենտրոնացում, լարվածության գերբարձր մակարդակ, ինչպես նաև հոգեկան ողջ ոլորտի ինտենսիվ ներառում մասնագիտական գործունեության մեջ: Մթնոլորտ պայմանավորված՝ որպես արդյունք գրանցվում է անձի մտավոր և հուզական լարվածության բարձր աստիճան: Մեփական ռեսուրսների անխնա սպառումը անհետևանք չի մնում. լավագույն դեպքում անձը հրաժարում է մասնագիտական գործունեության հետ աղերս չունեցող բոլոր տեսակի պահանջումներից, ինչը հանգեցնում է հուզական ընկալունակություն ցածր մակարդակի, վատագույն դեպքում՝ այրումը տարածվում է մասնագիտական շրջանակից և ընդգրկում ողջ անձնային ոլորտը՝ խաթարելով կենսական դիրքորոշումներն և արժեքները: Հիմնախնդիրն առավել արդիական է կրթական ոլորտում մասնագիտական գործունեություն ծավալելու պայմաններում, քանի որ վերջինս ունի կրթական նշանակություն: Վերոնշյալ ոլորտում

հատկապես կարևորվում է մասնագիտական գործունեության ընթացքում «այրման համախտանիշի» պատճառների ուսումնասիրումը, ինչով էլ պայմանավորված է մեր հետազոտությունը:

Մասնագիտական գործունեության ազդեցության հարցը հետաքրքրել է անգամ անտիկ փիլիսոփաներին: 20-րդ դարի սկզբին հանրահայտ սոցիոլոգ Պ. Սորոկինն առաջին անգամ կիսառել է «մասնագիտական դեֆորմացիա» եզրույթը: 1974 թվականին ամերիկացի հոգեբույժ Գ. Ֆրեյդենբերգերը հոգեբանության ոլորտ է բերել «հուզական այրում» հասկացությունը: Վերջինս այն բնութագրում է որպես առողջ մարդու հոգեբանական վիճակ, ով մասնագիտական օգնություն ցուցաբերելու ընթացքում գտնվում է ինտենսիվ և խիստ հաղորդակցության մեջ, հուզական գերձանրաբեռնված մթնոլորտում՝ անվանելով այն «burnout» (այրում) [10]:

Մի շարք հեղինակների (Ս.Պ. Բեզնտով, Ս.Վ. Դմիտրիևա, Ռ. Գրանովսկայա, Ե.Ա. Կլիմով, Է.Ֆ. Ջեեր) հետազոտությունների վերլուծությունը թույլ է տալիս մասնագիտական խեղաթյուրումները սահմանել որպես անձի և գործունեության ձևավորված կառուցվածքի փոփոխություններ, որոնք կուտակվում են աստիճանաբար՝ բացասական ազդեցություն ունենալով աշխատանքային և մասնագիտական գործունեության արդյունավետության, այդ գործընթացում գտնվող այլ անձանց հետ փոխազդեցության և ընդհանրապես անձի զարգացման վրա:

Առանձնացնում ենք հուզական այրման ուսումնասիրման մի քանի հիմնական մոտեցումներ: **Առաջին** մոտեցման ներկայացուցիչները հուզական այրումը դիտարկում են որպես հուզական, ֆիզիկական և հոգեկան հյուծվածության վիճակ, որն առաջանում է հուզական անկայուն վիճակում և սթրեսածին իրավիճակներում պարբերաբար գտնվելու արդյունքում, ինչն էլ պատճառ է, որ հուզական այրումն ընկալվի է որպես «քրոնիկ հոգնածության» համախտանիշ: **Երկրորդ** մոտեցմամբ հուզական այրումը դիտարկում է որպես երկկողմանի մոդել, որը մի կողմից բաղկացած է հուզական հյուծվածությունից, մյուս կողմից՝ ապաստանավորումից, (երբ անձի վերաբերմունքը այլ անձանց, երբեմն էլ ինքն իր հանդեպ փոխվում է դեպի վատը): **Երրորդ** մոտեցումն առաջարկել են ամերիկացի հետազոտողներ Կ. Մասլաչն և Ս. Ջեքսոնը, ովքեր դիտարկում են «այրման» սինդրոմը որպես եռաչափ համակարգ, որը բաղկացած է հուզական հյուծվածությունից, ապաստանավորումից և սեփական անձնային նվաճումների ռեդուկցիայից [4]:

Հուզական այրման բովանդակության և առանձին դրսևորումների հետազոտությունները ցույց են տալիս, որ այս համախտանիշն ունի բավական բարդ կառուցվածք: Անձի կենսագործունեության մասնագիտական և անձնական հանգամանքներից էապես կախված է նախանշանների դրսևորումը: Իրականության հուզական ընկալումը կապված է մի շարք գործոններով՝ արտաքին և ներքին:

Արտաքին գործոններ	Ներքին գործոններ
<ul style="list-style-type: none"> <li>• հուզական այրումը հրահրող գործոններ</li> <li>• քրոնիկ լարված հոգեհուզական գործունեություն</li> <li>• ապակայունացնող գործունեության, ծայրահեղ բարձր պատասխանատվություն</li> <li>• մասնագիտական գործունեության համար անբարենպաստ մթնոլորտ</li> <li>• բարդ հոգեբանություն ունեցող համակազմ, ում հետ մասնագետը հաղորդակցում և շփվում է:</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• հուզական ռիզիկոյության միտում/հակում</li> <li>• մասնագիտական գործունեության ինտենսիվ ինտերիորիզացիա (ընկալման և ապրումների)</li> <li>• թույլ մոտիվացիա</li> <li>• բարոյական որակների խեղաթյուրումներ և անձի ապակողմնորոշում</li> </ul>

**Մասնագիտական խեղաթյուրման մակարդակներն են՝** ընդհանուր մասնագիտական խեղաթյուրումներ, հատուկ մասնագիտական խեղաթյուրումներ, մասնագիտատիպաբանական խեղաթյուրումներ, անհատական խեղաթյուրումներ, որոնք կապված են ամենատարբեր մասնագիտությունների աշխատակիցների առանձնահատկությունների հետ: Մասնագիտական գործունեության իրականացման գործընթացում տեղի է ունենում շեշտադրումների առաջացում, ինչպիսիք են ծայրահեղ պատասխանատվությունը, ծայրահեղ զգայունությունը, գերակտիվությունը, աշխատանքային ֆանատիզմը և այլն [3]:

Մասնագիտական խեղաթյուրումների պատճառները բազմազան են: Շատ հեղինակներ առանձնացվում են նաև հուզական այրման տարբեր փուլեր (Ջ. Գրինբերգ, Բ. Պերլման, Ե.Ա. Հարթման, Մ. Բուրիշ և այլք): Առանձնացնում ենք նաև նախանշանների հինգ խումբ, որոնք բնորոշ են հուզական այրմանը՝ ֆիզիկական, հուզական, վարքային, ինտելեկտուալ կամ մտավոր վիճակ՝ նոր տեսությունների և նոր գաղափարների նկատմամբ հետաքրքրության անկում, ինչպես նաև սոցիալական [9]:

Մ. Բուրիշը առանձնացնում էր «հուզական այրման համախտանիշի» զարգացման հետևյալ շրջափուլերը.

Մասնագիտական խեղաթյուրումների պատճառները բազմազան են: Շատ հեղինակներ առանձնացվում են նաև հուզական այրման տարբեր փուլեր (Ջ. Գրինբերգ, Բ. Պերլման, Ե.Ա. Հարթման, Մ. Բուրիշ և այլք): Առանձնացնում ենք նաև նախանշանների հինգ խումբ, որոնք բնորոշ են հուզական այրմանը՝ ֆիզիկական, հուզական, վարքային, ինտելեկտուալ կամ մտավոր վիճակ՝ նոր տեսությունների և նոր գաղափարների նկատմամբ հետաքրքրության անկում, ինչպես նաև սոցիալական [9]:

Մ. Բուրիշը առանձնացնում էր «հուզական այրման համախտանիշի» զարգացման հետևյալ շրջափուլերը.

### **1. Նախազգուշացնող փուլ**

✓ գերակտիվություն, հրաժարվում բոլոր այն պահանջումներից, որոնք կապված չեն աշխատանքի հետ, սոցիալական կապերի սահմանափակում, գիտակցությունից անհաջողության և հիասթափության ապրումների արտամղում,

✓ հյուսիսվածություն՝ հոգնածություն, անքնություն, դժբախտ պատահարների հավանականության վտանգ:

### **2. Սեփական մասնակցության մակարդակի նվազում**

✓ երբ անձը դադարում է դրական ընկալել իր գործընկերներին, օգնելու և աջակցելու փոխարեն սկսում է ղեկավարել նրանց, ցուցումներ տալ, սեփական անհաջողությունների համար մեղադրում է ուրիշներին, կարծրատիպերը սկսում են գերակշռել վարքում,

✓ շրջապատի նկատմամբ դառնում են անտարբեր,

✓ մասնագիտական գործունեության ժամանակ չեն ցանկանում կատարել իրենց պարտականությունները, արհեստականորեն ձգձգում եւ երկարացնում են իրենց ընդմիջումները, աշխատանքն ավարտում են սահմանված ժամանակից շուտ և սկսում են տեղ տալ միայն նյութական արժեքներին:

✓ աղավաղվում են տարիքային պահանջումներն՝ կորցնում են իրենց իդեալը, որն ունեցել են ողջ կյանքի ընթացքում, կենտրոնանում են միայն սեփական պահանջումների վրա և սկսում մտածել, որ մյուսներն իրեն օգտագործում են կամ նախանձում

### **3. Հուզական արձագանքներ**

✓ Ընկճախտ՝ մշտական մեղքի զգացում, ինքնագնահատականի իջեցում, չգիտակցված վախեր, ապատիա:

✓ Ագրեսիա. ձևավորվում են պաշտպանական դիրքորոշումներ, մեղադրանքներ մյուսների նկատմամբ, չեն ընդունում իրենց անհաջողությունները, դառնում են անհանդուրժողական, կասկածամիտ, զիջման չեն գնում ստեղծում են կոնֆլիկտեր շրջապատի հետ:

### **4. Դեստրուկտիվ վարքի փուլ**

✓ Ինտելեկտ. թուլանում է ուշադրության կենտրոնացումը, ձկուն մտածողությունը, անձը չի կարողանում իրականացնել բարդ խնդիրներ:

✓ Մոտիվացիոն համակարգ. նախաձեռնողականության բացակայություն, գործունեության արդյունավետության նվազում, հանձնարարությունների կատարում խիստ համաձայն հրահագների:

✓ Հուզա-սոցիալական ոլորտ. ձանձրույթ, անտարբերություն, խուսափում ոչ ֆորմալ կապերից, ինքնաբավություն, մենակություն:

**5. Հոգեմարմնական ռեակցիաներ և իմունային համակարգի թուլացում.** ազատ ժամանակ թուլանալու և հանգստանալու անկարողություն, անքնություն, ողնաշարի հատվածում ցավեր, բարձր ճնշում, գլխացավեր, մարսողականության խախտում, կախվածություն նիկոտինից, կոֆեինից և ալկոհոլից:

**6. Հիասթափություն և կյանքի հանդեպ բացասական դիրքորոշում.** անօգնականության զգացում, կյանքի իմաստի կորուստ և էքզիստենցիալ հուսահատություն [8]:

Այսպիսով կարելի է եզրակացնել, որ «հուզական այրումը» բարդ հոգեֆիզիոլոգիական երևույթ է, որը սահմանվում է որպես հուզական, մտավոր և ֆիզիկական հյուծում երկարատև հուզական ծանրաբեռնվածության արդյունքում: Առավել ռիսկային գոտում են հատկապես «աջակցող», ակտրոնիստական մասնագիտություններ կրողները, հատկապես կրթության ոլորտի սուբյեկտները: Նրանք կոչված են կառավարելու և վերահսկելու անհատի ինտելեկտուալ, մտավոր, հուզական գործընթացները և ֆիզիկական զարգացումը: Դասավանդողի մասնագիտության հիմնական բովանդակությունը բաղկացած է շրջապատող մարդկանց հետ միջանձնային փոխհարաբերություններից, կոնֆլիկտային իրավիճակների լուծումից, մարդ-մարդ փոխազդեցությունից: Եթե հիշյալ հարաբերությունները պատշաճ ձևով չեն զարգանում, ապա ուսուցչի գործունեության ընթացքում տեղի են ունենում խաթարումներ [5]:

Մանկավարժի կամ ուսուցչի մասնագիտությունը պահանջում է երկակի պատրաստություն՝ անձնային և հատուկ (մասնագիտական): Այն պահանջում է հաղորդակցման բարձր աստիճանի ունակություն: Ուսուցիչների մասնագիտական փորձի ժամանակակից ուսումնասիրությունները թույլ են տալիս վեր հանել և նկարագրել հաղորդակցության ամենատարածված «խոչընդոտները», որոնք դժվարացնում են մանկավարժական խնդիրների լուծումը՝ դիրքորոշումների անհամապատասխանությունը, նորամուծությունների՝ այդ թվում նաև տեխնիկական պահանջները, սովորողի և ուսուցչի կապի բացակայությունը, սովորողների հետ հնարավոր բխումները, ուսումնական գործընթացի նկատմամբ բացասական վերաբերմունքը, մանկավարժական սխալներ թույլ տալու վախը և այլն: Այնուամենայնիվ, եթե երիտասարդ ուսուցիչները անփորձության պատճառով ունենում են հոգեբանական դժվարություններ, ապա փորձառու ուսուցիչները դժվարություններ են ունենում երկարատև մանկավարժական գործունեության ընթացքում հաղորդակցման դերի թերագնահատման պատճառով, ինչն էլ բացասական երանգավորում է տալիս

կրթական գործընթացի հուզական բաղադրիչին: Արդյունքում, սովորողների հետ անձնական շփումները նույնպես դառնում են մակերեսային՝ չապահովելով արդյունավետ գործունեությունը [2]:

Առանձնացնում ենք մանկավարժների հուզական այրման օբյեկտիվ և սուբյեկտիվ գործոններ: Ըստ Մ.Վ. Բորիսովայի՝ հուզական այրման օբյեկտիվ գործոնները կապված են գործունեության բնութագրիչների հետ, իսկ ներքինները՝ սուբյեկտիվները՝ մանկավարժի անձի առանձնահատկությունների հետ, որոնք կարող են հանգեցնել հուզական այրման [1, էջ 43]:

Կրթական ոլորտում գործունեությունը պահանջում է մշտական շփում դասավանդողների և սովորողների միջև: Հիշյալ լարված և ծանրաբեռնված աշխատանքային գործընթացը կարող է մասնագիտական խեղաթյուրման (դեֆորմացիաների) և հուզական այրման պատճառ դառնալ: Կրթական ոլորտում ուսուցիչների մասնագիտական գործունեության առանձնահատկությունները միշտ եղել են ուսումնասիրության կենտրոնում:

**Հետազոտության նպատակը և փորձարարական խնդիրներն ուղղված էին** կրթական հաստատություններում մասնագիտական գործունեության ընթացքում մանկավարժների մոտ դրսևորվող հուզական այրման համախտանիշի հոգեբանական գործոնների վեր հանմանը:

Հետազոտությունը անց է կացվել Աբովյան քաղաքի թիվ 7 և Ն. Վանյանի անվան թիվ 5 դպրոցներում 3 փուլով: Երկու դպրոցներից մասնակցել են մասնագիտական տարբեր փորձ ունեցող 30 ուսուցիչներ, որից 13-ը՝ 52-60 տարեկան, 17-ը՝ 30-40 տարեկան:

Հետազոտական խնդիրները լուծելու համար կիրառվել են հետևյալ մեթոդները՝ դիտում, զրույց, և մեթոդիկաները.

1. Բոյկո Վ.Վ.՝ Հուզական այրման մակարդակի ախտորոշման մեթոդիկա [7, էջ 161-169]:
2. Սպիրբերգեր Չ., Հանին Յու.՝ Տազնապայնության մակարդակի բացահայտում [6, էջ 121]:
3. «Հոգեբանական սթրեսի սանդղակ PSM-25» Լեմուր-Թեսիեր-Ֆիլիոնի [11]:

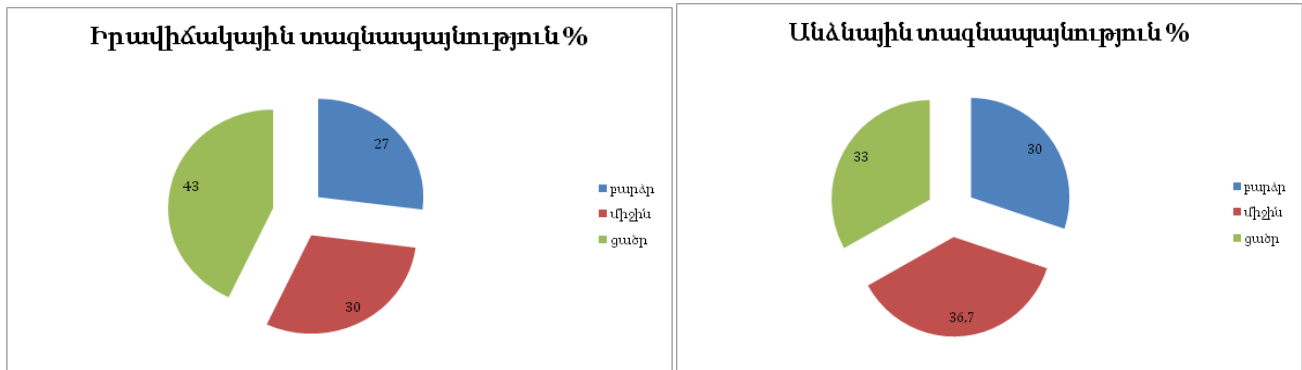
Քանի որ տվյալ մեթոդիկաների սահմաններում ուսումնասիրվող հատկանիշները տարբեր էին, ուստի փորձել ենք հետազոտության տվյալները որոշակիորեն խմբավորել՝ կազմելով ցածր, միջին և բարձր արտահայտված ցուցանիշների խմբեր:

Ըստ Վ.Վ. Բոյկոյի «Հուզական այրման մակարդակի ախտորոշման մեթոդիկա»-ի՝ ստացված արդյունքների՝ 20 փորձարկվող լարվածության ախտանիշ ունեն - հոգետրավմատիկ հանգամանքներով պայմանավորված ապրումների, 18-ը՝ անինքնաբավության, 10-ը՝ անելանելիության և 12-ը՝ տազնապի և ընկճախտի պատճառներով: 10 փորձարկվող դիմադրություն ախտանիշի շրջանակներում ունեն ոչ աղեկվատ հուզական արձագանք, 12ը՝ հույզերի զսպվածության ոլորտի ընդլայնում, 12-ը՝ բարոյագգացմունքային ապակողմնորոշում, 15-ը՝ մասնագիտական պարտականությունների կրճատում: 10 փորձարկվող հյուծվածություն ախտանիշում գրանցել են հուզական դեֆիցիտ, 15-ը՝ հուզական մեկուսացում, 10-ը՝ անձի մեկուսացում և 8-ը՝ հոգեմարմնական և հոգեվեգետատիվ խանգարումներ: Արդյունքները վկայում են, որ ուսուցիչների շրջանում առկա է հուզական այրում:

Չ.Դ. Սպիրբերգերի և Յու.Լ. Խանինի «Տազնապայնության մակարդակի բացահայտում» մեթոդիկայի արդյունքների վերլուծության համաձայն, ըստ իրավիճակային տազնապայնության աստիճանի՝ ուսուցիչներից 8-ի մոտ (27.0%) արտահայտվել է բարձր մակարդակ, 9-ի մոտ՝ միջին մակարդակ (30.0%), իսկ 13-ի մոտ՝ ցածր մակարդակ (43.0%): Հատկանշական է, որ բարձր և միջին աստիճանի ցուցանիշները փաստում են, որ կարող են ազդել ուսուցչի աշխատանքի որակի վրա. նա կարող է կորցնել ինքնավերահսկողությունը, ինքնակառավարումը, ինքնատիրապետումը՝ հայտնվելով

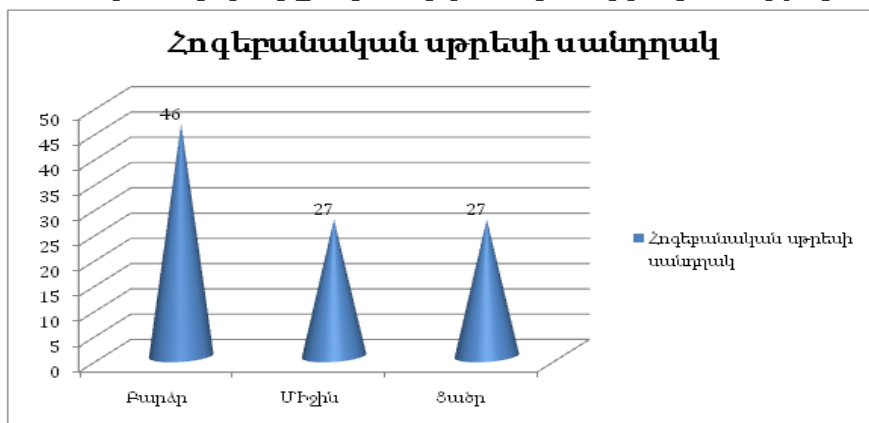
սթրեսային իրավիճակում: Անձնային տազնապայնություն սանդղակի տվյալները փաստում են, որ 9 (30.0%) ուսուցիչներ ունեն տազնապայնության բարձր մակարդակ, 11-ը (36.7%)՝ տազնապայնության միջին մակարդակ, իսկ 10-ը (33.3%)՝ տազնապայնության ցածր մակարդակ: Փորձարկվողների մեծ մասն ունի միջին ցուցանիշ, որը կարելի է բացատրել փորձով, ինչն օգնում է աշխատանքի ընթացքում իրավիճակային տազնապայնության հաղթահարմանը (տես՝ Նկար 1):

*Նկար 1. 2.7. Սպիլբերգերի և Յու.Լ. Խանինի «Տազնապայնության մակարդակի բացահայտում» մեթոդիկայի տվյալներ*



Լեմուր-Թեսիեր-Ֆիլիոնի «Հոգեբանական սթրեսի սանդղակ PSM-25» մեթոդիկայի արդյունքների վերլուծության համաձայն՝ կարող ենք ենթադրել, որ ուսուցիչների կեսից ավելին սթրեսի բարձր մակարդակ ունեն: Հետազոտության արդյունքները փաստում են, որ 14 ուսուցիչ (46%) ունի սթրեսի բարձր մակարդակ, 8 ուսուցիչ (27%)՝ միջին, 8-ը (27%)՝ ցածր: Պարզվում է, որ բարձր և միջին մակարդակները միասին գերակշռող են և կազմում են 73%՝ արձանագրելով սթրեսի ցայտուն բարձր մակարդակ (տես՝ Նկար 2):

*Նկար 2. Լեմուր-Թեսիեր-Ֆիլիոնի «Հոգեբանական սթրեսի սանդղակ PSM-25» տվյալները*



Այսպիսով եզրակացնում ենք, որ ուսուցիչների սթրեսի նման ցուցանիշները կարելի է բացատրել այն փաստով, որ նրանց մասնագիտական գործունեությունը կապված է բարձր հուզական, սոցիալական սթրեսի, ինչպես նաև մերօրյա արտակարգ իրավիճակներով պայմանավորված՝ տեղեկատվական և կրթական առցանց հարթակների կիրառման ծանրաբեռնվածության հետ:

Լարվածության այս պայմանները խոչընդոտներ են ստեղծում ուսուցչի մասնագիտական գործունեության համար, ազդում ֆիզիկական և մտավոր առողջության և, առհասարակ, սթրեսային դիմադրողականության վրա՝ հանգեցնելով մասնագիտական այրման: Բացի այդ, սթրեսային պայմանները զգալիորեն նվազեցնում են աշխատանքի արդյունավետությունն ու որակը: Հանրակրթական դպրոցների ուսուցիչները մեծ պատասխանատվություն են կրում ոչ միայն սովորողների արդյունավետ և բարձրորակ կրթության, այլև նրանց կյանքի և առողջության համար:

### Գրականություն

1. **Борисова М.В. (2005)** Диагностика и профилактика эмоционального выгорания. Учебно-методическое пособие. Ярославль: Изд-во ЯГПУ. – 43 с.
2. **Ильин Е.П. (2011)** Психология креативности, творчества, одаренности. СПб.: Питер.
3. **Макарова Г.А. (2003)** Синдром «эмоционального выгорания». – Психотерапия, - № 11.
4. **Маслач К. (2001)** Практикум по социальной психологии. – СПб.: Питер, 528 с.
5. **Мищенко А.И. (1994)** Введение в педагогическую профессию. – Новосит. 178 с.
6. **Практикум по психологии состояний:** Учебное пособие /Под ред. проф. О.А. Прохорова. – СПб.: Речь, 2004. С. 121-122.
7. **Практическая психодиагностика.** Методики и тесты [Цифровой ресурс]. Учебное пособие /под. ред. Д.Я. Райгородского. – Самара, 2001. С. 161-169.
8. **Burish M. (1989)** Burnout-Syndrome-Theorie der innern Erschopfung. Berlin.
9. **Perlman B., Hartman E.A. (1982)** Burnout: Summary and Future and Research //Human relations. V.35 (4).
10. **Воинкова Н.А.** Профессиональная деформация как актуальная проблема деятельности сотрудников исправительных учреждений. /<https://elar.urfu.ru/bitstream/10995/3990/3/pv-27-03.pdf> (09.10.2022)
11. **Հոգեբանական սթրեսի սանդղակ PSM-25:** Լեւոն-Թեւիեր-Ֆիլիոնի /[http://психологическая-лаборатория.рф/downloads.php?cat\\_id=5&download\\_id=14](http://психологическая-лаборатория.рф/downloads.php?cat_id=5&download_id=14) (01.10.2022)

### Психологические факторы эмоциональное выгорания педагога в профессиональной деятельности

**Арамян Л.Р.<sup>1</sup>, Макичян С.А.<sup>2</sup>, Абгарян А.К.<sup>3</sup>**

(АГПУ имени Х. Абовяна, Кафедра психологии развития и образования, к.пс.н., доцент<sup>1,2</sup>, Кафедра прикладной психологии, к.пс.н.<sup>3</sup>, Ереван, Армения)

[aramyanlida23@aspu.am](mailto:aramyanlida23@aspu.am), [makichyansona23@aspu.am](mailto:makichyansona23@aspu.am), [abgaryanarmen23@aspu.am](mailto:abgaryanarmen23@aspu.am)

**Аннотация.** В условиях современного трансформирующего общества уровень психологической напряженности из-за воздействия стрессовых факторов высок. В результате регистрируется психическое и эмоциональное напряжение человека. Безмерное потребление собственных ресурсов имеет свои последствия, что часто приводит к эмоциональному сгоранию. Последнее отражается как на профессиональной, так и на личной сфере, нарушая жизненно важные установки и ценности. Проблема более актуальна для учителей и сферы образования, поскольку она имеет общественно-образовательное значение. В рамках нашей статьи цель исследований и экспериментальных задач была направлена на выявление психологических факторов синдрома эмоционального выгорания учителей в образовательных учреждениях. Исследование проводилось в 3 этапа в двух школах г.Абовяна - № 5 и 7. В исследовании приняли участие 30 учителей с разным профессиональным стажем работы. Анализ

результатов исследований позволяет сделать выводы о том, что профессиональная деятельность учителя связана с высоким эмоциональным, социальным стрессом, что вызывает высокий уровень личностной и ситуативной тревоги, трудности общения, нарушая эффективность образовательного процесса.

**Ключевые слова:** педагогическая деятельность, личностная и ситуативная тревожность, эмоциональное выгорание.

### **Psychological factors of emotional burnout of the teacher in professional activity**

**Aramyan L.R.<sup>1</sup>, Makichyan S.A.<sup>2</sup>, Abgaryan A.K.<sup>3</sup>**

(ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Developmental and Pedagogical Psychology, PhD in Psychology, Associate Professor<sup>1,2</sup>, Chair of Applied Psychology, PhD in Psychology, Associate Professor<sup>3</sup>, Yerevan, Armenia)  
aramyanlida23@aspu.am, makichyansona23@aspu.am, abgaryanarmen23@aspu.am

**Abstract:** In the context of a modern transforming society, the level of psychological tension due to stress factors is high. As a result, mental and emotional tension is recorded. The immense consumption of own resources has its consequences, which often leads to emotional combustion. The latter is reflected in both professional and personal sphere, violating vital attitudes and values. The problem is more relevant for teachers and education, since it has a socio-educational value. In the framework of our article, the purpose of research and experimental tasks was aimed at identifying psychological factors of the syndrome of emotional burnout of teachers in educational institutions. The study was conducted in 3 stages in two schools of Abovyan - No. 5 and 7. 30 teachers with various professional work experience took part in the in the research. The analysis of the results of research allows us to conclude that the teacher's professional activity is associated with high emotional, social stress, which causes a high level of personal and situational anxiety, difficulties in communication, disrupting the effectiveness of the educational process.

**Keywords:** pedagogical activity, personal and situational anxiety, emotional burnout.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 25.10.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

**ՀՈՒՋԱԿԱՆ ԱՅՐՄԱՆ ԵՎ ԱՇԽԱՏԱՆՔԱՅԻՆ ՄՈՏԻՎԱՑԻԱՅԻ ՓՈԽՀԱՐԱԲԵՐՈՒԹՅԱՆ  
ԴՐՄԵՎՈՐՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ  
ՄԱՍՆԱԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐՈՒՄ**

**Առաքելյան Ա.Դ.<sup>1</sup>, Հարությունյան Լ.Հ.<sup>2</sup>**

(Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Կիրառական հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ., դոցենտ<sup>1</sup>, մագիստրոս<sup>2</sup>,  
Երևան, Հայաստան)

araqelyananna23@aspu.am, harutyunyanlilit6@aspu.am

**Ամփոփագիր.** Հոդվածում ներկայացվում են հուզական այրման բաղադրամասերի և աշխատանքային մոտիվացիայի միջև փոխհարաբերության առանձնահատկությունների բացահայտման նպատակով կազմակերպված փորձարարական հետազոտության արդյունքները:

Հետազոտությանը մասնակցել են 60 մասնագետներ՝ 20 հոգեբաններ, 20 սոցիալական աշխատողներ, 20 մանկավարժներ:

Հետազոտության արդյունքների վերլուծությունից պարզ է դարձել, որ աշխատանքային բավարարվածության դրսևորումները պայմանավորվում են նաև իրենից անբավարարվածության, վանդակում փակվածության, հուզական հյուծվածության, հուզական մեկուսացվածության, դեպերսոնալիզացիայի և մասնագիտական պարտականությունների ռեդուկցիայի արտահայտվածության ցուցանիշներով, իսկ ներքին և արտաքին դրական մոտիվացիաների բարձր մակարդակի դեպքում անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիայի դրսևորումները թույլ են:

Հետազոտության արդյունքները կարող են կիրառվել հոգեբանների, սոցիալական աշխատողների, մանկավարժների և սոցիալական ոլորտի այլ մասնագետների վերապատրաստման, հուզական այրման կանխարգելման, աշխատանքային մոտիվացիայի բարձրացման աշխատանքներում:

**Հիմնաբառեր.** հուզական այրում, աշխատանքային մոտիվացիա, աշխատանքից բավարարվածություն, մոտիվացիոն համալիրի օպտիմալություն, հուզական հյուծվածություն, հուզական մեկուսացվածություն, աշխատանքային պարտականությունների ռեդուկցիա, դեպերսոնալիզացիա, անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիա:

Սոցիալական մասնագիտությունների դերը շատ է կարևորվում ողջ աշխարհում: Այդպիսի մասնագիտությունների շարքին են դասվում հոգեբանությունը, սոցիալական աշխատանքը, մանկավարժությունը և այլն: Սոցիալական աշխատողները և հոգեբանները հիմնականում գործ են ունենում խոցելի խմբերի սոցիալ-հոգեբանական աջակցության հարցերի ու խնդիրների հետ, իսկ մանկավարժների աշխատանքը կապված է սերնդի կրթության և դաստիարակության պատասխանատու գործունեության հետ: Այս մասնագետների գործունեությունը պահանջում է մասնագիտական պատրաստվածության և պատասխանատվության բարձր մակարդակ: Աշխատանքի բնույթով պայմանավորված՝ այս մասնագետների մոտ առկա է աշխատանքային մոտիվացիայի և աշխատունակության անկման, հուզական այրման նախատրամադրվածություն, ինչն էլ բավականին արդիական խնդիր է:

Հուզական այրման և աշխատանքային մոտիվացիայի հետ կապված տեսական և փորձարարական տարբեր հետազոտություններ կան, որոնք ուղղված են հիմնականում բժիշկների, մանկավարժների և այլ մասնագետների մոտ վերոնշյալ հարցերի ուսումնասիրմանը:

«Այրման» համախտանիշի վերաբերյալ ռուսական հոգեբանության մեջ առաջին հիշատակումը հանդիպում է Բ.Գ. Անանևի աշխատություններում, ով օգտագործեց «հուզական այրում» հասկացությունը՝ որպես միջանձնային հարաբերությունների հետ կապված բացասական երևույթ, որն առաջանում է «մարդ-մարդ» տիպի մասնագիտությունների մարդկանց մոտ [2]:

Կ. Մասլաչի և Ս. Ջեքսոնի «այրման» համախտանիշի եռագործոն մոդելի շրջանակներում «այրում»-ը հասկացվում է որպես հուզական հյուծվածության (հուզական տոնուսի նվազում, անտարբերություն, ուժեղ հույզեր զգալու անկարողություն, ուրիշների նկատմամբ հետաքրքրության և դրական հույզերի կորուստ), դեպերսոնալիզացիայի (հուզական մեկուսացվածություն, մասնագիտական պարտականությունների ձևական կատարում, նեգատիվիզմ և գործընկերների ու այցելուների նկատմամբ ցինիկ վերաբերմունք) և անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիայի համախտանիշ (սեփական անձի, կոմպետենտության, մասնագիտական զարգացման հնարավորությունների բացասական գնահատում, մասնագիտական մոտիվացիայի նվազում, մասնագիտության մեջ ներգրավվածությունը սահմանափակելու միտումներ) [7]:

Վ.Վ. Բոյկոն առանձնացնում է հուզական այրման երեք հիմնական փուլ, որոնք համապատասխանում են սթրեսի փուլերին: Դրանիցից յուրաքանչյուրում առանձնացվում են ենթափուլեր, որոնցից մի քանիսին անդրադառնանք ստորև՝

1. Իրենից անբավարարվածություն՝ դրսևորվում է ինքն իրենից, ընտրած մասնագիտությունից, զբաղեցրած պաշտոնից դժգոհության զգացումով. զարգանում է, երբ անհնար է կառուցողականորեն կարգավորել իրավիճակը:

2. «Վանդակում փակվածություն»՝ դրսևորվում է հուսահատության զգացումով, սուր զգացվում է, երբ հոգետրավմատիկ հանգամանքները շատ ճնշող են և անհնար է դրանք չեզոքացնել: Մա ինտելեկտուալ-հուզական ծանրաբեռնվածության վիճակ է, փակուղի:

3. Մասնագիտական պարտականությունների կրճատում՝ նկատվում են հուզական ծախս պահանջող պարտականությունները թեթևացնելու կամ նվազեցնելու փորձեր:

4. Հուզական մեկուսացվածություն՝ անձը գրեթե ամբողջությամբ բացառում է հույզերն իր մասնագիտական գործունեության ոլորտից: Գրեթե ոչինչ նրան չի հուզում, հուզական արձագանք չի առաջացնում ոչ դրական, ոչ բացասական իրավիճակներում:

5. Անձնային մեկուսացվածություն կամ դեպերսոնալիզացիա՝ տեղի է ունենում անձի՝ մասնագիտական գործունեության սուբյեկտների նկատմամբ հետաքրքրության ամբողջական կամ մասնակի կորուստ [1]:

Աշխատանքային մոտիվացիան Գ. Ջայցիի բնորոշմամբ, անձի, կոլեկտիվների, խմբերի ակտիվ գործունեության մղումն է՝ պայմանավորված որոշակի պահանջումներ բավարարելու ձգտմամբ [6]: Վ.Վ. Տրավինի բնորոշմամբ ևս աշխատանքային մոտիվացիան իրենից ներկայացնում է աշխատողի՝ աշխատանքային գործունեության միջոցով սեփական պահանջումները բավարարելու, որոշակի օգուտներ ստանալու ձգտում [5]:

Ռումինացի սոցիոլոգ Կ. Ջամֆիրն առանձնացրել է մոտիվացիայի երեք հիմնական տեսակներ՝ ներքին, արտաքին դրական և արտաքին բացասական, որոնցից մեկի գերակայությունն անձի մոտ, այս կամ այն կերպ կարող է անդրադառնալ աշխատանքի արդյունավետության և նրա հոգեվիճակի վրա [4]: Նա աշխատանքային մոտիվացիայի կառուցվածքում առանձնացնում է երեք բաղադրիչ.

1. Ներքին մոտիվացիա, որն առաջանում է հենց մարդու պահանջմունքներից և անմիջականորեն կապված է աշխատանքի գործընթացի և արդյունքի հետ, որի հիման վրա նա հաճույքով է աշխատում, առանց ցանկացած արտաքին ճնշման:

2. Արտաքին դրական մոտիվացիան ներառում է մոտիվներ, որոնք միայն անուղղակիորեն են կապված աշխատանքի գործընթացի և արդյունքի հետ (նյութական խրախուսումներ, աշխատանքում առաջխաղացում, գործընկերների և կոլեկտիվի հավանություն, հեղինակություն, այսինքն՝ այն խթանները, հանուն որոնց անձը անհրաժեշտ է համարում ջանք գործադրել):

3. Արտաքին բացասական մոտիվացիան ներառում է նաև մոտիվներ, որոնք անմիջականորեն կապված չեն աշխատանքային գործունեության ընթացքի և արդյունքի հետ, բայց ունեն խուսափելու բացասական հուզական ենթատեքստ՝ պատիժ, քննադատություն, դատապարտում, տուգանք և այլն [4, էջ 39]:

Ե.Յու. Սեմենյուկն ուսումնասիրել է միջնակարգ հատուկ դպրոցի ուսուցիչների անձի մոտիվացիոն համալիրի և հուզական այրման փոխադարձ կապը և բացահայտել, որ առկա են բացասական կապեր ներքին մոտիվացիայի և հուզական հյուծվածության, դեպերսոնալիզացիայի միջև: Նրա հետազոտության արդյունքներից պարզ է դարձել, որ որքան բարձր են արտաքին դրական և բացասական մոտիվացիաները, այնքան մեծ է անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիայի մակարդակը, իսկ ներքին մոտիվացիայի բարձր մակարդակի դեպքում վերջինս ցածր է արտահայտված [3]:

Սոցիալական մասնագիտություններում հուզական այրման բաղադրամասերի և աշխատանքային մոտիվացիայի փոխհարաբերության առանձնահատկությունների բացահայտման նպատակով մեր կողմից կազմակերպվել է փորձարարական հետազոտություն: Հետազոտության հիմքում ընկած է եղել այն ընդհանուր վարկածը, որ սոցիալական մասնագիտություններում հուզական այրման բաղադրիչների և աշխատանքային մոտիվացիայի փոխհարաբերության դրսևորման առանձնահատկություններ կան, իսկ որպես ենթավարկածներ.

1. դեպերսոնալիզացիայի, վանդակում փակվածության և հուզական այրման դրսևորման առանձնահատկություններով է նաև պայմանավորված անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիան,

2. հուզական հյուծվածության և դեպերսոնալիզացիայի դրսևորման առանձնահատկություններով է նաև պայմանավորված մասնագիտական պարտականությունների ռեդուկցիան,

3. աշխատանքային բավարարվածությունը պայմանավորվում է նաև իրենից անբավարարվածության, վանդակում փակվածության, հուզական հյուծվածության, դեպերսոնալիզացիայի և մասնագիտական պարտականությունների ռեդուկցիայի արտահայտվածության ցուցանիշներով:

Փորձարարական հետազոտությունը կազմակերպվել է 2022 թվականի փետրվար-ապրիլ ամիսներին: Հետազոտությանը մասնակցել են 60 մասնագետներ՝ Երևանի «Երեխայի և ընտանիքի աջակցման կենտրոն» ՊՈԱԿ-ի, Երևանի Աջափնյակ վարչական շրջանի երեխաների սոցիալական հոգածության կենտրոն» ՊՈԱԿ-ի, Էրեբունու և Նուբարաշենի միասնական սոցիալական ծառայության տարածքային կենտրոնի 20 հոգեբաններ և 20 սոցիալական աշխատողներ, ինչպես նաև Երևանի Ա. Հովհաննիսյանի անվան 194 հիմնական դպրոցի 20 մանկավարժներ:

Հետազոտության նպատակին և առարկային համապատասխան, կիրառվել են հոգեբանական գիտության տեսության և պրակտիկայում ընդունված հուզական այրման և աշխատանքային մոտիվացիայի ուսումնասիրման Կ. Մալաչի և Ս. Ջեկսոնի «հուզական այրման» MBI հարցարանը

(ադապտացիան՝ Ն.Ե. Վոդոպյանովայի), Վ.Վ. Բոյկոյի «Հուզական այրման մակարդակի ախտորոշման», Կ. Ջամֆիրի «Մասնագիտական գործունեության մոտիվացիայի ուսումնասիրության» (ձևափոխությունը՝ Ա. Ռեանի), Տ.Լ. Բադոնի «Աշխատանքային գործունեության մոտիվների կառուցվածքի ախտորոշման» մեթոդիկաները:

Հուզական այրման և աշխատանքային մոտիվացիայի միջև փոխհարաբերության առանձնահատկությունների բացահայտման նպատակով կիրառվել է Սպիրմենի կարգային համահարաբերակցության մեթոդը: Համահարաբերակցային ցուցանիշներից առանձնացվել և վերլուծվել են նշանակալի կապերը՝ հաշվի առնելով թույլատրելի սխալների տարբեր հավանականությունների համար հարաբերակցության գործակիցների ծայրագույն նշանակությունները: Համահարաբերակցական կապերի հաշվարկը կատարվել է SPSS ծրագրի միջոցով:

Վ.Վ. Բոյկոյի «Հուզական այրման մակարդակի ախտորոշման» մեթոդիկայի և Կ. Մասլաչի և Ս. Ջեկսոնի «հուզական այրման» MBI հարցարանի սանդղակների ցուցանիշների համահարաբերակցական վերլուծության արդյունքում հավաստի դրական կապ է բացահայտվել «վանդակում փակվածություն» և «հուզական հյուծվածություն» սանդղակների ցուցանիշների միջև ( $r=0.342$ ,  $P\leq 0.01$ ), ինչը նշանակում է, որ վանդակում փակվածության բարձր արտահայտվածությամբ է նաև պայմանավորվում հուզական հյուծվածության արտահայտվածության բարձր մակարդակը, և հակառակը:

Բացասական համահարաբերակցային կապ է արձանագրվել վանդակում փակվածության և անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիայի ցուցանիշների միջև ( $r=-0.313$ ,  $P\leq 0.05$ ): «Անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիա» սանդղակի ցուցանիշների հետ բացահայտված կապերը մեկնաբանելիս հարկավոր է հաշվի առնել, որ որքան բարձր են տվյալ սանդղակի ցուցանիշները, այնքան այն թույլ է արտահայտված: Ուստի, համահարաբերակցային այս կապը պետք է բացատրել հետևյալ կերպ. որքան անձն իրեն սահմանափակված և վանդակում փակված է զգում, այնքան նրա անձնական ձեռքբերումները թուլանում են, և հակառակը՝ որքան անձն իրեն ազատ, ոչ սահմանափակված է զգում, այնքան ինքնադրսևորման, անձնական ձեռքբերումների բարձրացման հնարավորությունները մեծանում են:

Համահարաբերակցական վերլուծությունից պարզ դարձավ, որ առկա են դրական հավաստի կապեր «մասնագիտական պարտականությունների ռեդուկցիա» և «հուզական հյուծվածություն» ( $r=0.513$ ,  $P\leq 0.01$ ), «դեպրեսոնալիզացիա» ( $r=0.479$ ,  $P\leq 0.01$ ) սանդղակների ցուցանիշների միջև: Մա նշանակում է, որ երբ բարձր են անձի հուզական հյուծվածության և դեպրեսոնալիզացիայի մակարդակները, թուլանում են նաև մասնագիտական պարտականությունները: Հուզական հյուծվածությունն արտահայտվում է հոգնածության, հուզական դատարկության զգացումների տեսքով, անձն առավել անտարբեր է դառնում իր և այլ մարդկանց հույզերի նկատմամբ, իջնում է նրա ապրումակցման մակարդակը: Այս ամենը բացասաբար է անդրադառնում անձի աշխատանքի արդյունավետության վրա, արժեզրկվում է նաև աշխատանքի կարևորությունը, անձը թերանում է իր պարտականությունները կատարելիս:

Դրական համահարաբերակցական կապեր են արձանագրվել «հուզական մեկուսացվածության» և «հուզական հյուծվածության» ( $r=0.345$ ,  $P\leq 0.05$ ), ինչպես նաև վերջինիս և «դեպրեսոնալիզացիա» սանդղակի ցուցանիշների ( $r=0.392$ ,  $P\leq 0.05$ ) միջև: Այս կապերը կարելի է բացատրել նրանով, որ երբ գործընկերների հետ հարաբերություններում անձը հույզեր չի դրսևորում, չի ցանկանում

հաղորդակցվել նրանց հետ և ավելի մեծացնում է աշխատանքային ծանրաբեռնվածությունը, ապա դա հանգեցնում է լարվածության, ագրեսիվ դրսևորումների և հուզական ռեսուրսների նվազման, իսկ երբ անձի շփումները սահմանափակվում են, արդյունքում դրսևորվում է հուզական աղքատություն, ինչն էլ հանգեցնում է հուզական դատարկության զգացողության:

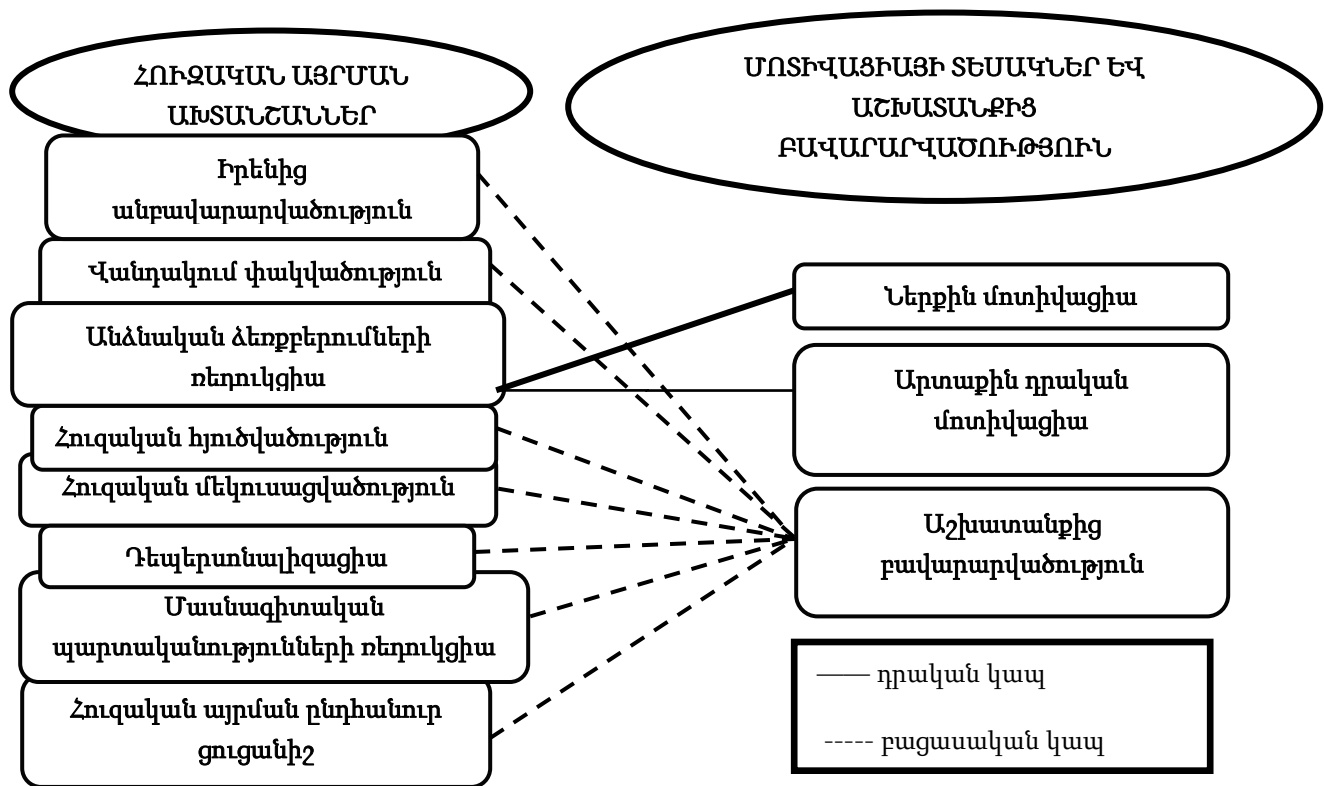
«Դեպերսոնալիզացիա» և «անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիա» սանդղակների ցուցանիշների միջև բացահայտվել է բացասական համահարաբերակցային կապ ( $r=-0.311$ ,  $P\leq 0.05$ ), ինչը նշանակում է, որ երբ մարդը հեռանում է իր մասնագիտական դերից, անձնական ձեռքբերումները և դրանց նշանակությունն անձի համար թուլանում են, նա արժեզրկում և անտեսում է միջանձնային հարաբերությունները և ուրիշների հույզերը:

Հետազոտության արդյունքում ստացված տվյալներից նշանակալի դրական համահարաբերակցական կապեր են բացահայտվել հուզական այրման ընդհանուր ցուցանիշի և «հուզական հյուծվածություն» ( $r=0.611$ ,  $P\leq 0.01$ ), «դեպերսոնալիզացիա» ( $r=0.574$ ,  $P\leq 0.01$ ), ինչպես նաև «մասնագիտական պարտականությունների ռեդուկցիա» ( $r=0.720$ ,  $P\leq 0.01$ ) սանդղակների ցուցանիշների միջև: Նման կապերը ցույց են տալիս, որ հուզական այրման ընդհանուր ցուցանիշի վրա առավելապես ազդեցություն են ունենում նշված ախտանշանների արտահայտվածության մակարդակները, ընդ որում, ինչպես երևում է ցուցանիշներից, մասնագիտական պարտականությունների ռեդուկցիան ամենաուժեղ կապով է հարաբերվել ընդհանուր ցուցանիշի հետ: Այս հանգամանքը բացատրվում է հետևյալ կերպ, երբ անձը բավարարված չէ աշխատանքից, առավել հավանական է, որ նրա մոտ կդրսևորվեն սեփական պարտականությունների արժեզրկման կամ անտեսման միտումները, մյուս կողմից՝ իր մասնագիտական գործունեության ընթացքում պարտականությունների նկատմամբ բացասական վերաբերմունքն ու դիրքորոշումները կհանգեցնեն աշխատանքից անբավարարվածության:

Հետազոտության արդյունքներից պարզ է դառնում, որ հուզական այրման ընդհանուր ցուցանիշի և «անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիա» սանդղակի ցուցանիշների միջև արձանագրված բացասական կապը ( $r=-0.296$ ,  $P\leq 0.05$ ) ենթադրում է, որ սեփական անձի, մասնագիտական որակների, կարողությունների բացասական գնահատումը ևս կարող է հանգեցնել աշխատանքից անբավարարվածության, և հակառակը: Դրական կապ է բացահայտվել «իրենից անբավարարվածության» և «հուզական հյուծվածության» սանդղակների ցուցանիշների միջև ( $r=0.315$ ,  $P\leq 0.05$ ), ինչը բացատրվում է նրանով, որ որքան անձը անբավարարված է իրենից, այնքան շատ է նրա մոտ դրսևորվում հուզական անտարբերություն, հուզական էներգիայի պակաս, միևնույն ժամանակ, որքան անձն իրեն ծանրաբեռնում է աշխատանքով, տարվում է աշխատանքային գործունեությամբ, այնքան մեծ է իրենից անբավարարված լինելու հավանականությունը: Համահարաբերակցական վերլուծության արդյունքում նշանակալի դրական կապ է արձանագրվել Վ.Վ. Բոյկոյի «Հուզական այրման մակարդակի ախտորոշման» մեթոդիկայի «դեպերսոնալիզացիա» սանդղակի և Կ. Մասլաչի և Ս. Ջեկսոնի MBI հարցարանի «դեպերսոնալիզացիա» սանդղակի ցուցանիշների միջև, ինչը արդյունքների անկեղծության և ճշգրտության ցուցիչ է:

Համահարաբերակցական վերլուծություն է կատարվել նաև մոտիվացիայի տեսակների, աշխատանքից բավարարվածության և հուզական այրման ախտանշանների ցուցանիշների միջև (տես՝ զծապատկեր 1):

Գծապատկեր 1. Մոտիվացիայի տեսակների, աշխատանքից բավարարվածության և հուզական այրման սանդղակների միջև բացահայտված համահարաբերակցական կապեր



Ինչպես երևում է գծապատկերից, համահարաբերակցական վերլուծության արդյունքում բացահայտվել է, որ «իրենից անբավարարվածություն» սանդղակի և աշխատանքից բավարարվածության միջև առկա է բացասական պայմանավորվածություն ( $r=-0.293$ ,  $P\leq 0,05$ ), ինչը մեկնաբանվում է հետևյալ կերպ. անձի՝ իրենից անբավարարվածության ցածր ցուցանիշները հարաբերակցվում են աշխատանքից բավարարվածության բարձր ցուցանիշների հետ, և հակառակը՝ երբ մարդը բավարարված չէ իր աշխատանքով, իրենից անբավարարվածության ցուցանիշները ևս բարձր մակարդակում են:

Նշանակալի բացասական կապ է բացահայտվել «վանդակում փակվածության» և աշխատանքից բավարարվածության ցուցանիշների միջև ( $r=-0.355$ ,  $P\leq 0,01$ ), ինչը վկայում է այն մասին, որ որքան անձն իրեն սահմանափակված, վանդակում փակված է զգում աշխատանքային գործունեության ընթացքում, այնքան ցածր է լինում նաև աշխատանքից բավարարվածության և գոհունակության մակարդակը, միևնույն ժամանակ, իրեն ազատ, անկաշկանդ զգացող մարդը աշխատանքից գոհ լինելու ավելի լայն հնարավորություններ ունի:

Համահարաբերակցական կապերի ուսումնասիրությունից պարզ է դառնում, որ առկա են բացասական կապեր աշխատանքից բավարարվածության և «մասնագիտական պարտականությունների ռեդուկցիա» ( $r=-0.337$ ,  $P\leq 0,01$ ), «ղեկավարանալիզացիա» ( $r=-0.339$ ,  $P\leq 0,01$ ), «հուզական մեկուսացվածություն» ( $r=-0.302$ ,  $P\leq 0,01$ ), «հուզական հյուծվածություն» ( $r=-0.629$ ,  $P\leq 0,01$ ) սանդղակների ցուցանիշների միջև: Ինչպես երևում է, ամենամեծ բացասական կապն արձանագրվել է «հուզական հյուծվածություն» սանդղակի և աշխատանքից բավարարվածության ցուցանիշների միջև,

ինչը հնարավորություն է տալիս արձանագրել, որ հուզական հյուծվածությունն աշխատանքային անբավարարվածության ձևավորման մեջ առանցքային գործոն է:

Ինչպես և ակնկալվում էր, բացասական համահարաբերակցային կապ է արձանագրվել նաև հուզական այրման ընդհանուր ցուցանիշի և աշխատանքից բավարարվածության ցուցանիշի միջև ( $r=-0.494$ ,  $P\leq 0,01$ ), այսինքն՝ եթե առկա է աշխատանքից բավարարվածության ցածր մակարդակ, ապա առավել նպատավոր պայմաններ են ստեղծվում հուզական այրման դրսևորման համար, ինչպես նաև, եթե անձի մոտ առկա է հուզական այրում, ապա անձն աշխատանքից ավելի անբավարարված կլինի:

Համահարաբերակցական վերլուծություն է իրականացվել նաև հուզական այրման ախտանշանների և աշխատանքային մոտիվացիայի տեսակների միջև, ինչի արդյունքում դրական կապ է բացահայտվել «անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիա» սանդղակի ցուցանիշների և արտաքին դրական մոտիվացիայի միջև ( $r=0.310$ ,  $P\leq 0,05$ ): Այս կապը կարելի է բացատրել այն հանգամանքով, որ եթե անձի մոտ գերակայում են արտաքին մոտիվները՝ նյութական խրախուսանք, գործընկերների, ղեկավարության հավանություն և այլն, ապա դրանց առկայությունը ևս պայմանավորում է նրա արդյունավետ աշխատանքը, սեփական ձեռքբերումների, կարողությունների արժևորումը, իսկ սեփական անձի, մասնագիտական հմտությունների բացասական գնահատումը կարող են պայմանավորված լինել այն բանով, որ արտաքին խրախուսանքներն անձի համար կամ դրդապատճառային ուժ չունեն, կամ բացակայում են:

Համահարաբերակցական կապերի ուսումնասիրության արդյունքում բացահայտվեց, որ «անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիան» նշանակալի դրական փոխհարաբերության մեջ է ներքին մոտիվացիայի ցուցանիշների հետ ( $r=0.358$ ,  $P\leq 0,01$ ), ինչը վկայում է, որ որքան մարդը հաճույքով է աշխատում, արտաքին ձևերի չի ենթարկվում, այնքան ավելի շատ է արժևորում սեփական ձեռքբերումները և պարտականությունները, մինչև ժամանակ, որքան աշխատանքը, մասնագիտական կարողությունները դրական են գնահատվում անձի կողմից, այնքան արդյունավետ և սիրով է կատարում նա իր աշխատանքը:

Այսպիսով, հուզական այրման և աշխատանքային մոտիվացիայի ուսումնասիրության տվյալների համահարաբերակցական վերլուծության արդյունքները թույլ է տալիս անել հետևյալ եզրահանգումները, արձանագրել վերջիններիս փոխհարաբերության դրսևորման հետևյալ առանձնահատկությունները.

1. անձնական ձեռքբերումների ռեդուկցիան պայմանավորվում է նաև դեպերսոնալիզացիայի, վանդակում փակվածության և հուզական այրման դրսևորման առանձնահատկություններով,
2. հուզական հյուծվածության, դեպերսոնալիզացիայի և հուզական այրման դրսևորման առանձնահատկություններով է պայմանավորված մասնագիտական պարտականությունների ռեդուկցիան,
3. հուզական այրման դրսևորումների համար առանցքային գործոն է հանդիսանում մասնագիտական պարտականությունների ռեդուկցիան,
4. աշխատանքային բավարարվածությունը պայմանավորվում է նաև իրենից անբավարարվածության, վանդակում փակվածության, հուզական հյուծվածության, հուզական մեկուսացվածության, դեպերսոնալիզացիայի և մասնագիտական պարտականությունների ռեդուկցիայի արտահայտվածության ցուցանիշներով,

5. ներքին և արտաքին դրական մոտիվացիաների բարձր մակարդակի դեպքում անձնական ձեռքբերումների ռեզուլցիան թույլ է դրսևորվում, իսկ ներքին և արտաքին դրական մոտիվացիաների ցածր մակարդակի դեպքում, անձնական ձեռքբերումները թուլանում են:

### Գրականություն

1. **Водопьянова Н.Е. (2022)** Психология управления персоналом. Психическое выгорание: /Н.Е. Водопьянова, Е.С. Старченкова. 3-е изд. М.: Издательство Юрайт, – 299 с.
2. **Князев В.Н., Ремизова К.А. (2017)** Современное состояние проблемы эмоционального выгорания в психологической науке.
3. **Семенюк Е.Ю. (2014)** Взаимосвязь мотивационного комплекса и профессионального выгорания преподавателей среднего специального учебного заведения.// Приволжский научный вестник. - № 6(34). - С. 129-132.
4. **Токарева Ю.А. (2021)** Мотивация трудовой деятельности персонала: комплексный подход: монография /Ю.А. Токарева, Н.М. Глухенькая, А.Г. Токарев; Урал. федер. ун-т им. Б.Н. Ельцина, Шадр. гос. пед. ун-т. – Шадринск: ШГПУ. – 216 с.
5. **Травин В.В. (2000)** Менеджмент персонала предприятия. /В. Травин, В. Дятлов. М.: Дело. – 270 с.
6. **Хеккаузен Х. (1986)** Мотивация и деятельность. В 2-х тт. М.: - 408 с.
7. **Чердымова Е.И. (2019)** Синдром эмоционального выгорания специалиста: монография /Е.И. Чердымова, Е.Л. Чернышова, В.Я. Мачнев. – Самара: Изд-во Самарского университета. – 124 с.

### Особенности взаимосвязи эмоционального выгорания и трудовой мотивации в социальных профессиях

**Аракелян А.Д.<sup>1</sup>, Арутюнян Л.А.<sup>2</sup>**

(АГПУ им. Х. Абовяна, Кафедра прикладной психологии, к.пс.н., доцент<sup>1</sup>, магистр<sup>2</sup>, Ереван, Армения)  
araqelyananna23@aspu.am, harutyunyanlilith-6@aspu.am

**Аннотация.** В статье представлены результаты экспериментального исследования, организованного с целью выявления специфики взаимосвязи компонентов эмоционального выгорания и трудовой мотивации. В исследовании приняли участие 60 специалистов: 20 психологов, 20 социальных работников, 20 педагогов.

Из анализа результатов исследования стало ясно, что проявления удовлетворенности трудом определяются также показателями выраженности удовлетворенности собой, замкнутости, эмоциональной истощаемости, эмоциональной отстраненности, деперсонализации и редукции профессиональных обязанностей, а с высоким уровнем внутренней и внешней положительной мотивации проявления редукции личных достижений выражены слабо.

Результаты исследования могут быть использованы для профилактики эмоционального выгорания и повышения трудовой мотивации психологов и социальных работников.

**Ключевые слова:** эмоциональное выгорание, трудовая мотивация, удовлетворенность работой, оптимальность мотивационного комплекса, эмоциональное истощение, эмоциональная отстраненность, редукция профессиональных обязанностей, деперсонализация, редукция личных достижений.

### Peculiarities of the relationship of emotional burnout and work motivation in social professions

**Arakelyan A.D.<sup>1</sup>, Harutyunyan L.H.<sup>2</sup>**

(ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Applied Psychology, PhD in Psychology, Associate Professor<sup>1</sup>, Master's degree student<sup>2</sup>, Yerevan, Armenia)

araqelyananna23@aspu.am, harutyunyanlilith-6@aspu.am

**Abstract.** The article presents the results of an experimental study organized for the purpose of revealing the features of the relationship between the components of emotional burnout and work motivation. The study involved 60 specialists: 20 psychologists, 20 social workers, 20 teachers.

From the analysis of the results of the research, it became clear that the manifestations of job satisfaction are also determined by the expression indicators of self-satisfaction, cagedness, emotional exhaustion, emotional isolation, depersonalization and reduction of professional responsibilities, and with a high level of internal and external positive motivation, the manifestations of personal achievement reduction are weak.

The results of the research can be used to prevent emotional burnout and increase work motivation of psychologists, social workers and other professionals.

**Keywords:** emotional burnout, work motivation, job satisfaction, motivational complex optimality, emotional exhaustion, emotional detachment, reduction of professional obligations, depersonalization, reduction of personal achievements.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 18.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

# ՈՒՍԱՆՈՂԻ ՊՐՈԿՐԱՍՏԻՆԱՑԻԱՑԻ ԵՎ ՊԵՐՏԵԿՑԻՈՆԻԶՄԻ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ

## ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ

### Ավագիմյան Հ.Ռ.<sup>1</sup>, Արամյան Ջ.Ս.<sup>2</sup>

(Վանաձորի Հ. Թումանյանի անվան պետական համալսարան, հ.գ.թ., դոցենտ<sup>1</sup>, մագիստրոս<sup>2</sup>,

Վանաձոր, Հայաստան)

avagym@mail.ru, Juliaaramyan9@gmail.com

**Ամփոփագիր.** Հոդվածում ներկայացված է ուսանողների մոտ պրոկրաստինացիայի և պերֆեկցիոնիզմի միջև եղած կապը: Աշխատանքում մասնավորապես քննարկվում են պրոկրաստինացիայի և պերֆեկցիոնիզմի հոգեբանական առանձնահատկությունները, դրանց ազդեցությունը ուսանողների ուսումնական գործընթացի մեջ ներգրավման և դրա հետագա կազմակերպման մեջ: Մարդու վրա արտաքին աշխարհից մեծ հոգեբանական ծանրաբեռնվածության հետևանքով մեծ վտանգ կարող է ներկայացնել պրոկրաստինացիան, որի շնորհիվ մարդը կարող է հետաձգել նույնիսկ ամենակարևոր և արդիական գործերն ու խնդիրները, ինչպես նաև "հետո" որոշումներ կայացնելը: Եվ չնայած որ պրոկրաստինացիան այս կամ այն չափով բնորոշ է բոլոր տարիքներին, և մինչև որոշակի մակարդակ համարվում է նորմալ երևույթ, այն, այնուամենայնիվ, առավել տարածված է հենց ուսանողների շրջանում:

Որոշակի վտանգ է ներկայացնում նաև պերֆեկցիոնիզմը, որի դեպքում մարդն ինքն իր համար սահմանում է գործնականում անիրագործելի իդեալներ կամ անիրագործելի նպատակներ, ինչը կարող է ազդել առաջադրանքի կատարման վրա՝ սկսած դրա կատարման լիակատար մերժումից: Այսպիսով, ուսանողական տարիքը հատկապես կարևոր ժամանակաշրջան է, որտեղ մարդը բավականին կարևոր որոշումներ է կայացնում իր համար՝ սկսած իր մասնագիտական ճանապարհից, անձնական կյանքի բարելավումից, նաև մեծահասակ կյանքի պլանավորումը: Ուսումնական և մասնագիտական նվաճումները կարևոր դեր են խաղում երիտասարդների կյանքում, հենց նրանք են օգնում ամրապնդել հավատը իրենց և իրենց ունակությունների հանդեպ, օգնում հաջող ինքնադրսևորմանը ապագայում: Այնուամենայնիվ, անհատի հաջողությունը կարող է վտանգվել, երբ մարդը գիտակցաբար ձգձգում է կարևոր և հրատապ գործերի կատարումը, ինչպես նաև որոշակի պատճառներով որոշումներ կայացնելը:

**Հիմնաբառեր.** ծուլություն, անտարբերություն, կատարելության ձգտում, ակադեմիական պրոկրաստինացիա:

Ժամանակակից արագ զարգացող աշխարհի բնակչի համար ավելի ու ավելի մեծ նշանակություն են ստանում ինքնարդյունավետության և բարեկեցության հասնելու հարցերը: Այնուամենայնիվ, հաճախ, չնայած բացվող հնարավորությունների լայն շրջանակին և անձնական ազատության բարձր աստիճանին, մարդը իր հաջողության ճանապարհին կանգնած է խոչընդոտների առջև: Նման խոչընդոտներից մեկը պրոկրաստինացիան է: Պրոկրաստինացիայի ներքո մենք հասկանում ենք մարդու՝ իր կողմից սահմանված գործունեության իրականացման ժամկետների պարբերական անհամապատասխանությունը, որն ուղեկցվում է ներքին հոգեբանական անհանգստությամբ: Ամենից հաճախ պրոկրաստինացիան համեմատում են հենց ծուլության հետ, իսկ երբեմն հեղինակները նույնացնում են այդ երևույթները: Այսպես, Լ.Ի. Դեմենտին պրոկրաստինացիայի մեջ տեսնում է անձի կարգավորիչ բաղադրիչի թուլությունը, իրավիճակի կառավարման անկարողությունը: Այսպիսով,

"հանգիստ" պրոկրաստինացիան, ըստ հեղինակային դիրքորոշման, համապատասխանում է ծուլության սովորական հասկացության: Կա նաև հակառակ կարծիքը, ըստ որի պրոկրաստինացիայի երևույթը բխում է ծուլությունից, լինելով նրա մի մասը [2, էջ 121-131]: Այսպիսով, հետաձգման տարբերակիչ հատկանիշներն են.

1. Գործընթացի իրազեկում. մարդը հետաձգում է՝ գիտակցելով ռիսկերն ու բացասական հետևանքները, մինչդեռ ծուլության հակված մարդը գործնականում չի մտածում դրանց մասին:

2. Գործընթացի գործունեություն. ծուլությունը ենթադրում է ապատիա, ստիպում է մարդուն ամբողջովին հրաժարվել զբաղմունքից կամ գնալ զվարճությունների աշխարհ:

3. Մտահոգություն սեփական ես-ի մասին: Պրոկրաստինատորի ցանկությունը անորոշ ժամանակով հետաձգել կարևոր գործի կատարումը, հաճախ կապված է ձախողման վախի հետ, բայց կարող է նաև որոշվել ծայրահեղ պայմաններում անձի փորձի ձգտումով:

4. Անհանգստության և լարվածության առկայություն, որոնք առաջանում են հետաձգվող գործի կարևորության գիտակցումից: Ծուլությունն այստեղ անհանգստություն չի առաջացնում:

5. Արդյունքի վրա կենտրոնացում: Մինչ ծուլությունը ցույց է տալիս աշխատասիրության պակասը և ակտիվության մոտիվացիայի բացակայությունը, պրոկրաստինատորի համար գործունեության արդյունքը կարևոր է, սակայն հարկ է նշել, որ երկար ձգձգումը կարող է հանգեցնել մոտիվացիայի մակարդակի նվազման և հանգեցնել նախկին կարևոր նպատակներից հրաժարվելու:

6. Ուրզենտ կամ շտապ կախվածություն: Պրոկրաստինատորը մշտապես զգում է շտապողականության զգացում, վերջնաժամկետ (և կարող է հաճույք ստանալ նման սթրեսից), մինչդեռ ծուլության հակված մարդն ապրում է բավականին հանգիստ:

7. Անկախություն պլանավորման գործընթացից: Եթե ծուլությունն առաջանում է գործողությունների ծրագրի բացակայության դեպքում, ապա պրոկրաստինացիան հնարավորություն է գտնում դրսևորվել առաջադրանքների մանրամասն ցանկի առկայության դեպքում:

8. Հատուկ ուշադրություն: Ծուլությունը ամբողջական է, պրոկրաստինացիան՝ նեղ, այն կարող է ազդել միայն որոշակի տեսակի գործունեության վրա [6, էջ 159-166.]:

Կան պրոկրաստինատորների 2 տեսակ.

1. Ակտիվ պրոկրաստինատորներ - մարդիկ ձգտում են բարձրացնել լարումը: Աշխատանքի ավարտի ժամկետի մոտալուտ լինելու պատճառով "մինչև վերջ"-ի հետաձգման գործընթացը լարվածություն, պահի սրություն է ստեղծում:

2. Պասիվ հետաձգողներ. ամերիկացի գիտնական Սթիվն իր աշխատություններում առանձնացրել է երեք հիմնական չափորոշիչ, որոնք հիմք են հանդիսանում մարդու վարքագիծը որպես հետաձգում սահմանելու համար՝ ուշացում, անօտակարություն և հակաարդյունավետություն [1, էջ 130-140]:

Այսպիսով, պրոկրաստինացիան "հետո"-ի, հետաձգման ֆենոմենն է, որի դեպքում սուբյեկտը հետաձգում է պլանավորված գործողությունների կատարումը, սակայն նաև սպասում է բացասական հետևանքների: Պրոկրաստինատորը հասկանալով, որ հնարավոր է չհասցնի կատարել գործողությունը, այնուամենայնիվ հետաձգում է այն:

Վերջին տասնամյակների ընթացքում մեծացել է հետաքրքրությունը նաև պերֆեկցիոնիզմի ֆենոմենի ուսումնասիրության նկատմամբ: Դա պայմանավորված է ժամանակակից մարդու՝ ավելի հաջողակ դառնալու, ամեն ինչում ավելի լավ արդյունքների հասնելու, անհատականության ուժեղ գծեր զարգացնելու ցանկությամբ: «Պերֆեկցիոնիզմ» հասկացությունը լատիներեն «perfectio»՝

կատարելություն, լայն իմաստով վերաբերում է անհատի ցանկությանը՝ իր գործունեության արդյունքները հասցնել ամենաբարձր չափանիշներին, ինչպես նաև միշտ անթերի լինել ամեն ինչում:

Ամերիկացի հոգեբան Մ. Հոլենդերը պերֆեկցիոնիզմը սահմանում է որպես «իր վրա ավելի բարձր որակի կատարողական պահանջներ ներկայացնելու ամենօրյա պրակտիկա, քան պահանջում են հանգամանքները»: Նա կարծում էր, որ պերֆեկցիոնիզմը առաջատար դեր է խաղում դեպրեսիայի առաջացման մեջ [4, էջ 5-6]:

Ա. Ադլերը ներկայացնում էր անձնական իշխանության ձգտումը որպես կատարելության ձգտման կոնկրետացման ձև: Ըստ նրա, դա պաթոլոգիական պերֆեկցիոնիստի մոտ արժեքային-իմաստաբանական ոլորտի խախտում է և մարդկային անհատի համար սոցիալական միջավայրի հիմնական զգացողության փոխարինում անձնական անհատականությամբ: Նա պարզաբանում է նման փոխարինման ողջ մոլորությունը՝ անվերահսկելի բնության իմիտացիա, երբ մեկի կատարելությունը ձեռք է բերվում ավելի թույլի նկատմամբ դաժան հաղթանակով: Արդյունքը բոլոր սոցիալական հարաբերությունների քայքայման և ստեղծագործական արժեքային ուժերի կաթվածահարության մոայլ պատկերն է [7, էջ 92-98]:

Օ. Քերնբերգը ցույց տվեց, որ մարդու ես-ը բաղկացած է իր և իր առարկաների և դրանք կապող աֆեկտիվ վիճակների տարբեր պատկերներից: Պերֆեկցիոնիստն իր «արտաքին վիթխարի Ես»-ը ներկայացնում է ուրիշներին: Բայց այս պատկերի բնութագրիչի և դրա էության միջև անդունդը հսկայական է: Ըստ Օ. Քերնբերգի, «չարորակ նարցիսիզմով» անհատների մոտ, երբ վտանգ է սպառնում նրանց մեծամտությանը, որը հանգեցնում է նվաստացման և պարտության տրավմատիկ զգացողության, կարող է առաջանալ ինքնակործանարար վարքագիծ, այդ թվում նաև պաթոլոգիական կատարելության միտումները:

Պերֆեկցիոնիզմի երևույթը ուսումնասիրվել է նաև Յունգյան անալիտիկ դպրոցում արխետիպային պատկերների համատեքստում: Մարիոն Վուդմանը իր «Գերազանցության կիրք», «Կախվածության Յունգյան ըմբռնումը» գրքում պերֆեկցիոնիզմը համարում է «կաշուն մոլուցք», որը նեղացնում է կյանքի շրջանակները և կախվածություն առաջացնող գործոններից մեկն է [3, էջ 5-15]: Նրանց անխիղճ ինքնաքննադատությունը բացասաբար է անդրադառնում արտաքին աշխարհին հարմարվելու և ռոմանտիկ, ընկերական և կուլեգիալ հարաբերությունների ունակության վրա: Պերֆեկցիոնիստի կյանքը լի է մրցունակությամբ, ինքնավստահությամբ, նախանձով, գայրությունով և ամոթով: Նույնիսկ երբ ուրիշները ծափահարում են նրանց, նրանք խղճուկ են իրենց զգում՝ գիտակցելով, թե որքան բարձր էին իրենց սկզբնական նպատակները [10, էջ 422-443]:

Պերֆեկցիոնիզմի հասկացության մեջ կարևոր են ոչ թե գործողությունների կատարման բարձր չափանիշները, այլ դրանց համադրությունը չափազանց կարևոր է իրենց վարքագիծը գնահատելու միտումով: Սեփական վարքի քննադատությունը արտացոլում է պերֆեկցիոնիստի կողմնորոշումը արդյունքի վրա, որն ունի բացառապես դրական իմաստ: Սեփական անձին բարձր պահանջներ ներկայացնելը, ենթադրում է անձնային հատկանիշներ ունենալու ձգտում, որոնք դրական կլինեն կյանքի բոլոր իրավիճակներում:

Ուսանողների շրջանում բավականին տարածված է պրոկրաստինացիայի և պերֆեկցիոնիզմի երևույթը, և ակադեմիական պրոկրաստինացիան զգալի հետազոտական ուշադրության է արժանանում: Ս. Միլգրեմը կարծում է, որ այս երևույթը հատկապես բնորոշ է տեխնիկապես զարգացած երկրներին: Այս տեսակետը հաստատում են նաև հոգեբաններ Ջ. Հարիտոնի և Ջ. Ֆերրարին, որի հիման վրա վերջին տարիներին զգալիորեն ավելացել է պրոկրաստինատորների թիվը:

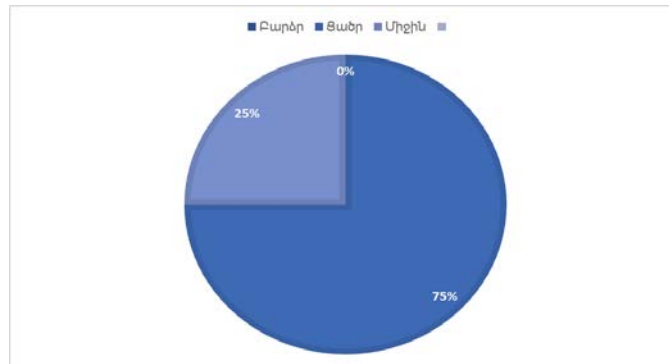
Ուսանողական տարիքում մասնագիտական հաջողությունների հավակնությունը, սեփական կարողությունը՝ ինչ-որ նշանակալից բան ստեղծելն է, այդ պատճառով ակադեմիական կատարումը ուսանողների մեծ մասի համար դառնում է հատուկ, ինչպես նաև մասնակցությունը մասնագիտական մրցույթներին և գիտաժողովներին, որտեղ կա մասնագիտական ինքնաներկայացում ունենալու հնարավորություն [8, էջ 205-208]:

Չափից ավելի պերֆեկցիոնիստ մարդիկ իրենց դրսևորում են որպես միայնակ, չշփվող, համառ մարդիկ: Ինքնաքննադատությունը, սեփական անձի նկատմամբ ճշգրտությունը նպաստում են ցածր ինքնագնահատականին, ուսանողական խմբում կապեր հաստատելու դժվարություններին [9]:

Ուսումնական և մասնագիտական նվաճումները կարևոր դեր են խաղում երիտասարդների կյանքում, հենց դրանք են օգնում ամրապնդել հավատը իրենց և իրենց ունակությունների հանդեպ, օգնում հաջող ինքնադրսևորման ապագայում:

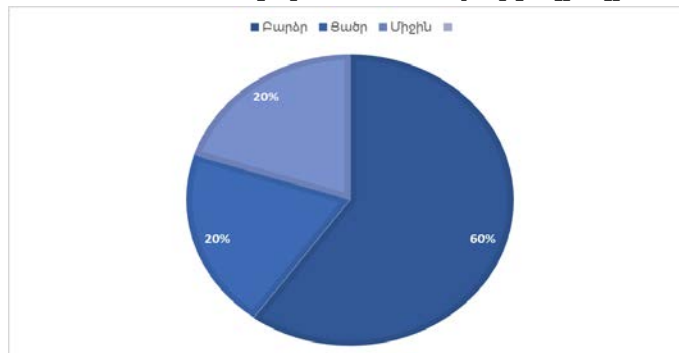
Հետազոտության ընթացքում ուսումնասիրել ենք ուսանողների մոտ պրոկրաստինացիայի և պերֆեկցիոնիզմի կապը: Հետազոտությանը մասնակցել են 60՝ 19-20 տարեկան ՎՊՀ ուսանողուհիներ: Հետազոտվողների մոտ պրոկրաստինացիայի մակարդակի որոշման նպատակով կիրառել ենք՝ Քլարի Լեյ «Չգձգումը որպես առաջին օգնություն» մեթոդիկական, իսկ պերֆեկցիոնիզմի մակարդակի որոշման համար՝ Հյուիթ-Ֆլետի «Պերֆեկցիոնիզմի բազմաչափ սանդղակ»-ը:

*Նկար 1. Ուսանողների պերֆեկցիոնիզմի մակարդակը*



Հետազոտությունների արդյունքերը հետևալն են՝ 60 ուսանողներից 45-ն ունեն պերֆեկցիոնիզմի ցածր մակարդակ, իսկ նրանցից 15-ն ունեն պերֆեկցիոնիզմի միջին մակարդակ: Պերֆեկցիոնիզմին հակված մարդն ինքն իրեն չափազանց բարձր պահանջներ է ներկայացնում:

*Նկար 2. Ուսանողների պրոկրաստինացիայի մակարդակը*



Պրոկրաստինացիայի հետազոտությունների արդյունքերը հետևալն են՝ 60 ուսանողներից 3-ն ունի պրոկրաստինացիայի ցածր մակարդակ, նրանիցից 48-ն ունեն պրոկրաստինացիայի միջին մակարդակ, իսկ 9-ը՝ բարձր մակարդակ:

Քանի որ մեր հետազոտության նպատակն է ուսումնասիրել պրոկրաստինացիայի և պերֆեկցիոնիզմի համահարաբերակցությունը ուսանողների մոտ և կապ գտնել դրանց միջև, կատարել ենք կորելացիոն հետազոտություն: Կորելացիայի արդյունքում պարզ դարձավ, որ ուսանողների պրոկրաստինացիայի և պերֆեկցիոնիզմի միջև առկա է բացասական կապ՝ -0,5: Այսինքն որքան բարձր է պրոկրաստինացիայի մակարդակը, այնքան ցածր է պերֆեկցիոնիզմը: Կատարելության ձգտող ուսանողները գործը հետաձգելու հակում չունեն:

### Գրականություն

1. **Барабанщикова В.В. (2015)** Перспективы исследования феномена прокрастинации в профессиональной деятельности /В.В. Барабанщикова, Г.И. Марусанова //Национальный психологический журнал. – 2015. № 4. – С.130–140.
2. **Варваричева Я.И. (2007)** Психологические механизмы феномена лени [Электронный ресурс] // Ломоносов-2007: материалы докл. X<sup>^</sup>междунар. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых /отв. ред. И.А. Алешковский, П.Н. Костылев. М.: Изд. центр Факультета журналистики МГУ им. М.В. Ломоносова. URL: [http://www.psy.msu.ru/science/conference/lomonosov/2007/thesis/Varvaricheva\\_YI.pdf](http://www.psy.msu.ru/science/conference/lomonosov/2007/thesis/Varvaricheva_YI.pdf) (25.10.2022)
3. **Вудман М. (2006)** Страсть к совершенству. Юнгианское понимание зависимости. М.: – С. 15.
4. **Золотарева А.А. (2012)** Диагностика индивидуальных различий перфекционизма личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. - М.: - 25 с.
5. **Варваричева Я.И. (2015)** Психологические механизмы феномена лени. Национальный психологический журнал. № 4. – С.130–140. [Электронный ресурс] //Ломоносов-2007: материалы докл. X<sup>^</sup>междунар. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых / отв. ред. И.А. Алешковский, П.Н. Костылев. М.: Изд. центр Факультета журналистики МГУ им. М.В. Ломоносова, 2007. URL: [http://www.psy.msu.ru/science/conference/lomonosov/2007/thesis/Varvaricheva\\_YI.pdf](http://www.psy.msu.ru/science/conference/lomonosov/2007/thesis/Varvaricheva_YI.pdf) (26.10.2022)
6. **Посохова С.Т. (2011)** Лен: психологическое содержание и проявления // Вестник СПбГУ. Серия 12. Вып. 2. С. 159 – 166.
7. **Хорни К. (2002)** Самоанализ. – М.: – С. 98.
8. **Хухлаева О.В. (2009)** Психология развития: Молодость, зрелость, старость: учеб. пособие / О.В.Хухлаева. - М.: Академия. – 208 с.
9. **Рюмина И.М. (2017)** Исследование характеристик перфекционизма студентов с разным уровнем социально-психологической адаптации // Современные проблемы науки и образования. – № 2.; URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=26255> (28.10.2022)
10. **Robert N. (2001)** Singer at al. Handbook of Sport Psychology. – N.-Y.. – P. 422–443.

### Психологические особенности студенческой прокрастинации и перфекционизма

Авагимян Г.Р.<sup>1</sup>, Арамян Дж.С.<sup>2</sup>

(Ванадзорский Государственный Университет имени О. Туманяна, к.пс.н., доцент<sup>1</sup>, магистр<sup>2</sup>, Ванадзор, Армения)

**Аннотация.** В статье представлена взаимосвязь между прокрастинацией и перфекционизмом у студентов. В работе рассматриваются психологические особенности прокрастинации и перфекционизма, их влияние на вовлеченность студентов в учебный процесс и организацию процесса развития. Большую опасность может представлять прокрастинация в результате психологической нагрузки человека извне, благодаря которой человек может откладывать даже самые важные и злободневные задачи и проблемы, а также принимать решения «на потом». И хотя прокрастинация в той или иной степени меняется с возрастом, что считается нормальным явлением, идеалы или недостижимые цели могут повлиять на выполнение задачи, от полного отказа от нее; начиная со своего профессионального пути, улучшая свою личную жизнь, эти выборы также касаются планирования его взрослой жизни. Отдельно успех личности может быть поставлен под угрозу, когда человек сознательно откладывает выполнение важных и срочных задач, а также принятие решений по тем или иным причинам.

**Ключевые слова:** лень, равнодушие, перфекционизм, академическая прокрастинация.

### **Psychological features of student procrastination and perfectionism**

**Avagimyan H.R.<sup>1</sup>, Aramyan J. S.<sup>2</sup>**

(Vanadzor State University after H. Tumanyan, PhD in Psychology, Associate Professor<sup>1</sup>, Master's degree student<sup>2</sup>, Vanadzor, Armenia)

avagym@mail.ru, Juliaaramyan9@gmail.com

**Abstract.** The relationship between procrastination and perfectionism among students presented in the article. The paper discusses the psychological characteristics of procrastination and perfectionism, their influence on the involvement of students in the educational process and the organization of the development process. Procrastination can be a big danger as a result of a person's psychological load from outside, thanks to which a person can postpone even the most important and topical tasks and problems, as well as make decisions "later". Although it varies to one extent or another with age, which is considered a normal phenomenon. Ideals or unattainable goals can affect the performance of the task, from the complete rejection of it; starting from his professional path, improving his personal life, this election is also about planning his adult life. Separately, an individual's success can be jeopardized, when a person consciously delays the performance of important and urgent tasks, as well as making decisions for some reasons.

**Keywords:** laziness, indifference, perfectionism, academic procrastination.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 03.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

# ԲՆԱՎՈՐՈՒԹՅԱՆ ՇԵՇՏՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ՀՈԳԵԿԿԱՆ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱՏԵՔՍՈՒՄ

## Ղազարյան Ա.Հ.

(Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ.,  
Երևան, Հայաստան)  
gharminka83@mail.ru

**Ամփոփագիր.** Ներկա ժամանակներում առանձնակի արդիականություն է ձեռք բերել հոգեկան առողջության հիմնախնդիրը: Այս աշխարհաքաղաքական, սոցիալական, տնտեսական բարդ իրավիճակներն ուղեկցվում են անընդհատ և տևական անորոշությամբ, անկայունությամբ, բացասական և չճշտված լուրերի մեծաքանակ հոսքով, առօրյա կյանքի բազմաբնույթ փոփոխություններով: Այս իրավիճակին բնութագրական է տագնապայնություն, անհանգստություն, լարվածություն, վախեր, որոնք կարող ենք համարել հոգեկան առողջության սպառնալիքներ: Գուցե որոշ մարդիկ կարողանում են վերահսկել իրենց հուզական ոլորտը, ավելի արագ հարմարվել փոփոխվող իրավիճակներին, սակայն շատերի հոգեկան առողջությունը սասանվում է:

Այս հոդվածում անդրադարձել ենք հոգեկան առողջությանը, նրան սպառնացող գործոններին և այս համատեքստում բնավորության շեշտվածությանը:

Առողջությունը մեր ողջ կյանքի հիմքն է, հաջողության և բարեկեցության բանալին, կյանքի նպատակներին հասնելու կարևորագույն պայմանը: Դա ոչ միայն մարդու հիմնական արժեքն է, այլև հասարակության և պետության:

Հոգեկան առողջության խթանումը և կանխարգելումը պետք է ընդգրկի անձի կառուցվածքային բոլոր ոլորտները, այդ թվում՝ բնավորության սրված գծերի հայտնաբերումը, նրա հաղթահարմանը կամ նվազեցմանը միտված աշխատանքների կիրառումը, քանզի բնավորության շեշտվածությունը որոշակի պայմաններում և որոշակի սոցիալ-հոգեբանական գործոնների ազդեցության տակ կարող է ախտաբանական զարգացում ստանալ՝ փոխելով անձի ողջ նկարագիրը:

**Հիմնաբառեր.** հոգեկան առողջություն, բնավորության շեշտվածություն, նախահիվանդություն, փսիխոպաթիա:

Մենք այսօր ապրում ենք անընդհատ և արագորեն փոփոխվող աշխարհում, որում գրեթե ամեն օր նոր իրադարձություններ են տեղի ունենում՝ հաճախ փոխելով մեր կյանքը անցանկալի ուղղությամբ՝ բնածին և տեխնոգեն աղետներ, ռազմական գործողություններ, վթարներ, համավարակներ և այլն:

Այս աշխարհաքաղաքական, սոցիալական, տնտեսական բարդ իրավիճակներն ուղեկցվում են անընդհատ և տևական անորոշությամբ, անկայունությամբ, բացասական լուրերի մեծաքանակ հոսքով, առօրյա կյանքի փոփոխություններով: Այս իրավիճակին բնութագրական է տագնապայնություն, անհանգստություն, լարվածություն, վախեր, որոնք կարող ենք համարել հոգեկան առողջության սպառնալիքներ: Գուցե որոշ մարդիկ կարողանում են վերահսկել իրենց հուզական ոլորտը, հարմարվել փոփոխվող իրավիճակներին, սակայն շատերի հոգեկան առողջությունը սասանվում է: Ուստի ներկայումս առանձնակի արդիականություն է ձեռք բերել հոգեկան առողջության հիմնախնդիրը:

Այս հոդվածում անդրադարձել ենք հոգեկան առողջությանը, նրան սպառնացող գործոններին և այս համատեքստում բնավորության շեշտվածությանը:

Առողջությունը մեր ողջ կյանքի հիմքն է, հաջողության և բարեկեցության բանալին, կյանքի նպատակներին հասնելու կարևորագույն պայմանը: Դա ոչ միայն մարդու հիմնական արժեքն է, այլև հասարակության և պետության:

Հոգեբանության մեջ առողջությունը դիտարկվում է երկու տեսանկյունից՝ *հոգեբանական* և *հոգեկան*:

Պատմական փորձը ցույց է տալիս, որ հին ժամանակներում շատ գիտնականներ (Սոկրատեսը, Պլատոնը, Արիստոտելը, Էպիկուրը, ստոիկները) ուսումնասիրել են բարոյական վարքի խնդիրը, որը հոգեկան առողջության հետ նույնական էր դիտարկվում:

Նրանք նախագուշացնում էին կյանքի բարոյական հիմքերի անկման սպառնալիքի մասին՝ փաստելով հասարակության կյանքում կենսաբանական պահանջմունքների բավարարման գերակշռության փաստերը՝ ի վնաս հոգևոր պահանջմունքների:

Ա.Ա. Կոնիլովը հոգեկան առողջության գնահատման չափանիշների հիմքում դնում էր հոգեկան դրսևորումների ձևերը՝ *հատկությունները, վիճակները, գործընթացները*: Ըստ Ա.Ա. Կոնիլովի, հոգեպես առողջ մարդուն բնորոշ են հետևյալ հատկությունները՝ լավատեսություն, կենտրոնացում, հավասարակշռություն, բարոյականություն (ազնվություն, բարեխղճություն), ձգտումների համարժեք մակարդակ, պարտքի զգացում. ինքնավստահություն, ցածր զգայունություն, աշխատասիրություն, անկախություն, բնականություն, պատասխանատվություն, հումորի զգացում, բարի կամք, համբերություն, ինքնահարգանք, ինքնատիրապետում [7]:

Ա.Ա. Կոնիլովը հոգեկան առողջությունը սահմանում է որպես առողջության անբաժանելի տարր, որը ներառում է հոգեկան բնութագրերի մի շարք, որոնք ապահովում են դինամիկ հավասարակշռություն և անձի սոցիալական գործառույթները կատարելու հնարավորություն: Հոգեպես առողջ մարդը հարմարված է հասարակությանը և դրա ակտիվ մասնակիցն է:

«Հոգեկան առողջություն» գիտական կատեգորիան առավել մանրամասն ներդրվել և մշակվել է Ի.Վ. Դուբրովինայի [3] կողմից: Ըստ հեղինակի, եթե «*հոգեկան առողջություն*» տերմինը վերաբերում է առաջին հերթին առանձին հոգեկան գործընթացներին և մեխանիզմներին, ապա «*հոգեբանական առողջություն*» տերմինը վերաբերում է անհատին որպես ամբողջություն և սերտորեն կապված է մարդու ոգու բարձրագույն դրսևորումների հետ:

Ի.Վ. Դուբրովինան նշում է, որ հոգեբանական առողջությունը մարդուն դարձնում է ինքնաբավ, այն զինում է նրան ինքնաըմբռնման, ինքնընդունման և ինքնազարգացման միջոցներով՝ այլ մարդկանց հետ փոխգործակցության համատեքստում:

Ըստ Ի.Վ. Դուբրովինայի՝ հոգեբանորեն առողջ անհատականությանը բնորոշ են՝ հուզական կայունություն, զգացմունքների հասունություն, բացասական հույզերի վերահսկում, զգացմունքների և հույզերի բնական դրսևորում, ուրախանալու կարողություն, սովորական բարեկեցության պահպանում, սեփական անձի աղեկվատ ընկալում, առարկայի վրա կենտրոնանալու կարողություն, հիշողության մեջ տեղեկատվության պահպանում, տեղեկատվությունը տրամաբանորեն մշակելու ունակություն, քննադատական մտածողություն, ստեղծագործականություն, ինքնաճանաչում, մտքի կարգապահություն (մտքի վերահսկում):

Ի.Վ. Դուբրովինան հոգեկան առողջությունը սահմանում է որպես մարդու հոգեկան հատկությունների դինամիկ ամբողջություն, որն ապահովում է ներդաշնակություն անհատի և հասարակության պահանջմունքների միջև և հանդիսանում է անձի կենսական առաջադրանքների կատարման հարցում կարևոր նախապայման [4]:

Ըստ Ա. Միխայելովայի, հոգեկան առողջությունն ասելով հասկանում ենք մարդու մտավոր զարգացման մեջ նորմայի առկայությունը, ընկալման իրատեսությունը և ինքնակարգավորվելու կարողությունը, հաղորդակցական մշակույթը և բարոյական վարքագիծը [10]:

Հոգեկան առողջությունը մարդու հիմնական իրավունքներից է: Այն որոշիչ դեր ունի ոչ միայն անձի, այլև հասարակության, սոցիալ-տնտեսության զարգացման համար: Ըստ Հայաստանի Հանրապետության օրենսդրության, [1] հոգեկան առողջությունը մարդու անօտարելի և անփոխանցելի ոչ նյութական բարիք է, որը ներառում է շրջակա միջավայրի համապատասխան ընկալումը, որոշումներ կայացնելու ու իրագործելու ունակությունը, կայուն հուզականության դրսևորումը և պահպանումը:

Հոգեկան առողջության շրջանակում փորձենք բացատրել նորմալ և ոչ նորմալ վարքագիծ հասկացությունները:

Ըստ Լ.Բ. Շնայդեռի, [11, էջ 8] վարքագծի նորմայի և շեղման գնահատման *նորմա (նոմոցենտրիկ) մոտեցումը* մարդու գործունեությունը դիտարկում է նորմային համապատասխանության տեսանկյունից: Մյուսը՝ *հոգեբուժական (նոմոցենտրիկ) մոտեցումը*, մարդու վարքը դիտարկում է հիվանդության, հոգեպաթոլոգիական ախտանիշների արտահայտվածության տեսանկյունից:

«Նորմա» հասկացության հետ կապված առավել տարածված է *վիճակագրական-ադապտացիոն մոտեցումը*, որն իրենից ներկայացնում է.

1. ինչ-որ միջին, ընդհանրացված, ընդհանուրից չառանձնացվող մի բան,
2. մի բան, որը շրջակա միջավայրին քիչ թե շատ հարմարված է:

Դեռահասների և պատանիների համար վիճակագրորեն հոգեկան առողջության նորման մի փոքր այլ է, քան՝ մեծահասակներինը:

Հոգեկան առողջությանը չի սահմանափակվում հոգեկան խանգարումների բացակայությամբ:

Ինչպես նշում է Լ.Ն. Յուրևան, 1987 թ.-ին Խ.Պ. Խեմիչևն առանձնացնում էր հոգեկան առողջական վիճակի հինգ բարդացող աստիճան.

1. իդեալական նորմա կան էտալոնային առողջություն
2. միջին վիճակագրական նորմա
3. կառուցվածքային նորմա
4. շեշտվածություն
5. նախահիվանդություն [12, էջ 33-34]:

Ինչպես երևում է Խ.Պ. Խեմիչևի դասակարգումից, բնավորության շեշտվածությունը գտնվում է հոգեկան առողջության և հոգեկան հիվանդության մեջտեղում:

Սոցիալական ադապտացիայի ընթացքում դիրքորոշումների, պահանջումների բավարարման (կամ չբավարարման), անձնավորության ուղղվածության ազդեցության տակ բնավորությունը նկատելի փոփոխություններ է կրում, և առանձին դեպքերում ձևավորվում են բնավորության շեշտված տիպեր:

Բնավորության տիպաբանությունն առաջադրող գրեթե բոլոր հեղինակներն ընդգծում են, որ բնավորությունը կարող է լինել շատ կամ քիչ արտահայտված: Ըստ բնավորության դրսևորման ինտենսիվության, առանձնացվում են երեք մակարդակներ.

1. բացառապես «նորմալ» բնավորություն
2. արտահայտված կամ շեշտված բնավորություն, որը լինում է թաքնված և վառ արտահայտված
3. խիստ շեղված կամ խաթարված բնավորություն կամ փսիխոպաթիա:

Առաջին երկու մակարդակները վերաբերվում են նորմալ, երրորդը՝ բնավորության ախտաբանական դրսևորումներին [2, էջ 90]:

Այսինքն, հոգեկան առողջական վիճակի բարդացող աստիճանակարգի նախավերջին աստիճանում առանձին տեղ է հատկացված բնավորության շեշտվածության համար: Ըստ Խ.Բ. Խեմիչևի, շեշտվածությունը հոգեկան նորմայի տարատեսակ է, որին բնութագրական է որոշակի բնավորության գծերի առավել արտահայտվածություն կամ սրացում: Այն որոշում է մարդու խոցելիությունը՝ որոշակի հոգեկան կամ վարքագծային խանգարումների նկատմամբ: Որպես կանոն, դրանք վարքագծային, նարկոլոգիական և հոգեծին խանգարումներն են:

Ըստ Մ.Բ. Կորկինայի, բնավորության շեշտվածությունն ընկած է անձի նախահիվանդագին տիպի հիմքում, որի տակ նա հասկանում է բնավորության տվյալ տիպին բնորոշ հիմնական գծերը, մինչև հոգեբանական խանգարման առաջանալը [6, էջ 133]:

Շեշտվածություն հասկացությունը (accentus լատին. – շեշտադրում) հոգեբանության մեջ ներմուծել է հայտնի գերմանացի հոգեբույժ և հոգեբան, Բեռլինի համալսարանի նյարդաբանական կլինիկայի պրոֆեսոր Կարլ Լեոնհարդը: 1968 թ.-ին նա առաջ քաշեց «շեշտավորված անձնավորություն» տերմինը և գտնում էր, որ շեշտվածության մասին կարելի է խոսել միայն այն ժամանակ, երբ խառնվածքի և բնավորության որևէ գիծ ցցուն է դրսևորվում՝ անձնավորությանը դարձնելով անսովոր [8, էջ 5]: «Շեշտավորված անձնավորության» տեսությունը հիմնված է Կ. Լեոնհարդի «Նորմալ և աննորմալ անձնավորություններ» մենագրության վրա (1964 թ.) [8, էջ 16]:

Բնավորության շեշտվածության ուսումնասիրման խնդրով գիտական հոգեբանությունը զբաղվում է շատ տասնամյակներ: Այս ողջ ընթացքում կատարվել են բազմաթիվ ուսումնասիրություններ, բնավորության շեշտվածությունների դասակարգման և համակարգման բազմաթիվ փորձեր (Ա.Ե. Լիչկո, Կ. Լեոնհարդ, Վ.Վ. Պոնոմորենկո, Ի.Վ. Վիբոյշիկ, Ե.Ա. Ալեքսեևա, Լ.Պ. Պառշուկովա, Պ.Վ. Վոլկով, Դ.Յա. Ռայգորոդսկի, Յու.Բ. Գիպպենբեյտեր, Վ.Յա. Ռոմանովա, Ա.Գ. Մակլյակով, Ա.Ա. Ռեան, Մ.Բ. Կորկինա և այլոք):

Կ. Լեոնհարդն առանձնացնում էր անձի շեշտվածության երկու տեսակ՝ թաքնված և վառ արտահայտված, և գտնում էր, որ ճիշտ դաստիարակության պայմաններում թաքնված կամ լատենտ շեշտվածությունը կարող է հարթվել [8]:

Թաքնված և վառ արտահայտված բնավորության շեշտվածությունները բազմաբնույթ գործոնների ազդեցության տակ կարող են նաև վերածվել մեկից մյուսին:

Լեոնհարդը նշում էր, որ եթե շեշտավորված անձնավորության կյանքն անբարենպաստ պայմաններում է ընթանում, ապա բնավորության գծերը կարող են ախտաբանական զարգացում ստանալ. նույնիսկ հնարավոր է, որ անձնավորության ամբողջական ձևախախտում (դեֆորմացիա) կատարվի, ընդհուպ մինչև փսիխոպաթիայի դրսևորում: Վերջինիս մասին խոսում ենք միայն այն դեպքում, երբ գործ ունենք անձնավորության ամբողջական, բազմոլորտ ձևախախտման հետ, որը խաթարում է նրա սոցիալական ադապտացիան [8, էջ 6]:

1977 թ. Ա. Լիչկոն [9] Կ. Լեոնհարդի աշխատության և Պ.Բ. Գանուշկինի փսիխոպաթիայի դասակարգման հիման վրա զարգացրել է իր տեսությունը, որտեղ կիրառում էր «բնավորության շեշտվածություն» արտահայտությունը: Ա. Լիչկոն, անդրադառնալով Կ. Լեոնհարդի հետազոտությանը, եկավ այն եզրակացության, որ նրա ներկայացրած անձնային հատկությունները ուղղակի բնավորության գծեր են, քանի որ «անձ» հասկացությունը շատ ավելի լայն է, քան բնավորությունը. այն ներառում է հակումները, ինտելեկտը, ընդունակությունները, աշխարհայացքը և

այլն: Նա գտնում էր, որ Լեոնհարդը նկարագրում էր ոչ թե անձնավորությանն ամբողջությամբ, այլ բնավորության տիպը: Ելնելով վերը նշվածից՝ Լիչկոն իր ուսումնասիրությունների հիմքում դրեց հենց բնավորության գծերը: 1977թ. լույս տեսավ նրա «Փսիխոպաթիաներն ու բնավորության շեշտվածությունը դեռահասների մոտ» աշխատությունը, որում ներկայացրեց բնավորության շեշտվածության իր մոտեցումը: Նա գտնում էր, որ բնավորության միայն առանձին գծեր են չափազանց արտահայտվածություն ստանում: Ուստի մարդը խոցելի է դառնում միայն որոշակի գործոնների նկատմամբ, մինչդեռ այլ գործոնների նկատմամբ կայունությունը պահպանում է: Բնավորության նույնպիսի շեշտվածություն ունեցող տարբեր մարդիկ կարող են ինտելեկտուալ տարբեր մակարդակ, հետաքրքրությունների տարբեր շրջանակ, անձնային ուղղվածություն ստանալ, ուստի դրանք պետք է բնորոշել որպես նեղ՝ բնավորության, և ոչ թե որպես անձնային ընդհանրական գծեր:

Ա. Լիչկոն շեշտվածությունը սահմանում էր որպես բնավորության աններդաշնակ զարգացում, նրա առանձին գծերի ուռճացված դրսևորում, որը որոշակի ազդեցությունների պարագայում պայմանավորում է անձնավորության բարձր խոցելիություն և որոշակի առանձնահատուկ իրավիճակներում դժվարացնում է հարմարման գործընթացը [9, էջ 5]:

Բնավորության շեշտվածության ամեն տիպ ունի իր՝ մյուսներից տարբերվող «թույլ տեղը» [9, էջ 16]:

Բնավորության «թույլ տեղը», դա որոշակի պայմանների նկատմամբ անձնավորության բարձրացված զգայունակությունն է (խոցելիությունը): Բնավորության տարբեր տիպերի համար այդ պայմանները տարբեր են: Երբ բնավորության «թույլ տեղը» վրա ծանրաբեռնվածություն է առաջանում, անձնավորությունը բացասական հակազդում է տալիս: Դա կարող է տարբեր կերպ դրսևորվել՝ լուռ վիրավորանքից մինչև հիսթերիա: Եթե անձնավորության թույլ տեղին ուղղված ծանրաբեռնվածությունը երկարատև է և հաճախ կրկնվող, ապա անբարենպաստ ապրումներն ավելի են ուժգնանում, երբեմն անձնավորությանը հասցնելով ծայրահեղ վիճակի. երեխան կարող է փախչել տանից, զույգերն՝ ամուսնալուծվել, աշխատակիցները՝ հեռանալ աշխատանքից և այլն [2, էջ 8]:

Բնավորության շեշտվածությունը՝ որպես անձի խոցելի հատկություն, ավելի հաճախ դրսևորվում է էքստրեմալ իրավիճակներում: Բնավորության շեշտվածություն ունեցող անձիք ավելի շատ են ենթարկվում միջավայրի ազդեցությանը, հոգեբանական տրավմաներին: Եթե անբարենպաստ պայմանները հարվածում են նրա «թույլ տեղին», ապա այդ անձանց ողջ վարքագիծը կտրուկ ձևափոխվում է, և շեշտվածության բնորոշ գծերը սկսում են գերիշխել [5, էջ 208]:

«Շեշտվածություն» հասկացությունը մոտ է կանգնած «անձի խանգարումներին»: Հիմնական տարբերությունը, ինչպես նշում էր Օ.Բ. Կերբիկովը (1962 թ.), անձի խանգարման երեք հիմնական բնութագրումներն են, որոնք շեշտված անձանց մոտ երբեք միաժամանակ հանդես չեն գալիս.

1. Շեշտվածություն ունեցող անձը կարող է յուրահատուկ ձևով արձագանքել յուրահատուկ հոգեծին ազդեցություններին, սակայն միայն դրանց, իսկ անձնային խանգարումներ ունեցող մարդը ցանկացած հոգեծին ազդեցություններին արձագանքում է իր խանգարման առանձնահատկության համապատասխան:

2. Շեշտվածությունը կարող է առավել վառ դրսևորվել մարդու կյանքի միայն որոշակի փուլում (օրինակ, դեռահասության տարիքում) և, սովորաբար, ժամանակի ընթացքում հարթվում է, սակայն անձի խանգարմանը հատուկ են կյանքի վաղ շրջանի դրսևորում և կյանքի ընթացքում նրա դրսևորման կայունություն կամ ուժեղացում:

3. Շեշտվածությունը սոցիալական դեգադացիայի ընդհանրապես կարող է չհանգեցնել կամ հանգեցնել կարճատև: Անձի խանգարումները մշտապես խանգարում են անձի հարմարմանը [9, էջ 4]:

Լինելով նորմալի ծայրաստիճան և քիչ կայուն ձև՝ բնավորության շեշտվածությունը ձեռքբերովի փսիխոպաթիայի զարգացման համար համապատասխան հիմք է հանդիսանում: Սակայն այդ հիմքի վրա փսիխոպաթիայի զարգացման համար անհրաժեշտ են միջավայրի անբարենպաստ ազդեցության երեք հիմնական պայմաններ.

1. Դա տվյալ տիպի համար պետք է հատկապես նշանակալից լինի և ուղղված՝ նրա խոցելի կողմին:

2. Պետք է լինի շարունակական և բազմիցս կրկնվող:

3. Պետք է համընկնի բնավորության ձևավորման ճգնաժամային շրջանի հետ:

Փսիխոպաթիաների մեծ մասի համար դա դեռահասության տարիքն է: Դեռահասության տարիքում ամենահաճախակի ազդեցությունը, որը բավարարում է վերը նշված պահանջները, սխալ դաստիարակությունն է [9, էջ 99]:

Հոգեկան առողջությունը յուրաքանչյուր մարդու համար *անհատական* է, որի շրջանակներում մարդը բախվում է տարբեր աստիճանի բարդությունների հետ և ապրում է սթրեսի տարբեր մակարդակներ:

Հոգեկան առողջությունը խաթարող գործոնները բազմաթիվ են, որոնք մինևույն ժամանակ կարող են հանգեցնել հոգեկան խանգարումների՝ սոցիալական, տնտեսական, աշխարհաքաղաքական, էկոլոգիական իրավիճակները՝ ներառյալ աղքատությունը, բռնությունը, անհավասարությունը և սոցիալական անբարենպաստ պայմանները:

Հոգեկան առողջության խաթարմանը նպաստող գործոնները կարող են ի հայտ գալ կյանքի բոլոր փուլերում, սակայն նրանք, որոնք առաջանում են մարդու զարգացման համար ամենակարևոր ժամանակաշրջաններում, հատկապես վաղ մանկության շրջանում, ունեն հատկապես ուժեղ բացասական ազդեցություն: Օրինակ, հայտնի է, որ դաժան դաստիարակությունը և ֆիզիկական պատիժը խաթարում են երեխաների հոգեկան առողջությունը, իսկ դպրոցական տարիքում՝ ծաղրը:

Հոգեկան առողջության ամրապնդումը խթանում է հոգեկան խանգարումների կանխարգելումը: Այն ենթադրում է.

1. Հոգեկան առողջության խաթարման ռիսկի նվազեցում:

2. Հոգեկան կայունության բարձրացում:

3. Հոգեկան առողջության համար բարենպաստ միջավայրի ստեղծում:

Այս ուղղությամբ աշխատանքները կարող են ներառել առանձին անհատներին, հասարակության կոնկրետ խմբերին, ողջ հանրությանը:

Հոգեկան առողջության խթանումը և կանխարգելումը պետք է ընդգրկեն լայն շրջանակներ՝ կրթության, աշխատանքի, արդարադատության, տրանսպորտի, շրջակա միջավայրի, բնակարանային և սոցիալական բարեկեցության ոլորտները

Ընդհանրացնելով կարող ենք ասել, որ հոգեկան առողջության խթանումը և կանխարգելումը պետք է ընդգրկի անձի կառուցվածքային բոլոր ոլորտները, այդ թվում բնավորության սրված գծերի հայտնաբերումը, նրա հաղթահարմանը կամ նվազեցմանը միտված աշխատանքների կիրառումը, քանզի բնավորության շեշտվածությունը որոշակի պայմաններում և որոշակի սոցիալ-հոգեբանական գործոնների ազդեցությամբ կարող է ախտաբանական զարգացում ստանալ՝ փոխելով անձի ողջ նկարագիրը: Անհրաժեշտ է հնարավորինս շուտ ախտորոշել բնավորության շեշտվածությունը և

համապատասխան թրեյնինգների միջոցով վերացնել կամ մեղմել այն: Դա թույլ կտա խուսափել որոշակի հոգեձին և սոցիալական պայմանավորվածություն ունեցող խանգարումներից՝ ապահովելով անձի ներդաշնակ զարգացումը:

### Գրականություն

1. Հայաստանի Հանրապետության քրեական օրենսգիրք: ՀՀ 18.04.2003 N ՆՕ-528-Ն օրենսգիրք, <https://www.irtek.am/views/act.aspx?aid=150015> (20.09.2022)
2. Гиппенрейтер Ю., Романова В. (2012) У нас разные характеры... Как быть? Астрель. М.: 91 с.
3. Дубровина И.В. (2018) Психологические проблемы воспитания детей и школьников в условиях информационного общества. //Национальный психологический журнал. – № 1(29). – С. 6-16.
4. Дубровина И.В. (2009) Психическое и психологическое здоровье в контексте психологической культуры личности, Вестник практической психологии образования №3 (20), [https://psyjournals.ru/files/27577/vestnik\\_psyobr\\_2009\\_3\\_Dubrovina.pdf](https://psyjournals.ru/files/27577/vestnik_psyobr_2009_3_Dubrovina.pdf) (20.08.2022)
5. Еникеев М.И. (1999) Общая и социальная психология. Учебник для вузов. – М.: Издательская группа НОРМА–ИНФРА, М.: – 624 с.
6. Коркина М.В. (2006) Психиатрия: Учебник для студ. мед. вузов / М.В. Коркина, Н.Д. Лакосина, А. Е. Личко, И.И. Сергеев. 3-е изд. — М.: МЕДпресс-информ. — 576 с.
7. Крылов А.А. (2005) Психология: учебник (2-е издание): Издательство Проспект. – 474 с.
8. Леонгард К. (2000) Акцентуированные личности. Ростов н/Д: изд-во «Феникс». – 544 с.
9. Личко А. (1983) Психопатии и акцентуации характера у подростков. Ленинград: «Медицина». – 126 с.
10. Михалева А.Б. (2007) Здоровый образ жизни – здоровье психики / Приоритетные направления развития бокса в начале XXI в.: Якутск. – С. 52-55.
11. Шнейдер Л.Б. (2005) Девиантное поведение детей и подростков. – М.: Академический Проект; Трикста. – 336 с.
12. Юрьева Л.Н. (2002) История. Культура. Психические и поведенческие расстройства. Киев «Сфера». – 224 с.

### Акцентуация характера в контексте психического здоровья

Казарян А.А.

(АГПУ им. Х. Абовяна, Кафедра психологии имени академика М. Мазманяна, к.п.с.н., Ереван, Армения)  
gharminka83@mail.ru

**Аннотация.** В настоящее время тема психического здоровья приобрела особую актуальность. Сложные геополитические, социальные и экономические ситуации протекающие в мире сопровождаются постоянной и длительной неопределенностью, нестабильностью, большим потоком негативных и не конкретизированных новостей, различными изменениями в повседневной жизни. Перечисленные выше характеризуются тревогой, беспокойством, напряжением, страхами, которые могут представлять угрозу психическому здоровью. Возможно, некоторые люди и способны контролировать свою эмоциональную сферу, быстрее приспосабливаться к изменяющимся ситуациям, но психическое здоровье многих пошатнулось.

В данной статье рассматриваются психическое здоровье, факторы, которые ему угрожают, и важность акцентуации характера в этом контексте. Здоровье – основа всей нашей жизни, залог успеха и благополучия, важнейшее условие достижения жизненных целей. Это не только главная ценность человека, но и общества и государства в целом.

Укрепление и профилактика психического здоровья должны охватывать все сферы человека, в том числе выявление обостряющихся черт характера, применение мероприятий, направленных на их преодоление или снижение, поскольку акцентуации характера при определенных условиях и под влиянием определенных социально-психологических факторов могут развиваться патологически, изменяя личность в целом.

**Ключевые слова:** психическое здоровье, акцентуация характера, предболезнь, психопатия.

### **Accentuation of character in the context of mental health**

**Ghazaryan A.A.**

(ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Psychology named after Academician M. Mazmanyan, PhD in Psychology,  
Yerevan, Armenia)  
gharminka83@mail.ru

**Abstract.** Currently, the topic of mental health has gained special relevance. These complex geopolitical, social and economic situations are accompanied by constant and long-lasting uncertainty, instability, a large flow of negative and unspecified news, various changes in everyday life. This situation is characterized by anxiety, worry, tension, fears, which we can consider threats to mental health. Maybe some people are able to control their emotional sphere, adapt to changing situations faster, but the psychological health of many people is shaken.

In this article, the mental health, the factors that threaten it and the importance of character accentuation in this context are analyzed. Health is the basis of our entire life, the key to success and well-being, the most important condition for achieving life's goals. It is not only the main value of a person, but also of society and the state.

The promotion and prevention of mental health should cover all structural areas of a person, including the detection of traits of character accentuation, the use of activities aimed at overcoming or reducing them, because the accentuation of character under certain conditions and under the influence of certain socio-psychological factors can develop pathologically, changing the personality full description.

**Keywords:** mental health, accentuation of character, pre-disease, psychopathy.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 17.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

**ԽԱՌՆՎԱԾՔԻ ԳԵՐԱԿՇՈՌՂ ՏԻՊԻ ՆԵՐԳՈՐԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ՊԱՏԱՆՈՒ ՄԱՍՆԱԳԻՏԱԿԱՆ  
ԻՆՔՆՈՐՈՇՄԱՆ ՎՐԱ**

**Միքայելյան Մ.Ա.<sup>1</sup>, Տոնոյան Ի.Ա.<sup>2</sup>**

(Խ. Արոյանի անվան ՀՊՄՀ, Զարգացման և կրթության հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ. դոցենտ<sup>1</sup>,  
մագիստրոս<sup>2</sup>, Երևան, Հայաստան)

marine.mikaelian@ysu.am, irma.tonoyan96@mail.ru

**Ամփոփագիր:** Հոդվածում ներկայացվում են պատանիների մասնագիտական կողմնորոշման բնութագիրը, սկզբունքները, մասնագիտական ինքնորոշման փուլերը, խառնվածքի տիպի ներգործությունը մասնագիտության ընտրության վրա: Հետազոտության արդիականությունը կայանում է նրանում, որ ներկայումս շատ պատանիներ մասնագիտական ընտրություն կատարելիս հաշվի չեն առնում իրենց կարողությունները, նախադրյալները, խառնվածքի առանձնահատկությունները: Եվ այս համատեքստում առանցքային է դառնում պատանիների ոչ միայն մասնագիտական կողմնորոշման, այլև մասնագիտական ինքնորոշման հիմնախնդիրը, նրանց խառնվածքի տիպին համապատասխանող մասնագիտական գործունեության ընտրությունը: Աշխատանքի գիտական նորություն այն է, որ հետազոտության միջոցով վեր է հանվել պատանու խառնվածքի տիպի և իր կողմից ընտրված գործունեության ոլորտի միջև հարաբերակցությունը: Հետազոտության ընթացքում կիրառվել են հետևյալ մեթոդիկաները՝ մասնագիտական կողմնորոշման հարցաթերթիկ, Ե. Կլիմովի դիֆերենցիալ-ախտորոշիչ հարցարան, Ա. Բելովի «Խառնվածքի բանաձև» հարցարան, «Բանավիճային երկխոսություն» մեթոդիկա: Հետազոտության արդյունքների համաձայն, խառնվածքի գերակշռող տիպը ներգործում է մասնագիտական ինքնորոշման և ապագա մասնագիտության ընտրության վրա: Մարդ-մարդ գործունեության ոլորտը գերակշռում է խոլերիկների, սանգվինիկների և ֆլեգմատիկների մոտ, մարդ-բնություն, մարդ-տեխնիկա, մարդ-գեղարվեստական կերպար գործունեության ոլորտները՝ սանգվինիկների մոտ, մարդ-նշանային համակարգը՝ խոլերիկների, ֆլեգմատիկների և մելանխոլիկների մոտ: Աղջիկները մասնագիտական ընտրության մեջ առաջնորդվում են հիմնականում ներքին շարժառիթներով, իսկ տղաներն՝ արտաքին շարժառիթներով: Խառնվածքի տիպի և մասնագիտական գործունեության ոլորտների միջև հարաբերակցության իմացությունը դպրոցական հոգեբաններին և մանկավարժներին հնարավորություն կընձեռնի պատանիներին ուղղորդելու մասնագիտական կողմնորոշման հարցերում:

**Հիմնաբառեր**՝ մասնագիտական կողմնորոշում, մասնագիտական ինքնորոշում, պատանի, խառնվածք, մասնագիտական գործունեության ոլորտ:

**Հիմնախնդրի ներկայացում:** Մասնագիտական կողմնորոշման վերաբերյալ գիտական առաջին ուսումնասիրություններն ու տեսական վերլուծությունները կատարվել են ավելի քան 100 տարի առաջ: XX դարի սկզբներին Հյուգո Մունաթերբերգն առաջին անգամ մշակել և կիրառել է մասնագիտական կարողությունների գնահատման թեստեր: Մասնագիտական կողմնորոշման գործունեության սկզբնավորումը կապվում է Ֆրենկ Պարսոնսի անվան հետ:

Մասնագիտական կողմնորոշումն անձի մասնագիտության ազատ, ինքնուրույն ընտրության կամ անձի հակումների, հետաքրքրությունների, հնարավորությունների, զարգացման հեռանկարների հաշվառմամբ մասնագիտության ընտրության համակարգ է: Այն դիտարկվում է «անձ-

մասնագիտություն» համագործակցության համատեքստում: Մոցիալական ինստիտուտներն անձի մասնագիտության համար ելակետային պետք է համարեն հետևյալ սկզբունքները.

- պահպանել մասնագիտության ազատ ընտրության իրավունքը՝ անձի հետաքրքրություններին և հակումներին համապատասխան: Անձն ինքն է իրավասու որոշելու՝ գործունեության ինչ տեսակ ընտրի, ինչ կրթություն ստանա, որտեղ աշխատի: Մասնագիտական ընտրություն կատարելիս հիմնական հարցերից է՝ «Ի՞նչ է ուզում» մարդը:

- Հիմք ընդունել անձի ներուժն ու առկա ռեսուրսները՝ նրա ընդունակությունները, առողջական վիճակը, օրգանիզմի ֆունկցիոնալ հատկությունները, մասնագիտական կոմպետենտությունները (գիտելիքներ, կարողություններ, հմտություններ, իրավասությունների շրջանակ), որոնք հետագայում հանդիսանում են նրա մասնագիտական կայացման հիմքը:

- Հաշվի առնել հասարակության կարիքները և աշխատաշուկայի յուրահատկությունները: Օրինակ, 20-րդ դարասկզբին առավել պահանջված էին արտադրության հետ կապված մասնագիտությունները, ապա 70-80-ականներին տարածում ստացավ համակարգեր կառավարող մարդ-օպերատորի աշխատանքը, իսկ այսօր պահանջված է համարվում մենեջերը: Ուստի մասնագիտություն ընտրելիս կարևոր է հասկանալ՝ «Ո՞ւմ է դա անհրաժեշտ» [1, էջ 16-17]:

Մասնագիտական կողմնորոշման ծագումը պայմանավորված է ոչ միայն սոցիալ-տնտեսական նախադրյալներով, այլ նաև անձի հոգեբանական «նորագոյացությամբ»՝ մասնագիտական ինքնորոշման խնդրով [10]: Մասնագիտական ինքնորոշումն ընտրվող կամ արդեն ընտրված մասնագիտական գործունեության մեջ անձնային հետաքրքրությունների հայտնաբերումն է:

Ա. Կլիմովը գրում է, որ մասնագիտական ինքնորոշումը ներառում է մասնագիտական խմբի հետ ծանոթանալու, նույնականանալու գործընթացը և սեփական զարգացման հնարավորությունների անընդհատ որոնումը [4]: Լ.Դ. Ստոյարենկոն և Վ.Ե. Ստոյարենկոն մասնագիտական ինքնորոշումը դիտարկում են որպես մասնագիտական մտադրություններ առաջացնող գործընթաց, որն ավարտվում է աշխատանքային գործունեությամբ [12, էջ 53-54]:

Մասնագիտական ինքնորոշումը կապված է պատանիների կյանքի պլանների և հեռանկարների կառուցման հետ: Ի.Ս. Կոնը գտնում է, որ կյանքի ծրագիրն այն գործունեությունն է, որը հիմնված է մասնագիտության ընտրության վրա [5]:

Մասնագիտական ինքնորոշումն ընթանում է հետևյալ փուլերով.

- Առաջին փուլը մանկական խաղն է, որի ընթացքում երեխան իր վրա է վերցնում տարբեր մասնագիտական դերեր: Խաղի ընթացքում երեխան, լինելով դերի մեջ, դրսևորում է մասնագիտությանը համապատասխան վարքագիծ:

- Երկրորդը դեռահասության երևակայական փուլն է, երբ մտապատկերներում դեռահասն իրեն տեսնում է նախընտրած մասնագիտական գործունեության մեջ:

- Երրորդը մասնագիտության ընտրության նախնական փուլն է: Դեռահասը գործունեության ոլորտները գնահատում նախ՝ ըստ հետաքրքրությունների, ապա՝ ըստ կարողությունների:

- Չորրորդ փուլ՝ տեղի է ունենում մասնագիտության վերջնական ընտրություն [5, էջ 138-139]:

Մասնագիտական ինքնորոշումը հաճախ բարդանում է անորոշության, անիրազեկվածության, սեփական հնարավորությունների անբավարար գիտակցման պատճառով: Անհրաժեշտ է սովորողներին ծանոթացնել տարբեր մասնագիտությունների պահանջներին և աշխատանքի բնույթին, օգնել՝ ձեռք բերելու այնպիսի հմտություններ, որոնք հատուկ են իր կողմից ընտրված աշխատանքին: Ավագ դպրոցականի մասնագիտական ինքնորոշման ձևավորման և մասնագիտության ընտրության

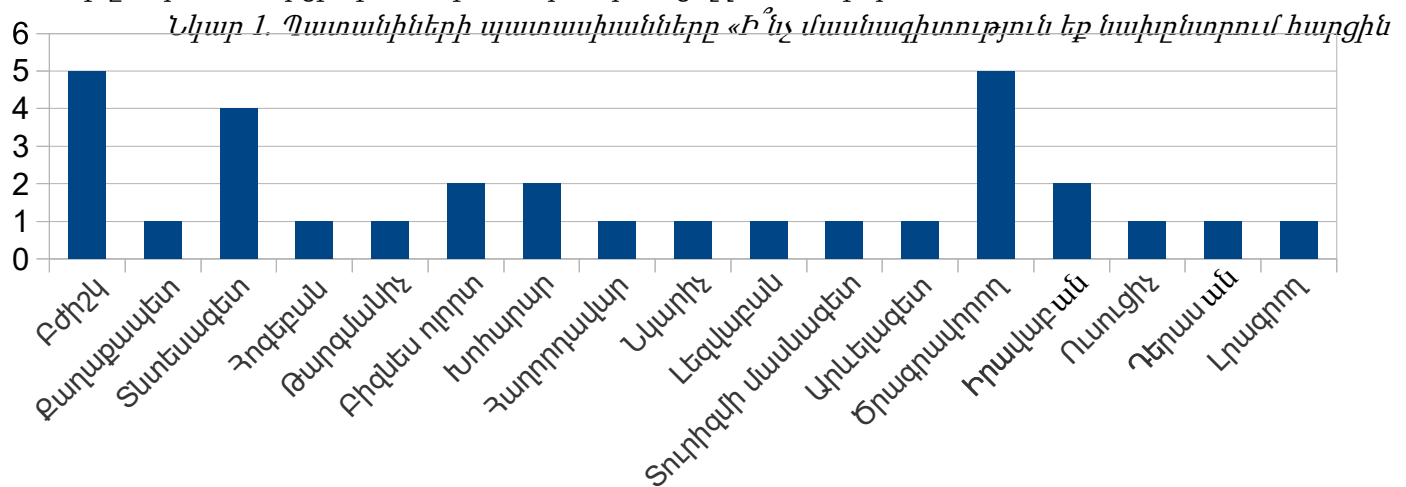
վրա, բացի մասնագիտական մտադրություններից, անհատական առանձնահատկություններից ու գործնական ունակություններից, մեծ ազդեցություն են ունենում ծնողների, ուսուցիչների և հասակակիցների դիրքորոշումները: Ծնողներն ազդում են պատանու հետաքրքրությունների զարգացման վրա դեռևս վաղ մանկությունից՝ խրախուսելով կամ քննադատելով նրա ընտրությունը: Մեծ է ուսուցիչների դերը, ովքեր հորդորում են աշակերտներին ընտրելու այն մասնագիտությունը, որում նրանք հաջողություններ են արձանագրում [2]:

Խառնվածքը կայուն տիպաբանական հատկանիշների ամբողջությունն է, որը բնութագրում է անհատի հոգեկան գործընթացների և վարքի դինամիկ առանձնահատկությունները, դրանց ուժը, առաջացման, ընթացքի և դադարի արագությունը, ինչպես նաև ազդում է կենսագործունեության հուզական և էներգետիկ տոնուսի վրա [9]: Ե.Ի. Ռոզովը խառնվածքը սահմանում է որպես հոգեկանի առանձնահատկություններ, որոնք որոշում են մարդու մտավոր գործունեության դինամիկան, հասուն տարիքում մնում են անփոփոխ [11]:

**Հետազոտության նյութ և մեթոդներ:** Աշխատանքի գիտական նորույթն այն է, որ վեր է հանվել պատանու խառնվածքի տիպի և նրա նախընտրած գործունեության ոլորտի միջև հարաբերակցությունը: Ընտրանքը Երևանի Լ. Արիսյանի անվան թիվ 127 ավագ դպրոցի 11-րդ դասարանցիներն են (30 աշակերտներ՝ հավասար թվով աղջիկներ և տղաներ): Կիրառվել են.

- մասնագիտական կողմնորոշման հարցաթերթիկը [8]. նպատակը ավագ դպրոցականի մասնագիտական ընտրության վրա ազդող գործոնները, շարժառիթները պարզելն է,
- Ե.Ա. Կլիմովի տարբերակիչ-ախտորոշիչ հարցարանը [6]. նպատակը մասնագիտության ընտրության գործընթացում անձի ուղղվածության դուրսբերումն է,
- Ա. Բելովի «Խառնվածքի բանաձև» թեստը [7]. կիրառվել է պատանիների խառնվածքի գերակշռող տիպի բացահայտման համար,
- «Բանավիճային երկխոսություն» մեթոդիկան [2]. նպատակը գիտելիքների ակտուալացումն է, յուրաքանչյուր մասնագիտության կարևորության գիտակցումը, սեփական հնարավորությունների և ընդունակությունների գիտակցումը: Ջրույցին մասնակցել են մասնագիտական ընտրության հարցում չկողմնորոշված պատանիները:

**Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն:** Հարցաթերթիկի «Ի՞նչ մասնագիտություն եք նախընտրում» հարցի պատասխաններն արտացոլված են նկար 1-ում:

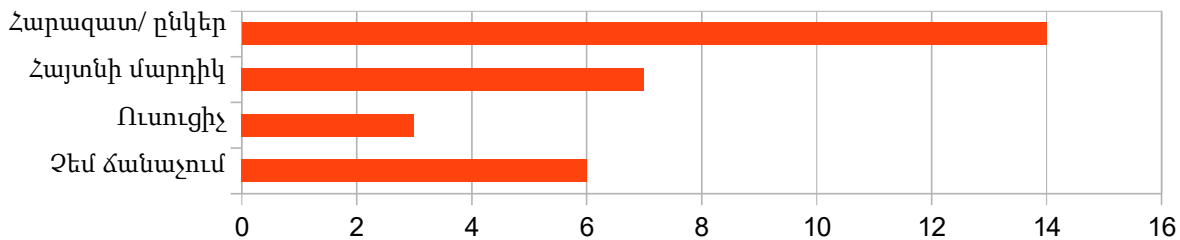


Ավագ դպրոցականները նախընտրում են բժշկի, ծրագրավորողի և տնտեսագետի մասնագիտությունները: Աղջիկների մոտ գերակշռում են բժշկի և իրավաբանի, տղաների մոտ՝ ծրագրավորողի և տնտեսագետի մասնագիտությունները: 2 աշակերտներ հստակ կողմնորոշված չէին և նշել են երկուական մասնագիտություն: Նրանց հետ անցկացվել է մասնագիտական կողմնորոշմանն ուղղված հոգեբանական գրույց՝ «Բանավիճային երկխոսություն» մեթոդիկան:

Հիմնվելով Ռ.Վ. Օվչարովայի հայեցակարգի վրա [8]՝ աշակերտների կողմից նշված մասնագիտության ընտրության շարժառիթները բաժանել ենք արտաքին և ներքին տեսակների: Աղջիկների մոտ գերակշռում են հետևյալ շարժառիթները՝ տվյալ մասնագիտությունը զարգացնում է մտածելակերպը, օգնում է մարդկանց, պահանջում է բարձր պատասխանատվություն: Մրանք ներքին շարժառիթներ են: Տղաների մոտ գերակշռում են հետևյալ շարժառիթները՝ ապահովում է ակտիվ կյանքով, բարձր աշխատավարձով, հարգանք և ճանաչում է ապահովում հասարակության մեջ: Վերջիններս արտաքին շարժառիթներ են:

«Ճանաչո՞ւմ եք Ձեր ընտրած մասնագիտությանը տիրապետող մարդկանց» հարցի դեպքում ստացել ենք հետևյալ պատկերը (նկար 2):

Նկար 2. «Ճանաչո՞ւմ եք Ձեր մասնագիտությանը տիրապետող մարդկանց» հարցի պատասխանը



Ակնհայտ է, որ պատանիների մեծամասնությունը մասնագիտության ընտրության հարցում հետևել է հարազատների և ընկերների օրինակին:

«Արդյոք տեսե՞լ եք տվյալ մասնագետի աշխատանքի արդյունքը» հարցին դրական է պատասխանել աշակերտների 70%-ը, և սա վկայում է, որ նրանք գերադասում են ընտրել մասնագիտություններ, որոնց կրողների հետ շփվում են:

Ի՞նչ պարտականություններ ունեն մասնագետները հարցին տրվել են հետևյալ պատասխանները՝

- *բժիշկ*՝ չսխալվել, գրուցել հիվանդների հետ, լսել գանգատները, բուժում նշանակել,
- *լրագրող*՝ ճիշտ ըմբռնել իրավիճակը,
- *ծրագրավորող*՝ տիրապետել համակարգչային լեզվին,
- *խոհարար*՝ լինել պարտաճանաչ, կրեատիվ, օրիգինալ, աշխատել մաքուր,
- *հաղորդավար*՝ անընդհատ գործի մեջ լինել,
- *բիզնեսի ոլորտի մասնագետ*՝ կառավարել համակարգը,
- *դերասան*՝ հաճույք պատճառել հանդիսատեսին,
- *տնտեսագետ*՝ աշխատել արդար, ի օգուտ մարդկանց,
- *իրավաբան*՝ պաշտպանել մարդու իրավունքները, առաջնորդվել օրենքով,
- *ուսուցիչ*՝ բացատրել դասը, երեխաների հանդեպ հոգատար լինել,
- *արևելագետ*՝ պատասխան չկա,
- *գրոսաշրջության ոլորտի մասնագետ*՝ հաճախորդների հետ լինել անկաշկանդ,
- *թարգմանիչ*՝ թարգմանել այն, ինչը դիմացինի համար դժվար է,

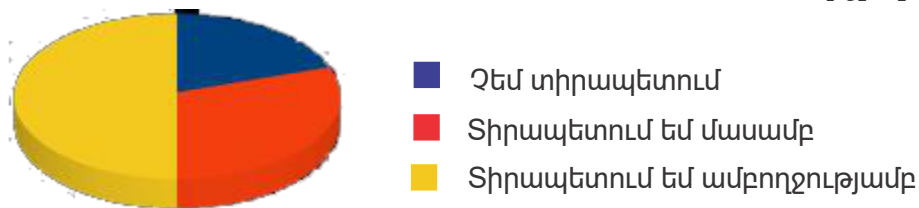
- *հոգեբան՝* պատասխան չկա:

Այսպիսով, պատանիները հիմնականում մակերեսայնորեն են պատկերացնում մասնագետների պարտականությունները, որոշ մասնագիտությունների վերաբերյալ չունեն հստակ պատկերացումներ, չգիտեն, թե ինչ պարտականություններ պետք է ստանձնեն:

«Ծնողներդ համակարծիք են մասնագիտական ընտրությանդ հետ» հարցին աշակերտների 57%-ը դրական պատասխան է տվել, 43%-ը՝ բացասական: Ծնողների մեծ մասը հաշվի է առնում պատանիների կարծիքը և խրախուսում նրանց նախընտրությունը:

Հարցաթերթիկի վերջին հարցի նպատակն է պարզել՝ արդյոք պատանին ունի՞ այն որակները, որոնք անհրաժեշտ են իր նախընտրած մասնագիտության կրողին (նկար 3):

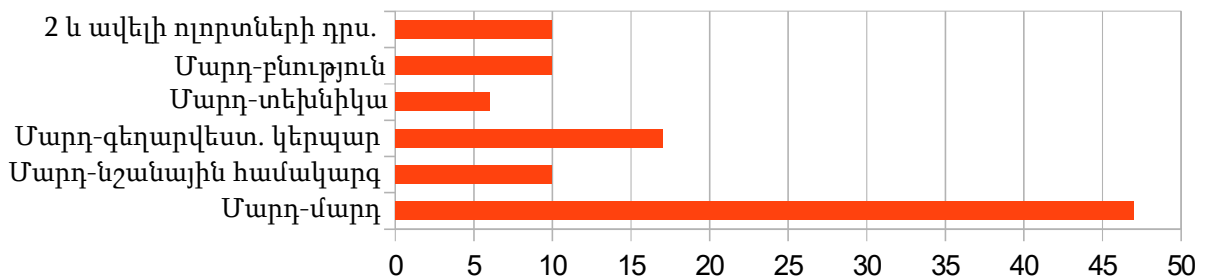
*Նկար 3. «Տիրապետո՞ւմ եք Ձեր նախընտրած մասնագիտության համար պահանջվող որակներին» հարցի պատասխանները*



Աշակերտները գտնում են, որ ամբողջությամբ (50%) կամ մասամբ (30%) ունեն իրենց նախընտրած մասնագիտության համար պահանջվող որակները:

Ստորև տրված են Ե.Ա. Կլիմովի տարբերակիչ-ախտորոշիչ հարցարանի տվյալները (նկ.՝ 4):

*Նկար 4. Պատանիների նախընտրած մասնագիտական գործունեության ոլորտները*



Պատանիների շրջանում ամենամեծ պահանջարկն ունի մասնագիտական գործունեության մարդ-մարդ ոլորտը (47%), այնուհետև՝ մարդ-գեղարվեստական կերպարը (17%), մարդ-բնություն, մարդ-նշանային համակարգ ոլորտների հանդեպ հակվածությունը հավասար դրսևորումներ ունի (յուրաքանչյուրը 10%) և 6%-ը նախընտրում է մարդ-տեխնիկա ոլորտը:

Աղջիկների 73%-ը նախընտրում է մարդ-մարդ ոլորտը, 20%-ը՝ մարդ-բնություն, 7%-ը՝ մարդ-գեղարվեստական կերպար ոլորտները: Տղաների մոտ պատկերը հետևյալն է՝ 27%-ի մոտ գերակշռում է մարդ-գեղարվեստական կերպար ոլորտը, հավասար դրսևորումներ կան մարդ-մարդ, մարդ-նշանային համակարգ և մասնագիտական գործունեության 2 և ավելի ոլորտներում (յուրաքանչյուրը 20%) և 13%-ի մոտ առկա է մարդ-տեխնիկա ոլորտը:

Ա. Բելովի «Խառնվածքի բանաձև» հարցարանի տվյալները ներկայացված են նկար 5-ում:

Նկար 5. Պատանիների խառնվածքի գերակշռող տիպը



Համաձայն ցուցանիշների՝ աշակերտների մոտ խառնվածքի գերակշռող տիպը սանգվինիկն է (37%), հաջորդաբար ֆլեգմատիկը (33%), խուլերիկը (20%) և մելանխոլիկը (10%): Աղջիկների մոտ գերակշռում են սանգվինիկ և խուլերիկ տիպերը, տղաների մոտ՝ սանգվինիկ տիպը:

Ե. Կլիմովի և Ա. Բելովի հարցարանների տվյալների միջմեթոդային վերլուծությունը հնարավորություն է ընձեռեց դուրս բերելու խառնվածքի տիպի և մասնագիտական գործունեության ոլորտների հարաբերակցությունը (աղյուսակ 1):

Աղյուսակ 1. Պատանիների խառնվածքի տիպի և գործունեության ոլորտների հարաբերակցություն

Գործունեության ոլորտներ	Սանգվինիկ	Խուլերիկ	Ֆլեգմատիկ	Մելանխոլիկ
Մարդ-մարդ	4	4	4	2
Մարդ-բնություն	2	1	-	-
Մարդ-տեխնիկա	2	-	-	-
Մարդ-նշան. համ.	-	1	1	1
Մարդ-գեղ. կերպար	3	-	2	-

Առկա է հետևյալ հարաբերակցությունը՝

- մարդ-մարդ ոլորտը գերադասում են՝ խուլերիկները, սանգվինիկները և ֆլեգմատիկները,
- մարդ-գեղարվեստական կերպար ոլորտը՝ սանգվինիկները և ֆլեգմատիկները,
- մարդ-բնություն և մարդ-տեխնիկա գործունեության ոլորտները՝ սանգվինիկները,
- մարդ-նշանային համակարգ ոլորտը՝ խուլերիկները, ֆլեգմատիկները և մելանխոլիկները:

Աղջիկների մոտ, անկախ խառնվածքի գերակշռող տիպից, գերակշռում է մասնագիտական գործունեության մարդ-մարդ տեսակը: Տղաների մոտ գերակշռում է մարդ-գեղարվեստական կերպար գործունեության ոլորտը, որը ենթադրում է մտքի, ճանաչողական, հոգևոր և պրակտիկ գործունեության արդյունքներ: Նրանք ունեն գեղարվեստական ճաշակ, վառ երևակայություն:

Հետազոտական տվյալների որակական վերլուծության միջոցով ստուգվել է պատանիների խառնվածքի տիպին «հարմար» մասնագիտական գործունեության տեսակի և նրանց նախընտրած մասնագիտության միջև համապատասխանությունը: Օրինակ՝ Վ-ի հետազոտական տվյալները և մասնագիտության իրական նախընտրությունը հետևյալն է. նա ընտրել է բիզնեսի ոլորտը, և ըստ մասնագիտական գործունեության տեսակի՝ հավասարապես համապատասխանում է մարդ-տեխնիկա, մարդ-մարդ և մարդ-նշանային համակարգ ոլորտներին: Բիզնեսի ոլորտում անձը պետք է կարողանա շփվել մարդկանց հետ և տիրապետել տեխնիկային:

Բացահայտվեցին նաև հակասություններ. հետազոտվողներից Ա-ն ընտրել է հոգեբանի, Բ-ն՝ թարգմանչի մասնագիտությունը, սակայն, ըստ թեստի տվյալների, նրանց համապատասխանում է մարդ-բնություն գործունեության ոլորտը: Մա մեկ անգամ ևս վկայում է, որ պատանիների մի մասը,

ընտրելով մասնագիտություն, հաշվի չի առնում իր ներքին հնարավորությունները՝ ընդունակությունները, հակումները, խառնվածքի տիպը:

Հետազոտության ընթացքում աշակերտների մի մասը դժվարանում էր նախընտրելի մասնագիտություն նշել: Նրանց հետ կիրառվել է «Բանավիճային երկխոսություն» մեթոդիկան [2]: Աշակերտին առաջադրվում է ընտրել իր սիրելի մասնագիտություններից մեկը և քննարկման ընթացքում կա՛մ պաշտպանել նախընտրած մասնագիտությունը, կա՛մ քննադատել: Հոգեբանը կատարում է աշակերտի կողմից չընտրված դերը: Բանավեճի ընթացքում քննարկվում են «կողմ» և «դեմ» փաստարկները՝ մասնագիտության արժեքավորությունը, հեռանկարները, աշխատանքի պայմանները, մասնագիտական պահանջների համապատասխանությունը աշակերտի անձնային որակներին: Այնուհետև քննարկվում է աշակերտի երկրորդ նախընտրելի մասնագիտությունը:

Բանավիճային գրույցի ժամանակ Ս-ն ընտրեց թարգմանչի մասնագիտությունը: Քննարկվեցին մասնագիտության հեռանկարները, պահանջները և անհրաժեշտ անձնային որակները: Երկրորդ հանդիպման քննարկման օբյեկտը լեզվաբանությունն էր: Մասնագիտությունների համեմատությունը Ս-ին հանգեցրեց այն եզրակացության, որ դրանք փոխլրացնում են միմյանց: Ըստ նրա՝ լավ թարգմանիչ լինելու, գրագետ թարգմանություններ կատարելու համար պետք է լինել նաև լավ լեզվաբան: Համաձայն Ե. Կլիմովի հարցարանի, Ս-ին համապատասխանում է մարդ-մարդ գործունեության ոլորտը, հետևաբար, նա կարող է հաջողության հասնել իր ընտրած մասնագիտություններում: Ս-ն որոշեց, որ կստանա լեզվաբանի մասնագիտություն, և կսովորի նաև օտար լեզուներ: Բանավիճը նպաստեց աշակերտի մասնագիտական ինքնորոշմանը:

### **Եզրակացություններ**

- Պատանիների շրջանում ամենամեծ պահանջարկ ունեն մասնագիտական գործունեության մարդ-մարդ, այնուհետև՝ մարդ-գեղարվեստական կերպար, մարդ-նշանային համակարգ, մարդ-բնություն ոլորտները, իսկ ամենաքիչը նախընտրում են մարդ-տեխնիկա ոլորտը:

- Աղջիկները մասնագիտության ընտրության հարցում հիմնականում առաջնորդվում են ներքին շարժառիթներով՝ մասնագիտության համապատասխանություն իրենց ցանկություններին, համոզմունքներին, իսկ տղաներն առաջնորդվում են արտաքին շարժառիթներով՝ մասնագիտության նշանակալիություն, աշխատավարձի չափ, սոցիալական բարձր դիրք:

- Պատանիներն իրենց նախընտրած մասնագիտության բովանդակության և գործառույթների վերաբերյալ երբեմն չունեն հստակ պատկերացումներ, հաճախ հակված են ընտրելու բարձր վարկանիշ ունեցող մասնագիտություններ և միշտ չէ, որ հաշվի են առնում իրենց անձի ուղղվածությունը, կարողությունները, կարևոր անձնային որակների առկայությունը:

- Խառնվածքի գերակշռող տիպի և նախընտրելի մասնագիտական գործունեության միջև հարաբերակցությունը հետևյալն է՝ մարդ-մարդ գործունեության ոլորտը գերակշռում է խոլերիկների, սանգվինիկների և ֆլեգմատիկների մոտ, մարդ-բնություն, մարդ-տեխնիկա, մարդ-գեղարվեստական կերպար գործունեության ոլորտները՝ սանգվինիկների մոտ, մարդ-նշանային համակարգը՝ խոլերիկների, ֆլեգմատիկների և մելանխոլիկների մոտ:

- Անձի խառնվածքի գերակշռող տիպը ներգործում է ապագա մասնագիտության ընտրության և ինքնորոշման վրա: Հետևաբար, խառնվածքի տիպի և մասնագիտական գործունեության ոլորտների միջև հարաբերակցության իմացությունը դպրոցական հոգեբաններին հնարավորություն կընձեռնի ուղղորդել ավագ դպրոցականներին մասնագիտական կողմնորոշման հարցերում:

• Բանավիճային երկխոսությունը մասնագիտության ընտրության հարցում չկողմնորոշված պատանիների հետ աշխատելու արդյունավետ մեթոդ է, որը կարող է կիրառվել կրթության հոգեբանների կողմից և մասնագիտական կողմնորոշման կենտրոններում:

### Գրականություն

1. **Գևորգյան Հ. (2016)** Մեծահասակների մասնագիտական կողմնորոշման և կարիերայի ուղղորդման մեթոդական ուղեցույց: Եր.: Տիգրան Մեծ, 139 էջ:
2. **Մեղրակյան Ս. (2016)** Հոգեբանական աշխատանքները ուսումնական հաստատություններում: /Ս. Մեղրակյան, Ա. Ղազարոսյան, Ն. Հակոբյան: Եր.: «Ուրարտու» համալսարան, 184 էջ:
3. **Горбачева С.М., Стрижко И.И. (2015)** Профессиональная ориентация учащихся // Молодой ученый. №21. С. 778-781.
4. **Климов Е.А. (1996)** Психология профессионального самоопределения. Р. на/Д.: «Феникс», 512 с.
5. **Кон Н.С. (1980)** Психология старшеклассника. М.: Просвещение, 174 с.
6. **Крылова А.А., Маничева С.А. (2000)** Практикум по общей, экспериментальной и прикладной психологии /2-е изд., доп. и перераб. СПб.: Питер. 560 с.
7. **Миронова Е.Е. (2005)** Сборник психологических тестов. Часть I: Пособие. Мн.: Женский институт Энвила. 155 с.
8. **Овчарова Р.В. (1996)** Справочная книга школьного психолога. 2-е изд., дораб. М.: «Просвещение», «Учебная литература». 352с.
9. **Петровский А.В. (2000)** Общая психология. /А. Петровский, М. Ярошевский. М.: Академия, 512 с.
10. **Пряжникова Е.Ю. (1999)** Профессиональное самоопределение: проблема соотношения образовательного госстандарта и уникальности личности //Журнал практич. психолога, №4, с. 28-35.
11. **Рогов Е.И. (2001)** Общая психология / Е.И. Рогов. М.: Владос, 387 с.
12. **Тамицкий А.М. (2014)** Профессиональное самоопределение молодежи: к вопросу о предмете исследования. /Международный научно-исследовательский журнал. № 8 (27), Часть 3. С. 53-54.

### Влияние преобладающего типа темперамента на профессиональное самоопределение юноши

Микаелян М.А.<sup>1</sup>, Тоноян И.А.<sup>2</sup>

(АГПУ имени Х. Абовяна, Кафедра психологии развития и образования, к.пс.н., доцент<sup>1</sup>, магистр<sup>2</sup>,

Ереван, Армения)

marine.mikaelian@ysu.am, irma.tonoyan96@mail.ru

**Аннотация.** В статье представлены характеристика и принципы профессиональной направленности юношей, этапы профессионального самоопределения, влияние типа темперамента на выбор профессии. Актуальность исследования заключается в том, что в настоящее время многие юноши не учитывают свои способности, умения и особенности темперамента при выборе профессии. И в этом контексте становится ключевым не только проблема профессиональной ориентации, но и профессионального самоопределения юношей, выбор профессиональной деятельности, соответствующей типу их темперамента. Научная новизна работы заключается в том, что путем исследования выявлено соотношение между типом темперамента юноши и выбранной им сферы деятельности. В ходе исследования применялись следующие методики: анкета профессиональной ориентации,

дифференциально-диагностический опросник Е. Климова, формула темперамента А. Белова, методика «Дебатный диалог». Согласно результатам исследования, преобладающий тип темперамента влияет на профессиональное самоопределение и выбор будущей профессии. Сфера деятельности человек-человек доминирует у холериков, сангвиников, флегматиков; сферы деятельности человек-природа, человек-техника, человек-художественный образ преобладают у сангвиников; сфера деятельности человек-знаковая система выбрана холериками, флегматиками, меланхоликами. Девочки старшего школьного возраста при выборе профессии руководствуются в основном внутренними мотивами, а мальчики – внешними. Знание взаимосвязи между преобладающим типом темперамента и областями профессиональной деятельности позволит школьным психологам и педагогам направлять старшеклассников в вопросах профессиональной ориентации.

**Ключевые слова:** профессиональная ориентация, профессиональное самоопределение, юноша, темперамент, область профессиональной деятельности.

### **Influence of the predominant type of temperament on the young men's professional self-determination**

**Mikaelian M.A.<sup>1</sup>, Tonoyan I.A.<sup>2</sup>**

(ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Developmental and Pedagogical Psychology, PhD in Psychology, Associate Professor<sup>1</sup>, Master's degree student<sup>2</sup>, Yerevan, Armenia)  
marine.mikaelian@ysu.am, irma.tonoyan96@mail.ru

**Abstract.** The article presents the characteristics and principles of the professional orientation of young men, the stages of professional self-determination, the influence of the type of temperament on the choice of profession. The relevance of the study lies in the fact that at present, many young men do not take into account their abilities, skills and temperament when choosing a profession. And in this context, not only the problem of professional orientation becomes key, but also the professional self-determination of young men, the choice of professional activity corresponding to the type of their temperament. The scientific novelty of the work lies in the fact that the study revealed the relationship between the type of temperament of a young man and his chosen field of activity. In the course of the study, the following methods were used: vocational guidance questionnaire, E. Klimov's differential-diagnostic questionnaire, A. Belov's temperament formula, "Debate Dialogue" method. According to the research results, the prevailing type of temperament affects professional self-determination and the choice of a future profession. The sphere of activity human-human dominates among choleric, sanguine and phlegmatic people; spheres of activity man-nature, man-technology, man-artistic image prevail among sanguine people; the sphere of activity man-sign system is chosen by choleric, phlegmatic, melancholic people. When choosing a profession, girls of senior school age are guided mainly by internal motives, and boys - by external ones. Knowledge of the relationship between the predominant type of temperament and areas of professional activity will allow school psychologists and teachers to guide senior students in matters of vocational guidance.

**Keywords:** professional orientation, professional self-determination, senior school age, prevailing type of temperament, sphere of professional activity.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 20.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

**ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ԻՆՔՆԱՎԵՐԱԲԵՐՄՈՒՆՔԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԿՈՆՖԼԻԿՏԱՅԻՆ  
ԻՐԱՎԻՃԱԿՈՒՄ ՎԱՐՔԻ ՆԱԽԸՆՏՐԵԼԻ ՈՃԻ ԸՆՏՐՈՒԹՅԱՆ ՎՐԱ**

**Ժամկոցյան Ռ.Ս.**

(Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոն,  
դասախոս, Երևան, Հայաստան)

Ruzanna\_rom84@mail.ru

**Ամփոփագիր.** Հոդվածում ներկայացված է կոնֆլիկտային իրավիճակում երիտասարդների վարքի նախընտրելի ոճի և ինքնավերաբերմունքի փոխազդեցությունը: Ինքնավերաբերմունքը, որպես ինքնագիտակցության համակարգի մաս, մասնակցում է անձի կողմից սեփական անձնային հատկանիշների, ընդունակությունների վերաբերյալ պատկերացումների ձևավորմանը, արտահայտվում հասարակության մեջ իր ունեցած դերի, առավելությունների և թերությունների գիտակցման, զգացմունքների և վարքի կառավարման միջոցով: Կոնֆլիկտային իրավիճակում անձի կողմից վարքի ընտրությունը պայմանավորված է անձի հոգեբանական առանձնահատկություններով, ինքնագիտակցության զարգացման մակարդակով, ինքնագնահատականով, ակտիվության ուղղվածությամբ, արժեհամակարգով:

Հետազոտության նպատակն էր պարզել երիտասարդների ինքնավերաբերմունքի առանձին բաղադրիչների և կոնֆլիկտային իրավիճակում անձի նախընտրելի վարքային ոճերի միջև փոխապայմանավորվածությունը: Հետազոտության արդյունքներից պարզ է դառնում, որ կոնֆլիկտային իրադրության ընթացքում պասիվ վարքային ձևերը դրական համահարաբերակցային կապերով կապված են ինքնամեղադրանքի ու ինքնահասկացման հետ, իսկ ակտիվ ձևերը՝ անձի ինքնահետաքրքրվածության հետ: Ինքնագնահատականից ու ինքնավերաբերմունքից կախված՝ անձը կարող է կոնֆլիկտային իրավիճակներում նախընտրելի վարքի ոճ ձեռք բերել, որը կամ ուղղված կլինի սեփական շահերի ու հետաքրքրությունների պաշտպանությանը, կամ ուրիշների պահանջների բավարարմանը:

**Հիմնաբառեր.** ինքնավերաբերմունք, ինքնագիտակցություն, կոնֆլիկտային իրավիճակ, վարքի նախընտրելի ոճ:

Անձի հաջող սոցիալականացման և հարմարման գործընթացի համար կարևոր դեր ունեն անձի միջանձնային հարաբերությունները, որոնցից կախված է նաև անձի հոգեկան ու հոգեբանական առողջությունը, ուսումնական, մասնագիտական գործունեության հաջողությունը: Սոցիալականացման ընթացքում ձևավորվում են անձնային առանձնահատկությունները, գիտակցությունն ու ինքնագիտակցությունն իր բաղադրիչներով, որոնք իրենց հերթին մեծ ազդեցություն ունեն միջանձնային հարաբերությունների ու միջանձնային կոնֆլիկտների առաջացման ու հաղթահարման վրա:

Երիտասարդությունը անձնավորության կառույցների և հատկությունների ձևավորման և զարգացման համեմատաբար կայուն շրջանն է:

Դ.Բ. Բրոմլեյի (1966) տարիքային պարբերացման մեջ 21-25 տարեկանը համարվում է վաղ հասունության շրջան: Ըստ Է. Էրիկսոնի՝ վաղ հասունության շրջանը սկսվում է 20 տարեկանում և տևում մինչև 40-45 տարեկան: Բազմաթիվ հետազոտություններ են կատարվել երիտասարդների

անձնային առանձնահատկությունների, հոգեկան գործընթացների ուսումնասիրության վերաբերյալ, որոնց արդյունքում 22-25 տարեկանը համարվել է անձնային հատկությունների կայունացման շրջան:

Վաղ հասունության կամ երիտասարդության տարիքում անձի ինքնագիտակցությունն ավելի զարգացած է, որի արդյունքում ավելի լավ են գործում ինքնակառավարման, ինքնագնահատման մեխանիզմները: Անձնային կառույցներն ավելի զարգացած են, և կան բոլոր նախադրյալները ինքնաիրացման համար: Միջանձնային փոխհարաբերություններում կոնֆլիկտների հաղթահարման համար արդեն երիտասարդն ունի վարքի նախընտրելի ոճ, որը պայմանավորված է անձի ուղղվածությամբ ու ակտիվությամբ, ինքնագնահատականի մակարդակով ու ինքնավերաբերմունքով:

Անձի ինքնավերաբերմունքի խնդրով զբաղվել են Ս.Ռ. Պանտիլենը, Ա.Վ. Պետրովսկին, Ա.Գ. Սպիրկինը, Ի.Ի. Չեսնոկովան, Վ.Վ. Ստոլինը, Ու. Ջեյմսը, Կ. Ռոջերսը և այլոք:

Վ.Վ. Ստոլինը ինքնագիտակցությունը դիտարկում է, որպես սեփական անձի մասին գիտելիքներ և պատկերացումներ, դրանց տրվող գնահատականներ և ինքնավերաբերմունք: Նա առանձնացնում էր ինքնավերաբերմունքի 3 բաղադրիչ՝ համակրանք, հարգանք և մտերմություն: Ուսումնասիրելով ինքնագիտակցության կառուցվածքն ու բաղադրիչները, նա առանձնացնում է ինքնագիտակցության ուղղահայաց և հորիզոնական կառուցվածքներ: Հորիզոնական մակարդակի առանձնացման համար հիմք են հանդիսանում անհատի ունեցած գիտելիքները սեփական անձի մասին, որոնց հիման վրա անհատն իրեն նույնացնում կամ առանձնացնում է շրջապատի մարդկանցից: Այլ կերպ ասած, դրանք միավորող կամ տարբերակող բաղադրիչներ են:

Առաջին՝ միավորող մակարդակում շրջապատողների հետ անձին միացնող հատկանիշների և պատկերացումների մասին գիտելիքներն են: Սա հանդես է գալիս որպես ինքնանույնականացման հիմք, քանի որ իրեն այլ մարդկանց հետ նույնականացնելով անձը գիտելիքներ է ստանում նաև ինքն իր մասին: Երկրորդ մակարդակում այն գիտելիքներն են, որոնց հիման վրա սուբյեկտն իրեն առանձնացնում է շրջապատողներից, որն անհատի մոտ առաջացնում է եզակիության զգացողություն:

Ըստ Վ.Վ. Ստոլինի, ինքնագիտակցության ուղղահայաց մակարդակը պայմանավորված է անձի զարգացման ընթացքում ակտիվության աղբյուրներով: Ինքնագիտակցության ուղղահայաց մակարդակում նա առանձնացնում էր 3 մակարդակ՝ կենսաբանական անհատի ինքնագիտակցության, սոցիալական անհատի ինքնագիտակցության և անձի ինքնագիտակցության մակարդակներ [3, էջ 123-155]:

Ի.Վ. Չեսնոկովան ուսումնասիրել է ինքնագիտակցության զարգացման առանձնահատկությունները օնտոգենեզում: Նա ինքնագիտակցության կառուցվածքում առանձնացնում է 2 մակարդակ, որոնք իրարից տարբերվում են սեփական անձի մասին ունեցած գիտելիքների բնույթով:

Ըստ Ի.Վ. Չեսնոկովայի, ինքնագիտակցության առաջին մակարդակում սուբյեկտի գիտելիքներները վերաբերում են «Ես-ուրիշ» մակարդակին: Այս մակարդակում սուբյեկտը անձնային հատկությունները ճանաչում է ուրիշի մոտ, գնահատում դրանք, դրանց նկատմամբ դրսևորում որոշակի վերաբերմունք:

Երկրորդ մակարդակն ինքնագիտակցության ամենաբարձր մակարդակն է, սա ինքնաընդունման, ինքնաճանաչման մակարդակն է: Գիտելիքներն այս մակարդակում «Ես-Ես» հարաբերակցության մեջ են. սուբյեկտը գիտակցում է իր որոշակի հատկությունները և դրանց նկատմամբ դրսևորում որոշակի վերաբերմունք: Ի.Վ. Չեսնոկովան գտնում է, որ հենց այս մակարդակի զարգացումն է նպաստում կյանքի ծրագրերի, արժեքային կողմնորոշումների, և ընդհանրապես արժեհամակարգի ձևավորմանը [5]:

Ի.Ի. Չեսնոկովան ինքնավերաբերմունքի տեսական պատկերացումներում ներմուծել է «հուզական-արժեքային ինքնավերաբերմունք» հասկացությունը, որն իրենից ներկայացնում է յուրահատուկ հուզական արժեքային ապրման տեսակ, որտեղ արտահայտվում է անձի վերաբերմունքը այն ամենի նկատմամբ, ինչ անձն իմանում, հասկանում կամ բացահայտում է իր մասին [6]:

Վ.Վ. Ստոլինն առաջարկել է ինքնավերաբերմունքի կառուցվածքի հիերարխիկ մոդել, որտեղ առանձնացված է ինքնավերաբերմունքի 3 մակարդակ՝

1. ընդհանուր ինքնավերաբերմունք,

2. ինքնավերաբերմունք, որում դիտարկվում են ինքնահարգանքը, ինքնահամակրանքը և ինքնահետաքրքրությունը,

3. իր «Ես»-ի վերաբերյալ կոնկրետ գործողությունների մակարդակը:

Կոնֆլիկտային իրավիճակների հոգեբանական վերլուծությանը և կոնֆլիկտային իրավիճակներում անձի վարքային ոճերի ուսումնասիրությանն անդրադարձել են Ա.Յա. Անցուպովը, Ա.Բ. Շիպիլովը, Ն.Վ. Գրիշինան, Կ. Թոմասը, Ռ. Կիլմենը և այլոք:

Ա.Յա. Անցուպովը կոնֆլիկտային իրավիճակում վարքի ոճի ընտրությունը պայմանավորում էր կոնֆլիկտի նկատմամբ անձի վերաբերմունքով և կոնֆլիկտային իրավիճակում վարքի որոշակի ձևի նկատմամբ դիրքորոշմամբ:

Ա.Բ. Շիպիլովը առանձնացնում է կոնֆլիկտային իրավիճակում դրսևորվող վարքի 4 ռազմավարություն՝ պայքար, սեփական շահերի պաշտպանություն նորմերի և կանոնների սահմաններում, մանիպուլյացիա և բաց երկխոսություն կողմերի միջև: Ն.Վ. Գրիշինան, ի տարբերություն Ա.Բ. Շիպիլովի, առանձնացնում է կոնֆլիկտային իրավիճակում դրսևորվող 3 վարքային ոճ՝ փախուստ, պայքար, երկխոսություն [1]:

Կ. Թոմասը և Ռ. Կիլմենը գտնում էին, որ կոնֆլիկտային իրավիճակում վարքի երկու հիմնական ոճ կա. մի դեպքում անձը հաշվի է առնում կոնֆլիկտային իրավիճակում հայտնված այլ մարդկանց շահերը և կոնֆլիկտի հաղթահարման ընթացքում ուղղորդվում է դրանցով, մյուս դեպքում անձի համար կոնֆլիկտի լուծման հիմնական ուղին սեփական շահերի պաշտպանությունն է: Այս երկու հիմնական ուղղվածությունների հիման վրա Կ. Թոմասն առանձնացնում է կոնֆլիկտի հաղթահարման 5 եղանակ.

1. Առճակատում կամ մրցակցություն, որը դրսևորվում է սեփական շահերը պաշտպանելու միջոցով՝ ի վնաս կոնֆլիկտող մյուս կողմերի շահերի:

2. Հարմարում, որի դեպքում անձը հրաժարվում է սեփական շահերից ի նպաստ այլ մարդկանց շահերի:

3. Փոխզիջում, որը փոխադարձ զիջումների շնորհիվ համաձայնության գալու միջոց է:

4. Խուսափում, որի դեպքում բացառվում է ինչպես փոխզիջումը, այնպես էլ սեփական շահերի պաշտպանելը:

5. Համագործակցություն, երբ կոնֆլիկտը կառուցողական լուծում է ստանում, կոնֆլիկտող կողմերի շահերը բավարարվում են այլընտրանքի միջոցով:

Նշված յուրաքանչյուր վարքային ոճի նախընտրությունը պայմանավորված է ոչ միայն կոնֆլիկտային իրավիճակի առանձնահատկությամբ, այլ նաև անձի կողմից կոնֆլիկտի ու դրա լուծման վերաբերմունքով, ինքնավերաբերմունքով և անձնային առանձնահատկություններով:

Ինքնավերաբերմունքի ու կոնֆլիկտային իրավիճակում անձի նախընտրելի ոճի ուսումնասիրության նպատակով կատարել ենք հետազոտություն, որի ընտրանքն են կազմել 22-25 տարեկան 47 երիտասարդներ:

Հետազոտության նպատակի իրականացման համար կիրառել ենք Վ.Վ. Ստոյինի և Ս.Ռ. Պանտիլենի` Ինքնավերաբերմունքի հարցարանը [4, էջ 123-130], որի օգնությամբ ուսումնասիրել ենք երիտասարդների ինքնավստահությունը, ինքնակառավարումը, ինքնաընդունումն ու ինքնահասկացումը, ինչպես նաև անձնավորության ընդհանուր վերաբերմունքը սեփական անձի նկատմամբ:

Հարցարանը ներառում է հետևյալ աղյուսակները.

Աղյուսակ S – չափում է փորձարկվողի՝ սեփական Ես-ի կողմ կամ դեմ ընդհանուր զգացումը,

Աղյուսակ I –ինքնահարգանք,

Աղյուսակ II –ինքնահամակրանք,

Աղյուսակ III -ուրիշներից սպասվող վերաբերմունք,

Աղյուսակ IV –ինքնահետաքրքրվածություն,

Հարցարանը նաև ներառում է 7 աղյուսակ, որոնք նախատեսված են փորձարկվողի Ես-ի վերաբերյալ այս կամ այն դիրքորոշման արտահայտվածությունը բացահայտելուն:

Աղյուսակ 1- ինքնավստահություն,

Աղյուսակ 2- ուրիշների վերաբերմունք,

Աղյուսակ 3- ինքնաընդունում,

Աղյուսակ 4- ինքնակառավարում,

Աղյուսակ 5- ինքնամեղադրանք,

Աղյուսակ 6- ինքնահետաքրքրվածություն,

Աղյուսակ 7- ինքնահասկացում:

Ընդհանուր ինքնավերաբերմունքը սեփական անձի նկատմամբ ներքին կողմ կամ դեմ լինելու զգացումն է:

Ինքնահարգանքն ինքնավերաբերմունքի այն կողմն է, որը միավորում է սեփական ուժերի նկատմամբ հավատը, ընդունակությունները, էներգիան, ինքնուրույնությունը, սեփական հնարավորությունների գնահատումը, սեփական կյանքը կառավարելը և սեփական անձի հասկացման մեջ հետևողական լինելը: Ինքնահամակրանքի աղյուսակն արտացոլում է սեփական Ես-ի նկատմամբ ինքնաընդունումը կամ ինքնամեղադրանքը: Ինքնահետաքրքրվածությունն արտահայտում է հետաքրքրությունը իր մտքերի և զգացմունքների նկատմամբ և վստահությունը, որ իր անձը հետաքրքիր է շրջապատողներին:

Հետազոտվողների անձի կոնֆլիկտային վարքագծի նախատրամադրվածության ախտորոշման նպատակով օգտագործվել է Կ. Թունասի` Անձի կոնֆլիկտային վարքագծի նախատրամադրվածության ախտորոշման մեթոդիկան [2, էջ 88-95]: Այս մեթոդիկայով ախտորոշվում են կոնֆլիկտի կարգավորման միջոցները՝ մրցակցությունը, հարմարումը, փոխզիջումը, խուսափումը և համագործակցությունը:

Վերլուծության ենթարկելով կոնֆլիկտային իրավիճակում վարքի նախատրամադրվածության և անձի ինքնավերաբերմունքի միջև համահարաբերակցային կապերը 22-25 տարեկան երիտասարդ հետազոտվողների մոտ՝ բացահայտվեց հետաքրքրվածության և մրցակցության միջև դրական համահարաբերակցային կապ ( $p < 0,05$ , երբ  $r = 0,315$ ): Ինքնահետաքրքրվածությունը, որը ենթադրում է

ամեն ինչի կենտրոնում իր անձի կարևորության դրսևորում, անձին մղում է մրցակցության: Ինքնահետաքրքրվածությամբ անձը նաև սեփական դրական պատկերի պահպանման համար կոնֆլիկտային իրադրության մեջ կարող է դիմել խուսափման ( $p \leq 0,05$ , երբ  $r = 0,362$ ), որի մասին վկայում է ինքնահետաքրքրվածության և խուսափման միջև բացահայտված դրական համահարաբերակցային կապը:

Դրական համահարաբերակցային կապ է բացահայտվել փոխզիջման և ուրիշներից դրական վերաբերմունքի սպասման միջև ( $p \leq 0,05$ , երբ  $r = 0,333$ ): Այս տարիքում անձը, գիտակցելով իր իրական հնարավորություններն ու պահանջմունքները, ընդունում է նաև ուրիշների հնարավորություններն ու պահանջմունքները, հասկանում, որ կոնֆլիկտային իրադրությունների հաղթահարման համար պետք է հաշվի առնել նաև դիմացիների կարծիքները և նրանց դրական վերաբերմունքին արժանանալու համար անհրաժեշտություն է առաջանում դիմել նաև փոխզիջման:

Բացասական համահարաբերակցային կապ է բացահայտվել ինքնամեղադրանքի և մրցակցության միջև ( $p \leq 0,05$ , երբ  $r = -0,307$ ), դրական համահարաբերակցային կապ համագործակցության ( $p \leq 0,01$ , երբ  $r = 0,414$ ), և խուսափման միջև ( $p \leq 0,05$ , երբ  $r = 0,323$ ): Կոնֆլիկտային իրադրություններում ինքնամեղադրանք ունեցող անձը մրցակցության չի դիմի, փոխարենը կփորձի համագործակցել: Մեղավորության գիտակցումը, այս տարիքում ստիպում է անձին համագործակցել հակառակ կողմի հետ, հաշվի առնելով նաև դիմացիների պահանջմունքները:

Ինքնամեղադրանքի և խուսափման միջև կապը ամենայն հավանականությամբ վկայում է, որ սեփական անձի մեղադրանքը ստիպում է անձին կոնֆլիկտի մեջ չմտնել, այլ պարզապես խուսափել կոնֆլիկտային իրադրությունից:

Ինքնահասկացման և մրցակցության միջև բացասական համահարաբերակցային կապ է բացահայտվել ( $p \leq 0,05$ , երբ  $r = -0,309$ ): Կոնֆլիկտային իրադրության մեջ ինքնահասկացման բացակայությունը սեփական իրական հնարավորությունների և պահանջմունքների, դիմացիների ցանկությունների և պահանջմունքների չգիտակցման դեպքում անձի կոնֆլիկտային իրադրության մեջ ամենայն հավանականության կդիմի մրցակցության:

Այսպիսով, կոնֆլիկտային իրավիճակներում վարքի մրցակցություն ոճը համահարաբերակցային դրական կապով կապված է սեփական անձով հետաքրքրվածության հետ, իսկ բացասական կապերով՝ ինքնամեղադրանքի ու ինքնահասկացման հետ: Մրցակցությունը սեփական անձի շահերի ու հետաքրքրությունների պաշտպանությանն ուղղված ակտիվ վարքային ոճ է: Անձի ինքնամեղադրանքն ու ինքնահասկացումը չեն նպաստում ի վնաս ուրիշների շահերի ու հետաքրքրությունների կոնֆլիկտի լուծմանը:

Խուսափում վարքային ոճը նույնպես դրական կապով կապված է ինքն իրենով հետաքրքրվածության և ինքնամեղադրանքի հետ, քանի որ անձը, իրատեսութեն գնահատելով իր հնարավորությունները կոնֆլիկտի լուծման գործում, կամ ինքնամեղադրանքից ազատվելու համար կարող է պարզապես խուսափել կոնֆլիկտային իրավիճակներից: Սա պասիվ վարքային ոճ է, որի դրսևորումը չի նպաստում անձի սեփական շահերի ու հետաքրքրությունների պաշտպանությանը:

Փոխզիջման դիմելով՝ անձը ակնկալում է դրական վերաբերմունք կոնֆլիկտի մեջ գտնվող այլ անձանցից: Կոնֆլիկտը հաղթահարվում է փոխադարձ զիջումների արդյունքում, որը ենթադրում է կոնֆլիկտող կողմերի միջև դրական վերաբերմունքի առկայություն միմյանց նկատմամբ:

Համագործակցության ամուր կապը ինքնամեղադրանքի հետ, ամենայն հավանականությամբ, պայմանավորված է կոնֆլիկտի առաջացման մեջ անձի մեծ պատասխանատվությամբ, որը անձին

մղում է կոնֆլիկտող մյուս կողմի հետ գտնել այլընտրանքային ընդունելի լուծում կոնֆլիկտի հաղթահարման համար:

### Գրականություն

1. **Анцупов А.Я. (2008)** Конфликтология: учебник для высших учебных заведений /А.Я. Анцупов, А.И. Шипилов. – СПб.: Питер. – 496 с.
2. **Практикум по общей психологии:** Учеб. пособие /Н. С. Глуханюк, Е.В. Дьяченко, С.Л. Семенова. — 3-е изд. — М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2006. – 224 с.
3. **Столин В.В. (1983)** Самосознание личности. М., МГУ. – 286 с.
4. **Столин В.В. (2000)** Уровни и единицы самосознания. В кн. Психология самосознания. /Под ред. Д.Я. Райгородского. Самара, БАХРАХ-М. – С. 123-155, – С. 132-133.
5. **Чеснокова И.И. (1978)** Особенности развития самосознания в онтогенезе. В кн. Принцип развития в психологии. Под ред. Л.И. Анцыферовой. М.: Наука. – С. 328-330.
6. **Чеснокова И.И. (1977)** Проблемы самосознания в психологии / И.И. Чеснокова. - М.: Наука. – 144 с.

### Влияние самоотношения молодежи на выбор стиля поведения в конфликтных ситуациях

**Жамкоцян Р.С.**

(АГПУ им. Х. Абовяна, Кафедра психологии имени академика М. Мазманяна, Ереван, Армения)

Ruzanna\_rom84@mail.ru

**Аннотация.** В статье представлена взаимосвязь предпочитаемого стиля поведения в конфликтной ситуации и самоотношения молодежи. Самоотношение, как часть системы самосознания, участвует в формировании представлений о собственных личностных особенностях, способностях, выражается через осознание своей роли в обществе, преимуществ и недостатков, управление эмоциями и поведением. Выбор поведения личности в конфликтной ситуации определяется его психологическими особенностями, уровнем развития самосознания, самооценки, направлением деятельности, системой ценностей. Целью исследования было выяснить взаимосвязь между отдельными компонентами самоотношения и предпочтительными стилями поведения в конфликтной ситуации молодежи. Результаты исследования показывают, что в конфликтной ситуации пассивные модели поведения положительно коррелируют с самообвинением и самопониманием, а активные модели связаны с самоинтересом личности. В зависимости от самооценки и самоотношения человек может приобрести предпочтительный стиль поведения в конфликтных ситуациях, который будет либо направлен на защиту собственных интересов, либо на удовлетворение требований других.

**Ключевые слова:** самоотношение, самосознание, конфликтная ситуация, предпочтительный стиль поведения.

### The influence of self-attitude of youth on the choice of behavior style in conflict situations

**Zhamkotsyan R.S.**

(ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Psychology named after Academician Mkrtich Mazmanyan, Yerevan, Armenia)

**Abstract.** The article presents the relationship between the preferred style of behavior in a conflict situation and the self-attitude of young people. Self-attitude, as a part of the system of self-consciousness, is involved in the formation of ideas about one's own personal characteristics, abilities, is expressed through awareness of one's role in society, advantages and disadvantages, control of emotions and behavior. The choice of a person's behavior in a conflict situation is determined by his psychological characteristics, the level of development of self-awareness, self-esteem, direction of activity, system of values. The aim of the study was to find out the relationship between the individual components of self-attitude and the preferred styles of behavior in a conflict situation of young people. The results of the study show that in a conflict situation passive models of behavior positively correlate with self-accusation and self-understanding, while active models are associated with self-interest of personality. Depending on self-esteem and self-attitude, a person can acquire a preferred style of behavior in conflict situations, which will either be aimed at protecting one's own interests or at satisfying the requirements of others.

**Keywords:** self-attitude, self-awareness, conflict situation, preferred style of behavior.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 13.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

**ԿԻՐԱՌԱԿԱՆ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ** **ПРИКЛАДНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**  
**APPLIED PSYCHOLOGY**

**ԱՌԻՏԻՍՏԻԿ ՄՊԵԿՏՐԻ ԽԱՆԳԱՐՈՒՄՆԵՐ ՈՒՆԵՑՈՂ ԵՐԵՒԱՆԵՐԻ ՀՈՒԶԱԿԱՆ  
ԻՆՏԵԼԵԿՏԻ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ**

**Խուդոյան Ա.Ս.**

(Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոն, հ.գ.թ.,  
Երևան, Հայաստան)  
khudoyanani24@aspu.am

**Ամփոփագիր.** Աուտիստիկ սպեկտրի խանգարումներով երեխաների հաղորդակցական, սոցիալական փոխներգործության, վարքային խնդիրների հիմքում որոշիչ դեր ունի հուզական ինտելեկտը: Սեփական հույզերն արտահայտելու, կառավարելու, ուրիշների հույզերը ճիշտ ընկալելու, մեկնաբանելու և գնահատելու խնդիրները խանգարում են երեխայի սոցիալականացման գործընթացին, պատճառ դառնում վարքային խնդիրների դրսևորման: Աուտիզմով, աուտիստիկ սպեկտրի խանգարումներով երեխաներից շատերը չեն կարողանում շփվել իրենց հասակակիցների հետ, քանի որ խնդիր ունեն ոչ միայն դիմացինի հույզերի ճանաչման, այլ նաև հույզերի դրսևորման պատճառների հասկացման՝ երեխայի համար անհասկանալի է, թե ինչու են մարդիկ ժպտում, կամ տխրում, ինչու են բարկանում կամ վիրավորվում: Դիմացինի կողմից դրսևորվող յուրաքանչյուր հույզ երեխան մեկնաբանում է յուրովի, հաճախ՝ սխալ, ինչը պատճառ է դառնում նաև ոչ ադեկվատ հակազդման: Մյուս կողմից, այս երեխաները դժվարանում են կառավարել սեփական հույզերը՝ հաճախ ունենալով հուզական պոռթկումներ՝ բարձր ծիծաղ, լաց և այլն: Ընդ որում, հուզական պոռթկումների ընթացքում գրեթե չեն գործում ինքնակարգավորման մեխանիզմները և երեխայի վարքը որոշ դեպքերում կարող է դառնալ անվերահսկելի: Հոդվածում անդրադարձել ենք վերոնշյալ խնդիրներին՝ փորձելով տեսական գրականության վերլուծության և էմպիրիկ հետազոտության միջոցով պարզել աուտիստիկ սպեկտրի խանգարումներով երեխաների հուզական ինտելեկտի զարգացման առանձնահատկությունները:

**Հիմնաբառեր.** աուտիզմ, աուտիստիկ սպեկտրի խանգարում, հուզական ինտելեկտ, հաղորդակցում, սոցիալական փոխներգործություն:

Ամերիկյան հոգեբանական ասոցիացիայի հոգեբանական բառարանում հուզական ինտելեկտը սահմանվում է որպես «... սեփական հույզերն արտահայտելու, սեփական և ուրիշի հույզերը ճիշտ ընկալելու և գնահատելու, հուզական ինֆորմացիան ճիշտ օգտագործելու, և հույզերը կարգավորելու կարողություն» [6, էջ 578]: Ըստ Մ. Լեմբերգի, հուզական ինտելեկտը 4 հիմնական հմտությունների միավորման արդյունք է:

1. Հույզերի արտահայտման և գնահատման հստակեցում- երբ անձը կարողանում է այլ մարդկանց ֆիզիկական վիճակից կամ արտահայտած մտքերից, վարքից դատելով՝ հասկանալ, թե ինչ է զգում դիմացինը, ինչպես նաև արտահայտել սեփական հույզերը:

2. Հույզերի օգտագործում - ավելի արդյունավետ մտածելու կարողությունը՝ հույզերն օգտագործելով:

3. Հույզերի հասկացում - հույզերի դրսևորման հիմքում ընկած պատճառների հասկացում, հույզերի մեկնաբանում, մի հույզից մյուսին անցում, բարդ հույզերի հասկացում:

4. Հույզերի կառավարում - սեփական և ուրիշի հույզերը կառավարելու կարողություն [1]:

Այսպես, աուտիզմով, աուտիստիկ սպեկտրի խանգարումներով երեխաների հուզական ինտելեկտի առանձնահատկություններն ուսումնասիրելու համար առաջին հերթին անհրաժեշտ է հասկանալ այս չորս հիմնական բաղադրիչների զարգացվածության մակարդակը երեխաների մոտ: 1981թ. Լ. Վինգն առանձնացրել է աուտիզմի տարբեր մակարդակների դեպքում սոցիալական հաղորդակցման խանգարման դրսևորման ձևերը, որոնցում անդրադարձել նաև աուտիզմով անձանց հուզական ոլորտի առանձնատկություններին: Հեղինակը, մասնավորապես, նշում էր հետևյալ խանգարումների մասին.

1. Երեխան չի հասկանում, որ խոսքը կարելի է կիրառել որպես հաղորդակցման միջոց, բավականություն չի ստանում խոսքի կիրառումից:

2. Երեխան չի հասկանում, որ խոսքն ինֆորմացիայի փոխանցման, հույզերի, սեփական կարիքի արտահայտման միջոց է:

3. Երեխան չի կարողանում ապակոդավորել դիմացինի ժեստերում, միմիկայում, ձայնի ինտոնացիայում առկա ինֆորմացիան:

4. Երեխան չի կիրառում խոսքը որպես սոցիալական փոխներգործության միջոց [7]:

Այսպիսով, Լ. Վինգն ընդգծում էր աուտիզմով երեխայի՝ սեփական հույզերն արտահայտելու անկարողության հանգամանքը: Այս մասին է խոսում նաև Թ. Փիթերսը, հեղինակը նշում է, որ աուտիզմով երեխաները ոչ միայն դժվարանում են հասկանալ դիմացինի հույզերը, այլ նաև արտահայտել սեփականը: Դա է պատճառը, որ երբ երեխային խնդրում են բարկանալ, տխրել, ուրախանալ՝ որևէ հույզ արտահայտել, աուտիզմով երեխաների մեծ մասը դժվարանում է կատարել հրահանգը: Սակայն, այստեղ հետաքրքրական է այն, որ ոչ գիտակցված տարբերակով երեխաներն այդ նույն հույզերը դրսևորում են և հաճախ բուռն կերպով [2]: Ըստ մի շարք հեղինակների, դիմացինի հույզերի ընկալման և սեփական հույզերի արտահայտման խնդիրներով պայմանավորված՝ աուտիզմ ունեցող անձանց մոտ դրսևորվող անկանխատեսելի հուզական դրսևորումների խնդիրը չափազանց լուրջ է, հատկապես առանց պատճառի անկանխատեսելի հուզական արձագանքի խնդիրը՝ բարկություն, տագնապ, ուրախություն և այլն [4]: Դ. Րիքսի կողմից իրականացված հետազոտության արդյունքների համաձայն, աուտիզմով անձանց՝ հուզական արձագանքների դեպքում դրսևորվող ձայնի, խոսքի արտաբերումը ծնված օրվանից տարբերվում է զարգացման յուրահատկություններ չունեցող երեխաների խոսքի արտաբերումից [2]: Մ. Շիպիլացան ևս խոսում է ձայնի, խոսքի արտահայտչաձևի տուժած լինելու հանգամանքի մասին, նաև հավելում, որ այս երեխաների դեպքում նկատելի է խոսքին ուղեկցվող ժեստերի բացակայություն կամ փոխարինում ատերեոտիպային վարքով, ակտիվությամբ: Հեղինակն ընդգծում է, որ աուտիզմի դեպքում տեղի է ունենում սոցիալ-հուզական ազդակների ոչ ադեկվատ գնահատում, դա ակնհայտ է դառնում, ելնելով այն հանգամանքից, որ երեխան համարժեք ձևով չի արձագանքում դիմացինի հույզերին, վերբալ կամ ոչ վերբալ ազդակներին, կամ երեխայի հուզական ռեակցիաները հաճախ բացակայում են: Հույզերից հատկապես ամոթի զգացումն է, որ բացակայում է, նաև դրանով է պայմանավորված վարքի կանոնների չպահպանելը՝ հագուստը հանելը հանրային վայրերում, դասի ժամանակ կանգնելը, բղավելը և այլն: Հեղինակը նաև հավելում է, որ երեխաները հաճախ գտնվում են հուզական դիսկոմֆորտի վիճակում, ինչը պայմանավորված է սովորական զգայական ազդակների հանդեպ

հեիպերստեզիայով, հատկապես՝ ջերմային, լույսի, ձայնի ազդակների հանդեպ: Աուտիզմով, աուտիստիկ սպեկտրի խանգարումներով երեխաների հուզական վիճակների ընդհանուր առանձնահատկություններն են՝ լարվածությունը, տագնապայնությունը, ինդիֆերենտությունը, հույզերի արտահայտման կամ չափազանց ցածր կամ չափազանց բարձր մակարդակը, տրամադրության չպատճառաբանված տատանումները [3]:

Աուտիզմով անձանց հաճախ բնորոշում են որպես հուզական էգոիզմով սառնապողների, մինչդեռ, ըստ Տ. Փիթերսի, խնդրի հիմքում առաջին հերթին ընկած են ճանաչողական խնդիրները. ապրումակցման բացակայության հիմքում ոչ թե ընկած է միայն սեփական անձի մասին մտածելու, անհանգստանալու գործոնը, այլ այն, որ տվյալ անձը պարզապես չի ընկալում, ճանաչում դիմացինի հույզերը և դրանց դրսևորման հիմքում ընկած պատճառները:

Թ. Փիթերսը բնութագրում է աուտիստիկ սպեկտրի խանգարումներով երեխաներին որպես «սոցիալապես կույր» կերպարների, նշելով, որ դիմացինի հույզերը, մտքերը, մտադրությունները հասկանալու դժվարությունները հանգեցնում են սոցիալականացման լրջագույն խնդիրների: Այստեղ հետաքրքրական է այն, որ ըստ Թ. Փիթերսի աուտիզմով երեխաները հստակ հասկանում են, թե ինչ է նշանակում, օրինակ, գրկել, համբուրել և այլն, սակայն նրանք չեն կարողանում հասկանալ, թե ինչու են մարդիկ իրար գրկում կամ համբուրում: Թ. Փիթերսը այս խնդրի հետ կապված մի հետաքրքիր օրինակ է բերում, երբ աուտիզմով երեխայի մայրը լացում է, իսկ երեխան, տեսնելով մորը լացելիս, սկսում է ծիծաղել: Խնդիրը նրանում է, որ երեխան, չհասկանալով հույզի նման դրսևորման իմաստը, երևույթին նայում է այլ տեսանկյունից. քանի որ նա սովոր է եղել տեսնել, որ ջուրը հոսում է միայն ծորակից, իսկ այս դեպքում նկատել է, որ արցունքները հոսում են նաև մոր աչքերից, երևույթն իր համար սկսել է ծիծաղելի թվացել [2]: Հոբսոնը փորձեց ուսումնասիրել այն, երևույթը, երբ երեխային սովորեցնում են այդ ամենը, օրինակ այն, որ ժպիտն ուրախության նշան է, այդ կերպ որոշ առումով երեխաները հասկանում էին: Սակայն նրանք դժվարանում էին հասկանալ իրական հույզերը, օրինակ, երբ մարդը տխուր է, բայց ժպտում է և դա իրենց համար անհասկանալի էր [5]:

Հոգեբանական գրականության վերլուծությունը թույլ է տալիս եզրահանգել, որ աուտիզմով, աուտիստիկ սպեկտրի խանգարումներով երեխաների մոտ առկա է հուզական ինտելեկտի զարգացվածության ցածր մակարդակ, քանի որ հեղինակների մեծամասնության կողմից շեշտվում է դրա հիմնական բաղադրիչների՝ աուտիզմով երեխաների մոտ զարգացված չլինելու հանգամանքը:

2021-2022թթ ընթացքում մեր կողմից իրականացվեց էմպիրիկ հետազոտություն աուտիստիկ սպեկտրի խանգարում ախտորոշմամբ 7-10 տարեկան 30 երեխաների շրջանում: Հետազոտության առաջին փուլում երեխաները ծանոթացան հույզերի հիմնական տեսակներին և դրանց արտահայտման ձևերին: Ծանոթացումն իրականացվում էր դիդակտիկ քարտերի միջոցով:

Առաջին փուլի ավարտին 30 երեխաներից 25-ը հստակ կարողանում էր տարբերակել հույզերն ըստ քարտերի և անվանել հույզը:

Հետազոտության երկրորդ փուլին մասնակցում էին նախորդ փուլը հաղթահարած 25 երեխաները: Երկրորդ փուլի ընթացքում երեխաները պետք է մեկնաբանեին առաջարկվող սյուժետային նկարները, բնութագրեին, անվանեին գլխավոր հերոսի հույզերը, հուզական վիճակը՝ պատասխանելով «Ի՞նչ է զգում հերոսը» հարցին:

Հետազոտության արդյունքների համաձայն, աուտիստիկ սպեկտրի խանգարումներով 25 երեխաներից 23-ը հստակ կարողանում էր նկարագրել սյուժետային նկարներն այն դեպքում, երբ նկարում պատկերված իրավիճակն իրեն ծանոթ էր, կամ նախկինում դրա մասին մասնագետի հետ

ունեցել էր քննարկումներ, այս դեպքում հույզի ընկալումը ևս ճիշտ էր լինում, օրինակ, նկարներից մեկում աղջիկը ժպտում էր, որովհետև ծաղիկներ էր ստացել, երեխաները հստակ կարողանում էին մեկնաբանել նկարը և ճանաչել հույզը:

Սակայն այն դեպքում, երբ սյուժետային նկարի բովանդակությունն իրենց անձանոթ էր, հույզի ճանաչումը սխալ էր լինում: Օրինակ, սյուժետային նկարներից մեկում տղան խեղդվում էր ջրի մեջ, այն երեխաներին, որոնց խեղդվել էրևույթը ծանոթ չէր, խեղդվող տղայի հույզերը նկարագրելիս՝ շատերն ասում էին, որ տղան զարմացած է, քանի որ տղայի դեմքի արտահայտությունը, բերանի բացվածքի ձևը նման էր զարմանք ցույց տվող քարտին: Նմանատիպ այլ նկարներ ևս կային, որոնցում արտահայտվող հույզերը երեխաները չէին կարողանում ճիշտ մեկնաբանել: Հետազոտության ընթացքում հանդիպեցինք նաև Թ. Փիթերսի, Ա. Հոբսոնի կողմից նկարագրվող խնդիրներին, երբ, օրինակ, երեխան կարողանում էր հասկանալ հույզը, բայց չէր կարողանում մեկնաբանել, կամ սխալ էր հասկանում դրա դրսևորման հիմքում ընկած պատճառները: Այսպես նկարներից մեկում տղան հագնում է կոշիկները, որպեսզի գնա բակ, տղան սահում է, 2 նկարում էլ նկարում երևում է տղայի ժպիտը, սակայն աչքերը դեպի ներքև են ուղղված, արդյունքում երեխաները մեկնաբանում էին նկարն՝ ասելով, որ տղան ուրախ է, որովհետև քնում է, կամ պարզապես ասում էին, որ քնած է: Մեկ այլ դեպքում նկարի գլխավոր հերոսը հաղթում է վազքի մրցույթում, երեխաները, նայելով նկարին, մեկնաբանում են, որ տղան ուրախ է, քանի որ կարողացել է կտրել ժապավենը:

Այսպես, ամփոփելով հետազոտության ընթացքում ստացված տվյալները, կարող ենք ենթադրել, որ աուտիստիկ սպեկտրի խանգարումներով երեխաների հույզերի ընկալման, ճանաչման գործընթացում կարևոր նշանակություն ունի այն, թե ինչպես է երեխան մեկնաբանում, հասկանում, ընկալում իրավիճակը, որում դրսևորվում են այդ հույզերը: Եվ անգամ այն դեպքում, երբ երեխան կարողանում է հստակ ճանաչել հույզը, սակայն իրավիճակը, որում դրսևորվում է տվյալ հույզը, իրեն անձանոթ է, երեխան պարզապես չի կարողանում հասկանալ տվյալ հույզի դրսևորման պատճառները, ինչ արդեն իսկ խոսում է այն մասին, որ երեխաների մոտ հուզական ինտելեկտը թույլ է զարգացած, ինչը կարող է պատճառ դառնալ հաղորդակցական, սոցիալականացման խնդիրների:

### Գրականություն

1. **Линн А. (2019)** Сила эмоционального интеллекта. Изд.: Манн, Иванов и Фербер. – 313 с.
2. **Питерс Т. (1999)** Аутизм: от теоретического понимания к педагогическому воздействию СПб.: Институт специальной педагогики и психологии. – 192 с.
3. **Шипицына Л. (1997)** Детский аутизм: Хрестоматия, СПб. – 254 с.
4. **Charman Tony, Liz Pellicano, Lindy V Peacey, Nick Peacey, Kristel Forward, Julie Dockrell (2011)** What is Good Practice in Autism Education? p. 15-16.
5. **Frith U. (1989)** Diagnosis and Treatment of Autism: Plenum Press; New York p. 325.
6. **VandenBos Gary R. (2007)** Dictionary of psychology American Psychological Association. p. 578.
7. **Wing L. (1981)** Language, social and cognitive impairments in autism severe mental retardation//In: J. of Autism and Developmental Disorders.. Vol. 11. p. 32.

**Особенности развития эмоционального интеллекта детей с расстройством аутистического спектра**

**Худоян А.С.**

(АГПУ им. Х. Абовяна, Кафедра психологии имени академика М. Мазманяна, к.пс.н., Ереван, Армения)

**Аннотация.** В основе коммуникативных, поведенческих проблем детей с расстройствами аутистического спектра решающую роль играет эмоциональный интеллект. Проблемы выражения собственных эмоций, управления эмоциями, правильного восприятия и интерпретации эмоций других, мешают процессу социализации ребенка, становятся причиной проявления поведенческих проблем. Многие дети с аутизмом, расстройствами аутистического спектра не могут общаться со своими сверстниками, так как у них проблемы не только с распознаванием эмоций другого человека, но и с пониманием причин их проявления. Каждую эмоцию, проявляемую другим человеком, ребенок интерпретирует по-своему, часто ошибочно, что также вызывает неадекватную реакцию. С другой стороны, этим детям трудно контролировать свои эмоции, часто они испытывают эмоциональные всплески, такие как громкий смех, плач и т. д. При этом, во время эмоциональных всплесков механизмы саморегуляции практически не действуют, поведение ребенка в некоторых случаях может стать неконтролируемым.

В статье мы затронули вышеуказанные проблемы, пытаюсь посредством анализа теоретической литературы и эмпирических исследований выяснить особенности развития эмоционального интеллекта детей с расстройствами аутичного спектра.

**Ключевые слова.** аутизм, расстройство аутистического спектра, эмоциональный интеллект общение, социальное взаимодействие.

### **Characteristics of emotioanl intelligence development in children with autism spectrum disorders**

**Khudoyan A.S.**

(ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Psychology named after Academician M. Mazmanyan, PhD in Psychology, Yerevan, Armenia)

khudoyanani24@aspu.am

**Abstract.** Emotional intelligence plays a crucial role in the basis of communicative, behavioral problems of children with autism spectrum disorders. The problems of expressing own emotions, managing emotions, the problems of interpretation and evaluation of the others emotions, interfere with the process of socialization, cause the manifestation of behavioral problems. Many children with autism and autism spectrum disorders are not able to communicate with other children, as they have problems not only with recognizing the emotions of another person, but also with understanding the causes of their manifestation. Every emotion shown by another person, the child interprets in his own way, often incorrectly, which also causes an inadequate reaction. On the other hand, it is difficult for these children to control their emotions, they often experience emotional outbursts, such as loud laughter, crying, etc., during emotional outbursts, the mechanisms of self-regulation practically do not work, the child's behavior in some cases may become uncontrollable. In the article we discuss these problems, trying to find out the features of the development of emotional intelligence of children with autism spectrum disorders through the analysis of theoretical literature and empirical studies.

**Keywords:** autism, autism spectrum disorder, emotional intelligence, communication, social interaction.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 28.10.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

# РИТУАЛИЗМ КАК МЕХАНИЗМ КОНТРОЛИРОВАНИЯ АГРЕССИВНЫХ ВЛЕЧЕНИЙ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Арутюнян Г.А.

(АГПУ им. Х. Абовяна, аспирант Кафедры прикладной психологии, Ереван, Армения)

harutyunyan.gerasim@gmail.com

**Аннотация.** В данной статье рассматриваются специфические поведенческие проявления в дошкольном возрасте, которые обозначаются термином ритуализм или ритуальные действия, также проводится анализ структуры, механизмов проявления и функций вышеупомянутого феномена. Проводятся параллели между проблемами в сферах коммуникации и социального взаимодействия, степени выраженности ритуализмов и формами проявления агрессивных влечений в дошкольном возрасте. Рассматриваются теоретические позиции происхождения, функций и механизмов ритуальных действий как сторонников этологии, так и представителей детского психоанализа. Также приводятся описания случаев из практики и проводятся соответствующие параллели. В заключение приводятся основные выводы и обобщения вышерассмотренного и анализированного содержания.

**Ключевые слова:** ритуализм, агрессивные влечения, дошкольный возраст, механизмы контолирования, паттерны поведения.

В данной статье мы попытаемся провести психологический анализ поведенческих проявлений, которые можно обозначить термином ритуализм или ритуальные действия, и которые могут проявляться в детском возрасте и, в зависимости от формы проявлений и возраста ребёнка, расцениваться как нормальные или патологические явления.

Вышеупомянутые поведенческие проявления в основном наблюдаются в нашей практике у детей дошкольного возраста, у которых в той или иной степени имеются проблемы в сферах общения и социального взаимодействия, проявляющиеся как в пределах нормы, так и в патологии. Попробуем описать основные проявления феномена, который мы здесь называем ритуальными действиями или ритуализмами. В основном это повторяющиеся с той или иной частотой движения или комплекс движений, которые не соответствуют социальному контексту данной ситуации (поднимают руку с растопыренными пальцами ладонью к лицу, приближают кисти рук к глазам и двигают пальцами и т. п.) и не воспринимаются социальной средой как знаковые единицы. Речь идёт об устойчивых паттернах поведения, которые, хотя и могут показаться бессмысленными и независимыми от стимулов внешнего мира, проявляются в определённых условиях и могут иметь вполне конкретное значение и функцию.

Итак, данные поведенческие паттерны представляют из себя стереотипные, циклично повторяющиеся движения, частота которых зависит как от длины цикла ритуала, так и, по всей видимости, от эмоционального состояния ребёнка. Эти движения в основном сопровождаются вербальным лепетом, напоминающие отрывки каких-то экранизаций (мультфильма, рекламы и т.п.). У всех этих движений общим было то, что все они были более или менее плавными, не реактивные, а также их структурированность: несмотря на уровень сложности ритуала (а среди них встречаются очень похожие на игру, и только многократное и безопасное повторение выдаёт в нём ритуал), все эти паттерны (мы пока назовём их так) имели вполне дифференцированное начало и концовку.

Важно отметить тот факт, что у детей с вышеописанным поведением отсутствовали эмоциональные проявления при соответствующих ситуациях фрустрации: когда им запрещали брать то, что они хотели, дети, почти не обращая внимания на отказ, упорно продолжали попытки и даже после нескольких неудач у них не наблюдалось особых эмоциональных проявлений. Вместо этого повышалась частота и интенсивность вышеописанных ритуализмов. Иногда у некоторых из вышеупомянутых детей наблюдались спонтанные или не соответствующие стимулу вспышки ярости, сопровождающиеся деструктивным поведением, направленным большей частью на самого себя, иногда на ближайшие объекты и крайне редко - на других людей (при наличии последовательных провоцирующих стимулов). Наблюдаемые нами дети с вышеописанным поведением не проявляют характерную для их возраста степень агрессивности: наблюдая за их поведением в группе сверстников можно было заметить, что если у них отобрать игрушку, или толкнуть, то они не попытаются защититься или побороться за свое. Вместо этого у детей наблюдается учащение этого странного поведения, хотя в некоторых случаях могут наблюдаться внезапные резкие эмоциональные проявления (крики, визги), которые могут также внезапно, без какого-нибудь внешнего воздействия оборваться. Складывалось впечатление, что данные ритуализмы в описанных нами случаях функционируют как своеобразные психические механизмы контроля эмоциональных проявлений.

Поиски теоретических оснований данного предположения привели нас в первую очередь к основам этологии, в рамках которого агрессия рассматривается как один из основных в «парламенте инстинктов», как выражается Конрад Лоренц, и при длительной пассивности инстинктивных паттернов поведения «... в отдельных случаях пороговое значение запускающего раздражения может снизиться до нуля» – иначе говоря, при некоторых обстоятельствах инстинктивное движение может «прорваться» без какого-либо внешнего стимула [5, р. 5]. Следует отметить, что К. Лоренц имеет в виду внутривидовую агрессию и хотя с понятием агрессия обычно ассоциируются деструкция и негативные последствия, у австрийского учёного этот феномен представлен в положительном свете, с довольно таки конструктивными последствиями. И как любой инстинкт, агрессия «...является реакцией, пока оно стимулируется некоторым внешним раздражителем или другим инстинктом. Лишь при отсутствии этих стимулов оно проявляет собственную спонтанность» [5, р. 90]. Что касается феномена ритуализма, исследованного К. Лоренцом у животных, то он ссылается на определение данного понятия Джулианом Хаксли, который имел в виду тот факт, что «...некоторые движения в ходе филогенеза теряют свою оригинальную специфическую функцию и становятся чисто «символическими» церемониями» [5, р. 57]. К. Лоренц выделяет инстинктивную или филогенетическую и культурную ритуализации и отмечает «.....что в процессе эволюционной ритуализации в таких случаях возникает новый и совершенно автономный инстинкт, который в принципе так же самостоятелен, как любой из так называемых «больших» инстинктов – питания, спаривания, бегства и агрессии. .... очень часто самая подходящая роль для таких инстинктов, возникших посредством ритуализации, состоит именно в том, чтобы выступать в этом «парламенте инстинктов» против агрессии, направлять ее в безопасное русло и тормозить ее воздействия, вредные для сохранения вида» [5, р. 67]. То есть ритуализация в животном мире выступает как ингибитор агрессии, а также является (согласно К. Лоренцу) инстинктообразующим по своей природе, и инстинкты, образующиеся в процессе ритуализации простивостоят инстинкту агрессии, и таким образом восстанавливается гомеостаз инстинктов, что крайне важно для сохранения вида. Сам ритуализм представляет из себя систему знаковых единиц, которые представитель данного вида легко

интерпретирует своими, как их называет К. Лоренц «врождёнными эталонами узнавания» [5]. Одна из важнейших функций как культурно-исторически, так и эволюционно возникших ритуалов – если не самая важная – состоит в том, что те и другие действуют как самостоятельные активные стимулы социального поведения. То есть это своего рода коммуникация между особями одного вида. Дальше К. Лоренц продолжает: “...из коммуникации, в свою очередь, могут произойти две одинаково важные функции, каждая из которых в известной степени все еще играет роль сообщения. Одна из них – отвод агрессии в безопасное русло, другая – создание прочного союза, связывающего двух или более собратьев по виду” [5, р. 76]. Далее: “Как при филогенетической, так и при культурной ритуализации вновь развившийся шаблон поведения приобретает самостоятельность совершенно особого рода. И инстинктивные, и культурные ритуалы становятся автономными мотивациями поведения благодаря тому, что превращаются в действия, выполняемые ради них самих, – иначе говоря, в цели, достижение которых является насущной потребностью организма” [5, р. 78]. Итак, резюмируя этологическую точку зрения насчёт происхождения, развития и функций ритуальных действий (или ритуализмов) можно прийти к следующим выводам:

1. Это движения, которые имели оригинальную функцию и потеряли её в ходе филогенеза и стали автономными символическими церемониями – ритуализмами.

2. Первоначально это были, возможно, просто реактивные действия, которые впоследствии, утратив в ходе филогенеза свою первоначальную функцию и став ритуализмами, приобрели функцию коммуникации, а далее – функцию сдерживания агрессии и создания прочных связей между особями одного вида.

3. Ритуализмы имеют инстинктивный характер и, как и любой инстинкт, могут проявляться как реакция на внешние стимулы, так и спонтанно, при отсутствии внешней стимуляции.

4. Всё вышесказанное относится как к инстинктивным, так и к культурным ритуальным действиям, так как этологи не видят качественной разницы между ритуалами человека и животных.

Психоаналитик Эрик Эриксон хотя и соглашается с этологами, что между ритуалами животных (инстинктивными ритуальными действиями) и человеческими ритуалами (культурными) можно провести много параллелей и что человеческие ритуалы уходят глубоко корнями к животным ритуалам, но не отождествляет оба феномена. Он также упоминает о клиническом понятии слова «ритуализация», который характеризуется термином «приватный ритуал» и определяется как «...обсессивное поведение состоящего из отдельных повторяющихся действий с крайне своеобразным значением, ... которое смутно напоминает бесцельное поведение заключённого в клетку животного и таким образом намекает на возможное филогенетическое происхождение ритуализации в его более стереотипных и управляемых формах» [2, р. 337], но считает методологически правильным пренебречь данной трактовкой понятия «ритуализация», больше считаясь с определением и подходом представителей этологии (хотя в нашем случае данный феномен рассматривается в рамках патологии). Что касается ритуализации у человека, то Э. Эриксон утверждает, что таковым должно называться поведение: «...состоящее из согласованного взаимодействия между не менее двух персон, которые периодически повторяют это в разумных промежутках времени, и это взаимодействие должно иметь адаптивную ценность для обоих участников» [2, р. 337]. Зачатки человеческой ритуализации Э. Эриксон видит уже в младенческом возрасте, «...а уж потом она достигает своего совершенства в больших публичных церемониях» [2, р. 338].

Э. Эриксон выделяет четыре функции ритуализации:

1. Связывает инстинктивную энергию в паттерн взаимности.
2. Ритуализация защищает мать от опасности инстинктивного избытка и произвола и от бремени систематизации тысячи мелких решений.
3. Создает основу для передачи устойчивой идентификаций между взрослым и ребёнком из поколения в поколение.
4. Обеспечивает тот психологический фундамент для внутреннего баланса, который в психоанализе приписывается «сильному эго» и таким образом также для первого шага к развитию независимой идентичности [2].

Мы попытались найти описание практических случаев в соответствующей литературе и что-то похожее мы встретили у детских психоаналитиков. Описывая проявления агрессии у девочки дошкольного возраста, А. Фрейд говорит о навязчивых обрядах, которые «...помогают ребёнку защитить своих близких от любых вспышек её же агрессивных импульсов» [3, р. 47-48]. А. Фрейд здесь недвусмысленно обращает внимание на функцию сдерживания агрессии этих обрядов (как и представлено у К. Лоренца), а также объясняет последовательность образования и конечную цель данного поведения: «...направляя свои агрессивные импульсы внутрь, она причиняет себе все те страдания, которые раньше предвиделись в форме наказания со стороны её матери» [3, р. 47]. Нам остаётся только понять, могут ли обсессивные ритуальные действия образоваться вследствие обращения на себя агрессии, или это две совершенно разные механизмы контролирования последней.

Детский психоаналитик Генри Паренс приводит примеры полуторагодовалых (а то и меньше) детей, которые, пользуясь терминологией этологов, в этом возрасте могут перенаправлять свою агрессию, что в психоанализе оценивается как результат работы так называемых «защитных механизмов», в данном случае – замещения. Вот одно описание поведения тринадцатимесячного ребёнка из книги Г. Паренса: «Тринадцатимесячная Мери была зла на свою мать, подойдя к ней близко она подняла руку, очевидно намереваясь ударить её, но рука застыла в воздухе в полудвижении. Она сдержала свой удар, предназначенный для той мамы, к которому она была столь привязана» [6, р. 34]. Таких примеров немало в работах детских психоаналитиков и данная интерпретация очень принята у сторонников вышеуказанного направления.

Очень интересную позицию по вопросу занимает английский психиатр и психоаналитик Энтони Сторр, который считает, что социализация агрессивных тенденций ребёнка начинается с детско-родительских отношений и что развитие нормального контроля агрессии требует противостояния. «Если противостояние отсутствует (родители слишком мягкие и ребёнку некому противиться, как авторитету и неоправданно внутреннее побуждение к независимости), агрессия ребёнка может повернуть внутрь так (имеется в виду аутоагрессия), что он может начать рвать себе волосы, грызть ногти или стать подавленным замкнутым. Часто вместо этой реакции могут иметь место вспышки бессмысленной, собственно ни на кого не направленной ярости» [1, р. 46]. Также автор отмечает, что нормальное развитие функций контролирования агрессии встречает трудности, если у ребёнка нет сиблингов или возможности общаться со сверстниками.

В нашей практике мы также нередко сталкиваемся с подобными проявлениями сдерживания или перенаправления агрессивных импульсов у детей дошкольного возраста. Главной причиной обращения к специалисту в основном являются проблемы ребёнка в сфере социального взаимодействия, а также в большинстве случаев производные от этого – задержки в эмоциональном и речевом развитии. У всех

вышеуказанных детей в той или иной степени имели место вышеописанные ритуализированные действия и чем сильнее были выражены эти ритуализмы, тем слабее были развиты навыки общения, социального взаимодействия и эмоциональные проявления. Психокоррекционные работы, направленные на стимуляцию проявления негативных эмоций и агрессии приводили к улучшению качества общения и социального взаимодействия, в ходе чего регистрировалось уменьшение, а иногда и полное исчезновение ритуализированных паттернов поведения.

Всё это лишний раз доказывало существование негативной статистической связи между степенью развития коммуникации и степенью выраженности ритуализированных действий у детей дошкольного возраста. В данном случае вышесказанное может существовать на уровне предположения в виду отсутствия математической обработки вышеуказанных переменных. Из метрических данных, оперируемых нами на данный момент - частота и длительность проявления ритуализмов, а оценка степени развития коммуникации более дискриптивна, а следовательно – более субъективна (хотя есть некоторые метрические параметры: длительность коммуникативного акта, частота проявленных инициатив: количество за определённый промежуток времени).

Что касается функции ритуализмов, то мы предполагаем, что в большинстве из вышеописанных нами случаев они выступают как проявления специфических (можно даже сказать патологических) механизмов контролирования или перенаправления агрессивных влечений в дошкольном возрасте, что, по всей вероятности, обусловлено по тем или иным причинам недоразвитием или блокированием естественных каналов выхода последних. Данное теоретически обоснованное предположение стало методологическим подходом к изучению коммуникативных нарушений в дошкольном периоде, и с каждым новым случаем (имеется в виду очередная психологическая консультация с дошкольником с вышеуказанными проблемами) всё яснее становилась связь между уровнем развития коммуникативных функций и наличием и выраженностью ритуализмов. Несмотря на изобилие эмпирического материала, доказывающего состоятельность данного предположения, требуется более тщательное исследование для глубокого понимания структуры и механизмов образования вышеописанных феноменов.

### Литература

1. **Anthony Storr (1968)** Human aggression. Allen lane The Penguin Press, London. – 128 p.
2. **Erikson E. (1966)** Ontogeny of Ritualization in Man. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological Sciences*, 251(772), 337-349.
3. **Freud A. (1973)** The writings of Anna Freud: II. The Ego and the mechanisms of defense. 1936. Oxford, England: International Universities Press.
4. **Freud S. (1936)** and Alex Strachey. *Inhibitions, symptoms and anxiety*. London: Pub. by L and Virginia Woolf at the Hogarth Press, and the Institute of Psycho-analysis.
5. **Lorenz K. (1966)** *On aggression*. London: Methuen.
6. **Parens Henry (2011)** Handling children's aggression constructively. Jason Aronson. *A division of Rowman & Littlefield publishers, INC.*, Copyright.

### Ritualism as control mechanism of aggressive urges of preschoolers

Harutyunyan G.A.

(ASPU after Kh. Abovyan, Postgraduate Student, Chair of Applied Psychology, Yerevan, Armenia)

**Abstract.** This article discusses the specific manifestation of preschool child behavior, what should be defined as ritualism or ritualistic acts, analyses structure, mechanisms and functions of the latter, draws parallels between problems in the sphere of communication and social interaction, extent of manifestation of rituals and forms of aggression at preschool age. Theoretical perspectives of ethologists and child psychologists on genesis, functions and mechanisms of ritual actions are considered. Descriptions of cases from practice are given and relevant parallels are drawn as well. The main conclusions and generalizations of the above considered and analyzed content are given.

**Keywords:** ritualism, aggressive urges, preschool age, control mechanisms, pattern of behavior

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 23.10.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

**ՀՈՒՅՁԵՐԻ ԴԵՐԸ ԵՐԵՄԱՆԵՐԻ ՄՈՏ ՀՈԳԵՍՈՄԱՏԻԿ ՀԻՎԱՆԴՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ  
ԱՌԱՋԱՑՄԱՆ ԳՈՐԾՈՒՄ ԵՎ ԴՐԱՆՑ ԲՈՒԺՈՒՄԸ ԳԵՇՏԱԼՏ ԹԵՐԱՊԻԱՅԻ ՄԻՋՈՑՈՎ  
Միրզոյան Վ.Խ.**

(Վանաձորի Հ. Թումանյանի անվան պետական համալսարան, հ.գ.թ., դոցենտ, Վանաձոր, Հայաստան)  
Mirzoyan900@gmail.com

**Անփոփազիր.** Վաղուց հայտնի է, թե ինչպես են բացասական հուզական վիճակները, ընտանիքի անբարենպաստ մթնոլորտը, ծնող-երեխա կոնֆլիկտային հարաբերությունները, մանկության տարիների հոգեբանական տրավմաները առաջացնում սոմատիկ հիվանդություններ: Հաճախ են լինում դեպքեր, երբ օրինակ երեխան բողոքում է կրծքավանդակի ձախ հատվածի ծակոցներից կամ ցավից, սակայն չի ունենում սրտի հետ կապված խնդիրներ: Ծնողները հիվանդության պատճառներն իմանալու և բուժում իրականացնելու նպատակով երեխաների բողոքներին արձագանքում են՝ դիմելով սրտաբանների, մաշկաբանների, գաստրոէնտերոլոգների և այլ բժիշկների: Որպես կանոն, երեխայի վիճակը դեղորայքի ազդեցության ներքո ժամանակավորապես բարելավվում է, սակայն որոշ ժամանակ անց հիվանդությունը նորից գլուխ է բարձրացնում: Հենց այս փաստը վկայում է այն մասին, որ գործ ունենք հոգեւոմատիկ հիվանդության հետ:

Հոդվածը նվիրված է հոգեւոմատիկ հիվանդությունների առաջացման հոգեբանական պատճառներին գեշտալտ թերապիայի տեսանկյունից: Ներկայացված է ընտանիքի, մասնավորապես, մոր ազդեցությունը հոգեւոմատիկ հիվանդությունների առաջացման գործում:

**Հիմնաբառեր.** ախտանշան, հույզ, հոգեւոմատիկ հիվանդություն, գեշտալտ թերապիա:

Հոգեւոմատիկ հիվանդությունները կարող են առաջանալ են ոչ միայն մեծահասակների մոտ, ինչպես ընդունված է կարծել, այլև՝ երեխաների և դեռահասների:

Հոգեւոմատիկ հիվանդության մասին խոսում ենք այն ժամանակ, երբ [11].

1. երեխայի հիվանդության պատճառն անհասկանալի է,
2. միննույն հիվանդությունն անընդհատ կրկնվում է երեխայի մոտ,
3. ախտանշաններն ուժեղանում են, երբ երեխան հայտնվում է տրիգեր իրավիճակում, օրինակ երեխան դպրոց գնալուց առաջ ունենում է գլխացավ, նրա մոտ բարձրանում է ջերմությունը, իսկ երբ տրիգեր իրադրությունն անցնում է, նրա վիճակը կարգավորվում է: Օրինակ, դասերի ժամանակ հիվանդանում է, ազատ օրերին՝ առողջանում: Ցանկացած հիվանդության երկրորդային շահն է արժանանալ այլոց ուշադրությանը, սիրուն:

Հոգեւոմատիկ հիվանդությունների պատճառները բազմաթիվ են և պայմանավորված են մի շարք գործոններով:

Հոգեւոմատիկ հիվանդություններն առաջանում են մի շարք պատճառներով [10].

1. Հույզերն արտահայտելու արգելքը: Ընտանիքում արգելված է լացել, բարձր ծիծաղել, տխրել և այլն: Մեկանգամյա արգելքը իհարկե հիվանդություն չի առաջացնի, սակայն մշտական արգելքները միանշանակ առողջական խնդիրներ կառաջացնեն: Արգելքը երեխայի մոտ առաջացնում է չհասկացված լինելու վիճակ: Հայտնվելով անորոշության մեջ երեխան սկսում է «չնկատել» իր հույզերը, չարտահայտել: Իսկ դրանց զսպումը, հատկապես բացասական հույզերի, հանգեցնում է այնպիսի հիվանդությունների առաջացմանը: Դրանք առաջին հերթին ազդում են իմունային

համակարգի վրա, հորմոնների, սրտի և ճնշման վրա: Պետք է ոչ թե պարտադրել զսպել հույզերը, այլ սովորեցնել դրանք ճիշտ արտահայտել:

2. Ուշադրությունը գրավելու համար: Մեծահասակների չափազանց զբաղվածությունը հանգեցնում է երեխայի նկատմամբ ուշադրության պակասի: Երեխան հիվանդանում է որպեսզի իրեն նկատեն, ուշադրություն դարձնեն: «Ուշադրություն-հիվանդություն» կապը անգիտակցական է: Լինում են դեպքեր, երբ բաժանումը ծնողից, կարոտը առաջացնում են հիվանդություն երեխայի մոտ:

3. Տազնապայնությունը: Տազնապայնությունը մարդու հոգեբանական առանձնահատկությունն է, որն արտահայտվում է նույնիսկ այն ժամանակ, երբ դրա կարիքը չկա: Տազնապայնությունը մեծ էներգիա է խլում: Օրգանիզմը փորձում է պայքարել այդ ծանրաբեռնվածության հետ, բայց երբ չի կարողանում, առաջանում է խոց:

4. Հոգեբանական խնդիրները՝ սթրես, դեպրեսիա և այլն: Հաճախ հիվանդանում են այն երեխաները, ովքեր մեծանում են այն ընտանիքներում, որտեղ նրանք ենթարկվում են տարբեր տեսակի ճնշումների, ծնողները կամ ընտանիքի անդամներից մեկը տառապում են դեպրեսիայով, ունեն ակոհոլային կախվածություն, թմրամոլ են: Երեխայի համար սթրես կարող է համարվել ծնողների ամուսնալուծությունը, ծնողից բաժանումը, բնակավայրի փոփոխությունը, մանկապարտեզ հաճախելը, ինչպես նաև բաժանումը սիրելի կենդանուց կամ վերջինիս մահը:

Աշխատանքում շեշտադրումը կատարվել է հույզերի վրա, որոնք, ճնշվելով և արտամղվելով գիտակցական ոլորտից, դառնում են հիվանդության պատճառ: Աշխատանքի արդիականությունը պայմանավորված է նրանով, որ վերջին տարիներին ավելացել է այսպես կոչված «հաճախակի հիվանդացող երեխաների» թվաքանակը: Մանկական տարածված հիվանդություններից են դարձել բրոնխիալ ասթման, ալերգիաները, հերպեսը, անզինան, կոնյուկտիվիտը, գիշերամիզությունը: Նշված հիվանդությունները համարվում են հոգեամատիկ հիվանդություններ: Դրանք չեն բացառում դեղորայքային բուժումը, սակայն առանց հոգեբանի միջամտության արդյունք չեն տալիս: Երեխաների մոտ հոգեամատիկ հիվանդություններն առաջանում են այն ժամանակ, երբ վերջիններս ունենում են խնդիր, որը լուծում չի ստանում: Արտամղված, ճնշված, խոսքի միջոցով չարտահայտված հույզերը վեր են ածվում որևէ հիվանդության ախտանշանի: Այդ ժամանակ սկսում է խոսել երեխայի «մարմինը»: Հիվանդության առաջացումը ինֆորմացիա է հաղորդում այն մասին, որ երեխան ունի ներքին կոնֆլիկտ, անհանգստություն, տագնապ, վախ, զայրույթ, բողոք: Որպես կանոն, երեխայի ապաքինումը տեղի է ունենում այն ժամանակ, երբ լուծվում է ներքին կոնֆլիկտը, չեզոքանում են բացասական հույզերը:

Հոգեամատիկան հիմնված է հետևյալ սկզբունքի վրա. այն հույզերը, որոնք չեն դրսևորվում, քայքայում են օրգանիզմը ներսից: Ուստի հոգեամատիկ հիվանդությունների բուժումը ենթադրում է հոգեբանական վիճակի կարգավորում, չլուծված խնդիրների բացահայտում և վերացում:

Հոգվածի նպատակն է ներկայացնել հոգեամատիկ հիվանդությունների առաջացման գործում ճնշված հույզերի դերը և նախանշել ուղեներ, որոնք կօգնեն ազատվել հիվանդությունից:

Ֆ. Պերլը նշում է, որ հիվանդությունը անավարտ իրավիճակ է, որը կարող է ավարտվել միայն մահով կամ բուժմամբ [4]:

Համաձայն գեշտալտ մոտեցման ներկայացուցիչների պաթոլոգիկ գործընթացը սկսվում է այն ժամանակ, երբ անձը հրաժարվում է հույզերի ապրումից: Ախտանշանը շրջապատող աշխարհի հետ կոնտակտի ռետրոֆլեքսիվ ձևն է: Ախտանշանը հիվանդություն չէ, այլ հետևանք է: Անձի թերապիան

պետք է ուղղված լինի ոչ թե ախտանշանի վերացմանը, այլ՝ սոցիալական կարծրատիպերի փոփոխությանը, անձի ստեղծագործական հարմարեցման զարգացմանը [5]:

Է.Թ. Էյդեմիլերը և Վ.Վ. Յուստիցկիսը ուսումնասիրելով բրոնխիալ ասթմայով հիվանդ երեխաների ընտանիքները, եկել են այն եզրակացության, որ նշված հիվանդությունն առաջացել է այն ընտանիքներում, որտեղ ծնողները ճնշել են հույզերի արտահայտումը [1, էջ 41]:

Ստորև կներկայացնենք մի քանի հիվանդություններ, որոնց առաջացումը պայմանավորված է ճնշված կամ բացասական հույզերի և հուզական վիճակների հետ:

Հերպեսը հաճախ հանդիպող հիվանդություններից է, որը պայմանավորված է նույնպես մայր-երեխա հարաբերությունների բնույթով: Բաժանումը մորից տանջանքներ է առաջացնում երեխայի մոտ, նա չի ստանում սեր, քնքշություն: Միրո, քնքշանքի, համբույրների բացակայությունը առաջացնում են հերպես շուրթերի վրա [7]:

Մրսածության ժամանակ երեխան իրեն զգում է միայնակ, չսիրված, զգում է քնքշության պակաս: Հաճախակի մրսածությունը վկայում է զսպված արցունքների մասին: Ծնողները պետք է շատ ժամանակ անցկացնեն երեխայի հետ, սովորեցնել արտահայտել հույզերը, սիրեն իրենց:

Փոքր տարիքի երեխաների ծնողները հաճախ բողոքում են, որ իրենց երեխայի մոտ առանց որևէ պատճառի առաջանում է ցանավորում: Ալերգիան ոչ միշտ է կապված սննդի, արևի, բրդի կամ այլ գործոնների հետ: Այն կապված է իրադրության չընդունման հետ կամ՝ անձնային սահմանների խախտման: Մյուս պատճառը թաքնված է լինում աստվության մեջ, երբ երեխան ասում է որևէ մեկին: Հոգեբանների կարծիքով ալերգիկները ֆիզիկապես առողջ մարդիկ են, նրանց խնդիրները կապված են մտքի հետ: Ալերգիկ երեխաներն ունեն հիպոխոնդրիկ բնավորություն: Նրանք նույնիսկ ներշնչանքից էլ կարող են ցանավորվել [6]:

Փորլուծությունը հիմնականում առաջանում է վախերի ժամանակ, իսկ փորկապությունը՝ երբ երեխան չի ցանկանում բաժանվել իր զգացմունքների և հիշողությունների հետ:

Վահանաձև գեղձի հոգեբանական պատճառը կարող է լինել այն, որ երեխային փոքր տարիքից ստիպել են լինել ինքնուրույն, միայնակ հաղթահարել դժվարությունները, ներգրավում են ծնողների կոնֆլիկտների մեջ և պարտադրում ակտիվ մասնակցել դրանց լուծմանը, ընտանիքի կրտսեր երեխաների դաստիարակության գործընթացին: Ծնողները չեն աջակցում երեխային, նա շուտ է առանձնանում ծնողներից, շատ բան գիտի, շատ է աշխատում: Ծնողների ազդեցության տակ երեխան կարող է երևալ արդեն մեծ, հասուն, բայց իրականում դա այդպես չէ: Թվացյալ հասունության ներքո թաքնված է թուլությունը, վախը կյանքի հանդեպ, վախ մահվանից: Հենց այս զգացումներն էլ նրա կյանքը դարձնում են պայթար: Ըստ Ալեքսանդերի, հիվանդության առաջացման պատճառը կապված է անօգնականության հետ, երբ երեխան իրեն պաշտպանված չի զգում ծնողների մերժման կամ մահի պատճառով, կամ էլ երբ ընտանիքում անառողջ մթնոլորտ է:

Կոնյուկտիվիտը անցյալի ինչ-որ տհաճ իրադրություն նորից վերապրելու ուժեղ վախի արդյունքն է: Երեխաների մոտ տեսողության և լսողության հետ կապված ցավերը պայմանավորված են լինում ինչ-որ տհաճության հետ, որը նա չի ցանկանում տեսնել կամ լսել: Իսկ եթե օրինակ դեռահասության տարիքում առաջանում է կարճատեսություն, ապա կարող ենք ասել, որ նա վախենում է ապագայից, չգիտի ինչով զբաղվել, ինչ մասնագիտություն ընտրել:

Գիշերամիզությամբ տառապող երեխաների մոտ առկա են վախեր՝ կապված հատկապես հոր հետ, երբ վերջինս չափազանց խիստ է լինում կամ երբ նա բացակայում է: Երբ երեխան հայր չի ունենում, իսկ մայրը շատ մեղմ է լինում, չի կարողանում հավաքվել, ապա երեխան էլ չի կարողանում

հավաքվել: Իհարկե մոր դերն էլ պակաս կարևոր չէ: Եթե մայրն անընդհատ մտածում է, որ չի կարողանում կարգավորել իր կյանքը, երեխայի կյանքը, ապա երեխան չի կարողանում վերահսկել իր պահանջմունքը, և սկսվում է գիշերամիզությունը: Կամ երեխան գիշերամիզության միջոցով անգիտակցաբար կանչում է մորը, կարծես թե ասում է, նայիր ինձ վրա, հոգ տար իմ մասին: Եթե մայրը զբաղված է, ժամանակ չի տրամադրում երեխային, ապա երեխան փորձում է այդպես արժանանալ ուշադրության [1, էջ 101]:

Գեշտալտ մոտեցման ավանդույթներում ձևավորվել են հոգեսոմատիկ ախտանշանի վերաբերյալ հետևյալ պատկերացումները [12].

- ախտանշանը չդրսևորված հույզ է, որը կործանարար ազդեցություն է ունենում մարմնի վրա,
- ախտանշանը ցածր ինտենսիվության երկարատև հուզական սթրեսի հետևանք է,
- ախտանշանը կոնտակտի փոխակերպված ձևն է: Ցանկացած ախտանիշ երբևէ լինելում է ստեղծագործական ադապտացիա, որը հետագայում դառնում է կարծրատիպային, սահմանափակող օրինաչափություն,
- ախտանշանը ռետրոֆլեքսիայի և օտարված փորձառությունների սոմատիկ պրոյեկցիայի միաձուլումն է մարմնի որոշակի մասի վրա:

Վերջին տեսակետը ներկայացվել է Օ. Նեմիրինսկու հայեցակարգում, որտեղ հեղինակը պնդում է, որ հոգեսոմատիկ խանգարումների հետ աշխատանքի ռազմավարական ուղղությունը հետևյալն է. դուրս բերել ախտանշանը կոնտակտի սահման և նաև հերթափոխելով կատարել գործողություններ, որոնք ուղղված են մե՛կ ռետրոֆլեքսիային, մե՛կ պրոյեկցիաների յուրացմանը [3]:

Ռետրոֆլեքսիան մեխանիզմ է, որի ժամանակ այն, ինչը հասցեագրված է այլոց, ուղղվում է դեպի սեփական անձը [2, էջ 190]:

Պրոյեկցիան մեխանիզմ է, երբ այն, ինչը պատկանում է անձին, նա վերագրում է արտաքին աշխարհին՝ մարդկանց և անշունչ առարկաներին [2, էջ 182]:

Գեշտալտ մոտեցման մեջ օգտագործվող աշխատանքային սխեման է «զգայություն - զգացում - զգացողության առարկա - արձագանքում»: Ելնելով այս սխեմայից՝ այցելուի հետ աշխատելիս առաջնահերթ պետք է հասկանալ, թե ինչ զգացողություն նա ունի և որտեղ է այն տեղակայված: Հաջորդ քայլը զսպվող զգացումը գիտակցելի դարձնելն է, այնուհետև օգնել գիտակցել, թե ում է ուղղված տվյալ զգացումը: Այստեղ շատ կարևոր է հասկանալ, թե ինչ ինտրոյեկտներ են գործում, որոնք թույլ չեն տալիս արտահայտել զգացումը:

Ինտրոյեկցիան մեխանիզմ է, որի միջոցով անձը թույլ է տալիս, որ իր մեջ թափանցեն այլոց որոշակի գաղափարները, դիրքորոշումները, համոզմունքները և այլն, որոնք «մարսված չեն» [2, էջ 172]:

Ինտրոյեկտների գիտակցումը առաջ է բերում որոշակի արձագանք, որը դրսևորվում է նրանով, որ այցելուն գիտակցում է և ասում է կամ անում այն, ինչը մինչ այդ իրեն թույլ չի տվել: Վերջին քայլը գիտակցելն է, թե ինչ կատարվեց իր հետ, երբ նա իրեն թույլ տվեց արտահայտվել և ինչպես է հիմա իրեն զգում:

Ներկայացնենք երկու այցելուների օրինակներ, ովքեր տառապում էին հոգեսոմատիկ հիվանդություններից:

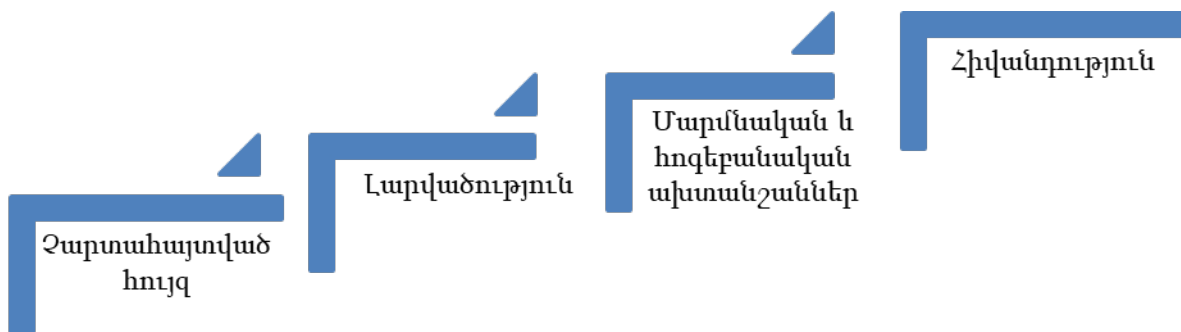
Այցելուն 13 տարեկան դեռահաս աղջիկ է: Մայրը դիմեց նշելով, որ վերջին շրջանում սկսվել են գիշերամիզության հետ կապված խնդիրներ: Բժշկական ստուգումներ անցնելուց հետո որևէ խնդիր դեռահասի մոտ չէր հայտնաբերվել: Առաջին հանդիպման ժամանակ պարզվեց, որ աղջիկը ապրում է

մոր և երկու քույրերի հետ, հայրը կախվել էր, երբ նա 5 տարեկան է եղել: Դեռահասի հետ աշխատանքը առաջին հանդիպումների ժամանակ ընթանում էր լարված մթնոլորտում: Աղջիկը ազդեցիկ էր, դժգոհ, չարացած: Երբորդ հանդիպումից հետո գիշերամիզության հետ կապված խնդիրը լուծվեց: Իրականում աղջիկը տարիներ շարունակ հոր մահի մեջ մեղադրել է մորը և ասելություն զգացել նրա նկատմամբ: Դատարկ աթոռի տեխնիկայի միջոցով աղջիկն արտահայտեց իր հույզերը և գիտակցեց, որ ոչ միայն մայրը մեղավոր չէ հոր մահվան մեջ, այլև որ ինքը միայնակ չէ և սիրված է մոր կողմից: Ամեն օր լվացք անել տալով ու զայրացնելով մորը, դեռահասը կարծես թե պատժում էր մորը: Այն ժամանակ, երբ փոխվեց վերաբերմունքը մոր հանդեպ, աղջիկն ազատվեց իրեն տանջող խնդրից, որը բժիշկները չէին կարողացել լուծել:

Մեկ այլ դեպքում 9 տարեկան երեխայի մոտ սկսվել էր կակազություն: Կակազության պատճառ էր դարձել հոր արտերկիր մեկնելը, որի հետևանքով իր մոտ վախ ու տագնապ էր առաջացել: Ծնողները չէին հասկացել պատճառը: Պատճառը պարզվեց միայն այն ժամանակ, երբ սկսվեց աշխատանքը հույզերի և զգացողությունների հետ: Լարվածությունը ծնոտում դեռահասի մոտ վախ էր առաջացնում, որի գիտակցումը բերեց նրան, որ ինքը հասկացավ թե ինչից է վախենում: Բաժանումը հորից, անգամ դրա մասին միտքն ուժեղացնում էր կակազությունը: Վախի հետ աշխատանքը, ինչպես նաև անձի ինքնավստահության, ինքնագնահատականի բարձրացումը թեթևացրեց դեռահասի խոսքի հետ կախված խնդիրը, որն իհարկե վերջնականապես վերացավ լոգոպեդի հետ համատեղ աշխատանքի շնորհիվ:

Նկարագրված երկու դեպքերն էլ վառ ասպացույցն են այն բանի, որ հոգեամատիկ հիվանդությունների առաջացումը պայմանավորված է չարտահայտված հույզերով:

Սխեմատիկորեն այն կարելի է ներկայացնել հետևյալ կերպ (տես՝ նկար 1).



*Նկար 1. Հոգեամատիկ հիվանդությունների առաջացումը*

Այսինքն, առաջանում է հույզ, որը չի դրսևորվում և օրգանիզմում առաջացնում է էներգիայի ավելցուկ, լարվածություն: Չպարպված էներգիան մնում է մարմնում և, կախված նրանից, թե որ հույզի հետ է կապված այդ էներգիան, սկսում է վնասել տվյալ օրգանը: Օրգանի վնասումը դրսևորվում է ֆիզիկական (քոր, սրտխառնոց, անքնություն և այլն) և հոգեբանական (տրամադրության անկում, հուսալքություն, զայրույթ և այլն) ախտանշաններով: Արդյունքում ախտահարվում է տվյալ օրգանը և առաջանում հիվանդություն: Գեշտալտ թերապիան ենթադրում է աշխատանք հույզերի հետ, վերադարձ չապրված հույզերին, քանի որ հիվանդությունը ապրելակերպի արդյունք է:

## Գրականություն

1. **Брызгунов И.П. и др. (2009)** Психосоматика у детей. – М.: Психотерапия, - 480 с.
2. **Лебедева Н., Иванова Е. (2021)** Путешествие в гештальт. Теория и практика. Санкт – Петербург; Москва: Речь, – 400 с.
3. **Немиринский О.В. (1998)** Принципы применения гештальт-терапии в клинической практике // Гештальт-98 (сборник материалов Московского Гештальт Института за 1998). – М.: Московский гештальт институт, С. 15 – 24.
4. **Перлз Ф. (2010)** Теория гештальт-терапии / Пер. с англ. А. Корнева, В. Петренко. – М.: Институт Общегуманитарных Исследований. – 320 с.
5. **Симптом и контакт. (2015)** Клинические аспекты гештальт-терапии / Редактор-составитель О.В. Немиринский. – М.: Институт общегуманитарных исследований, – 294 с. ISBN 978-5-88230-255-8.
6. **Детская психосоматика.** <https://letidor.ru/psihologiya/detskaya-psihosomatika-11-diagnozov-kotorye-provociruyut-sami-roditeli.htm> (02.11.2022)
7. **Психосоматика герпеса.** <https://elenaguskova.ru/gerpes-psihosomatika/> (02.11.2022)
8. **Психосоматика проблем с костями (2018)** <https://spozitiv.com/2018/> (01.11.2022)
9. **Психосоматика у детей: откуда берутся болезни?.** <http://www.parents.ru/article/psixosomatika-u-detej-otkuda-berutsya-bolezni/> (01.11.2022)
10. **Садова С. (2022)** Причины появления психосоматических заболеваний. <https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/psikhosomatika-u-detej-cto-eto-takoe/> (03.11.2022)
11. <https://unium.ru/blog/what-if-the-child-is-ill-for-no-reason/> (02.11.2022)
12. **Малейчук Г. (2016)** Работа с психосоматическим симптомом в парадигме гештальт-подхода. <https://psychologyjournal.ru/public/geshtalt-terapiya-psikhosomatiki/> (01.11.2022)

### Роль эмоций в возникновении детских психосоматических заболеваний и их лечение с помощью гештальт-терапии

Мирзоян В.Х.

(Ванадзорский Государственный Университет имени О. Туманяна, к.пс.н., доцент, Ванадзор, Армения)  
[Mirzoyan900@gmail.com](mailto:Mirzoyan900@gmail.com)

**Аннотация.** Давно известно, как негативные эмоциональные состояния, неблагоприятная атмосфера семьи, конфликт между родителями и детьми, а также психологические травмы, полученные в детстве, могут вызывать соматические заболевания. Часто бывают случаи, когда ребенок жалуется на боль в груди, но не имеет проблем с сердцем. Чувство боли имеет психогенную природу. Как правило, родители реагируют на жалобы детей, прибегая к помощи кардиологов, дерматологов, гастроэнтерологов и других врачей для диагностики и лечения причин заболевания. Однако их совместные усилия не дают результатов. Состояние ребенка временно улучшается при приеме лекарств, но через некоторое время болезнь снова возвращается. Этот факт свидетельствует о том, что мы имеем дело с психосоматическим заболеванием.

В статье рассматриваются психологические причины детских психосоматических заболеваний. Представлена роль эмоций, особенно подавленных и негативных на развитие и течение психосоматических заболеваний.

**Ключевые слова:** симптом, эмоция, психосоматическое заболевание, гештальт терапия.

**The role of emotions in the development of childhood psychosomatic diseases and their treatment using gestalt therapy**

**Mirzoyan V.Kh.**

(Vanadzor State University after H. Tumanyan, PhD in Psychology, Associate Professor, Vanadzor, Armenia)

Mirzoyan900@gmail.com

**Abstract.** It has been known how negative emotional states, the unfavorable atmosphere of the family, parent-child conflict, and psychological traumas of childhood can cause somatic diseases. Often there are cases when a child complains of the chest pain, but does not have heart problems. The feeling of pain has a psychological origin. As a rule, parents respond to child complaints by resorting to cardiologists, dermatologists, gastroenterologists, and other doctors to diagnose and treat the cause of the disease. However, their joint efforts are not yielding results. The condition of the child is temporarily improved by taking medicine, but after a while the illness is back again. This fact indicates that we are dealing with a psychosomatic disease.

The article focuses on the psychological causes of childhood psychosomatic diseases. The role of emotions, in particular, repressed and negative on the development of psychosomatic diseases are presented in the article.

**Keywords:** symptom, emotion, psychosomatic diseases, gestalt therapy.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 16.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

**ԲԻԲԼԻՈԹԵՐԱՊԻԱՆ ՈՐՊԵՍ ՀԵՏՊԱՏԵՐԱԶՄՅԱՆ ՇՐՋԱՆՈՒՄ ՀՈԳԵԹԵՐԱՊԵՎՏԻԿ  
ՄԵԹՈԴ ԵՎ ԻՆՔՆԱՕԳՆՈՒԹՅԱՆ ՄԻՋՈՑ**

**Վարդանյան Ս.Հ.**

(Գործնական հոգեբանության և սոցիոլոգիայի «Ուրարտու» համալսարան, հ.գ.թ. Երևան, Հայաստան)  
sedavardanyan003@gmail.com

**Ամփոփագիր.** Հոդվածում ներկայացվում է բիրլիոթերապիան որպես ժամանակակից հոգեթերապևտիկ մեթոդ: Տեսական վերլուծությունը ցույց է տալիս, որ տեքստի հետ շփվելիս նույնականացման, ինտերակտիվ փոխազդեցության, ռեֆլեքսիայի և ապրումակցման շնորհիվ գիրքը կարող է ունենալ բարերար ազդեցություն անձի հոգեկանի վրա: 44-օրյա պատերազմի հիման վրա գրված «Ապրելու հերոսություն: Կյանքի ծաղիկներ ռազմի դաշտից» հոգեբանական-գեղարվեստական գրքի վերլուծության շնորհիվ ցույց է տրվում, որ բիրլիոթերապիան կարող է արդյունավետ լինել հետպատերազմյան շրջանում մարդկանց հոգեկրթման և ինքնաօգնության համատեքստում: Գիրքը գրված է իրական պատմությունների հիման վրա և ներառում է բիրլիոթերապիայի բոլոր մեթոդները: Այն իրենից ներկայացնում է ռացիոնալ-էմոտիվ թերապիայի, էքզիստենցիալ ուղղության և լոգոթերապիայի մոտեցման համադրություն:

**Հիմնաբառեր՝** բիրլիոթերապիա, նույնականացում, ռեֆլեքսիա, ապրումակցում, ինտերակտիվ մեթոդ, հետպատերազմյան շրջան, ինքնաօգնություն:

Պատերազմն արհավիրք է, մարդու վրա ազդող հոգեցունց հզոր գործոններից մեկը: ՀՀ-ն այսօր ապրում է հետպատերազմյան շրջանում՝ պարբերաբար ահազնացող ու մարող պատերազմի վտանգի պայմաններում, ուստի այսօր իրականությունն իր անբարենպաստ հոգեբանական ազդեցությունն է գործում հասարակության, մարդկանց վրա՝ անընդհատ մարտահրավեր նետելով նրանց հոգեկանին հարմարվելու և գործառնելու այս յուրահատուկ իրականության մեջ: Պատերազմի մասնակիցները և պատերազմի արդյունքում կորուստ ապրած մարդիկ, ինչպես նաև պատերազմական և հետպատերազմյան շրջանում ապրող մարդիկ նոր իրականության մեջ իրենց հետ տեղի ունեցածը հասկանալու և իմաստավորելու կարիք ունեն: Ծառանում է հոգեբանական աջակցության խնդիր, որում իր գործուն դերը կարող է ունենալ բիրլիոթերապիան մի կողմից որպես հոգեթերապիային լրացնող մեթոդ, մյուս կողմից՝ որպես ինքնուրույն մեթոդ, որին կարող է դիմել ցանկացած մարդ:

Այս ոլորտում տեսական վերլուծությունը թույլ է տալիս ենթադրել, որ գրքի ընթացանությունը նպաստում է անձի ռեֆլեքսիվության բարձրացմանը, սեփական կյանքին այլ դիտակետից նայելու ընդունակության ձևավորմանը և արդյունավետ մարտավարությունների տիրապետմանը [3, էջ 122]: ***Բիրլիոթերապիան մատենագիտության, հոգեբանության, հոգեթերապիայի և հոգեուղղման բարդ համադրություն է: Այն հատուկ ուղղիչ ազդեցություն է այցելուի նկատմամբ հատուկ ընտրված գրականության միջոցով՝ նրա հոգեկան վիճակի կարգավորման կամ օպտիմալացման նպատակով:*** Ա.Ա. Օսիպովան, նշում է, որ ընթերցանության ուղղիչ ազդեցությունն արտահայտվում է նրանով, որ կերպարները և դրանց հետ կապված զգացմունքները, մղումները, ցանկությունները և մտքերը՝ գրքի միջոցով յուրացված, լրացնում են սեփական կերպարների և պատկերացումների անվաբարարությունը, փոխարինում են տազնապային մտքերը և զգացմունքները կամ ուղղորդում են դրանք նոր հունով, դեպի նոր նպատակներ: Նման ձևով կարելի է ուժեղացնել կամ թուլացնել այցելուի զգացմունքների վրա ներգործությունը՝ հոգեկան հավասարակշռության վերականգնման նպատակով:

Գիրքը պատմամշակութային ֆենոմեն է, որն արտահայտում է տվյալ պատմական շրջանի իմաստը: Այն լիարժեք տեղակատվական-գաղափարաբանական գործիք է [1]:

Լոգոթերապիայի ներկայացուցիչ Էլիզաբեթ Լուկասը, կարևորելով բիրիոթերապիայի դերը, մեջբերում է Վ. Ֆրանկլի խոսքերը գրքի կարևորության մասին [2, էջ 21]: «Անհրաժեշտ գիրքն անհրաժեշտ բույսն է մեկ անգամ չէ, որ փրկել է մարդու կյանքն ինքնասպանությունից, այդ մասին մենք, հոգեբույժներս, միայն լսելով չէ, որ գիտենք: Այդ իմաստով գիրքն իսկական օգնություն է կյանքում և իսկական օգնություն մահվան մեջ»: Պետեր Ռաաբը գրում է, որ ամեն հոգեթերապևտ գիտի, թե որքան են մարդիկ վախենում ինքնուրույն որոշումներից և անձնային պատասխանատվությունից և թե որքան է այդ տարածված: Կարդացած տեքստը ոչ հազվադեպ ցրում է վախը անհայտ կենսաշինության, ընդհանրապես կյանքի և նրա անհայտ ավարտի առջև՝ ցույց տալով այլ մարդու փորձը, համոզում է մարդուն, որ ամեն ինչ կորսված չէ, որ կյանքը դեռ կարող է լցված լինել իմաստով, կարող է կայացած լինել՝ անկախ նրա թվացյալ անպետքության: Տեքստի ընթերցանությունը, որն համապատասխանում է մարդու ներքին վիճակին՝ դրդում է նրան մտածել սեփական կյանքի մասին ողջ լրջությամբ: Տեքստի հետ փոխազդեցությունը գոյաբանական մակարդակում պայմաններ է ստեղծում գիտակցության ուժեղացված աշխատանքի համար և ունակ է դառնալ խթան անձնային հասունացման խորքային գոյաբանական գործընթացի համար, որի արդյունքում մարդու մոտ գալիս է հոգեկան պարզություն և հանգստություն: Այլ մարդու հաջողած կենսաստեղծման փորձի հետ հաղորդակցումը, ստիպում է մեզ դեն նետել հին հենակները, դադարել խաբել ինքներս մեզ և հույս դնել ոչ պիտանի մարտավարությունների վրա. սա է կարևորը, և սրանում է արտահայտվում ընթերցանության բուժիչ ուժը: Ուրիշի դրական փորձառությունը կարող է մեզ ոգեշնչել և ամրացնել:

Հետազոտությունները վկայում են, որ բիրիոթերապիան արդյունավետ հոգեթերապևտիկ ազդեցություն ունի հատկապես դեռահասների վրա [7]: Այն առավել արդյունքներ է գրանցել դեպրեսիայով հիվանդ այցելուների մոտ, իսկ տագնապային այցելուների շրջանում արդյունավետությունն ավելի քիչ է եղել: Բիարկե, Էական նշանակություն ունի ինչպես տարիքային կազմը, այնպես էլ հոգեբանական խնդրի բովանդակությունը, և, ամենաեականը՝ բիրիոթերապիայի շրջանակներում ընտրված գրականությունը:

Բիրիոթերապիայում առանձնացնում են հետևյալ մեթոդները.

✓ Նույնականացման մեթոդ (ինքնավերահսկողության, ինքնաօգնության, սեփական անձի նույնականացման այլ կերպարի հետ, իմագոթերապիա),

✓ Ստեղծագործական մեթոդներ՝ ստեղծագործական ինքնաարտահայտման, ստեղծագործական իրավիճակների ստեղծում

✓ Ինտերակտիվ՝ ապրումակցում

✓ Ռեֆլեքսիվ մեթոդներ [4]:

**Նույնականացումը** նպատակ ունի դրդել ինքնաճանաչողության, սեփական առանձնահատկությունների բացահայտման և ուսումնասիրման, ինքնաճանաչողության խթանման և սեփական խնդիրների լուծման համար ուղիների օգնության՝ նման իրավիճակների հաշվառմամբ: Նույնականացումը՝ (լատ. իդենտիֆիկացիա՝ նմանեցում) դիտարկվում է որպես սոցիալականացման կարևոր մեխանիզմ, որը դրսևորվում է անհատի կողմից սոցիալական դերերը ընդունելով խմբում ներառվելիս, նրա կողմից խմբային պատկանելության գիտակցման և սոցիալական դիրքորոշումների ձևավորման մեջ:

Մյուս մեթոդը *ռեֆլեքսիան է՝* սեփական մտքերի և ապրումների գնահատումն է՝ կենտրոնացվածությունը սեփական զգացմունքների վրա: Գրականությունն ունի հիրավի յուրահատուկ հնարավորություններ մարդու ներքաշխարհի պատկերման համար, նրա հույզերի, մտքերի վերարտադրման մեջ: Հենց անձնային ռեֆլեքսիան է թույլ տալիս կանգնել սեփական անձի նկատմամբ արտաքին դիրքով: Սա է սեփական փորձի կարծրատիպերի վերախմաստավորման ուղին, ըստ Ա.Յա. Պոնամորյովի, և դառնում ստեղծագործության հիմնական բնութագրիչ:

Բիրլիոթեքապիայում տարածված *ինտերակտիվ մեթոդը* կարդացածի մեջ պատասխան հակազդման կազմակերպման մեջ է: Պատասխան հակազդումը կարող է լինել ստեղծագործելու մեջ: *Սպրումակցման* միջոցով ընթերցողը կիսում է, յուրացնում է հեղինակի արժեքային դիրքորոշումները, մտքերը, որոնք ընկած են գեղարվեստական ստեղծագործության հիմքում:

«Ապրելու հերոսություն: Կյանքի ծաղիկներ ռազմի դաշտից» գիրքը կարող ենք համարել որպես բիրլիոթեքապիայի նմուշ՝ գրված Արցախյան 44-օրյա պատերազմի հիման վրա, նպատակ ունենալով վերարտադրել և հոգեբանական վերլուծության ենթարկել հայ իրականության մեջ առկա իրողությունները և ուղղել հոգեցունց իրողությանը բախված անձին դեպի կյանքի վերախմաստավորման և աճի:

Այդ նպատակին է միտված գրքի վերնագիրը «Ապրելու հերոսություն» որպես կյանքի դժվար պայմաններում ապրելու և առաջ շարժվելուն ուղղված կոչ, իսկ վերնագրի շարունակությունը՝ «Կյանքի ծաղիկներ ռազմի դաշտից» մետաֆորիկ ձևով անձի ապրելու և արարելու մոտիվացիան, կյանքի իմաստը կապում է ռազմի դաշտի հետ՝ մատնանշելով ինչպես պատերազմի մասնակիցների ավանդը յուրաքանչյուր անձի կյանքում այնպես էլ հրավիրելով ապրել առավել գիտակցված և արդյունավետ կյանք:

Գրքի նախաբանը շարադրված է բանաստեղծության ձևով, որը պարունակում է հոգեթերանտիկ, դրդապատճառավորող տարրեր.

Քո հոգու ցավը դու դարձրու՝ թներ,  
Որ փյունիկի պես քո մոխիրներից  
Դու հառնես դեպ վեր:  
Կրակից ահեղ այրվելով թրծվես,  
Ցավդ ամոքած ու վերածնված՝  
Անդունդից երկինք ինքդ քեզ համար  
Քո ուղին հարթած, ինքդ քեզ հաղթած,  
Հայացքդ խորունկ ուղղելով վերև՝  
Աշխարհին ի լուր բարձր վանկարկես.  
— Ես այստե՛ղ եմ, կա՛մ, լուսաբա՛ց, բարև՛...

Գիրքն ունի հետևյալ առանձնահատկությունները.

1. Հիմնված է ռացիոնալ-էմոտիվ թերապիայի [6, էջ 2], որում էական է ոչ խելամիտ համոզմունքների ճանաչումն ու հաղթահարումը, էքզիստենցիալ ուղղության՝ մահվան, աշխարհում մարդու գոյի, անձնային պատասխանատվության հարցերը [3, էջ 61-63] և լոգոթերապիայի՝ կյանքի իմաստի որպես դեպի ապագան ուղղված կարևոր շարժիչ ուժի, համադրության վրա [5, էջ 242]:

2. Այն իրապատումների շարք է՝ հիմնված իրական հերոսների պատմությունների, ոչ թե ստեղծագործական հորինվածքի վրա

3. Հոգեբանական գիտական վերլուծության և գեղարվեստական մշակման համադրություն՝ ընթերցողի վրա ազդեցությունն ուժեղացելու նպատակով

4. Գրքի հերոսներից է գրքի հեղինակը՝ նման ձևով ուժեղացնելով ընթերցողի հետ վստահության դաշտը:

Գրքի ազդեցության հիմնական թիրախներն են.

✓ Կորուստ ունեցող անձիք

✓ Պատերազմի մասնակիցներ

✓ Զինհաշման դամաճարձ ունեցող անձիք

✓ Կյանքի դժվար իրավիճակում հայտնված մարդիկ, որոնք կարևորում են կյանքի իմաստի, մահվան, հայրենասիրության, մասնագիտության հարցերը:

Գիրքը ներառում է բիրլիոթեքապիայի երեք մեթոդները՝ նույնականացում, ռեֆլեքսիա, ինտերակտիվություն:

Նույնականացման մեխանիզմը գրքում աշխատում է պատերազմի մասնակից ժամկետային զինճառայողների, կամավորների, կորուստ ապրած, զինհաշման դամաճարձ ձեռք բերած անձանց, մտքերի և ապրումների նկարագրությամբ. «Ես ցավը խեղդեցի իմ մեջ, գիտեի, որ պատերազմը մահաբեր է (այդ մասին գրքերում էի կարդացել) չէի պատկերացնի, որ ինքս ինձ կկորցնեմ մի քանի ժամով», «Եվ ահա նստած եմ տանը, կոտրված, լաց եմ լինում, ամեն հիշողություն ցավ է պատճառում և կարծես նրա սրտին կպած բեկորը իմ սրտին կպավ», «Գիտե՞ք մարտնչել «առանց մարդու սարքի» կամ անօդաչու սարքի դեմ հոգեբանական մեծ ճնշում է, որովհետև տեխնիկական անհոգի է», «Սկսվեց ցուցակներում հարազատ որոնելու տառապալից և ինչ-որ տեղ անմարդկային գործընթացը: «Ուզում ես քո գիտակցության սահմաններում տեղադրել, որ քո հարազատը, որի հետ հազար հուզական թելերով կապված ես, հազար հիշողությունով, այլևս քեզ հետ չէ: Գիտակցությունն իր մեջ տեղավորում է այս տեղեկատվությունը և մի պահ քեզ թվում է, թե սա քեզ հետ չի կատարվում»:

Ռեֆլեքսիայի մեխանիզմը գործուն կերպով օգտագործվել է գրքում որոշ հասկացությունների քննարկման համատեքստում. «Գիտե՞ք, խղճահարությունը ախտ է, հիվանդություն է: Այն է, որ քեզ պիտակավորում է, ստիպում է զգալ թույլի, անլիարժեքի կարգավիճակում, մարդու, որին պետք է խղճալ ու օգնել: Պետք չէ մարդուն ստիպել զգալ իրեն խեղճ», «Մահը իրողություն է, որին ես բախվել եմ և այն ինձ ստիպեց ապրել արդյունավետ»: Թույլ է տալիս ընթերցողին վերլուծել, վերանայել «մահ», «հաշման դամաճարձ», «կյանքի իմաստ», «մասնագիտական առաքելություն», «հայրենասիրություն» և այլ հասկացությունների վերաբերյալ սեփական պատկերացումները:

Ինտերակտիվ մեթոդի կիրառումը ներկայացված է հեղինակի կողմից ընթերցողին ուղղված հարցադրումների ձևով. «Ինչպե՞ս եմ ինձ վերաբերվում, հետևում եմ իմ տեսքին, զարգացմանը», «Ինչպիսի՞ գործունեությամբ եմ զբաղված, արդյո՞ք այն ինձ դուր է գալիս», «Ո՞րն է իմ կյանքի իմաստը», ինչպես նաև ընթերցողին դիմելու ձևով. «Կորուստ ապրող սիրելի՛ մարդ, մեր ապրումները միշտ չէ, որ անտրամաբանական են, քո զայրույթը հաճախ բողոք է մահվան գաղափարի և կյանքի ավարտուն լինելու դեմ, եթե դու գիտակցում ես, որ զայրանում ես, ուղղակի ընդունիր այն քո մեջ, այս փուլում սա նորմալ է»: Այս մեխանիզմի միջոցով ընթերցողն անցնում է առավել ակտիվ ներգրավվածությանը, և այն դառնում է գրույց հեղինակի և ընթերցողի միջև:

Որպես բիրլիոթեքապիայի միջոց, գիրքը.

✓ Ունի բարերար հոգեբանական ազդեցություն, քանի որ արտահայտում է հայ իրականությունը և գործող հերոսները իրական են:

✓ Նույնականացման և ապրումակցման մեխանիզմի շնորհիվ օգնում է հասկանալ ընդունել սեփական հույզերը, հասկանալ դրանց առաջացումն ու արտահայտումը, գտնել անձային աճի սեփական տարբերակներ:

✓ Հոգեկրթող է և թույլ է տալիս ձևավորել նոր ավելի առողջ համոզմունքներ՝ հրաժարվելով նախկին ոչ հարմարվողական համոզմունքներից կյանքի, մահվան, հույզերի, հայրենիքի, սեփական անձի և այլ երևույթների շուրջ:

Ենթադրում ենք, որ այս գրքի, որպես բիբլիոթերապիայի միջոցի, կիրառումն արդյունավետ կլինի անհատական հոգեբանական խորհրդատվության շրջանակներում, մասնավորապես՝ հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարումների, վշտի, կյանքի իմաստի հետ կապված խնդիրների շրջանակներում: Այդ են փաստում պատերազմի արդյունքում կորուստ ապրած մարդկանց արձագանքները՝ գրքի ընթերցումից հետո. «Կարդալով, ես վերապրեցի պատերազմի դաժան օրերը, ամեն դրվագի մեջ գտա իմ հերոս որդուն: Շնորհակալ եմ, որ տվեցիք ինձ ապրելու հերոսություն»:

Գիրքն կարող է օգտակար լինել նաև անհատական ընթերցանության ձևաչափով՝ որպես հոգեկրթող, ինքնօգնության և ինքնաձանաչողությանն ուղղված միջոց, ինչպես նաև նպատակահարմար կարող են լինել գրքի քննարկումները հանրակրթական դպրոցի բարձր դասարաններում:

Այսպիսով, բիբլիոթերապիան որպես ժամանակակից հոգեբանական ներագրման միջոց, կարող է լինել արդյունավետ միջոց մեծ քանակությամբ մարդկանց գիտակցության վրա ազդելու, իսկ «Ապրելու հերոսություն: Կյանքի ծաղիկներ ռազմի դաշտից» գիրքը որպես պատերազմի իրողությունն արտահայտող իրապատումների շարք, կարող է կիրառվել ինչպես անհատական հոգեբանական աշխատանքի համատեքստում, այնպես էլ որպես ինքնաձանաչողության, ինքնօգնության միջոց: Այս գրքի, որպես բիբլիոթերապիայի միջոցի, հոգեբանական ազդեցությունը հետագա փորձարարական հետազոտության անհրաժեշտություն ունի:

### Գրականություն

1. **Зыкова Н.Е. (2019)** Библиотерапия как средство самопознания и самопомощи личности: теоретический анализ. Вопросы студенческой науки. Выпуск №9 (37), сентябрь, 41-47.
2. **Лукас Э. (2019)** Источники осознанной жизни. Преврати проблемы в ресурсы. Издательство, «Никея».
3. **Осипова А.А. (2002)** Общая психокоррекция. Учебное пособие. М.: сфера.
4. **Сосновская И.В., Семенова И.А. (2015)** Методы библиотерапии в изучении художе-ственной литературы. ВЕСТНИК БУРЯТСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА. Вып. 2, 132-135.
5. **Франкл В. (1997)** Доктор и душа. СПб.: Ювента, с. 242.
6. **Эллис А., Ландж А. (2021)** Не позволяй обстоятельствам и окружающим играть на нервах. Изд. Питер.
7. **Yuan S., Zhou X., Zhang Y., Zhang H., Pu J., Yang L., Liu L., JiangX. & Xie P. (2018)** Comparative efficacy and acceptability of bibliotherapy for depression and anxiety disorders in children and adolescents: a meta-analysis of randomized clinical trials //Neuropsychiatr Dis. Treat, 14: 353–365.

**Библиотерапия как психотерапевтический метод и средство самопомощи в послевоенный период**

**Варданын С.А.**

**Аннотация:** В статье рассматривается библиотерапия как современный психотерапевтический метод. Теоретический анализ показывает, что при взаимодействии с текстом книга может оказывать благотворное влияние на психику человека за счет идентификации, интерактивного взаимодействия, рефлексии и эмпатии. Книга «Геройство жить. Цветы жизни с поля боя» написана на основе 44-дневной войны. В результате анализа этой художественно-психологической книги показано, что библиотерапия может быть эффективной в контексте психообразования и самопомощи для многих людей в послевоенное время. Книга основана на реальных историях и включает в себя все методы библиотерапии. Это представляет собой сочетание рационально-эмотивной терапии, экзистенциальной терапии и логотерапевтического подхода.

**Ключевые слова:** Библиотерапия, идентификация, рефлексия, эмпатия, интерактивный метод, послевоенный период, самопомощь.

### **Bibliotherapy as a psychotherapeutic method and self-help tool in the post-war period**

**Vardanyan S.H.**

("Urartu" University of Practical Psychology and Sociology, PhD in Psychology, Yerevan, Armenia)  
sedavardanyan003@gmail.com

**Annotation:** Bibliotherapy as a modern psychotherapeutic method is presented in the article. The theoretical analysis shows that the book can have a beneficial effect on the psyche of a person due to identification, interaction, reflexivity and empathy when interacting with the text. The book "The Heroism to Live: Flowers of Life from the Battlefield" is written on the basis of the 44-day war. Thanks to the analysis of the psychological fiction book "The Heroism to Live" it is shown that bibliotherapy can be effective in the context of psychoeducation and self-help for many people in the post-war period. The book is based on real stories and includes all methods of bibliotherapy. It is a combination of rational-emotive therapy, existential therapy and logotherapy.

**Keywords:** Bibliotherapy, identification, reflexivity, empathy, interactive method, post-war period, self-help.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 07.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

ԱՐՏԱԿԱՐԳ ԵՎ ՃԳՆԱԺԱՄԱՅԻՆ ԻՐԱՎԻՃԱԿՆԵՐԻ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ  
ПСИХОЛОГИЯ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ  
PSYCHOLOGY OF EXTREME SITUATIONS AND CRISES

ՄԱՐՏԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԶԻՆԾԱՌԱՅՈՂՆԵՐԻ  
ԱՆՁՆԱՅԻՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏՎՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՎՐԱ

Ավագիմյան Հ.Ռ.

(Վանաձորի Հ. Թումանյանի անվան պետական համալսարան, հ.գ.թ., դոցենտ, Վանաձոր, Հայաստան)  
avagym@mail.ru

**Ամփոփագիր.** Մասնակցությունը պատերազմին մեծ փոփոխություններ է կատարում անձի առանձնահատկություններում՝ ենթարկելով դրանք որակական փոփոխությունների: Անձանային փոփոխությունները, որոնք կատարվում են զինծառայողի մոտ մարտական գործողություններին մասնակցության հետևանքով, կարող են անդառնալի լինել: Վերջին տարիներին հոգեբանների կողմից փորձեր են ձեռնարկվում ուսումնասիրելու մարտի ազդեցության տակ անձի ոչ կլինիկական փոփոխությունները, որոնք սահմանվում են որպես «մարտական հոգեկան տրավմա»:

Անձի կեցության և հասարակության մեջ նրա գործառնության բազմազան դրսևորումների դիտարկման դեպքում, արտակարգ իրավիճակի ազդեցության տակ անձի փոփոխության հոգեբանական վերլուծությունը շեշտադրում է կատարում անձի բացասական փափոխությունների վրա: Միևնույն ժամանակ, կյանքին սպառնացող վտանգի ազդեցության տակ դրսևորվում են ոչ միայն բացասական փոփոխություններ, այլև՝ դրական:

Մարտի արտակարգ իրադրությունը, կյանքի համար ակնհայտ վտանգի առկայության դեպքում, հուզական ոլորտի վրա ներգործության մեծ հաճախականության պատճառով ոչ միշտ է գիտակցվում, սակայն պարտադիր ընկալվում է մարդու կողմից, և այդ ընկալումները իրենց ազդեցությունն են թողնում նրա անձնային առանձնահատկությունների վրա և շրջապատող մարդկանց հետ նրա միջանձնային հարաբերությունների վրա:

Մեր հոդվածի սահմաններում նպատակ ենք ունեցել ուսումնասիրելու մարտական գործողությունների մասնակից զինծառայողների անձնային առանձնահատկությունները: Որպես նախնական վարկած ենթադրել ենք, որ մարտական գործողությունների մասնակցած պայմանագրային զինծառայողների և չմասնակցած պայմանագրային զինծառայողների անձնային առանձնահատկությունները տարբերվում են: Արդյունքները փաստեցին, որ մարտական գործողություններին մասնակցած զինծառայողների մոտ ավելի բարձր են հուզական շարժունության, աֆեկտիվ ռիզիկոյության և լավատեսության մակարդակը, միջանձնային հարաբերություններում գերիշխող է տիրական-առաջատար, անկախ-գերիշխող և ուղղակի-ազդեցիվ ոճը, նրանց բնորոշ է ակտիվությունը, հետաքրքրությունների կայունությունը, սկզբունքայնությունը, կենսասիրությունը, ձգտումը համագործակցության:

**Հիմնաբառեր.** արտակարգ իրավիճակ, մարտական իրադրություն, միջանձնային հարաբերությունների գերիշխող ոճ, հուզական շարժունություն, աֆեկտիվ ռիզիկոյություն, լավատեսություն:

Նվազագույն կորուստներով մարտական խնդրի արդյունավետ կատարումը բանակի հիմնական խնդիրներից մեկն է: Ժամանակակից մարտական գործունեությունը կապված է մեծ ֆիզիկական և հոգեկան ծանրաբեռնվածության հետ, որոնք բացասաբար են ազդում նրա արդյունավետության վրա և ապակայունացնում են զինծառայողների հոգեկանը:

Ժամանակակից մարտարվեստը զինծառայողներից պահանջում է բարձր պատրաստականություն և արհեստավարժություն, ոչ պակաս կարևոր է նաև հոգեբանական կայունության ձևավորումը ու համապատասխան անձնային առանձնահատկությունների առկայությունն ու զարգացումը զինծառայողների մոտ:

Այդ կապակցությամբ առաջանում է մարտական գործողությունների ընթացքում անձնակազմի հոգեբանական կայունության վրա ազդող տարբեր գործոնների վերլուծության խնդիր: Անձնակազմի ռազմական և մասնագիտական գործունեության և պատրաստականության վրա ազդող առավել բնորոշ գործոններն են.

1. Ռազմաարդյունաբերական համալիրի զարգացման ժամանակակից մակարդակը, որը հանգեցնում է զինված ուժերի սպառազինության մեջ ռազմական տեխնիկայի և հրաձգային զենքի նորագույն տեսակներով համալրման;

2. Ժամանակակից զենքի բոլոր տեսակներն ունեն յուրացման ու շահագործման իրենց յուրահատկությունն ու բարդությունը, ինչն իր հերթին բարձր պահանջներ է ներկայացնում զինծառայողների մասնագիտական պատրաստվածության մակարդակին;

3. 5-րդ սերնդի պատերազմի (Օդային հարձակման և գերձզգրիտ հարվածային միջոցների գերակայություն, թվային տեխնոլոգիաներ, ցանցային կառավարման համակարգ) պայմաններում զինծառայողների ռազմական և մասնագիտական պատրաստվածության նկատմամբ պահանջների էական փոփոխությունը;

4. Մարտական գործողությունների ընթացքում հոգեբանական կայունության համար զինծառայողի մոտ մասնագիտական նշանակակալից հատկանիշների և համապատասխան անձնային առանձնահատկությունների առկայություն:

Ինչպես ցույց տվեցին 44-օրյա պատերազմը և Ուկրաինայում ընթացող հատուկ ռազմական գործողությունը, ներկայումս էապես փոխվել է ժամանակակից մարտի բնույթը: Մարտական գործողությունների մեծ դինամիկան, մեծ քանակությամբ ուժերի և միջոցների ներգրավումը, նոր մարտավարական հնարքների կիրառությունը, հետախուզական և հարվածային ԱԹՄ-ների օգնությամբ հատուկ նշանակության փոքր մոբիլ ստորաբաժանումներով պաշտպանական բնագծերի ճեղքման դիմակայելու համար անթույլատրելի են սխալները, հատկապես երիտասարդ ու ֆիզիկական, մասնագիտական և հոգեբանական տեսանկյունից անպատրաստ զինվորների ներգրավումը, քանի որ զինծառայողը պետք է կարողանա բարձր արդյունավետությամբ կատարել ցանկացած մարտական խնդիրներ տարբեր պայմաններում:

Այդ պատճառով կարևորում ենք զինծառայողների անձնային առանձնահատկությունների վրա մարտական գործողությունների ազդեցության հետազոտությունը, քանի որ դրանք անհրաժեշտ են առաջադրված մարտական խնդիրների կատարման ընթացքում զինծառայողների վարքի կանխատեսման և նրանց մասնագիտական պատրաստվածության անհրաժեշտ մակարդակի ապահովման համար:

Հոգեբանության մեջ իրադրությունը դիտարկվում է որպես.

1. Հանգամանք, օբյեկտիվ պայմանների հանրագումար, որոնցում գործառնություն է կատարում որևէ համակարգ, և հանգամանքներ, որոնք կանխորոշում են գործունեության այս կամ այն բնույթը: Սուբյեկտի նկատմամբ արտաքին պայմանների համակարգ, որոնք նրան խթանում են և միջնորդավորում են նրա ակտիվությունը: Նման մոտեցումը էականորեն նվազեցնում է մարդու դերը կյանքի իրադրության և նրա զարգացման կազմավորման մեջ:

2. Անձի պերցեպտիվ կառույց: Մարդը չի արտացոլում կեցությունը, այլ ստեղծում է այդ իրադրությունը իր գիտակցության մեջ:

3. Օբյեկտիվ–սուբյեկտիվ իրողություն: Իրադրությունը անձի և միջավայրի ակտիվ փոխգործողության արդյունք է: Նման մոտեցման դեպքում հնարավորություն է առաջանում առանձնացնել օբյեկտիվ և սուբյեկտիվ իրադրությունները արտաքին հանգամանքների կամ անձնային առանձնահատկությունների գերակշռությամբ: Ինչը թույլ է տալիս տարանջատել «իրադրություն» և «միջավայր» հասկացությունները [2, էջ 65]:

Ներկայումս ռազմական մասնագիտության յուրացման մեջ մեծ դեր է խաղում յուրաքանչյուր զինծառայողի անձը, այսինքն ներքին հոգեբանական կողմը: Զինծառայողի անձը հոգեբանական տեսանկյունից դիտարկվում է հիմնական հոգեբանական հատկությունների էության միջոցով, որոնց են վերաբերվում ուղղվածությունը, ծառնվածքը, բնավորությունը և ընդունակությունները, անձի կամային և հուզական որակները, դրական և բացասական սովորությունները, զինծառայողի ռազմական մասնագիտական դաստիարակությունը, որն արտացոլվում է նրա կարգապահության մեջ:

Մարտական իրադրության մեջ զինծառայողի հոգեկանը ենթարկվում է բազմաթիվ տարբեր ներգործությունների: Դրանց մի մասը նպաստում է մարդու ֆիզիկական և հոգեբանական հնարավորությունների մոլբիլիզացման և կենտրոնացման, մարտական ակտիվության, քաջության, անձնուրացության բարձրացման, մյուս մասն ըդհակառակը, ապակազմակերպում է մարտիկի մարտական գործունեությունը, արգելափակում է նյարդային համակարգի և հոգեկանի աշխատանքը:

Մասնագետները գտնում են, որ պատերազմում ողջ մնալու համար անհրաժեշտ է նրան հարմարվել: Հարմարվելու համար անհրաժեշտ է «քաղաքակրթության ատիճաններով վայր իջնել»: Պետք է փոխել նախկին պատկերացումը սոցիալապես թույլատրվող վարքի և կյանքի արժեքավորության մասին, անհրաժեշտ է դառնալ ագրեսիվ և դաժան, ճնշել քո մեջ զգացմունքները [5, էջ 57]:

Մարտական գործողություններին մասնակցությունը զինծառայողների անձի վրա ունի նաև դրական ազդեցություն: Նրանց մի մասի մոտ բացահայտվում է , կարծես թե աշխարհի ավելի վառ ու հստակ ընկալում, արժեքների և դիտարկումների առանձնահատուկ համակարգ, որը ձևավորում է յուրահատուկ կենցաղային իմաստություն, մարդկային հարաբերություններում հատուկ զգացողություն ստի և կեղծիքի նկատմամբ:

Ա.Մ. Ստոլյարենկոն առանձնացնում է դրական փոփոխություններ, որոնք կատարվում են մարտական գործողությունների մասնակիցների մեծամասնության մոտ: Նրա կարծիքով հնարավոր են հետևյալ դրական հետևանքները մարտական գործողությունների մասնակցության հետևանքով.

1. Կարողությունների, փորձի, արհեստավարժության աճ,
2. Մարդու անձնային աճ և ինքնիրացում, որը դրսևորվում է ինքնահարգանքի, սեփական արժեքավորության զգացողության, սեփական ուժերի նտատմամբ վտահության, ինքնատիրապետման կրողության մեջ,
3. Ֆիզիկական առողջության և ուժի ամրապնդում,

4. Մարդու սոցիալական կարգավիճակի բարձրացում, որն արտահայտվում է հասարակության կողմից ավելի հարգալից վերաբերմունքի մեջ, նրանց արժանիքների ընդունման մեջ [6]:

Զինձառայողների մարտական գործունեության արդյունավետությունը կանխորոշող կարևորագույն անձնային հատկանիշներն են հոգեբանական պատրաստականությունը մարտին և հոգեբանական կայունությունը մարտական իրադրության սթրես-գործոնների նկատմամբ: Մարտիկի այդ երկու հատկանիշները Պ.Ա. Կորչեմնիի կարծիքով ձևավորվում են միևնույն տարրերից.

1. Կոգնիտիվ (մարտի պատկերի հստակություն, գիտելիքներ՝ հակառակորդի, մարտավարական տարբեր հնարքների, զինատեսակների, փոխգործողության ավելի արդյունավետ եղանակների մասին),

2. Մոտիվացիոն (բնագոյներ, մարտական դիրքորոշումներ, մոտիվներ),

3. Հուզական (մարտական տրամադրվածություն, ակտիվություն, ինքնագզացողություն),

4. Օպերացիոնալ (զենքին և մարտական տեխնիկային հմուտ տիրապետում) [4, էջ 152]:

Ա.Գ. Կարայանին և Բ.Վ. Սիրոմյատնիկովը դրանց անհրաժեշտ են համարում ավելացնել նաև.

1. Քոփինգ ռազմավարությունները,

2. Զինձառայողների փոխադարձ հոգեբանական օգնություն ցուցաբերելու կարողությունը,

3. Զինձառայողի կողմից հուզական ինքնակարգավորման հնարքներին տիրապետելը [3, էջ 125]:

Մարտիկի հոգեբանական պատրաստականության և կայունության կառուցվածքի մեջ կարևորագույն տեղ է զբաղեցնում մարտական գործողությունների հստակ պատկերը, որն ընդգրկում է պատկերացումները հակառակորդի գործողությունների մարտավարության և հնարքների մասին, թե ինչ միջոցների կիրառությամբ, ինչ եղանակով, որ հաջորդականությամբ, ում հետ փոխգործողության մեջ ջախջախել, ինչ բնագծերին տիրապետել, ինչպես գործել հետագայում և այլն: Այստեղ գործում է կոգնիտիվ հոգեբանության կանոնը. «Ինչպիսի գործունեության պատկեր է առկա, նույնպիսին էլ գործունեությունն է»: Զինվորին մարտում վախեցնում է անհայտությունը, անորոշությունը: Այսինքն մարտիկին անհրաժեշտ է առաջիկա մարտական գործողությունների վերաբերյալ որոշակի կոգնիտիվ քարտեզի առկայություն:

Մարտական խնդիրների լուծման ժամանակ զինձառայողները ենթարկվում են մարտական գործունեության տարբեր իրադրությունների և գործոնների ներգարծության և դրանք հաջողությամբ լուծելու համար պահանջվում են ոչ միայն մասնագիտական հմտություններ, այլև որոշակի անձնային առանձնահատկություններ: Այդ պատճառով մարտական գործունեության և զինձառայողների անձնային առանձնահատկությունների վրա դրա ազդեցության ուսումնասիրությունը բավականին կարևոր և արդիական խնդիր է:

Հոդվածի նպատակն է բացահայտել մարտական գործողություններին մասնակցության ազդեցությունը զինձառայողների անձնային առանձնահատկությունների վրա:

Առաջադրված նպատակին հասնելու համար լուծել ենք հետևյալ խնդիրները.

1. Կատարել արտակարգ իրավիճակներում մասնագիտական գործունեության և նրա անձնային առանձնահատկությունների վրա ազդեցության ուսումնասիրությունների տեսական վերլուծություն,

2. Բացահայտել մարտական գործողությունների մասնակից զինձառայողների անձնային առանձնահատկությունները,

3. Կատարել մարտական գործողություններին մասնակցած և չմասնակցած զինձառայողների անձնային առանձնահատկությունների համեմատական վերլուծություն:

Հետազոտության համար մեր կողմից առանձնացվել են հետազոտվողների 2 խմբեր.

1. Փորձարարական խումբ (67 մարդ)՝ մարտական գործողություններին մասնակցած զինծառայողներ 25-40 տարեկան (ՓԽ),

2. Վերահսկիչ խումբ (67 մարդ)՝ մարտական գործողություններին մասնակցության փորձ չունեցող զինծառայողներ 25-40 տարեկան (ՎԽ):

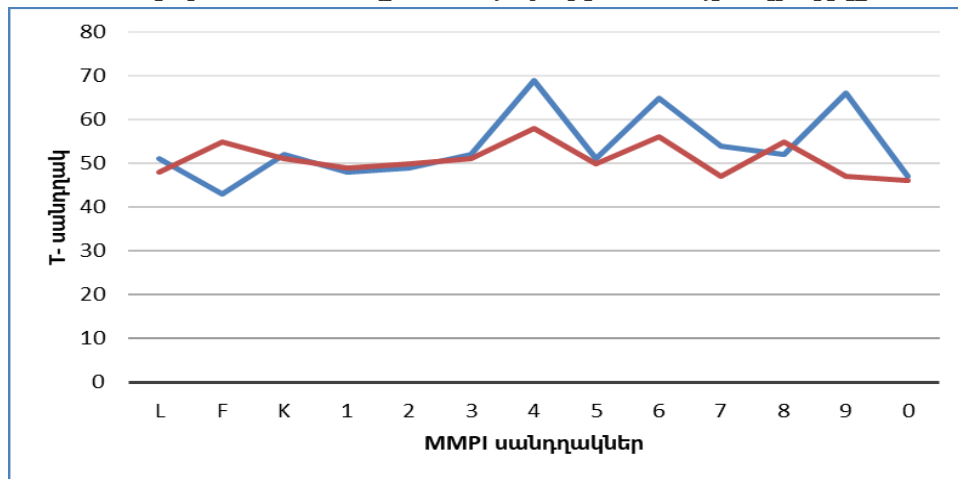
Զինծառայողների 2 խմբերի անձնային առանձնահատկությունների միջև էական տարբերություններ գտնելու համար կիրառվել են հետևյալ մեթոդիկաները.

1. «Անձի ուսումնասիրման ստանդարտիզացված բազմագործոն մեթոդիկա» (MMPI) [1, էջ 130-132],

2. Տ. Լիբի միջանձնային հարաբերությունների ախտորոշման մեթոդիկան (DMO) [7]:

MMPI մեթոդիկայի միջինացված նշանակությունների սանդղակներով մասնակցածների (ՓԽ) և չմասնակցածների (ՎԽ), բացահայտեց հետևյալ նշանակալից տարբերությունները 4 սանդղակներով՝ 4 (հուզական շարժունություն), 6 (աֆեկտիվ ռիզիդություն), 7 (տազնապայնություն, կասկածամտություն), 9 (լավատեսություն) (Նկար 1.):

Նկար 1. ՓԽ և ՎԽ զինծառայողների անձնային պրոֆիլը MMPI մեթոդիկայով



MMPI մեթոդիկայի սանդղակներով ստացված տվյալների վերլուծությունը մարտական գործողություններին չմասնակցած 55 (81%) զինծառայողի (ՎԽ) մոտ բացահայտեց առաջատար միտումներ սթենիկ, խառը և հիպերսթենիկ տեսակի հակազդեցություն (T 56-65), 11-ի մոտ՝ տարբեր անձնային հատկանիշների շեշտադրում (3. հոռետեսություն, 4. հուզական շարժունություն, 8. անհատականություն՝ անձի հարմարողականություն և վերլուծական մտածողություն, 9. լավատեսություն:) (T-66-68):

Մարտական գործողությունների մասնակիցների խմբում (ՓԽ) այլ պատկեր է՝ 57 (85%)-ի մոտ շեշտադրված է. հուզական շարժունությունը, աֆեկտիվ ռիզիդությունը և լավատեսությունը (T 57-66), 10 (15%)-ի մոտ նրանց անձային առնանհատկությունները կանխորոշող առաջատար միտումներն են՝ հոռետեսություն, հուզական շարժունություն, անհատականություն՝ անձի հարմարողականություն և վերլուծական մտածողություն (T 67-70): Մարտական գործողությունների մասնակից զինծառայողների մոտ (ՓԽ) հակազդեցությունը հիմնականում սթենիկ տիպի է, այն արտահայտվում է ակտիվ պաշտպանական, կենսասեր դիրքորոշման մեջ, ինչը պայմանավորում է ուղղվածությունը ինքնիրացման և դրական սոցիալական ադապտացիայի:

Տ. Լիբի միջանձնային հարաբերությունների ախտորոշման մեթոդիկայի (DMO) զինծառայողների 2 խմբերի նկատմամբ կիրառության արդյունքում ստացանք հետևյալ տվյալները, որոնք վկայում են հետազոտվողների անձնային առանձնահատկությունների, միջանձնային հարաբերությունների ոճի և ինքնագնահատականի մասին: Մարտական գործողություններին մասնակցած և չմասնակցած խմբերում բացահայտվել են էական տարբերություններ «Իրական Ես» պատկերի 3 օքտանտներով՝ տիրական-առաջատար, անկախ- գերիշխող, ուղղակի-ագրեսիվ և «Իդեալական Ես» պատկերի 6 օքտանտներով՝ տիրական-առաջատար, ուղղակի-ագրեսիվ, անհավատ-թերահավատ, կախված-հնազանդ, համագործակցող-պայմանական, պատասխանատու-առատաձեռն:

Մարտական գործողություններին մասնակցած զինծառայողների մոտ «Իրական Ես» պատկերի մեջ բոլոր օքտանտների նշանակությունները արտահայտված են միջին մակարդակի վրա միջանձնային հարաբերություններում տիրական-առաջատար և անկախ-գերիշխող ոճի գերակշռությամբ, իսկ «Իդեալական Ես» պատկերում բարձր են կոնֆորմ վարքի օքտանտները: Առկա են էական տարբերություններ այդ օքտանտներում «Իրական Ես» և «Իդեալական Ես» պատկերներում: Չմասնակցած զինծառայողների մոտ ի տարբերություն մասնակցածների «Իդեալական Ես» պատկերում բարձր են ոչ կոնֆորմ վարքի օքտանտները՝ միջանձնային հարաբերությունների տիրական-առաջատար, անկախ-գերիշխող և ուղղակի-ագրեսիվ ոճերի:

DMO մեթոդիկայով ստացված արդյունքների վերլուծությունը ցույց տվեց, որ մարտական գործողությունների մասնակիցների խմբում (ՓԽ) ի տարբերություն չմասնակցածների (ՎԽ) գերեկաշռում են լիդերի միտումներ: Դրա մասին են վկայում զինծառայողների «Իրական Ես» պատկերում 68%-ի մոտ բարձր ցուցանիշները, ինչը մեկնաբանվում է որպես անհանդուրժողականություն քննադատության նկատմամբ, սեփական հնարավորությունների գերագնահատում: Իսկ «Իդեալական Ես» պատկերի նշանակություններում դրանք արտահայտված են 35%-ի մոտ, ինչը վկայում է մարտական գործողությունների մասնակիցների մոտ տվյալ տեսակի փոխգործողության շտկման պահանջմունքի մասին: Նրանց մոտ նաև նկատվում է վառ արտահայտված համառության, անզսպության և անկախության նվազեցման մեջ պահանջմունք «Իրական Ես» պատկերում 43%-ի և «Իդեալական Ես» պատկերում 14%-ի մոտ, «Իրական Ես» պատկերում փոխհատուցման մեջ պահանջմունքը, որն արտացոլված այլ մարդկանց օգնելու և ապրումակցելու մեջ 25%, «Իդեալական Ես» պատկերում 71%: Մարտական գործողությունների մասնակիցների միջանձնային փոխգործողության տեսակի տվյալ սոցիալ-վարքային բաղադրիչը լրացվում է վարքի մեջ փոխզիջման և ընկերասիրության բարձրացումն պահանջմունքով՝ «Իրական Ես» պատկեր-10%, «Իդեալական Ես» պատկեր-66%:

Այսպիսով, MMPI և DMO մեթոդիկաների կիրառության արդյունքում ստացված տվյալների վերլուծության հիման վրա բացահայտվել և նկարագրվել են մարտական գործողություններին մասնակցած զինծառայողների անձնային առանձնահատկությունները: Մեթոդիկաների համեմատական վերլուծությունը մարտական գործողություններին մասնակցած և չմասնակցած զինծառայողների խմբերի միջև բացահայտեց հետևյալ տարբերությունները.

1. Մարտական գործողություններին մասնակցած զինծառայողների մոտ ավելի բարձր է հուզական շարժունության, աֆեկտիվ ռիզիկոյության և լավատեսության մակարդակը (MMPI):

2. Նրանց մոտ ավելի շատ է արտահայտված միջանձնային հարաբերությունների տիրական-առաջատար, անկախ-գերիշխող և ուղղակի-ագրեսիվ ոճը, «Իրական Ես» պատկերի մեջ նաև

համագործակցող-պայմանական, «Իդեալական Ես» պատկերի մեջ՝ պատասխանատու-առատաձեռնը (DMO):

3. Մարտական գործողություններին մասնակցած և չմասնակցած զինծառայողների խմբերի միջև համամատական վերլուծությունից հետո պարզվել է, որ մարտական գործողություններին մասնակցած պայմանագրային զինծառայողներին ավելի բնորոշ է ակտիվությունը, հետաքրքրությունների կայունությունը, սկզբունքայնությունը, կենսասիրությունը և համագործակցության ձգտումը:

### Գրականություն

1. **Անձի կենսագործունեության հոգեբանական անվտանգություն (2015)** //կոլեկտիվ մենագրություն, հեղ.՝ Ռ.Վ. Աղուզումյան, Վ.Ռ. Պապոյան, Ա.Ս. Գալստյան, Ե.Բ. Սուրադյան, Դ.Յ. Մարգարյան, Ծ.Ս. Ամիրջյան //Եր., ԵՊՀ հրատ., 142 էջ:
2. **Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. (1998)** Психология жизненных ситуаций. М.: Российское педагогическое агентство, 263 с.
3. **Караяни А.Г., Сыромятников И.В. (2005)** Военная психология: учебник для специалистов психологической работы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: ВУ, 2016. – 500 с.
4. **Корчемный П.А. (1996)** Военная психология. – М.: ОВЛ. – 500 с.
5. **Литвинцев С.В., Снедков Е.В., Резник А.М. (2005)** Боевая психическая травма. – М.: Медицина. – 432 с.
6. **Столяренко А.М. (2002)** Экстремальная психопедагогика. – М.: – 607 с.
7. **Интерперсональная диагностика индивидуального стиля межличностного поведения (Т. Лири).** ДМО Л.Н. Собчик. [http://www.miu.by/kaf\\_new/mpp/037.pdf](http://www.miu.by/kaf_new/mpp/037.pdf) (31.10.2022)

### Влияние боевых действий на личностные характеристики военнослужащих

Авагимян Г.Р.

(Ванадзорский Государственный Университет имени О. Туманяна, к.пс.н., доцент, Ванадзор, Армения)

avagym@mail.ru

**Аннотация.** Участие в войне вносит большие изменения в личностные характеристики, подвергая их качественным изменениям. Личностные изменения, происходящие у военнослужащих в результате участия в боевых действиях, могут носить необратимый характер. В последние годы психологами предпринимаются попытки изучения неклинических изменений личности под влиянием боевых действий, которые определяются как «боевая психическая травма».

Если рассмотреть различные проявления состояния человека и его функционирования в обществе, то можно утверждать, что психологический анализ изменения личности под влиянием чрезвычайной ситуации подчеркивает негативные изменения личности. Одновременно с этим под влиянием опасной для жизни угрозы проявляются не только отрицательные изменения, но и положительные.

Из-за высокой частоты воздействия на эмоциональную сферу, чрезвычайная ситуация на войне при наличии явной угрозы для жизни не всегда осознается, но обязательно воспринимается человеком, и эта рецепция оказывает влияния как на его личностные характеристики, так и на его межличностные отношения с окружающими людьми.

В рамках нашей статьи мы поставили задачу изучить личностные характеристики военнослужащих, участвовавших в боевых действиях. В качестве предварительной гипотезы мы предположили, что личностные характеристики военнослужащих-контрактников, участвовавших в боевых действиях, и военнослужащих-контрактников, не участвовавших в боевых действиях, различаются. Результаты показали, что уровень эмоциональной подвижности, аффективной ригидности и оптимизма выше у военнослужащих, принимавших участие в боевых действиях; в межличностных отношениях у них превалирует доминантно-ведущий, самостоятельно-доминантный и прямо-агрессивный стиль, им свойственна активность, стабильность интересов, принципиальность, жизнелюбие, стремление к сотрудничеству.

**Ключевые слова:** чрезвычайная ситуация, боевые события, доминирующий стиль межличностных отношений, эмоциональная мобильность, аффективная ригидность, оптимизм.

### **The influence of combat actions on the personal characteristics of military personnel**

**Avagimyan H.R.**

(Vanadzor State University after H. Tumanyan, PhD in Psychology, Associate Professor, Vanadzor, Armenia)  
avagym@mail.ru

**Abstract.** Participation in the war makes great changes in personal characteristics, subjecting them to qualitative changes. The personal changes that occur in military personnel as a result of participation in hostilities can be irreversible. In recent years, attempts have been made by psychologists to study non-clinical personality changes under the influence of hostilities, which are defined as "combat mental trauma."

If we consider the various manifestations of a person's condition and his functioning in society, then it can be argued that the psychological analysis of personality changes under the influence of an emergency situation emphasizes negative personality changes. At the same time, under the influence of a life-threatening threat, not only negative changes are manifested, but also positive ones.

Due to the high frequency of impact on the emotional sphere, an emergency situation in a war in the presence of a clear threat to life is not always recognized, but is necessarily perceived by a person, and this perception affects both his personal characteristics and his interpersonal relationships.

As part of our article, we set the task of studying the personal characteristics of military personnel who participated in hostilities. As a preliminary hypothesis, we assumed that the personal characteristics of contract servicemen who participated in hostilities and contract servicemen who did not participate in hostilities differ. The results showed that the level of emotional mobility, affective rigidity and optimism is higher in military personnel who took part in combat operations; in interpersonal relations, they have a dominant-leading, self-dominant and directly aggressive style, they are characterized by activity, stability of interests, adherence to principles, love of life, desire for cooperation.

**Keywords:** emergency, combat events, dominant style of interpersonal relationships, emotional mobility, affective rigidity, optimism.

*Հոդվածը ներկայացվել է և ուղարկվել է գրախոսման՝ 27.10.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

# ИССЛЕДОВАНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ И КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ УЧАСТНИКОВ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

Бартикян И.Б.<sup>1</sup>, Саргсян И.А.<sup>2</sup>

(Российско-Армянский университет, студентка, Ереван, Армения<sup>1</sup>, Российско-Армянский университет, преподаватель Кафедры психологии, Ереван, Армения<sup>2</sup>)  
irina.bartikyan@student.rau.am, inna.sargsyan@rau.am

**Аннотация.** В статье рассмотрены понятия боевого стресса, особенности социальной адаптации и копинг стратегий участников боевых действий, а также представлены данные эмпирического исследования, проведенного среди участников боевых действий второй арцахской войны 2020 года. Рассмотрена зависимость между уровнем социальной адаптации и степенью выраженности травматического события. Исследование выявило, что нет взаимосвязи между уровнем социальной адаптации и применением определенных копинг-стратегий. Гипотеза о том, что существует зависимость между уровнем социальной адаптации и степенью выраженности травматического события подтвердилась, также выявились определенные различия между уровнем социальной адаптации и копинг стратегиями у солдат, которые закончили военную службу в 2021 г. и у солдат, которые закончили военную службу в 2022 г.

**Ключевые слова:** психология боевых действий, Вторая арцахская война, социальная адаптация, копинг-стратегии, военная психология.

Одним из основных направлений в работе современных военных психологов в войсках, является прогнозирование и обеспечение адаптации военнослужащих к воинской среде и различным условиям службы. Не нуждается в доказательстве тот факт, что от адаптации военнослужащего к условиям воинской деятельности зависит успешность этой деятельности. В этой связи война на сегодняшний день остается одним из наиболее слабо изученных социальных явлений, несмотря на наличие в этой области военно-научных, философских, социологических, антропологических, исторических трудов и отдельных психологических работ. Проблема ПТСР в контексте военных действий является актуальнейшей в мировой науке и приобретает особое значение для нас в силу нарастающего его распространения среди участников войны.

Военная психология рассматривается как область специального научного знания и практики, нацеленная на исследование психологических особенностей совместной боевой деятельности военнослужащих и обоснование методов обеспечения ее эффективности [4].

Военная психология позволяет решить несколько типов задач: 1 – задачи основные, которые решают военные психологи, 2 – специальные (для исследования и решения которых приглашаются другие эксперты) [4].

Анализ научно-методических подходов к осознанию военных истоков, включает в себе следующее:

- человеку необходимо допустить возможность происхождения войны и участия в ней;
- разделение мира человека на классы социального характера;
- хотя бы один из этих коллективов должен быть возглавлен лидером, считающим, что его амбиции (стремления к благу, славе, мести, наживе и т.д.) и цели группы определяются возможными в данном конкретном месте только посредством военных действий;

- противники должны сопротивляться;
- слабыми могут быть институты международного мирового обеспечения [3].

В общем процессе боя принято выделить этапы подготовки, ведения боя и после боя. Обстоятельные психологические характеристики этих периодов были даны в конце XIX-начале XX вв. Классическое значение имеет описание психического состояния воинов, описанное Г.Е. Шумковым [10]. В ходе систематизированных личных наблюдений, опросов участников боя и опросов врачей он выяснил, что большая часть участников боя переносит день, час и минуту перед боем в качестве тревожного ожидания. В этом периоде доминируют следующие черты поведения бойцов: суетность, излишнее говорливость, глубокое беспокойство, часто курение, желание скорее пойти в бой, повышение чувствительности к любым известиям. Настроение войск крайне лабильное, непостоянное и легко может перейти из неприятного и утомительного состояния в веселое и повышенное. Шумков внимательно анализирует особенности проявления каждой психической ситуации, индивидуальных и личностных качеств военнослужащих [10].

В интеллектуальной сфере отмечены: непрерывные потоки различных мыслей, ослабление внимания, несостоятельность сосредоточения на чем-то. В эмоциональной сфере отмечаются напряжение, жажда чего-то тяжелого и сложного. Характерные объективные показатели: частота пульса, дыхания, повышение температуры организма и др. Всё это, по словам Шумкова, отражает процесс мышечной психологической подготовки, настраивание военнослужащих на опасность и сложности, которые придется испытывать в ближайшем бою. В психологическом смысле «душевная ситуация воинов, ожидающих боя, является состоянием тревожных ожиданий. Все воины чувствуют это состояние, хотя в различных условиях степень выражения его у разных лиц отличается» [5], [9], [10].

В боевых условиях психика солдата подвергается многочисленным воздействиям. Одни из них помогают мобилизовать и концентрировать физические и духовные возможности человека, повышать боевую активность, смелость и самоотверженность. Другие же, наоборот, дезорганизуют боевые действия воина, ограничивают доступ к существующим резервам тела, нарушают работу нервных и психических систем [4].

В настоящее время военные психологи сталкиваются с тем, что главным психологическим феноменом боевого действия, который, как бы то ни было, влияет на психическое и моральное состояние воина является боевой стресс [4].

Боевой стресс – процесс адаптации человека к изменяющим условиям боевых действий, ответной реакции организма на воздействие внешних и внутренних стимулов, которые проявляются в боях. В этом плане стресс является важнейшим условием выживания человека во время войны [6].

Люди, которые находятся на военной службе, постоянно испытывают стресс: во-первых, из-за постоянной угрозы войны, во-вторых, из-за большой ответственности (как морально-психологической, так и физической). Становится само собой разумеющимся, что раз военнослужащие постоянно находятся в стрессовых ситуациях, значит, они и постоянно с ними справляются с помощью различных копинг-стратегий [7]. Копинг, или копинговые стратегии — это целенаправленные действия человека, которые направлены на борьбу со стрессом [8]. Среди базовых копинг-стратегий ученые и практики выделяют такие копинг-стратегии, как стратегия решения проблемы, стратегия поиска социальной поддержки и стратегия избегания [8].

Для того чтобы выжить в ужасах и хаосе войны, бойцы должны перестроить свои психические структуры, перевести психику в «военный режим», адаптироваться к самым страшным стрессовым факторам. С первого дня участия в военных действиях, чаще даже раньше, воины запускают механизмы долгосрочной и краткосрочной адаптации, разработки специфических стратегий копинга, навыки повседневного выживания [4].

Многие исследования российских и иностранных психологов свидетельствуют о том, что физическое перемещение солдата с места боя в мирную обстановку не всегда означает интеллектуальное, эмоциональное возвращение в обстановку повседневных связей и отношений [4].

Социальная и психологическая реадаптация (переприспособление) предполагает организующее психологическое «возвращение» военнослужащих к нормальным условиям жизни, процесс восполнения у участников военных действий психологических ресурсов, необходимых для полной жизни и активной социальной деятельности после выполнения особых, сложных воинских задач, сопровождающихся травмой психики. [4].

Боевые психические травмы и их последствия, вызванные феноменом посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) – одни из главных внутренних барьеров для социального адаптивования ветеранов в гражданском обществе. Возвращение в мирную жизнь участников военных конфликтов связано с новыми стрессами, связанным с трудностями адаптации в мирную жизнь, незнанием, осуждением, трудностями общения и профессионального самоопределения [1].

Социально-психологическая реадаптация включает в себя три основные задачи:

1. Реконструирование ценностно-ориентационной системы самого участника боевого действия;
2. Создание вокруг себя реадаптированной социальной обстановки;
3. Оказание помощи пациентам с посттравматическими стрессовыми расстройствами [4].

Целью данного исследования является изучение особенностей социальной адаптации и копинг-стратегий у участников второй арцахской войны.

Выдвинуты следующие гипотезы:

1. Мы предполагаем, что существует связь между уровнем социальной адаптации и применением определенных копинг-стратегий;
2. Мы предполагаем, что существует зависимость между уровнем социальной адаптации и степенью выраженности травматического события;
3. Мы предполагаем, что существуют определенные различия между уровнем социальной адаптации и копинг стратегиями у солдат, которые закончили военную службу в 2021г. и у солдат, которые закончили военную службу в 2022г.

Нашим исследованием были охвачены 24 участника второй арцахской войны, которые закончили военную службу в 2021-2022 гг. Респонденты были опрошены методом тестирования.

Методики, примененные в исследовании:

1. Методика «Оценка эмоционально-деятельностной адаптивности» Н.П. Фетискина, В.В. Козлова и Г.М. Мануйлова, которая помогает выявить уровень эмоционально-деятельностной адаптивности человека (высокая, средняя, низкая, очень низкая);

2. Методика «Шкала оценки влияния травматического события (IES-R)» М.Дж. Горовица, которая направлена на выявление симптомов посттравматического стрессового расстройства и оценку степени их

выраженности. Шкала состоит из 22 пунктов, которые распределяются в три шкалы: «вторжение», «избегание» и «возбудимость»;

3. Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхана, которая предназначена для диагностики доминирующих копинг-стратегий личности. Согласно данной методике, все поведенческие стратегии, которые формируются у человека в процессе жизни, можно подразделить на три большие группы: Стратегия разрешения проблем, поиска социальной поддержки и избегания;

4. Авторский опросник, который выявлял следующие параметры у исследуемых: когда они закончили военную службу, получали ли ранение, получали ли психологическую поддержку и т.д.

На основании исследования результатов по методике «Шкала оценки влияния травматического события», в зависимости от года возвращения, были выявлены следующие показатели (Рис. 1): по шкале «Избегание» среднеарифметические данные выше у респондентов, которые вернулись в 2022г. Так как эти солдаты только начинают реадaptироваться к мирной жизни, и воспоминания об армейской службе еще свежие, можно предположить, что им сложнее вспоминать и говорить о травматических событиях. По шкале «Возбудимость» показатели выше у респондентов, которые закончили военную службу в 2021г. (11.2). Можно предположить, что солдаты, которые вернулись в 2021г., в течение этого года столкнулись с реалиями мирной жизни (учеба, поиск работы, социальные взаимоотношения, и т.д.), тогда как солдаты, которые вернулись в 2022г. только начинают путь к адаптации. Следовательно, из-за этого у респондентов, которые вернулись в 2021г. показатели по данной шкале выше.

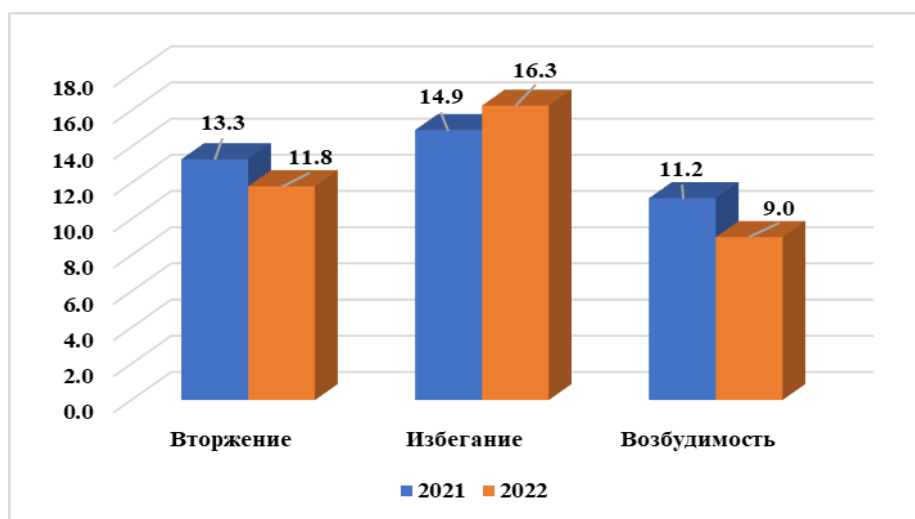


Рисунок 1 Показатели по методике «Шкала оценки влияния травматического события» в зависимости от даты возвращения

На основании исследования результатов по методике «Индикатор копинг-стратегий», в зависимости от года возвращения, были выявлены следующие показатели (Рис. 2): по шкале «Разрешение проблем» среднеарифметические показатели абсолютно идентичны у обеих групп (23.9). По шкале «Поиск социальной поддержки» показатели ниже у тех респондентов, которые вернулись в 2021г. (20.6). Это может быть связано с тем, что солдаты, которые вернулись в 2021г. уже реадaptировались к мирной жизни, в то время как солдаты, которые вернулись в 2022г. только начинают процесс адаптации и находятся в поиске социальной поддержки. По шкале «Избегание проблем» показатели выше у респондентов, которые вернулись в 2022г. Так как эти солдаты только вернулись после службы и пока

еще находятся в поисках социальной поддержки, они еще чувствительны к послевоенным вопросам и у них могут быть сложности с преодолением сложных ситуаций.

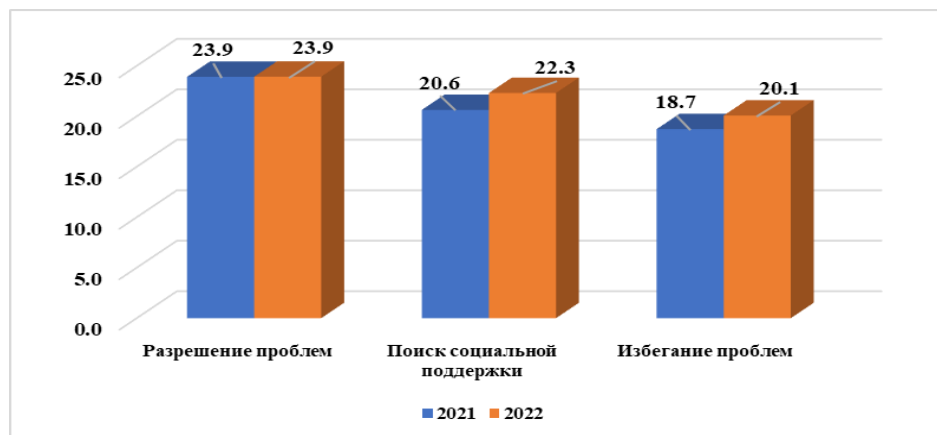


Рисунок 2 Показатели по методике «Индикатор копинг-стратегий» в зависимости от даты возвращения

На основании исследования результатов по методике «Шкала оценки влияния травматического события», в зависимости от уровня адаптивности, были выявлены следующие показатели (Рис. 3): по шкале «Вторжение» среднеарифметические показатели выше у респондентов, у которых адаптивность ниже (15.0). Война неоднократно и неконтролируемо вторгается в мысли солдат – это наиболее распространенный симптом ПТСР. Поэтому не удивительно, что у солдат, у которых низкий уровень адаптации высокие показатели по шкале «Вторжение». По шкале «Избегание» показатели выше у тех респондентов, у которых низкий и высокий уровень адаптации (19.0; 14.8). А ниже всего у респондентов, у которых средний уровень адаптации (11.5). Эти данные отображают важность данной проблемы. Можно предположить, что те, у кого низкие показатели столкнулись с проблемой лицом к лицу, возможно, с помощью специалиста. Это показывает, насколько большую роль играют психолог, родители и окружение солдата.

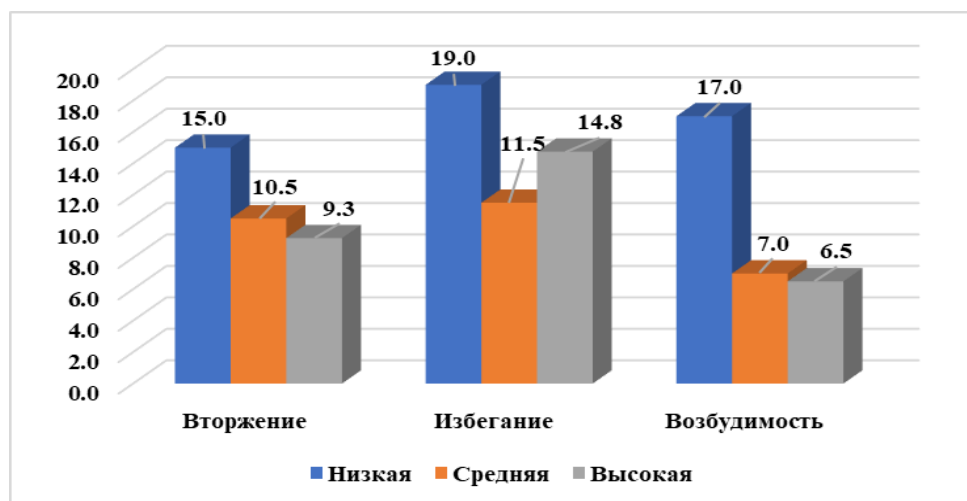


Рисунок 3 Показатели по методике «Шкала оценки влияния травматического события» в зависимости от уровня адаптивности

На основании исследования результатов по методике «Индикатор копинг стратегий», в зависимости от уровня адаптивности, было выявлено, что почти по всем шкалам равные показатели (Рис. 4). Только

по шкале «Избегание проблем» ниже всех показатели у тех солдат, у которых высокая адаптивность (18.5). Это говорит о том, что респонденты, у которых выше адаптивность лучше подготовлены к тому, чтобы встретиться с проблемой лицом к лицу. Здесь, можно сказать, существует причинно-следственная связь: с одной стороны то, что они готовы были решить проблему, помогло им адаптироваться, с другой стороны, может быть, их высокая адаптивность помогает им справляться с проблемами.

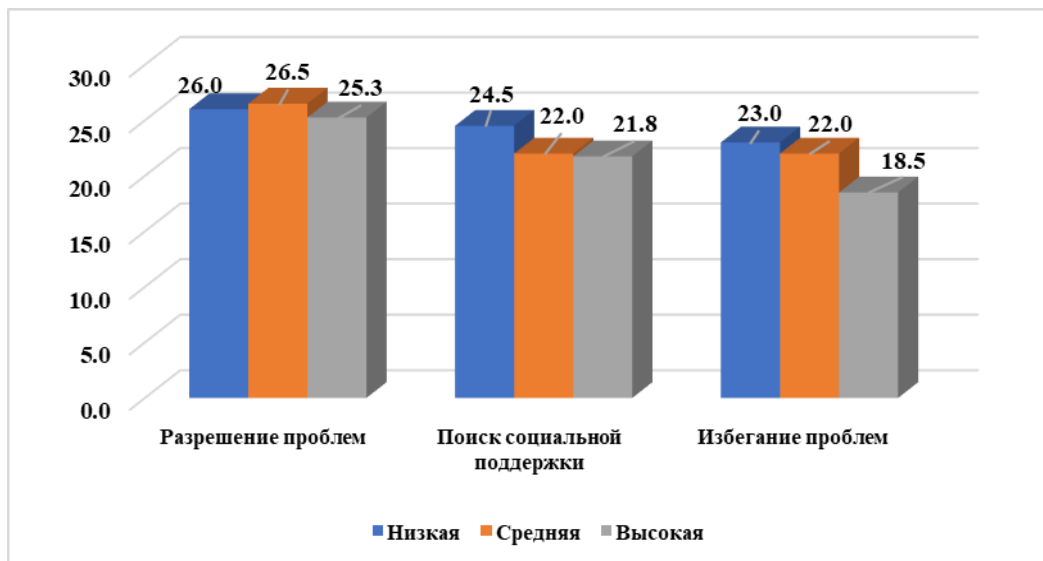


Рисунок 4 Показатели по методике «Индикатор копинг-стратегий» в зависимости от уровня адаптивности

При помощи корреляционного анализа нам удалось выяснить, что существует связь между некоторыми параметрами.

Корреляционный анализ между методиками «Шкала оценки влияния травматического события» и «Индикатор копинг стратегий» показал данные о том, что возбудимость связывается с поиском социальной поддержки и избеганием проблем. Так как возбудимость — это сильное чувство, солдат ищет поддержку и помощь в социуме, но также избегает решения проблем (Таб. 1).

Таблица 1 Корреляционный анализ данных «Шкала оценки влияния травматического события» и «Индикатор копинг стратегий»

	Вторжение	Избегание	Возбудимость
Разрешение проблем	0.3	0.3	0.2
Поиск социальной поддержки	0.3	-0.2	0.5
Избегание проблем	0.3	-0.1	0.5

Корреляционный анализ между методиками «Шкала оценки влияния травматического события» и «Оценка эмоционально-адаптивной деятельности» выявил связь между возбудимостью и уровнем адаптации (Таб. 2).

Таблица 2 Корреляционный анализ данных «Шкала оценки влияния травматического события» и «Оценка эмоционально-адаптивной деятельности»

	Вторжение	Избегание	Возбудимость
Уровень адаптивности	0.3	0.1	0.6

**Выводы.** Таким образом, можно сказать, что наша первая гипотеза о том, что существует связь между уровнем социальной адаптации и применением определенных копинг-стратегий, не подтвердилась. Вторая гипотеза о том, что существует зависимость между уровнем социальной адаптации и степенью выраженности травматического события, подтвердилась. И третья гипотеза о том, что существуют определенные различия между уровнем социальной адаптации и копинг стратегиями у солдат, которые закончили военную службу в 2021г. и у солдат, которые закончили военную службу в 2022г., также подтвердились.

Благодаря статистическому анализу, мы выявили, что больше всего влияние на социальную адаптацию и копинг-стратегии имеет шкала «Возбудимость» по методике «Шкала оценки влияния травматического события», которая позволяет выявлять у испытуемого злость и раздражительность; трудности с концентрацией; психофизиологическое возбуждение, обусловленное воспоминаниями о травматическом событии. Данные показатели могут быть полезны для психологов, которые работают с солдатами, которые прошли через войну.

Следует отметить, что данное исследование будет продолжено, с привлечением контрольной группы, состоящих из солдат, которые не участвовали в войне.

### Литература

1. Психологическая реабилитация участников боевых действий: учебное пособие / Под общ. ред. А.Г. Караяни, М.С. Полянского. (2003) М.: Военный университет, 156 с.
2. Галстян А.Г. (2016) Проблема посттравматического стрессового расстройства в Нагорном Карабахе /А.Г. Галстян, С.М. Минасян //Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. — № 9-2. – С. 298-301.
3. Караяни А.Г. (2016) Настольная книга военного психолога: практич. пособие / А. Г. Караяни. – М.: Издательство Юрайт, - 332 с.
4. Караяни А.Г., Сыромятников И.В. (2016) Военная психология: учебник для специалистов психологической работы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: ВУ, – 500 с.
5. Караяни А.Г., Сыромятников И.В. (2006) Прикладная военная психология. – СПб.: Питер. – 480 с.
6. Литвинцев С.В. (2005) Боевая психическая травма: руководство для врачей /С.В. Литвинцев, Е.В. Снедков, А.М. Резник. – Москва: Издательство "Медицина", – 430 с.
7. Ростовщикова Д.А., Бойко А.В. Копинг-стратегии военнослужащих контрактной службы (на примере ФКУ «ОСК восточного военного округа», г. Хабаровск) // Материалы VIII Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» URL: <https://scienceforum.ru/2016/article/2016028582> (дата обращения: 27.02.2022)
8. Сиверина, Ю.А. (2016) Копинг-стратегии и саморегуляция военнослужащих по призыву и военнослужащих по контракту /Ю.А. Сиверина // Актуальные проблемы назначения и исполнения уголовных наказаний: Материалы Межвузовской научно-практической конференции, Псков, 20

октября 2016 года /Под общей редакцией И.Б. Ускачевой. – Псков: Псковский филиал Академии ФСИИ России, – С. 151-155.

9. **Цуканов И.А. (2017)** Психологическая подготовка профессора Г.Е. Шумкова /И.А. Цуканов //Инициативы XXI века. – № 1-2. – С. 84-86.
10. **Шумков Г.Е. (1913)** Чувство тревоги как доминирующая иллюзия в период ожидания боя // Военный сборник. — № 11. — С. 99–100.
11. **O'Brien L.S. (1991)** Symptoms of post-traumatic stress disorder in Falklands veterans five years after the conflict / L. S. O'Brien, S. J. Hughes // The British journal of psychiatry: the journal of mental science. – 159. – P. 135-141. <https://doi.org/10.1192/bjp.159.1.135> (дата обращения: 06.03.2022).

### **Study of social adaptation and coping strategies of war participants**

**Bartikyan I.B.<sup>1</sup>, Sargsyan I.A.<sup>2</sup>**

(Russian-Armenian University, student<sup>1</sup>, Lecturer at the Department of Psychology<sup>2</sup>, Yerevan, Armenia)

[irina.bartikyan@student.rau.am](mailto:irina.bartikyan@student.rau.am), [inna.sargsyan@rau.am](mailto:inna.sargsyan@rau.am)

**Abstract.** The article discusses the concepts of combat stress, the features of social adaptation and coping strategies of combatants, and also presents the data of an empirical study conducted among the combatants of the second Artsakh war in 2020. The relationship between the level of social adaptation and the severity of the traumatic event is considered. The study revealed no relationship between the level of social adaptation and the use of certain coping strategies. The hypothesis about the existence of a relationship between the level of social adaptation and the traumatic event severity was confirmed, and certain differences were also revealed between the level of social adaptation and coping strategies among servicemen who completed military service in 2021 and in soldiers who completed military service in 2022.

**Keywords:** psychology of military operations, the second Artsakh war, social adaptation, coping strategies, military psychology.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 30.10.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 26.11.2022*

# ՌԱԶՄԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՏՐԱՎՄԱՏԻԿ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԸ

## Գրիգորյան Գ.Կ.<sup>1</sup>, Սարջանյան Վ.Լ.<sup>2</sup>

(Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոն, ք.գ.թ., դոցենտ<sup>1</sup>, ՀՀ ԳԱԱ գիտակրթական միջազգային կենտրոնի փոխտնօրենի օգնական<sup>2</sup>, Երևան, Հայաստան)

gayanca@yahoo.com, viktorya.sarjanyan@isec.am

**Ամփոփագիր.** Հոդվածում նկարագրված են ռազմական գործողությունների հիմնական հոգետրավմատիկ գործոնները և դրանց հոգեբանական հետևանքները: Տարբերակվել են արտակարգ իրավիճակներում անձի վարքագծի որոշ ասպեկտներ: Բացահայտվել են պատերազմի հոգեբանական գործոնների ազդեցության դրական, չեզոք և բացասական վեկտորները և դրանց բովանդակությունը: Նկարագրված են հարմարվողական և ոչ հարմարվողական հոգեբանական մեխանիզմները, որոնք ձևավորվում են մարտական գործողությունների պայմաններում: Դիտարկվել են խաղաղ կենսապայմանների հոգեբանական վերադարձի իրավիճակը և սոցիալ-հոգեբանական վերականգնման համար համապատասխան միջոցառումների կազմակերպման անհրաժեշտության հետ կապված հիմնահարցերը: Ներկայացվել են հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարման հոգեբանական ախտորոշման փաստացի խնդիրները:

Հոդվածում ներկայացվում է այն փաստը, որ այժմ լայնորեն կիրառվում են մարտական գործողությունների մասնակիցների հոգեբանական վերականգնմանն ուղղված աշխատանքներ՝ նպատակ հետապնդելով բարելավել և կատարելագործել ոլորտին առնչվող ու կարգաբերող մեխանիզմներն ու մեթոդները: Միևնույն ժամանակ անհերքելի է այն, որ խնդրի հետ կապված դեռևս շատ ու շատ անելիքներ կան, որոնք պահանջում են մասնագիտական համայնքի կողմից շարունակական աջակցություն՝ ուղղված պատերազմի մասնակիցների սոցիալ-հոգեբանական հարմարմանը, նոր ճանաչողական մոդելների յուրացմանը՝ ինտեգրվելու քաղաքացիական կյանքին:

**Հիմնաբառեր.** պատերազմի հոգեբանական հետևանքներ, սոցիալ-հոգեբանական ռեադապտացիա, հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարում:

*Ես վստահ եմ, որ ուժն ու զենքերը հաղթանակ չեն բերում մարտում, հաղթում է նա, ում ոգին ամենաուժեղն է:*

*Քսենոֆոն*

Ողջ քաղաքակիրթ պատմության ընթացքում մարդկությունը բազմիցս բախվել է իրավիճակների, որոնք անմիջականորեն փոխել են պատմության ընթացքը: Որպես գործիք մշտապես օգտագործվել են պատերազմներն իրենց բոլոր դրսևորումներով՝ և՛ հոգեբանական, և՛ ժողովրդագրական տեսանկյուններից:

Պատերազմը բնորոշվում է բացասական, ծանր հետևանքներով: Բնական և տեխնածին աղետներից ոչ մեկը ծայրահեղության և հոգեբանական հետևանքների առումով համեմատելի չէ պատերազմի հետ [14]:

Մեր մոլորակը մշտապես գտնվել է պատերազմների, ռազմական հակամարտությունների և միջադեպերի քայքայիչ ազդեցության ներքո: Մեծ ու փոքր բախումների արդյունքում գոհվել է ավելի քան չորս միլիարդ մարդ, այսինքն՝ աշխարհի ներկայիս բնակչության կեսը: Պատահական չէ, որ որոշ հետազոտողներ պատերազմն անվանում են կամ սոցիալական հիվանդություն կամ հասարակության

ծանր պաթոլոգիա: Որոշ հետազոտողներ էլ պատերազմը բնութագրում են իբրև համաշխարհային հանրության գոյության բնական ուղի [2, էջ 28]:

Պատերազմը թերևս ամենաթույլ ուսումնասիրված սոցիալական երևույթներից մեկն է, թեպետ ոլորտում առկա են ռազմագիտական, փիլիսոփայական, սոցիոլոգիական և մարդաբանական տարաբնույթ ու տարաբովանդակ ուսումնասիրություններ:

Ամբողջական պատկերացում կազմելու համար պատերազմն անհրաժեշտ է դիտարկել նաև իբրև հոգեբանական երևույթ, մարդկանց վրա ներգործության հոգեբանական միջոց, մեխանիզմ, գործառույթ, օրինաչափություն:

Գործնականում բոլոր պատերազմներում և ռազմական բախումներում թշնամու ոգու թուլացումը նրա նկատմամբ հաղթանակի հասնելու առաջնային մեխանիզմներից է:

Բանակի և ժողովրդի ոգին ամենակարևոր ռազմավարական գործոններն են, որոնք ապահովում են բացարձակ հաղթանակ: Դա է պատճառը, որ ահռելի նշանակություն է տրվում ժողովրդի ոգու տոկունության բարձրացման ու պահպանման հիմնախնդրին [9, էջ 5]:

Ռազմական տեսաբան և էմպիրիկ հոգեբան Կ. Կլաուզիցը բազմիցս ընդգծել է, որ պատերազմի հիմնական տարրը վտանգն է [3, էջ 11]:

Վախը մարտում ամենաուժեղ զգացմունքներից մեկն է:

Ինչպես նշում է ռուս գեներալ, ռազմական և քաղաքական գործիչ Պ. Կրասնովը, երբ պատերազմի դաշտում վախի առկայությամբ մարդիկ դառնում են «համր» և դադարում կառավարել իրենց հույզերը՝ թիրախ դառնալով հակառակորդի համար: Ուստի, վախի հաղթահարումը ամուր ոգու հիմնաքարն է [5, էջ 11]:

Հոգեթերապևտ և հոգեբույժ Լ. Լևիի տեսանկյունից՝ պատերազմի մասնակիցների միայն 2%-ն է կարողանում առանց լրջագույն ցնցումների կրել պատերազմի և ճակատամարտի սարսափները [6, էջ 21]:

Արտակարգ իրավիճակներում անձի վարքագծի ուսումնասիրությունները ցույց են տալիս, որ եթե բնական և տեխնածին աղետի կամ այլ վտանգավոր իրավիճակներում մարդը որպես կանոն, կարող է գործել ըստ ինքնապահպանման բնագոյի՝ փախչել, թաքնվել կամ ոչինչ չանել, զինվորը մարտի ամենավտանգավոր պահերին ստիպված է լինում գործել ի հեճուկս այդ բնագոյների: Նա ուղղակիորեն պարտավոր է շարունակել մարտականառաջադրանքը:

Փաստորեն, արտաքին պատերազմին զուգահեռ կովող զինվորի հոգում իր ներքին պատերազմն է՝ վախի ու պարտքի պատերազմը, ինչը հաճախ ավելի բարդ ու դրամատիկ է, քան արտաքին պատերազմը [7, էջ 46]:

Ոլորտի հետազոտողները միանշանակորեն հավաստում են, որ պատերազմի դաշտում մարտնչող զինվորի հոգեկերտվածքի վրա հսկայածավալ ու տևական է պատերազմի թողած հետքն ու ազդեցությունը [12]:

Ռազմական հոգեբանության ոլորտը մեծածավալ հետազոտություններ է ներառում պատերազմական պայմաններին բնորոշ առանձնահատուկ իրավիճակներում մարտական գործողություններ իրականացնող զինվորների վարքի ու հոգեբանական դրսևորումների վերաբերյալ՝ մասնավորապես այն իրադրությունների, երբ անձը գտնվում է առողջությունը կամ կյանքը կորցնելու մշտական վտանգի առջև [10]:

Մարտական գործունեության ընթացքը բարդ է, հազեցած տագնապային իրավիճակներով ու հակասականությամբ, որոնք հաճախ պարարտ հող են ստեղծում տարաբնույթ միջանձնային և ներանձնային կոնֆլիկտի զարգացման համար [4, էջ 106]:

Ռազմական գործողություններին մասնակցելու սկզբնական շրջանից նեթ զինծառայողների շրջանում ակտուալանում են հարմարվողականության կարճաժամկետ և երկարաժամկետ մեխանիզմներ, մշակվում դիմակայելու հատուկ ռազմավարություններ և գոյատևման հմտություններ: Հարմարվողական մեխանիզմների աշխատանքը պատերազմի մասնակիցների հոգեկանում դրսևորվում են ազդեցության երեք ուղղվածություններով.

1. դրական ուղղվածությունը հանգեցնում է հետևյալ հոգեբանական կազմավորումների ձևավորմանը.

- խորը և համապարփակ ինքնաճանաչում, սեփական ինտելեկտուալ, հուզական և կամային կարողությունների իմացություն,

- արտակարգ իրավիճակներում, մասնավորապես ռազմական իրադրություններում կյանքի և վարքի եզակի փորձի, գիտելիքների, հմտությունների ու կարողությունների ձեռքբերում,

- ինքնաբուխ հաղորդակցության փորձի ձեռքբերում,

- սթրեսի արձագանքման և սթրեսակայունության վարժեցում [13]:

Այս փոխակերպումները տեղի են ունենում ֆիզիոլոգիական, հոգեբանական, սոցիալ-հոգեբանական մակարդակներում: Պատերազմական պայմաններում գտնվող անձանց շրջանում ձևավորվում է «հատուկ հոգեբանական հակազդում», որը թույլ է տալիս ակնթարթորեն հասկանալ տեսադաշտի շարժերի «տրամաբանությունը», ձայնային խթանները, բառերի իմաստը, ժեստերը և այլոց գործողությունները, ինչը համակցվում է ազդեցության մյուս տարերի հետ և դառնում զինվորի վարքագծի հզոր կարգավորիչ:

2. Չեզոք ուղղվածությունը կապված մարտական գործողություններ իրականացնողների շրջանում որոշ առանձնահատուկ կարիքների սրման կամ նույնիսկ դրանց վերաձևավորման հետ: Մասնավորապես՝ հանրայնորեն ընկալված լինելու, սոցիալական կապերի և հարաբերությունների համատեքստում լայնորեն ընդգրկվածության անհրաժեշտությունը՝ հայրենիքի պաշտպանի, ռազմիկի, մարտական գործողությունների մասնակցի, հասարակության կողմից իր քաղաքացիական և զինվորական պարտքը ազնվորեն և բարեխղճորեն կատարած անձի կարգավիճակով: Այս ամենը նրան հնարավորություն կնձեռեն որոշակիորեն թոթափելու պատերազմում կուտակված հոգեկան լարվածությունը:

3. Բացասական ուղղվածությունը դրսևորվում է զինծառայողների մշտական հոգետրավմատիզացիայի պարագայում:

Անձի վրա պատերազմի ազդեցության վերոնշյալ բոլոր երեք ուղղվածությունները հանգեցնում են հոգեկանի արմատական վերակառուցման: Անհրաժեշտ է միևնույն ժամանակ ընդգծել, որ հաճախ նաև պատերազմում ձեռք բերված հարմարվողական մեխանիզմների համալիրը մարտական գոտուց դուրս դառնում է ոչ հարմարվողական:

Ինչպես նշվում է հիմնախնդրի վերաբերյալ որոշ հետազոտություններում՝ կյանքի խաղաղ պայմաններին ետ վարժված մարդու վերադարձը կարող է հանգեցնել կրկնվող հոգետրավմատիզացիայի [8, էջ 49]:

Հասարակական գիտակցության մեջ և պրակտիկայում ամրագրված է պատերազմի ավարտի մի քանի չափանիշ, որոնք սկզբունքորեն տարբերվում են միմյանցից: Դրանցից առաջինը պատերազմող

կողմերի միջև խաղաղության պայմանագրի ստորագրումն է, որն իրավաբանորեն որոշում է պատերազմի ավարտի հարցը: Որոշ դեպքերում պատերազմի իրական ավարտը որոշելու համար օգտագործվում է հոգևոր-բարոյական տարբերակ ևս, ըստ որի, պատերազմն ավարտվում է, երբ հուղարկավորվում է մարտի դաշտում գոհված վերջին զինվորի դին: Ըստ էության, միանգամայն իրավաչափ է ասել, որ պատերազմն ավարտվում է, երբ վերջին զինվորը վերադառնում է տուն [11]:

Բազմաթիվ ուսումնասիրություններ ցույց են տալիս, որ զինվորի ֆիզիկական տեղաշարժը մարտադաշտից դեպի առօրյա կյանք ու կենսագործունեություն միշտ չէ, որ անցնում է լինում:

Պատերազմներից հետո մարտիկները հաճախ կիսվել են իրենց հիշողություններով, իր ընկերների համար բազմիցս հանդես է եկել իբրև խորհրդատու և իրադրությանը ծանոթ և ընկալող ունկնդիր, որոնց ընթացքում, անշուշտ, գործել են արձագանքման հոգեբանական մեխանիզմներ, տրավմատիկ փորձի ճանաչողական-իմաստային մշակում, արդյունավետ հուզական աջակցություն:

«Ռեզումեական հոգեվիճակով» անձն, ով հայտնվում է խաղաղ իրավիճակներում նման է մարդու առանց «պաշտպանիչ շերտի», երբ ցանկացած այլ անձի «հպում» կամ «դիպչում» նրա հոգեկանում ցավ և «արյունահոսություն» է առաջացնում [1, էջ 156]:

Այսպիսով, ամփոփելով կարող ենք ասել, որ զինվորական անձնակազմի մասնակցությունը մահվան իրական կամ հնարավոր վտանգ ներկայացնող մարտական գործողություններին ուղեկցվում է գերհզոր սթրեսային ազդեցությամբ, որի հետևանքը հետտրավմատիկ համախտանիշն է, ինչը մարտական գործողությունների արդյունքում ամենատարածված հոգեբանական 5 պաթոլոգիաներից մեկն է:

Մարտական գործողություններից զինվորականների վերադարձից հետո հասարակությունը բախվում է պատերազմի մասնակիցների սոցիալական, բժշկական և հոգեբանական խնդիրների ամբողջության:

Հարկ է նշել, որ թեպետ իրականացվում են մարտական գործողությունների մասնակիցների հոգեբանական վերականգնմանն ուղղված աշխատանքներ, սակայն այս խնդրի հետ կապված դեռևս շատ ու շատ անելիքներ կան, որոնք պահանջում են մասնագիտական համայնքի կողմից շարունակական աջակցություն: Այն պետք է ուղղված լինի հիմնականում նոր իրողություններին պատերազմի մասնակիցների սոցիալ-հոգեբանական հարմարմանը, նոր ճանաչողական մոդելների յուրացմանը՝ ինտեգրվելու քաղաքացիական կյանքին:

### Գրականություն

1. **Дрейлинг Р. (1935)** Военная психология. Душа армии. – 166 с.
2. **Караяни А.Г., Сыромятников И.В. (2016)** Военная психология: учебник для специалистов психологической работы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: ВУ, – 500 с.
3. **Клаузевиц К. (2002)** О войне /К. Клаузевиц. – М.: АСТ, - Т. 1. – 370 с.
4. **Корф Н.А. (2000)** О воспитании воли военачальников / Н.А. Корф // Российский военный сборник. - № 17. - 113 с.
5. **Краснов П. (1998)** Душа армии. Очерки по военной психологии. Берлин, 1927 / П. Краснов. – М.: ВУ, 164 с.
6. **Леви Л. (1970)** Эмоциональный стресс. – М.: Медицина, – 329 с.
7. **Макнаб К. (2002)** Психологическая подготовка подразделений специального назначения – М.: ФАИР-ПРЕСС. – 384 с.

8. **Тарабрина Н.В. (2001)** Практикум по психологии посттравматического стресса – СПб.: Питер. – 272 с.
9. Хочешь мира, победи мятежевойну! **Творческое наследие Е.Э. Месснера (2005)** – М.: Военный университет; Русский путь. – 696 с.
10. **Накобыан N., Dabaghyan A., Khachatryan A. (2022)** Strategies of post-war anomie's overcoming in the fields of social interactions and business, - 6(3), 105-112.
11. **Накобыан N., Gevorgyan S., Petrosyan L., Khachatryan A. (2022)** The Problem of Personal Development in the Context of Social Anomie Wisdom. 22 (2), 7-14.
12. **Накобыан N., Khachatryan A. (2022)** Post-War Anomie in the Field of Management Leadership and Anomie Overcoming Models, - 6(2), 94-102.
13. **Накобыан N., Khachatryan A. (2018)** Structure of Person's Psychological Resources in Emergency Situations (April 4, 2018). Proceedings of the 9th International RAIS Conference on Social Sciences and Humanities, Available at SSRN: <https://ssrn.com/abstract=3179044> or <http://dx.doi.org/10.2139/ssrn.3179044>
14. **Накобыан N., Khachatryan A., Vardanyan N. (2018)** MARGINALITY AND ETHNO-CULTURAL ENVIRONMENT, - Paradigmata poznani, 2018, 3, 44-51.

### **Травмирующие факторы боевых действий**

**Григорян Г.К.<sup>1</sup>, Сарджанян В.Л.<sup>2</sup>**

(АГПУ им. Х. Абовяна, Кафедра психологии имени академика М. Мазманяна, к.х.н., доцент<sup>1</sup>, Национальная академия наук РА, помощник заместителя директора Международного научно-образовательного центра<sup>2</sup>, Ереван, Армения)  
[gayanca@yahoo.com](mailto:gayanca@yahoo.com), [viktorya.sarjanyan@isec.am](mailto:viktorya.sarjanyan@isec.am)

**Аннотация.** В статье описываются основные психотравмирующие факторы боевых действий и их психологические последствия. Проводятся различия между некоторыми аспектами поведения человека в условиях чрезвычайных ситуаций и боевых действий. Выделены положительный, нейтральный и отрицательный векторы влияния психологических факторов. Описан адаптивный и дезадаптивный характер приспособительных психологических качеств, формирующихся в условиях боевых действий. Так же рассмотрена ситуация психологического возвращения в мирные условия жизнедеятельности и обоснована необходимость организации соответствующих мероприятий по социально-психологической реабилитации. Рассматриваются актуальные проблемы психологической диагностики боевого посттравматического стрессового расстройства.

В статье представлен тот факт, что в настоящее время широко используются работы, направленные на психологическую реабилитацию участников боевых действий, с целью совершенствования и совершенствования механизмов и методов, относящихся к данной области. В то же время бесспорно, что предстоит еще многое сделать в отношении проблемы, требующей постоянной поддержки со стороны профессионального сообщества, направленной на социально-психологическую адаптацию участников войны, освоение новых когнитивных моделей, интегрирования в гражданскую жизнь.

**Ключевые слова:** психологические последствия войны, социально-психологическая реадaptация, посттравматическое стрессовое расстройство.

## Traumatic factors of combat operations

Grigoryan G.K.<sup>1</sup>, Sarjanyan V.L.<sup>2</sup>

(ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Psychology named after Academician M. Mazmanyan, PhD in Chemical Sciences, Associate Professor<sup>1</sup>, National Academy of Sciences of the Republic of Armenia, International Scientific-Educational Center, Assistant of the Deputy Director on Research Affairs<sup>2</sup>, Yerevan, Armenia)  
gayanca@yahoo.com, viktorya.sarjanyan@isec.am

**Abstract.** This article is about the main psycho-traumatic factors of military operations and their psychological consequences. Distinctions are made between some aspects of human behavior in emergency situations. The positive, neutral, and negative vectors of the influence of the psychological factors of war have been revealed. The adaptive and maladaptive nature of the adaptive psychological qualities are described. The situation of the psychological return to peaceful living conditions is especially considered and the need to organize appropriate measures for socio-psychological rehabilitation is substantiated, its main stages are described. The actual problems of psychological diagnosis post-traumatic stress disorder have been presented.

The article presents also the nowadays works aimed at the psychological rehabilitation of combatants, with the aim of improving and perfecting the mechanisms and methods related to the field. At the same time, it is undeniable that there is still a lot to be done in relation to the problem, which requires continuous support from the professional community, aimed at the socio-psychological adaptation of war participants, assimilation of new cognitive models to integrate into the civilian life.

**Keywords:** psychological consequences of war, socio-psychological readaptation, post-traumatic stress.

*Հոդվածը ներկայացվել է և ուղարկվել է գրախոսման՝ 08.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

# ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ ЖЕНЩИН СТАРШИХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП, ПРОЖИВАЮЩИХ В ЗОНАХ ВЕДЕНИЯ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

Колобова С.В.

(Московский гуманитарный университет, аспирант Кафедры общей психологии, Москва, Россия)

komolovaos@mgppu.ru

**Аннотация.** Открытым вопросом геронтологии является продуктивность использования личностных ресурсов людьми старших возрастных групп, для сохранения возможности поддержания посильной активности, в чрезвычайных условиях жизни на прифронтовых территориях в период проведения специальной военной операции на Украине. С целью изучения особенностей жизнестойкости женщин старших возрастных групп, проживающих в зонах ведения боевых действий, проведено дистанционное психологическое тестирование 26 пожилых женщин, не имеющих клинических психических расстройств, постоянно проживающих в г. Донецке Донецкой народной республики, средний возраст составил  $69,4 \pm 2,3$  лет. Применялось дистанционное психологическое тестирование с использованием теста жизнестойкости по Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой (2006) и теста смысло-жизненных ориентаций Д.А. Леонтьева. Статистическая обработка результатов исследования осуществлялась с применением программы SPSS 20.0, применялся критерий Манна-Уитни и анализ ранговой корреляции Спирмена. Показано, что особенностями жизнестойкости женщин старших возрастных групп, проживающих в зонах ведения боевых действий, является выраженная экзистенциальная отважность, которая позволяет им купировать самостоятельно возникающую в чрезвычайной ситуации тревогу. На жизнестойкость пожилых женщин отрицательно влияют факторы осознания невозможности самим изменить ситуацию и неопределенность будущего. Предложено систематизировать информационную работу средств массовой информации, для освящения позитивных событий, что позволит вселить надежду в будущее и повысить жизнестойкость, лиц старших возрастных групп, проживающих на прифронтовых территориях.

**Ключевые слова:** чрезвычайные ситуации военного характера, мирное население, пожилые женщины, личностный потенциал.

Сохранение здоровья, психологического благополучия и качества жизни лиц пожилого возраста одна из важных медико-социальных задач государства [4].

Актуальной проблемой социальной политики России является разработка научных подходов для обоснования программ профилактики нарушений, выраженных расстройств психического и психологического здоровья лиц, находящихся в сложных психосоциальных условиях [5], возникших вследствие чрезвычайных ситуаций боевого характера при проведении специальной военной операции на Украине. Мирное население Донбасса, подвергавшееся длительное время обстрелам со стороны Киевских властей, находится в продолжительной ситуации масштабного стресса. Это приводит к формированию нарушений психической адаптации у мирного населения, в том числе и у лиц преклонного возраста, которые проживают на прифронтовых территориях и потеряли в период войны близких и родных людей. В обществе, часто прослеживаются мнения, о том, что среди людей старших возрастных групп населения много лиц со сниженным личностным потенциалом [1]. При этом практически отсутствуют исследования, направленные на изучение личностных ресурсов лиц старшего

возраста, обеспечивающих им длительную активную жизнь [6]. Мало исследованной областью геронтологии остается вопрос продуктивности использования личностных ресурсов людьми старших возрастных групп, а это особенно важно в сложившихся чрезвычайных условиях жизни, так как у них должна сохраняться возможность для поддержания посильной активности [3].

Это диктует необходимость проведения научных исследований, направленных на изучение личностного потенциала пожилых людей в условиях угрозы жизни и социальных потерь.

**Цель исследования:** изучение особенностей жизнестойкости женщин старших возрастных групп, проживающих в зонах ведения боевых действий.

**Гипотеза:** в условиях проживания в зоне ЧС военного характера, у женщин старших возрастных групп, несмотря на выраженное снижение качества жизни и длительный масштабный травматический стресс, сохраняется жизнестойкость за счет внутренних резервов и жизненного опыта.

**Материалы и методы.** Методом случайной выборки, проведено психологическое тестирование 26 пожилых женщин, не имеющих клинических психических расстройств, постоянно проживающих в г. Донецке Донецкой народной республики, средний возраст составил  $69,4 \pm 2,3$  лет.

Тестирование проводилось в дистанционной форме, с использованием онлайн платформы Google – Яндекс формы. Были сформированы электронные версии психологического теста. Синтерированы ссылки на онлайн версии теста и направлены респондентам. Для ответов респонденты использовали индивидуальные портативные устройства. Обработка осуществлялась в режиме реального времени, результаты тестирования были консолидированы в базе данных в форме электронной таблицы.

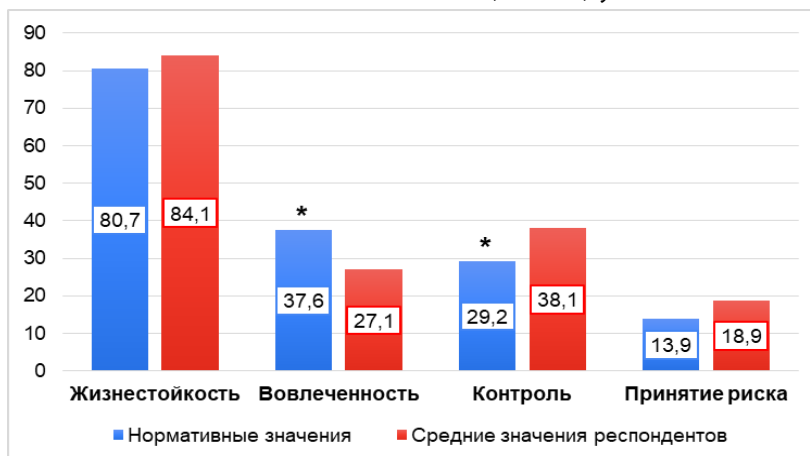
Применялись следующие психологические методики: тест жизнестойкости по Мадди адаптированный Д.А. Леонтьевым и Е.И. Рассказовой (2006) – использован нами для оценки личностного потенциала респондентов; тест смысловых ориентаций Д.А. Леонтьева (2009) - для оценки жизненных ценностей респондентов. Средние результаты по группе респондентов, сравнивались со средними нормативными значениями использованных тестовых методик [2].

Статистическая обработка результатов исследования осуществлялась с применением программы SPSS 20.0, применялся критерий Манна-Уитни и анализ ранговой корреляции Спирмена.

**Результаты исследования.** Согласно результатам теста жизнестойкости по Мадди, статистически значимых различий общего интегрального показателя жизнестойкости у респондентов по сравнению с нормативным показателем выявлено не было. При этом у них, в отличие от нормы, имелись значимо более низкие показатели по всем автономным компонентам жизнестойкости: вовлеченность и контроль и принятие риска. Это свидетельствует о том, что женщины старшего возраста, проживающие в зоне боевых действий имеют выраженную экзистенциальную отважность, которая позволяет им меньше зависеть от ситуативных эмоций, купировать самостоятельно возникающую в чрезвычайной ситуации тревогу.

Тем не менее, выраженность двух составляющих жизнестойкости, вовлеченности и принятия риска у них значимо снижена, по сравнению с нормой. Это говорит о том, что они не чувствуют уверенность в своих силах для преодоления тяжелого угрожающего жизни стресса, стремятся к простому жизненному комфорту и безопасности. Шкала теста - контроль, у респондентов существенно выше, чем нормативный показатель, это отражает, что женщины старшего возраста убеждены в том, что нужно бороться тогда они смогут повлиять события, несмотря на то что понимают отсутствие гарантии успеха этой борьбы. Наглядно результат представлен в рис. 1.

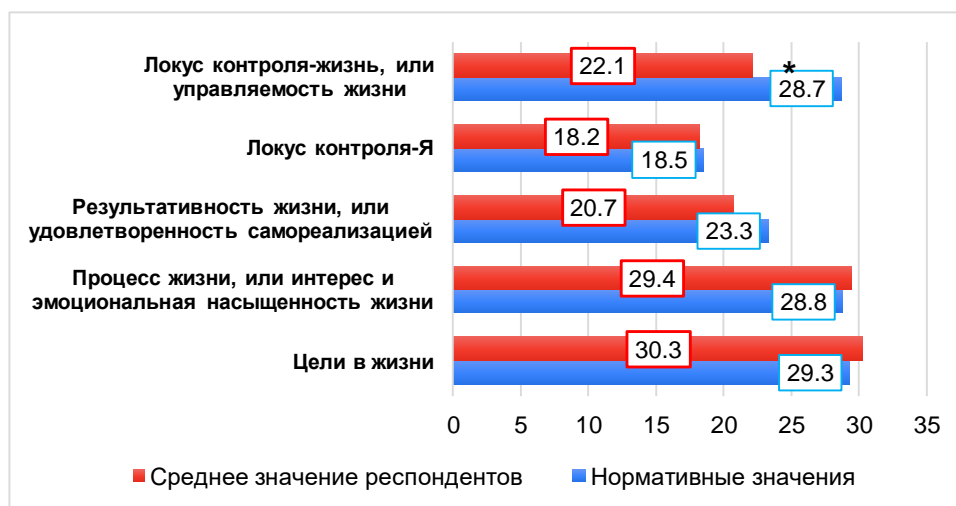
Рисунок 1. Результаты теста жизнестойкости по Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой (2006 г.) у женщин пожилого возраста, баллы



**Примечание:** \*р рассчитывалось с помощью критерия Манна Уитни: критический уровень статистической значимости в случае попарного сравнения составил  $p \leq 0,05$ .

Согласно результатам теста смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева, общий показатель осмысленности жизни ( $80,4 \pm 12,3$ ), у женщин старшего возраста, проживающих в зоне боевых действий, был значимо ( $p > 0,005$ ) ниже, чем нормативные показатели ( $95,8 \pm 16,5$ ), за счет достоверно более низких данных по шкале локус контроля-жизнь, или управляемость жизни. По остальным шкалам теста значимых различий между результатами респондентов и нормативными показателями выявлено не было. Наглядно результат представлен в рис. 2.

Рисунок 2. Результаты опросника Тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева, баллы.



**Примечание:** \*р рассчитывалось с помощью критерия Манна Уитни: критический уровень статистической значимости в случае попарного сравнения составил  $p \leq 0,05$ .

С применением ранговой корреляции Спирмена, нами были выявлены достоверные прямые корреляционные связи между переменной жизнестойкость и результативность жизни ( $r=0,223$ ,  $p \leq 0,001$ ) и отрицательная корреляционная связь между жизнестойкостью и локус контроля-жизнь или управляемость жизни ( $r=-0,345$ ,  $p < 0,001$ ) и осмысленность жизни ( $r= - 0,235$ ,  $p < 0,001$ ). Кроме того, у

пожилых женщин проживающих на территории боевых действий выявлено взаимное отрицательное влияние компонентов жизнестойкости: вовлеченность ( $r=-0,354$ ,  $p<0,001$ ), контроль ( $r=-0,362$ ,  $p<0,001$ ), принятие риска ( $r=-0,344$ ,  $p<0,001$ ) и на локусом контроля-жизнь. Результаты ранговых корреляций Спирмена представлены в таблице.

*Таблица - Ранговые корреляции Спирмена, группирующие переменные шкалы теста жизнестойкости Мадди в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой.*

ГП		Ж	В	К	ПР
ЦЖ	r	0,235	0,379	0,291	<b>0,247</b>
	p	0,231	0,131	0,341	0,321
ПЖ	r	0,054	0,014	0,319	0,234
	p	0,765	0,786	0,231	0,215
РЖ	r	<b>0,223*</b>	0,116	0,283	0,220
	p	0,001	0,579	0,129	0,171
Л- «Я»	r	0,311	0,314	0,324	0,448
	p	0,221	0,221	0,344	0,221
Л- «Ж»	r	<b>-0,345*</b>	<b>- 0,354*</b>	<b>-0,362*</b>	<b>- 0,344*</b>
	p	0,001	0,001	0,001	0,001
ОЖ	r	<b>-0,235*</b>	0,456	0,524	0,342
	p	0,001	0,213	0,129	0,189

**Примечание:** r – модуль коэффициента корреляции: уровень силы связи:  $r>0,01\leq 0,29$  – слабая положительная связь, критический уровень статистической значимости коэффициента корреляции при  $p\leq 0,001$ .

**Сокращения в таблице:** ЦЖ - цели в жизни, ПЖ - процесс жизни, или интерес и эмоциональная насыщенность жизни, РЖ - результативность жизни, или удовлетворенность самореализацией, Л- «Я», - локус контроля – Я, «Ж» локус контроля-жизнь или управляемость жизни, «ОЖ» - осмысленность жизни, «Ж» – жизнестойкость, «В» –вовлеченность, «К» – контроль, «ПР» - принятие риска, «ГП» – группирующие переменные.

Полученные результаты отражают, что на все компоненты жизнестойкости женщин преклонного возраста, проживающих на прифронтовой территории отрицательно влияет настроенность в том, что их жизнь неподвластна осознанному контролю, они не могут влиять на ситуацию и бессмысленно прогнозировать свое будущее. При этом внутренний ресурс в форме жизненного опыта и результативности функционирования в прошлом, обеспечивает им силы и резервы к устойчивости в чрезвычайных условиях проживания.

**Заклучение.** Особенности жизнестойкости женщин старших возрастных групп, проживающих в зонах ведения боевых действий, является выраженная экзистенциальная отважность, которая позволяет им меньше зависеть от ситуативных эмоций, купировать самостоятельно возникающую в чрезвычайной ситуации тревогу. На жизнестойкость пожилых женщин отрицательно влияют факторы осознания невозможности самим изменить ситуацию и неопределенность будущего, как для них, так и для близких им людей.

Необходимо систематизировать информационную работу средств массовой информации, для освящения позитивных событий, что позволит вселить надежду в будущее и повысить жизнестойкость лиц старших возрастных групп, проживающих на прифронтовых территориях.

## Литература

1. **Здоровцова М.А. (2015)** Ценностные ориентации как фактор успешности социально-психологической адаптации пожилых людей / Психология зрелости и старения. № 4. С. 49–55.
2. **Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. (2006)** Тест жизнестойкости. М.: Смысл.
3. **Марунова Т.Р. (2014)** Направления социальной активности пожилых людей /Известия Саратовского университета. 2014. – Т. 14. Вып 2. – С. 55–57.
4. **Рассоха А.А., Ичитовкина Е.Г., Злоказова М.В., Соловьев А.Г. (2022)** Динамика формирования психических расстройств у комбатантов МВД России. Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. 2022. № 2. С. 52–59. DOI: 10.25016/2541-7487-2022-0-2-52-59
5. **Тарабрина Н.В., Лазебная Е.О., Зеленова М.Е. (1997)** Психологические характеристики лиц, переживших военный стресс. /Труды Института психологии РАН. М., 254–262.
6. **Pirhonen J. (2018)** Active and non-active agents: Residents 'agency in assisted living /J. Pirhonen, I. Pistil // Ageing and Society. Vol. 38. – P. 19–36.

### Resilience of older women living in war zones

**Kolobova S.V.**

(Moscow University for the Humanities, Postgraduate student of the Department of General Psychology,  
Moscow, Russia)  
komolovaos@mgppu.ru

**Abstract.** The open question of gerontology is the productivity of the use of personal resources by the people of older age groups in order to maintain the ability to be active in extreme living conditions at the frontline territories during the special military operation in Ukraine. In order to study the peculiarities of the resilience of elderly women living in the war zones, the remote psychological testing of 26 elderly women without clinical mental disorders, permanently residing in Donetsk of the Donetsk People's Republic, average age was 69,4+2,3 years, was conducted. Remote psychological testing with the use of Muddy's test of resilience in adaptation of D.A. Leontiev and E.I. Rasskazova (2006) and D.A. Leontiev's test of sense-life orientations were used. Statistical processing of the results of the study was done using SPSS 20.0, Mann-Whitney test and Spearman's rank correlation analysis. It was shown that the features of the resilience of older women living in war zones are a pronounced existential courage, which allows them to buy anxiety that arises independently in an emergency situation. Resilience of older women is negatively influenced by the factors of awareness of the inability to change the situation themselves and the uncertainty of the future. It is proposed to systematize the information work of the mass media, to illuminate the positive events, which will give hope in the future and increase the resilience of older people living in the front-line territories.

**Keywords:** military emergencies, civilians, elderly women, personal potential.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 30.10.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 26.11.2022*

**ՓԱԽՍՏԱԿԱՆՆԵՐԻ ԵՎ ՏԵՂԱՀԱՆՎԱԾ ԱՆՁԱՆՑ ԿԱՐԳԱՎԻՃԱԿԻ ՍՈՑԻԱԼ-  
ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԸՆԿԱԼՈՒՄՆԵՐԸ**

**Մխիթարյան Է.Մ.**

(Արցախի պետական համալսարան, Ստեփանակերտ, Արցախ)

mkhitaryan.elina.m@gmail.com

**Ամփոփագիր.** ՄԱԿ-ի ՓԳՀ գրասենյակի ամենամյա զեկույցի համաձայն՝ 2021 թվականի վերջին հարկադիր տեղահանված անձանց թիվը 89.3 միլիոն անձ էր, որը 8%-ով առավել է քան մեկ տարի առաջ, և միաժամանակ ավելի քան 2 անգամ գերազանցում է 10 տարի առաջ եղած ցուցանիշը: 2022 թվականին հարկադիր տեղահանված անձանց թիվը հասնում է դրամատիկական սահմանագծին՝ 100 միլիոն անձ [16]: Մյուս կողմից՝ 1988-94թթ. Ադրբեջանի էթնիկ գտման և ցեղասպան քաղաքականության հետևանքով 2020թ.-ի հունվարի 1-ի դրությամբ Արցախի բնակչության բնակչության 54%-ը տեղահանված կամ փախստական էր, իսկ 2020 թվականի Ադրբեջանական ազդեցիկ հետևանքով 110.000 արցախցիներ տարհանվեցին, իսկ իրենց մշտական բնակչության վայրերից զրկվեցին ու հարկադրաբար տեղահանվեցին Արցախի Հանրապետության բնակչության 30%-ը, ընդ որում նրանց մի մասը 2-րդ անգամն է տեղահանվում՝ կորցնելով ունեցվածքն ու սեփականությունը: Այս երևույթների համատեքստում հողվածում ներկայացվում է «փախստական» և «տեղահանված անձ» կարգավիճակների սոցիալական և հոգեբանական առանձնահատկությունները անձի-անհատ-մարդ կարգավիճակային համակարգի ամբողջականության մեջ:

**Հիմնաբառեր.** փախստական, տեղահանված անձ, կարգավիճակ, ինքնարնկալում, տիպաբանություն, սոցիոմետրիկ կարգավիճակ:

Ապաստանը, ապաստան հայցելը մի շարք ժողովուրդների մոտ հայտնի էր դեռ Ք.ա. 20-18-րդ դարերից [3, էջ 215]: Հին կրոնական տեքստերում բազմաթիվ անգամներ հիշատակվում է ապաստան հասկացությունը: Ընդ որում՝ փախստականը հին ժամանակներում իր ծագման երկրում որակվում էր որպես դավաճան, իսկ ընդունող երկրում ամենացածր կարգավիճակներից մեկի վրա էր դրվում (բացառությամբ որոշ դեպքերի՝ ինչպես օրինակ Հին Հայաստանում Կարթագենից փախած և Հայաստանում Արտաշես 1-ինի մոտ ապաստան հայցող զորավար Հանիբալը) [1, էջ 387]: Փախստականը կամ ապաստան հայցողը հասարակության կողմից մերժված, արհամարված անձ էր համարվում, սոցիալական հիերարխիկ սանդղաթի ամենաստորին աստիճանը, իսկ որոշ դեպքերում էլ ընդհանրապես հիերարխիայից դուրս: Փախստական և տեղահանված անձանց կարգավիճակի էվոլյուցիան տեսնելու համար մի փոքր պատմական ակնարկով ներկայացնենք երևույթի իրավա-հոգեբանական ուղին:

Հասարակության մեջ անձի կարգավիճակը պայմանավորված է օրենքների և դրանցով կարգավորվող հասարակական հարաբերություններով [4, էջ 39]: Իրավունքի տեսության մեջ անկյունաքարային նշանակություն ունեն «անձի իրավական կարգավիճակ» հայեցակարգի զարգացման գործընթացի առանձնահատկությունները: Հարկ է նշել, որ «անձի իրավական կարգավիճակ» տերմինը ծագել է լատիներեն «status» (կարգավիճակ, վիճակ, դիրք) բառից, ինչը տվյալ պարագայում վերաբերվում է մարդուն, անձին կամ քաղաքացուն: Չնայած այն հանգամանքին, որ «իրավական վիճակ» և «իրավական կարգավիճակ» բառերը ծագումնաբանորեն հոմանիշներ են, այնուամենայնիվ իրավաբանական գրականության մեջ որոշ հեղինակներ առաջարկում են

տարբերակել այդ տերմինները, քանի որ վերջիններս գտնում են, որ իրավական կարգավիճակը իրավական վիճակի միջուկն է [5, էջ 37-40]: Պետության հետ փոխհարաբերությունների առանձնահատկություններով պայմանավորված անձի իրավական վիճակը բաժանվում է երեք տեսակի, որը պայմանավորված է քաղաքացիությամբ, օտարերկրացի քաղաքացի համարվելու և քաղաքացիություն չունեցող հանգամանքներով: Նշված հանգամանքները իրենց անմիջական ազդեցությունն են ունենում անձի իրավական վիճակի վրա: Փախստականների իրավական վիճակի և հասարակության ու պետության մեջ անձի կարգավիճակի առանձնահատկությունները մասին խոսելիս առնչվում ենք «իրավական կարգավիճակ» հասկացության հետ:

Սոցիոլոգիական իմաստով «սոցիալական կարգավիճակ /ստատուս» եզրույթն առաջին անգամ օգտագործել է անգլիացի պատմաբան, իրավաբան Գ.Դ.Ս. Մեյնը: Ընդ որում, Մեյնը կարգավիճակի առաջին դրսևորումները հասցնում է մինչև տոհմական ընտանիքների ձևավորման շրջան՝ Patria Potestas-հայրական օրենք: Նա ընդգծում է, որ սոցիալական էվոլյուցիայի ընթացքում հասարակական կապերը՝ ձևավորված Patria Potestas ձևաչափով, արմատական վերափոխման են ենթարկվել կարգավիճակային դիրքերն աստիճանաբար փոխարինվել են պայմանագրային հարաբերություններով. «Որդու կարգավիճակը՝ Հոր իշխանության տակ դադարեց գոյություն ունենալ: Վերացվեց խնամակալության տակ Կնոջ կարգավիճակը: Արմատախիլ արվեց Ստրուկի Status-ը և փոխարինվեց տիրոջ ու ծառայի (Է.Ս. - այսօր՝ գործատուի և աշխատողի) միջև պայմանագրով: Կարելի է ասել, որ առաջատար հասարակությունների շարժումը ցայսօր Status-ից դեպի Contractus է» [7, էջ 134]:

Սոցիալ-հոգեբանական տեսակետից կարգավիճակի մասին խոսելուց առաջ նախ պետք է հասկանալ «անձ/անձնավորություն», «մարդ», «անհատ» եզրույթները: «Անձը»՝ կոնկրետ մարդ է, օժտված գիտակցությամբ և այլ հոգեկան որակներով, ինչը նրան բնութագրում է որպես ժամանակակից մարդկային քաղաքակրթության ներկայացուցիչ, հասարակության ու որոշակի սոցիալական խմբի անդամի, որը կարող է արժանապատիվ ապրել և զբաղվել գործունեությամբ այլ մարդկանց շրջապատում, հարգել, պահպանել և ստեղծել սոցիալական արժեքներ: «Մարդ՝ մարդկային ցեղի՝ կենդանի օրգանիզմների տեսակի ներկայացուցիչ, որն իր որակներով տարբերվում է կենդանական աշխարհի մյուս ներկայացուցիչներից»: «Անհատ՝ կոնկրետ մարդ միայն իրեն հատուկ, անհատական առանձնահատկությունների համադրությամբ, որոնք բնորոշում են նրա յուրահատկ լինելը և տարբերում մյուս մարդկանցից»:

Ժամանանակից հոգեբանության մեջ գոյություն ունեն անհատի դասակարգման մի քանի ձևեր:

**Կ. Յունգը** դասակարգում է՝ ըստ աշխարհին անհատի հարմարվելու և կողմնորոշվելու առանձնահատկությունների՝ էքստրավերտներ, ինտրավերտներ [13, էջ 519-520]:

**Ջ. Ռոտտերն** առանձնացնում է վարքի ինքնավերահսկման առանձնահատկություններով դասակարգում – էքստերնալ և ինտերնալ լոկուսով մարդիկ [15, էջ 38]:

**Համաձայն Է. Շոստրոմի**, մարդկանց դասակարգումն ըստ այլ մարդկանց վրա ազդելու համար այս կամ այն միջոցների օգտագործման հակման՝ ինչ-որ հեղինակություններ - «դիկտատոր», «փալաս», «լավ տղա», «հաշվիչ», «խուլիգան», «պաշտպան», «դատավոր», ընդհանրացված ձևաչափում՝ «մանիպուլյատոր» և «ակտուալիզատոր» ճամբարներով [11, էջ 21]:

**Է. Շպրանգեր**՝ դասակարգում ըստ անձի՝ գործունեության տարբեր տեսակների հանդեպ ունեցած արժեքային կողմնորոշիչների, կենսական դիրքորոշումների և հարաբերությունների՝ «տեսաբան», «տնտեսագետ», «էսթետ», «սոցիալական», «քաղաքական», «կրոնական» տիպեր [12, էջ 548-555]:

**Է. Տրամի** դասակարգումը հենված է սոցիալական միջավայրում դոմինանտ դիրքորոշումների վրա - «բաղադրատոմսային» կամ վերցնող դիրքորոշմամբ անհատ, շահագործող կամ տիրացող դիրքորոշմամբ անհատ, կուտակող կամ խնայող դիրքորոշմամբ անհատ, շուկայական կամ փոխանակող դիրքորոշմամբ անհատ [9, էջ 373-405]:

Դասակարգում՝ ըստ խմբում «**սոցիոմետրիկ կարգավիճակի**» տիպաբանության [8, էջ 31] - «սոցիոմետրիկ աստղ», «նախընտրելիներ», «անտեսված անձեր», «մեկուսացածներ կամ չեզոքներ», «մերժվածներ կամ վտարանդիներ» [10, էջ 13-14]:

Մեր ուսումնասիրության խնդրո առարկան ավելի շատ «սոցիոմետրիկ կարգավիճակի» տիպաբանության տարատեսակների տակ կարելի է դիտարկել. «փախստական», «տեղահանված» կարգավիճակները՝ որպես հասարակության մեջ անձի ընկալման ու դիրքի փոփոխություն: Վերադառնանք այդ երկու եզրույթներին, քանի որ նրանց ճիշտ ընկալումը կօգնի ընկալումների համակարգման գործում: Չծանրաբեռնելով իրավական սահմանումներով՝ նշենք, որ փախստականները այն մարդիկ են, ովքեր իրենց կյանքին սպառնացող մահվան հիմնավոր երկյուղով փախել են պատերազմից, բռնությունից, հակամարտություններից կամ հալածանքներից և այլ երկրում ապահովություն գտնելու համար հատում են միջազգային, միջպետական սահմաններ և ունեն ՄԱԿ-ի և նրա հատուկ կառույցների՝ իրավական ամրագրված պաշտպանության երաշխիքներ [6, էջ 442-443]: Մյուս կողմից ունենք «*ներքին տեղահանվածներ*» (IDP's) հասկացությունը, որի տակ դիտարկվում են անձինք կամ անձանց խումբը, որոնց ստիպել կամ հարկադրել թողնել կամ լքել իրենց տները կամ սովորական բնակության վայրերը, մասնավորապես՝ ռազմական հակամարտության հետևանքով կամ դրանցից խուսափելու համար, բռնության համատարած դրսևորումների, մարդու իրավունքների խախտումների, տարերային կամ մարդու գործունեության հետևանքով առաջացած աղետների հետևանքով, և որոնք չեն հատել միջազգայնորեն ճանաչված պետական սահմաններ [14, էջ 2]:

«Փախստական» և «տեղահանված անձ» կարգավիճակները դիտարկենք մի քանի տեսակետերից.

- այս կարգավիճակները կրողների ինքնաընկալում,
- այս երկու կարգավիճակների ընկալում հասարակության կողմից,
- փախստականի կարգավիճակում և տեղահանված անձի կարգավիճակում հայտնված անձանց իրար, փոխադարձ ընկալում:

2020 թվականի պատերազմից առաջ հասարակությունը և՛ փախստականի (1988-92թթ. Ադրբեջանի հայասպան քաղաքականության հետևանքով բռնագաղթած 660 000 հայեր), և՛ տեղահանված անձի (1991-94 թթ. Ադրբեջանի ռազմական ագրեսիայի հետևանքով հարկադիր տեղահանված շուրջ 200.000 արցախաբնակներ) իրավական կարգավիճակներում գտնվողներին հավասարեցնում էր «փախստական» ընդհանուր «անվանման» տակ՝ այս բառի լեզվական՝ «փախչող» ընկալմամբ: Մինչ 2020 թ. պատերազմը մեր կողմից իրականացված ուսումնասիրությունների արդյունքում ունենք հետևյալ պատկերը. եթե 2020թ.-ից առաջ փախստականների և տեղահանված անձանց ինքնաընկալումը «մահից փախչող» բնորոշման մեջ էր, ապա Արցախյան առաջին պատերազմում հաղթած հասարակության մոտ «փախստականների» և «տեղահանվածների» իդենտիֆիկացումը չպայքարող «փախչողի» բացասական երանգի տակ էր դրվում: Այս հիմնավորումը փաստվում է Արցախի Հանրապետության կառավարության կողմից 2014 թ. փախստականների բնակբարելավմանն ուղղված ծրագրի գործարկումից հետո պետական լիազոր մարմնին դիմած փաստացի փախստական ավելի քան 100 անձանց վկայություններով, որոնց 85%-ից ավելին «ի օգուտ» այն դրույթի են, թե մինչև այդ գայթակղիչ սոցիալական երաշխիքի (անտոկոս հիփոթեկային վարկավորմամբ բնակարանների

կամ բնակելի տների ձեռքբերման հնարավորությունը) ներդնելը նրանք սահմանված կարգով չեն հաշվառվել՝ խուսափելով «փախստական» կոչվելու «ամոթալի» խարանից:

«Տեղահանված անձ» իրավական եզրույթի տարբերակման առաջին փորձերը հասարակության մոտ սկսվեցին Արցախի Հանրապետության ժողովրդի դեմ 2016 թ. ապրիլին Ադրբեջանի ռազմական ագրեսիայից հետո: 2020 թ. Ադրբեջանի կողմից սանձազերծված պատերազմի հետևանքով տեղահանվածի կարգավիճակում հայտնված Արցախի բնակչության շուրջ 30%-ն արդեն ակտիվորեն փորձում էր հասկանալ սեփական կարգավիճակը՝ սոցիալական, իրավական երաշխիքների համար:

Հետաքրքիր տրանսֆորմացիա տեղի ունեցավ այս երկու կարգավիճակները կրողների ինքնաընկալման, ինքնորոշման մեջ. 2020 թ. պատերազմի հետևանքով տեղահանվածների սոցիալական ծրագրերի գործարկմամբ 1988-94 թթ. փախստականները սկսեցին պահանջել սոցիալական երաշխիքների համահարթեցում, իսկ տեղահանված անձանց ներկայացնող որոշ հասարակական կազմակերպություններ պահանջում էին միջազգային կոնվենցիոն իրավունքով փախստականին հավասարեցված, ոչ թե «ինչ-որ տեղահանվածի» կարգավիճակ կամ պահանջում էին միջազգային իրավունքով ընունված «հարկադիր տեղահանված» սահմանման փոխարեն կիրառել էմոցիոնալ «բռնի տեղահանված» հասկացությունը [2]: Մյուս կողմից էլ հասարակության արձագանքները չեն ուշանում՝ Արցախի Հանրապետության շարքային, առանց կարգավիճակների քաղաքացուն հակադրելով այս երկու կարգավիճակները կրողների հետ: Այս անջրպետը հատկապես արտացոլվեց Արցախի Հանրապետության կառավարության կողմից 2022 թ. հոկտեմբերի 13-ին «Հարկադիր տեղահանված անձանց մասին» ԱՀ օրենքի նախագծի հանրային քննարկման դնելուց հետո (տես՝ ԱՀ պետական նախարար Ա. Բեգլարյանի «Ֆեյսբուք» սոցիալական հարթակում ծավալված քննարկումը):

Այս համատեքստում կարևոր է տարանջատել նաև միևնույն անձի կողմից քաղաքացու և փախստական-տեղահանված կարգավիճակների ընկալումները հայկական միջավայրում և այդ միջավայրից դուրս: Այսպես, օրինակ, ՀՀ-ում և ԱՀ-ում քաղաքացի լինելուց զատ անձը փորձում է ունենալ այլ կարգավիճակներ՝ միայնակ մայր, փախստական, իսկ ԱՄՆ-ում միգրանտի, փախստականի կարգավիճակը ստորին աստիճանն է համարվում քաղաքացու կարգավիճակ ստանալու համար: Սա արդեն բխում է պետության սոցիալական քաղաքականության կողմնորոշիչներից:

### Գրականություն

1. **Վորաբլով Բ. (1984)** Հաննիբալ: [Հռոմեացի զորավար Հաննիբալի և Կարթագենի կործանման մասին]. ռուս. թարգմանված Վ. Վարդանյանի կողմից, Երևան, «Հայաստան»:
2. «Հիշեցում Արցախի դե ֆակտո կայացած Հանրապետության իշխանություններին», Լրագիր, [Էլեկտրոնային ռեսուրս] [https://www.lragir.am/2022/10/18/744886/?fbclid=IwAR10QPmgOuOQbRrVFGcOI0ThbSz9IkJEELy0aiK4fSd4k\\_dv0TS\\_aKYqtqM](https://www.lragir.am/2022/10/18/744886/?fbclid=IwAR10QPmgOuOQbRrVFGcOI0ThbSz9IkJEELy0aiK4fSd4k_dv0TS_aKYqtqM). (18.10.2022)
3. **Авдиев В.И. (1953)** История Древнего Востока, М.:
4. **Андриченко В. (1995)** Беженцы и вынужденные переселенцы (правовые проблемы) /Л.В. Андриченко, Е.В. Белоусова //Государство и право, №5.
5. **Безуглов А.А. (2002)** Конституционное право России /А.А. Безуглов, С.А. Солдатов, М.: Профобразование.
6. **Гай С. Гудвин-Гилл (1997)** Статус беженцев в международном праве, Будапешт.

7. Мэйн Г. (2012) Древнее право: Его связь с древней историей общества и его отношение к новейшим идеям. – М.: КРАСАНД.
8. Пархомович В.Б. (1998) Влияние социометрического статуса в классе на асоциальное поведение подростков. //Психология, № 3, с. 13-20.
9. Фромм Э. (2006) Бегство от свободы. Человек для себя /Пер. с англ. – М.: АСТ.
10. Шмуракова М.Е. (1999) Влияние личностных особенностей на социально-психологический статус младшего подростка в классе //Вестник БДУ. - № 1(1), с. 30-37.
11. Шостром Э. (1994) Анти-Карнеги или Человек-манипулятор, М.
12. Шпрангер Э. (2009) Ценностные ориентации и типы личности. Психология личности: Хрестоматия, под. ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузырей, В.В. Архангельская, М.: изд. АСТ-Астрель.
13. Юнг К.Г. (2019) Психологические типы, пер. В.Зеленского, Собрание сочинений, изд. «Академический проект», М.:
14. ОСНА. “Guidelines on the displacement of persons”, United Nations Office for the Coordination of Humanitarian Affairs, <https://www.unocha.org/themes/internaldisplacement/resources>. (10.10.2022)
15. Rotter B. Julian (2017) Social Learning and Clinical Psychology, Martino Fne Books publishing.
16. UNHCR: Global displacement hits another record, capping decade-long rising trend. [www.unhcr.org/news/press/2022/6/62a9d2b04/unhcr-global-displacement-hits-record-capping-decade-long-rising-trend.html](http://www.unhcr.org/news/press/2022/6/62a9d2b04/unhcr-global-displacement-hits-record-capping-decade-long-rising-trend.html) (01.10.2022)

#### **Социально-психологическое восприятия положения беженцев и перемещенных лиц**

**Мхитарян Э.М.**

(Арцахских Государственный Университет, Степанакерт, Арцах)

[mkhitaryan.elina.m@gmail.com](mailto:mkhitaryan.elina.m@gmail.com)

**Анотация.** Согласно годовому отчету Управления Верховного комиссара ООН по делам беженцев, численность вынужденно перемещенных лиц в конце 2021 года составила 89,3 млн человек, что на 8% больше, чем год назад, и более чем вдвое превышает показатели десятилетней давности. В 2022 г. число вынужденных переселенцев достигает драматической отметки в 100 млн человек [16]. С другой стороны, в результате проводимой Азербайджаном в 1988-94 гг. политики этнических чисток и геноцида армян по состоянию на 1 января 2020 года 54 % населения Арцаха составляли перемещенные лица или беженцы, а в результате азербайджанской агрессии 2020 года 110.000 граждан Арцаха были эвакуированы и 30% населения - лишены своего постоянное место жительства, причем часть из них вторично теряет свое имущество и жилье. В этом контексте в статье представлены социально-психологические особенности статусов «беженец» и «перемещенное лицо», рассматриваемые в целостности статусной системы человек-индивидуум.

**Ключевые слова:** беженец, перемещенное лицо, статус, самовосприятие, типология, социометрический статус.

**Socio-psychological perception of the situation of refugees and displaced persons**

**Mkhitaryan E.M.**

(Artsakh State University, Stepanakert, Artsakh)

mkhitaryan.elina.m@gmail.com

**Abstract:** According to the Annual report of the United Nations High Commissioner for Refugees, the number of forcibly displaced persons at the end of 2021 was 89.3 million people, which is 8% more than a year ago, and more than twice the figure of ten years ago. In 2022 the number of forced displaced persons is a dramatic mark of 100 million people [16]. On the other hand, as a result of Azerbaijan 1988-94 policy of ethnic cleansing and Armenian genocide, on January 1, 2020 54% of the population of Artsakh were displaced persons or refugees, and as a result of the Azerbaijani aggression in 2020, – 110.000 citizens of Artsakh were evacuated and 30% of the population lost their permanent place of residence, some of them loses his property and housing on the second time. In this context, the article presents the socio-psychological features of the "refugee" and "displaced person" statuses, considered in the entirety of the human-individual status system.

**Keywords:** refugee, displaced person, status, self perception, typology, sociometric status.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 01.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

**44-ՕՐՅԱ ՂԱՐԱԲԱՂՅԱՆ ՊԱՏԵՐԱԶՄԻ ՍՈՑԻԱԼ-ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ  
ՀԱՅԱՍՏԱՆՈՒՄ ՌՈՒՍԱԿԱՆ ՄԵԾ ՏԱՐԱԾՔԻ ՆԿԱՏՄԱՍԲ ԴԻՐՔՈՐՈՇՈՒՄՆԵՐԻ ՎՐԱ**

**Մանուկյան Ս.Ա.**

(Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, ս.գ.թ., Երևան, Հայաստան)

samvelmanukyana@gmail.com

**Ամփոփագիր.** Համաձայն համաշխարհային օրենքների համակարգի վերլուծության տեսության՝ աշխարհակարգի անցումը հեգեմոնափոխության փուլին ուղեկցվում է համաշխարհային պատերազմներով: Պատերազմները սովորաբար հրահրվում են պարտվող հեգեմոնի կողմից և տևում են մի քանի տասնամյակ: Արդեն անցումային պատերազմներ ընթանում են Ուկրաինայում, Անդրկովկասում, Սիրիայում, Իրաքում, Աֆղանստանում, Կենտրոնական Ասիայում, Լիբանանում, Մալիում և Կոնգոյում:

Հայաստանը գտնվում է նոր համաշխարհային պատերազմի էպիկենտրոններից մեկում. Հայաստանն իր աշխարհաքաղաքական դիրքից ելնելով պետք է միանշանակ որոշի, թե մրցակից ուժային կենտրոններից որին է նախընտրելի ինտեգրվել:

Հողվածում դիտարկվում է դարաբաղյան 44-օրյա պատերազմի սոցիալ-հոգեբանական ազդեցությունը ԽՍՀՄ-ի նկատմամբ հայ հասարակության վերաբերմունքի վրա, այդ փոփոխությունները պայմանավորող փաստարկների բովանդակությունը, 44-օրյա պատերազմից բխող գործոնները, որոնք ամրապնդում են ԽՍՀՄ-ի նկատմամբ դրական վերաբերմունքը, ինչպես նաև՝ ԽՍՀՄ-ի նկատմամբ դրական վերաբերմունքի ամրապնդման ազդեցությունը Ռուսաստանի Դաշնության և Բելառուսի միությանական պետությանն անդամակցող Հայաստանի հասարակության ընդունելիության վրա:

**Հիմնաբառեր.** 44-օրյա պատերազմ, պատմական հիշողություն, ԽՍՀՄ փլուզում, ՌԴ-Բելառուս ընդհանուր պետություն:

**Իրավիճակի նկարագրությունը.** Ներկայիս կապիտալիստական աշխարհամակարգը գտնվում է հեգեմոնի փոփոխության փուլում [2, էջ 106]: Սկսել է իրականանալ աշխարհ-համակարգային վերլուծության այն հիմնադրույթը, որ աշխարհամակարգային հեգեմոնի փոփոխությունն ուղեկցում է համաշխարհային պատերազմով: Այդ պատերազմը փոփոխական ինտենսիվությամբ ըստ էության արդեն ընթանում է Ուկրաինայում, Անդրկովկասում, Սիրիայում, Իրաքում, Աֆղանստանում, Կենտրոնական Ասիայում, Աֆրիկայում՝ Լիբիայում, Մալիում, Չադում, Կոնգոյում, սպառնում է սկսվել Թայվանի շուրջ: Այդուհանդերձ, հեգեմոնի փոփոխության ներկայիս փուլն ունի կարևորագույն առանձնահատկություն: Հեգեմոնը՝ ԱՄՆ-ն և դրա հեգեմոն դիրքը վիճարկող ՌԴ-ն ունեն փոխադարձ երաշխավորված ոչնչացման միջուկային զենքեր, ինչը կանխորոշում է համաշխարհային պատերազմի բնույթը և զսպում է ինտենսիվությունը: Միջուկային զենք ունեն նաև ևս մի քանի պետություններ, որոնց համար ընդունելի չէ ԱՄՆ հեգեմոն դիրքը [3, 4]: Հեգեմոնի փոփոխության և, հետևաբար, համաշխարհային պատերազմի տևողությունը հայտնի չէ: Տեսությունը կանխատեսում է մի քանի տասնյակ տարի:

Ներկա գլոբալ իրավիճակը գոյաբանական մարտահրավեր է Հայաստանի համար: Հայաստանը գտնվում է համաշխարհային պատերազմի կիզակետերից մեկում: 44-օրյա պատերազմը ցույց տվեց «բազմավեկտոր» արտաքին քաղաքականության սնանկությունը: Այդ պատճառով, Հայաստանի

աշխարհաքաղաքական կողմնորոշումը, և դրանից բխող քաղաքակրթական որևէ տարածքի հետ ինտեգրման հստակ կողմնորոշումը այսօրվա կարևորագույն խնդիրն է:

Խորհրդային շրջանում Հայաստանը գտնվում էր ԽՍՀՄ հովանավորության ներքո, ինչի արդյունքում Հայաստանի հասարակությունում աստիճանաբար նվազել էր Մեծ Եղեռնի, 2018 և 2020 թվականների հայ-թուրքական պատերազմների հետևանքով առաջացած թուրքական վտանգի զգացողությունը: Զարգացած տնտեսությամբ, գիտությամբ և մշակույթով բարեկեցիկ երկրի հասարակությունը վստահություն էր ձեռք բերել իր ուժերի և պատմական արդարության ուժի նկատմամբ, որոնք 1-ին Ղարաբաղյան պատերազմում հաղթանակի նախադրյալներից շարքում էին: ԽՍՀՄ փլուզումից մեկ տարի անց, երբ ընթանում էր 1-ին Ղարաբաղյան պատերազմը, Հայաստանի համար ակնհայտ դարձավ, որ պատերազմում հաղթելու միակ հնարավորությունը ՌԴ հետ հարաբերությունների վերականգնումն ու սերտացումն է: Տեղին է հիշել, որ, երբ 1992 թ. մայիսին՝ Շուշիի ազատագրումից հետո, Թուրքիան բացահայտորեն սպառնաց, որ զորք կմտնի Հայաստան, սակայն ԱՊՀ զինված ուժերի Գլխավոր հրամանատար մարշալ Շապոշնիկովը Թուրքիային ուղղված սպառնալիքով կանխեց այդ ագրեսիան [5]:

Հայաստանի տարածքում սկսած 1980-ականների վերջից ընթանում է ինֆորմացիոն պատերազմ՝ փոխելու համար Հայաստանի հասարակության դեպի Ռուսաստան ավանդական կողմնորոշումը, որը վերջին 200 տարիների ընթացքում ապահովել է հայերի գոյությունը, բարգավաճումը և վերածումը տեխնոլոգիական ազգի: Հայտնի պատճառներով, ինֆորմացիոն պատերազմը, սկսած 2015 թվականից սկսեց հաջողություններ գրանցել՝ Հայաստանի հասարակությունում սկսեց նվազել ռուսական կողմնորոշումը և աճել՝ ֆրանսիական կողմնորոշումը: Զուգահեռաբար աճում է նաև այն դիրքորոշումը, որ Հայաստանը չունի դաշնակից երկիր [1]: Հայաստանի աշխարհաքաղաքական կողմնորոշման փոփոխության բացասական ազդեցություններն արդեն արտահայտվել են: Դրանց շարքում է 44-օրյա Ղարաբաղյան 2-րդ պատերազմը և դրա հետևանքները:

Մյուս կողմից, 44-օրյա պատերազմը Հայաստանի հասարակական գիտակցությունում խթանել է նաև հակադիր պրոցես՝ Ռուսական մեծ տարածքի հետ վերաինտեգրման դիրքորոշման աճը: Այդ տարամետ պրոցեսների հանրագումարային միտումը կարևորագույն նշանակություն է ունենալու Հայաստանի ապագայի համար և, հետևաբար, հանդիսանում է Հայաստանի հասարակագիտության առավել արդիական խնդիրներից մեկը:

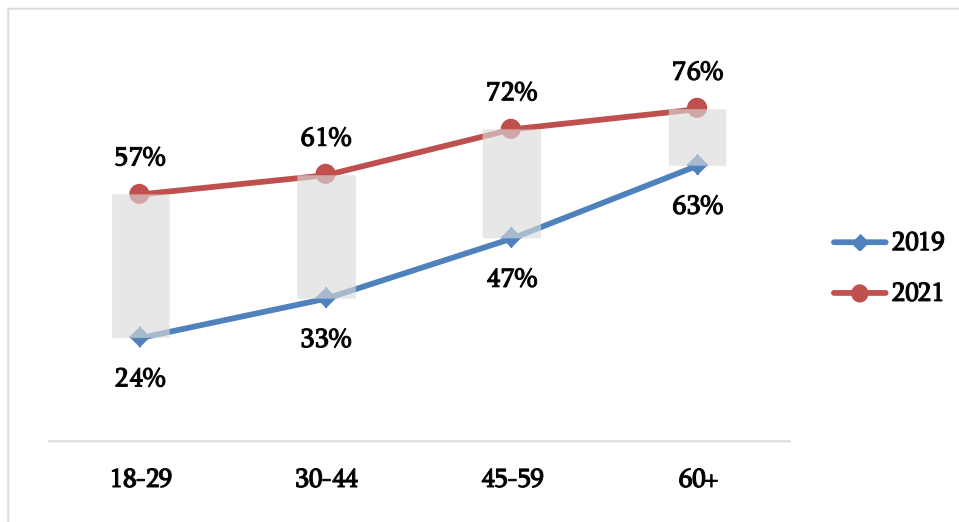
**Աշխատանքի նպատակը.** Աշխատանքում ներկայացված է Հայաստանի հասարակությունում Ռուսական մեծ տարածքի նկատմամբ դրական դիրքորոշումն արտահայտող ցուցիչներից մեկը՝ ԽՍՀՄ փլուզման նկատմամբ դիրքորոշումը, ինչպես նաև դրա փոփոխությունը 44-օրյա պատերազմից հետո և այդ փոփոխությունը պայմանավորող գործոնները: Պարզ է, որ ԽՍՀՄ փլուզման նկատմամբ բացասական դիրքորոշումներն ըստ էության համարժեք են ԽՍՀՄ նկատմամբ դրական դիրքորոշումներին: Իսկ ԽՍՀՄ նկատմամբ դիրքորոշումները մոտարկում են դիրքորոշումները Ռուսական մեծ տարածքի նկատմամբ:

**Օգտագործված տվյալները.** Հոդվածում ներկայացված արդյունքները ստացվել են Հետազոտական ռեսուրսների կովկասյան կենտրոնների «Կովկասյան բարոմետր» սոցիոլոգիական հետազոտությունների 2019 և 2021 թվականների տվյալների շտեմարանների [6, 7] վերլուծությամբ:

**Արդյունքները.** Վերլուծությունը ցույց տվեց, որ 44-օրյա պատերազմից առաջ՝ 2019 թ.-ին ԽՍՀՄ փլուզումը դրական էր համարում Հայաստանի հասարակության 43%-ը, իսկ պատերազմից հետո՝ 2021 թ.-ին, այդ սեզմենտի ծավալը համարյա կրկնակի կրճատվել է և կազմել է 23%: Մյուս կողմից, եթե

պատերազմից առաջ ԽՍՀՄ փլուզումը բացասական էր համարում Հայաստանի հասարակության 42%-ը, ապա պատերազմից հետո այդ սեզմենտի ծավալը նշանակալիորեն աճել է մինչև 67%: Ընդ որում ԽՍՀՄ փլուզման նկատմամբ բացասական դիրքորոշումն աճել է բոլոր տարիքային խմբերում, հատկապես՝ երիտասարդների շրջանում (Գծապատկեր 1):

*Գծապատկեր 1. «Ըստ Ձեզ՝ Խորհրդային միության փլուզումը Հայաստանի համար դրական էր, թե՞ բացասական»: Տրված են «բացասական» պատասխանները տարիքային խմբերում՝ 2019 և 2021 թթ.:*



Մասնավորապես՝ 18-29 տարեկանների խմբում այն աճել է մոտ 2.5 անգամ, 30-44 տարեկանների խմբում՝ մոտ 2 անգամ, 45-59 տարեկանների խմբում՝ մոտ 1.5 անգամ և 60-ից ավելի տարեկանների խմբում՝ 1.2 անգամ:

ԽՍՀՄ փլուզումը դրական և բացասական համարող սեզմենտներում իրենց դիրքորոշումը հիմնավորող փաստարկների համակարգերն ուսումնասիրվել են՝ «Ըստ Ձեզ՝ ինչու՞ էր Խորհրդային Միության փլուզումը Հայաստանի համար դրական» և «Ըստ Ձեզ՝ ինչու՞ էր Խորհրդային Միության փլուզումը Հայաստանի համար բացասական» հարցերի միջոցով: Հարցվողներից ընդունվել է մինչև երկու պատասխան, ինչը թույլ է տվել ոչ միայն բացահայտել դրական և բացասական դիրքորոշումների կենտրոնական, այլև դրանք լրացնող երկրորդական փաստարկները: Աղյուսակ 1 և Աղյուսակ 2-ում տրված են ԽՍՀՄ փլուզումը դրական և բացասական համարող անձանց փաստարկների համախմբությունները և դրանց տարածվածությունը 2019 և 2021 թվականներին:

*Աղյուսակ 1. ԽՍՀՄ փլուզումը Հայաստանի համար դրական համարող սեզմենտի փաստարկները: Ընդունվել է մինչև երկու պատասխան: 2019, 2021:*

<b>«Ըստ Ձեզ՝ ինչու՞ էր Խորհրդային միության փլուզումը Հայաստանի համար դրական»: Ընդունվել է մինչև երկու պատասխան:</b>	<b>2019</b>	<b>2021</b>
Հայաստանն անկախացավ	<b>83.9%</b>	<b>87.8%</b>
Մարդիկ կարող են ազատորեն արտահայտել իրենց կարծիքը և չհետապնդվել	<b>7.7%</b>	<b>2.5%</b>

Մենք կարող ենք ընտրել մեր իշխանությանը	7.1%	1.8%
Մարդու իրավունքները պաշտպանված են	6.7%	2.9%
Մենք կարող ենք ավելի լավ պահպանել մեր լեզուն/մշակութային յուրահատկությունը	6.4%	2.1%
Մեր մշակույթը հնարավորություն ունի զարգանալու	5.4%	3.8%
Այժմ մենք հնարավորություն ունենք Արևմուտքին առավել մոտ գտնվելու	5.2%	0.5%
Մարդիկ կարող են ինքնուրույն բիզնես ձեռնարկել	4.6%	2.6%
Մենք կարող ենք ճամփորդել արտասահման	2.7%	0.2%
Առկա է սպառողական ապրանքների և սննդի ավելի լայն տեսականի	2.5%	0.8%
Այլ	2.2%	0.0%

*Աղյուսակ 2. ԽՍՀՄ փլուզումը Հայաստանի համար բացասական համարող սեզմենտի փաստարկները: Ընդունվել է մինչև երկու պատասխան: 2019, 2021:*

<b>«Ըստ Ձեզ՝ ինչու՞ էր Խորհրդային միության փլուզումը Հայաստանի համար բացասական»: Ընդունվել է մինչև երկու պատասխան:</b>	<b>2019</b>	<b>2021</b>
Մարդկանց տնտեսական վիճակը վատթարացել է	70.5%	69.5%
Աշխատատեղերը պակասել են	19.6%	20.7%
Բռնկվեց Ղարաբաղյան կոնֆլիկտը	14.7%	13.0%
Ընկերների և բարեկամների հետ կապերը խզվել են	8.3%	3.0%
Դժվարացել է ԽՍՀՄ նախկին պետություններ ճամփորդելը	6.8%	2.8%
Առողջապահական/կրթական ծառ. այլևս անվճար չեն տրամադրվում	5.9%	1.4%
Հարուստների և աղքատների միջև տարբերությունը խորացել է	5.7%	6.4%
Մարդիկ սկսել են այլոց դատել՝ էթնիկ ինքնության և/կամ կրոնի հիմքով	4.2%	1.6%
Անկախ լինելու անկարողություն	-	5.6%

Աղյուսակների տվյալների համադրումից բխում են մի քանի եզրակացություններ:

- ԽՍՀՄ փլուզումը դրական համարողների շրջանում այդ դիրքորոշման կենտրոնական փաստարկն է՝ «Հայաստանն անկախացավ»:
- ԽՍՀՄ փլուզումը բացասական համարողների շրջանում կենտրոնական փաստարկն է՝ «Մարդկանց տնտեսական վիճակը վատթարացել է»:
- 2019 և 2021 թթ. տվյալների համադրումից բխում է, որ 44-օրյա պատերազմից հետո ԽՍՀՄ փլուզումը դրական համարողների սեզմենտում իրենց դիրքորոշումը հիմնավորող փաստարկների համակարգը խաթիվվել է:

Դա բխում է Աղյուսակ 1-ի «2021» սյան տվյալներից: Հասարակական գիտակցությունում ըստ էության պահպանվել է և նույնիսկ մի փոքր աճել է միայն կենտրոնական փաստարկը: Մնացած բոլոր փաստարկները, մասնավորապես՝ «Մարդիկ կարող են ազատորեն արտահայտել իրենց կարծիքը և չհետապնդվել», «Մենք կարող ենք ընտրել մեր իշխանությանը», «Մարդու իրավունքները

պաշտպանված են» և այլն, էապես կորցրել են իրենց նշանակությունը՝ դրանց տարածվածությունը նվազել է: Նկատենք, որ **նշված փաստարկները ժողովրդավարության հիմնասյուններն են:**

▪ Պատերազմից հետո ԽՍՀՄ փլուզումը բացասական համարողների գիտակցությունում պահպանվել է ոչ միայն կենտրոնական դրույթը, այլև փաստարկների համակարգի միջուկը՝ ԽՍՀՄ փլուզման արդյունքում. «Բռնկվեց Ղարաբաղյան կոնֆլիկտը», «Հարուստների և աղքատների միջև տարբերությունը խորացել է»: Նկատենք, որ դրանք արտահայտում են 1991 թ.-ի աշխարհ-համակարգային փոխակերպման բուն էությունը՝ աշխարհ-համակարգի կիսաձայրամասի (ԽՍՀՄ-ի) կազմալուծումը և վերածումը աշխարհ-համակարգի կենտրոնի հումքային կցորդի: Սյուս կողմից, **այդ դրույթները արտապատկերում են հասարակության դժգոհությունը սոցիալիզմից կապիտալիզմի անցման արդյունքների նկատմամբ:**

2021 թ.-ի տվյալների շտեմարանի խորացված վերլուծությունը ռեգրեսիոն մոդելների կիրառմամբ բացահայտեց ևս երկու գործոն, որոնք Հայաստանի հասարակությունում բարձրացնում են ԽՍՀՄ նկատմամբ դրական դիրքորոշումները, որն, իր հերթին, առաջացնում է Ռուսական մեծ տարածքի հետ վերաինտեգրման դիրքորոշում:

▪ 44-օրյա պատերազմից հետո Հայաստանի բնակչության 71.2%-ը համարում է, որ հնարավոր է նոր պատերազմ: Եվ, որքան ավելի մոտ են համարում մարդիկ այդ վտանգը, այնքան ավելի բարձր է նրանց դրական դիրքորոշումը ԽՍՀՄ նկատմամբ:

▪ 44-օրյա պատերազմից հետո Հայաստանի բնակչության 76%-ի մոտ շատ բարձր է անորոշության զգացողությունն իր և իր ընտանիքի ապագայի նկատմամբ: Եվ որքան ավելի բարձր է այդ անորոշության զգացողությունը, այնքան ավելի բարձր է դրական դիրքորոշումը ԽՍՀՄ նկատմամբ:

▪ 44-օրյա պատերազմից հետո Հայաստանի բնակչության 33%-ը կողմ է արտահայտվել Հայաստանի անդամակցությանը ՌԴ-Բելառուս ընդհանուր պետությանը, իսկ 16%-ը՝ չեն բացառում այդ ընտրությունը: ԽՍՀՄ նկատմամբ դրական դիրքորոշման աճին զուգահեռ, աճում է նաև ՌԴ-Բելառուս ընդհանուր պետությանը Հայաստանի մասնակցության նկատմամբ դրական դիրքորոշումը:

**Հիմնական եզրակացություններ.** 44-օրյա պատերազմի բացասական հետևանքները Հայաստանի հասարակությունում վերականգնել են երկրի ԽՍՀՄ կազմում լինելու հետ կապված դրական հիշողությունները, այդ թվում՝ ազգի պաշտպանվածության զգացումը Թուրքիայից և Ադրբեջանից բխող գոյաբանական վտանգից: Վերականգնվել է նաև ԽՍՀՄ կազմում գտնվելու ժամանակահատվածում սոցիալական հավասարության և բարեկեցության մասին հիշողությունը: Հիշողության «վերականգնումն» ավելի ինտենսիվ է ընթացել երիտասարդության շրջանում, ինչը վկայում է հասարակության միջսերնդային հաղորդակցությունում ԽՍՀՄ վերաբերյալ տեղեկությունների փոխանցման ինտենսիվության մասին:

44-օրյա պատերազմի հետևանքով հասարակության շրջանում ապագայի նկատմամբ բարձր անորոշությունը և հնարավոր նոր պատերազմի սպասումը խթանում են ԽՍՀՄ նկատմամբ դրական դիրքորոշումների աճը: Իր հերթին՝ ԽՍՀՄ նկատմամբ դրական դիրքորոշումների աճը խթանում է Ռուսական մեծ տարածքի հետ վերաինտեգրման, մասնավորապես ՌԴ-Բելառուս Միութենական Պետությանը անդամակցելու դիրքորոշումը:

## Գրականություն

1. Մանուկյան Ս.Ս. (2022) Բարեկամ և թշնամի երկրները Անդրկովկասի հանրապետությունների հասարակական կարծիքում, Օրբելի վերլուծական կենտրոն, հունվար 22:
2. Валлерстайн И. (2001) Анализ мировых систем и ситуация в современном мире. Пер. с англ. П. М. Кудюкина. Под общей редакцией канд. полит, наук Б. Ю. Кагарлицкий – СПб.: Издательство «Университетская книга», – 416 с.
3. Российско-китайская совместная декларация о многополярном мире и формировании нового международного порядка. 23 апреля, 1997. // Дипломатический вестник, №5, май, 1997.
4. Тегеранская декларация о диалоге между цивилизациями, принятая на Исламском симпозиуме по диалогу между цивилизациями, состоявшемся 3-5 мая 1999 года. <https://undocs.org/ru/A/54/116>
5. Хачатрян Д.Г. (2018) Нагорно-Карабахский конфликт сквозь призму отношений Армении к Турции. // Постсоветские исследования. Т. 1. № 2, ст. 221-231.
6. Caucasus Research Resource Centers, Caucasus Barometer 2019, <https://www.crrc.am/barometer/> (19.10.2022).
7. Caucasus Research Resource Centers, Caucasus Barometer 2021, <https://www.crrc.am/barometer/> (19.10.2022).

**Социально-психологическое влияние 44-дневной Карабахской войны на установки в Армении к  
Большому русскому пространству.**

**Манукян С.А.**

(АГПУ им. Х. Абовяна, к.с.н., доцент, Ереван, Армения)

[samvelmanukyana@gmail.com](mailto:samvelmanukyana@gmail.com)

Согласно закономерностям теории мир-системного анализа, переход мир-системы в фазу смены гегемона сопровождается мировыми войнами. Войны как правило провоцируются теряющим свой статус гегемоном и длятся несколько десятков лет. Войны переходной фазы уже происходят в Украине, Закавказье, Сирии, Ираке, Афганистане, Центральной Азии, Ливии, Мали и Конго. Армения находится в одном из эпицентров новой мировой войны. Вследствие своего геополитического положения Армении необходимо однозначно определиться с каким из конкурирующих центров сил предпочтительно интегрироваться.

В статье рассмотрено влияние 44-дневной Карабахской войны на установки к СССР в армянском обществе, содержание аргументации определяющие эти изменения, производные от 44-дневной войны факторы, усиливающие положительные установки к СССР, а также влияние усиления положительных установок к СССР на приемлемость в обществе присоединения Армении к Союзному Государству РФ – Беларусь.

**Ключевые слова:** 44-дневная война, историческая память, крушение СССР, Союзное Государство РФ – Беларусь.

**The socio-psychological impact of the 44-day Karabakh war on the attitudes in Armenia toward the Great  
Russian space.**

**Manukyan S.A.**

(ASPU after Kh. Abovyan, PhD in Sociological Sciences, Associate Professor, Yerevan, Armenia)

**Abstract.** To the laws of the world-system analysis theory, the transition of the world-system to the phase of hegemon change is accompanied by world wars. Wars are usually provoked by the losing hegemon and last for several decades. The wars of the transition period are already taking place in Ukraine, Transcaucasia, Syria, Iraq, Afghanistan, Central Asia, Libya, Mali, and Congo. Armenia is one of the epicenters of a new world war. Due to its geopolitical position, Armenia must unequivocally decide which competing centers of power should be integrated.

The article considers the impact of the 44-day Karabakh war on the attitudes towards the USSR in Armenian society, the content of the argumentation that determines these changes, the factors derived from the 44-day war that reinforce positive attitudes towards the USSR, as well as the impact of strengthening positive attitudes towards the USSR on acceptability in the society of accession Armenia to the Union State of the Russian Federation and Belarus.

**Keywords:** 44-day war, historical memory, the collapse of the USSR, the Union State of the Russian Federation – Belarus.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 11.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

**44-ՕՐՅԱ ՊԱՏԵՐԱԶՄԻ ՄԱՍՆԱԿԻՑՆԵՐԻ ՄՈՏ ՀԵՏՎՆԱՍՎԱԾՔԱՅԻՆ ՍԹՐԵՍՆԵՐԻ  
ՀԱՂԹԱՀԱՐՄԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐԸ**

**Յարամիշյան Վ.Բ.**

(Արցախի պետական համալսարան, հ.գ.թ., դոցենտ, Ստեփանակերտ, Արցախ)

Vityayaramishyan@mail.ru

**Ամփոփագիր.** Հոդվածում ներկայացված են Ղարաբաղյան երկրորդ (44-օրյա) պատերազմի մարտական գործողություններին մասնակցած անձանց մոտ հետվնասվածքային սթրեսային հակագորումների բացահայտման և հաղթահարման ուղղությամբ իրականացվող հոգեբանական աշխատանքի որոշ առանձնահատկություններ: 44-օրյա պատերազմի արդյունքում ձևավորված յուրահատուկ իրավիճակը բնութագրված է որպես զանգվածային-ֆրոստրացիոն: Մեր կարծիքով, հետպատերազմյան իրավիճակի ֆրոստրացնող կողմը պայմանավորված էր նաև պատերազմի անսպասելի ելքով, երբ մարդիկ սպասում էին հաղթանակի, բայց չստացան: Ի տարբերություն Արցախյան առաջին պատերազմի, երբ հաղթանակով պայմանավորված մարտական սթրեսն առավել թեթև էր, 44-օրյա պատերազմում այն առավել սրեց պարտությունն իր բոլոր իմաստներով՝ մարդկային, տարածքային և այլն:

Համառոտ վերլուծված են հետպատերազմյան իրավիճակում բնականոն կյանքի վերականգնման և հետպատերազմյան սինդրոմների հաղթահարման ուղղությամբ գործադրված ջանքերը, նկարագրված են հրավիրված մասնագետների, այդ թվում՝ Արցախում տեղակայված խաղաղապահ ուժերի պրակտիկ հոգեբանների հետ համագործակցության որոշ ուղղություններ, տրված են երաշխավորություններ՝ հոգեբանական աշխատանքի կազմակերպման և նկարագրված խնդիրների լուծման համար:

**Հիմնաբառեր.** մարտական սթրես, հետպատերազմյան սինդրոմ, հետվնասվածքային սթրեսային հակագորում, հոգեբանական աջակցություն, խմբային թրեյնինգ, դեբրիֆինգ:

44-օրյա պատերազմը մասնագետները գնահատում են որպես հինգերորդ սերնդի պատերազմ, որում կիրառվել են գերճշգրիտ զինատեսակներ, մարտ վարելու նորագույն մեթոդներ [1]: Առ այսօր այդ պատերազմի հետևանքները դեռևս լիարժեք չեն հաշվարկվել՝ մարդկային, նյութական կամ որևէ այլ առումով [2]: Վնասի հետ կապված շրջանառվող թվերը մոտավոր են. Արցախի տարածքի 75%-ի կորուստ, զոհերի 3812 ընդհանուր թվում Արցախի 822 քաղաքացի (81-ը՝ քաղաքացիական անձ), անհայտ կորած Արցախի 64 քաղաքացի, որից 19-ը՝ քաղաքացիական:

Պատերազմը բերեց նաև հումանիտար խնդիրներ՝ առաջ բերելով յուրահատուկ հոգեկան հակագորումներ՝ հետվնասվածքային սթրեսային խանգարումներ՝ ՀՎՍԽ: Այս խնդիրը մասնագետների կողմից մանրամասն ուսումնասիրված է, սակայն, գերճշգրիտ զենքերի կիրառման պայմաններում, նկատելի են նոր երևույթներ, որոնց հակիրճ վերլուծությանը նվիրված է սույն աշխատանքը:

Պատերազմի օրերին, մեր երկրի բնականոն կյանքը խաթարելու և զանգվածային խուճապ առաջացնելու նպատակով, թշնամին կիրառել է տարբեր զինատեսակներ, ինֆորմացիոն ազդեցության ձևեր: Մեր դիտարկումները հիմք են տալիս պնդելու, որ գործ ենք ունեցել հոգեվնասման զգալի ծավալների հետ: Հաշվի առնելով նորահայտ գործոնների (գերճշգրիտ զենքեր, տեղեկատվական և հոգեբանական աննախադեպ գրոհներ) ազդեցիկ լինելը, ենթադրելի էր, որ մարտական

հետվնասվածքային սթրեսային հակազդումների ծավալները, նախկին պատերազմների համեմատ, աճելու են: Այս երևույթը նախկինում ևս նկատվել է: Օրինակ, Երկրորդ համաշխարհային պատերազմում, Առաջինի համեմատությամբ, հոգեկան խանգարումների թիվը աճել էր 300%-ով, թեև հաշվարկման չափանիշները 3-4 անգամ խստացվել էին [3]: Մա ևս հիմք է տալիս ենթադրելու, որ 44-օրյա պատերազմի հոգեբանական հետևանքները աճ են արձանագրելու:

ԱՄՆ զինված ուժերը Երկրորդ համաշխարհայինի ժամանակ հոգեկան խանգարումների հիմքով կորցրել էր 500 հազար մարդ: ՀՎՄԽ դիտարկվել է Վիետնամի վետերանների 30%-ի մոտ: 1988թ. տվյալներով, նման խանգարումներ ունեցել է տղամարդ-վետերանների 15.2%-ը և կին վետերանների 8.5%-ը: Տարբերություններ եղել են անգամ էթնիկական բաղադրիչով պայմանավորված: ՀՎՄԽ ունեցել է իսպանալեզու վետերանների 27.9%-ը, սևամորթների 20.6%-ը: Մարմնական վիրավորում ունեցողների մոտ ՀՎՄԽ-ն հասնում էր 42%-ի [4, էջ 280]:

44-օրյա պատերազմից երկու տարի անց լիարժեք ուսումնասիրության մասին դժվար է խոսել, սակայն դիտարկումները վկայում են, որ մարտական սթրեսի ենթարկված անձանց քանակը մեծ է եղել: Նկատենք, որ ժամանակային ոչ մեծ կտրվածքում իմաստ ունի խոսել ոչ թե կայուն խանգարման, այլ *մարտական սթրեսի* մասին՝ որպես ինքնակարգավորման մեխանիզմների լարվածության աճով և յուրահատուկ հարմարվողական փոփոխությունների ֆիքսմամբ ուղեկցվող ներհոգեկան գործընթաց [4]: Այն, որպես կանոն, ժամանակի ընթացքում լիովին հաղթահարվում է, մինչդեռ *հետվնասվածքային սթրեսը*՝ ՀՎՄ, որպես հոգեկան վնասվածքին տրվող հուզական հակազդեցություն, կարող է ունենալ տևական ընթացք: Պատերազմի արդյունքում վնասվածքից հետո շատերն են նշում, որ իրենց կյանքը փոխվել է և այն, ինչ նախկինում թվում էր ծանոթ ու անվնաս, հանկարծ ընկալվում է վտանգավոր և անկանխատեսելի:

Բոլոր դեպքերում, մարտի հոգեխոցիչ գործոնները փոխում են մարդու վարքը ոչ միայն մարտում, այլև որոշ ժամանակ հետո [5, էջ 106]: Այդ գործոնները բաժանվում են երկու խմբի՝ *արտաքին և ներքին (օբյեկտիվ և սուբյեկտիվ)* [6, էջ 42]: *Արտաքին գործոններ են* մարտի բնույթը, ինտենսիվությունը, անձնակազմի կորուստները, եղանակային պայմանները և այլն: *Ներքին գործոններ են* վտանգի գիտակցումը, խուճապը, տեղեկատվական դեպրիվացիան (տեղեկությունի պակասը) կամ դրա ավելցուկը, անորոշությունը, հուզական գերլարում պահանջող այլ գործոններ [6, էջ 43]:

Ձ. Ֆրոյդը խոսում էր *«ռազմական ներողի»* մասին, որն առավել ճիշտ է բնորոշում երևույթը, քանի որ մինչ այդ կիրառվող *«վնասվածքային ներող»* եզրույթը այդ երևույթը կարծես կապում է կոպիտ ուժի՝ բարձր ձայների, լուսային առկայծումների, մահվան տեսարանների հետ: Իրականում, ներողի պատճառ, ըստ Ձ. Ֆրոյդի, կարող են լինել ներքին ազդակները՝ վախը, ծանր ապրումները:

Առաջին համաշխարհային պատերազմից հետո Մ.Բ. Աստվածատուրովն իր հերթին առանձնացրեց *«հուզական ներողը»*, որն ընդունվեց մասնագետների մեծամասնության կողմից [3, էջ 278]: Այս ամենը, ինչպես նշեցինք, նախկինում մանրակրկիտ ուսումնասիրվել է հոգեբանական հետազոտություններում [3, 4, 5, 6]: Մեր կողմից ավելացնենք, որ այս հակազդումները հատուկ են նաև նրանց համար, ովքեր գործել են թիկունքում, պատերազմի դաշտից հեռու: Գ.Ե. Շումկովը (1904-1905), Մ.Բ. Աստվածատուրովը (1912), Վ.Մ. Բելխտերը (1915), Ա.Վ. Գերվերը (1916) դիտարկել են նաև վերոգրյալի հակառակ երևույթը, երբ մարտական սթրեսի ենթարկվել են նաև մեծ թվով հատուկ պատրաստություն անցած անձինք:

Հոգեվնասման *հոգեբանական պատճառները* երկուսն են [3, էջ 277]:

**Առաջին,** սթրեսորի բարձր ուժը, երբ անձը հարկադրաբար գործում է իր հզորագույն բնագոյն հակառակ (օրինակ՝ ինքնապաշտպանական բնագոյն)՝ ընդառաջ գնալով մահվանը:

**Երկրորդ,** հոգեվնասող ազդակները կրկնվում են բազմակի: Պատերազմի մասնակցի խոսքով՝ «ստիպված ես մի քանի անգամ զոհվել ու վերակենդանանալ»:

Հոգեվնասման **նախանշաններն են՝** կաշուն մտքերը, գիշերային մղձավանջները, անքնությունը, դեպրեսիան, ապաթիան, լարվածությունը, մեղքի զգացումը, հուզական պտոթկումները, գերզգոնությունը, գրգռվողականությունը, չարացածությունը, վնասվածքից խուսափելու միտումը, կոնֆլիկտայնությունը, ինքնամեկուսացումը, դեղամիջոցների, ակոհոլի, թմրանյութերի չարաշահումը:

Այնուամենայնիվ, ՀՎՍ-ն թեև լուրջ խնդիր է, սակայն դատավճռ չէ: Այդ մեխանիզմի օգնությամբ հոգեկանը փորձում է հաղթահարել հոգեվնասող իրադարձության հետևանքները, ինչի համար, ինչպես ուղեղի կաթվածից հետո, որոշակի ժամանակ է պետք: Ա.Կարդինեպը առանձնացնում է հակազդումների **հետաձգման հինգ հիմնական նախանշան.**

1. վնասվածքի վրա սևեռվելը,
2. մաղձավանջ-երագները,
3. հոգեկան գործունեության արդյունավետության նվազումը,
4. ազրեսիվ վարքը,

5. հիշողության կորուստը: Հիշողության հետագա վերականգնումը համարվում էր ապաքինման նշան [7, էջ 43]:

44-օրյա պատերազմի արդյունքում ձևավորված յուրահատուկ իրավիճակը մենք բնութագրել ենք որպես **զանգվածային-ֆրոստրացիոն:** Մեր կարծիքով, հետպատերազմյան իրավիճակի ֆրոստրացնող կողմը պայմանավորված էր նաև **պատերազմի անսպասելի ելքով,** երբ մարդիկ սպասում էին հաղթանակի, բայց չստացան: Նկատենք, որ Ղարաբաղյան առաջին պատերազմի հաղթական ելքը օգնել էր թեթև տանելու մարտական սթրեսները:

Արցախում գրեթե բոլորը կարող են համարվել պատերազմի մասնակիցներ, քանի որ «թիկունք» հասկացություն փաստացի չկար: Զինադադարից հետո էլ շատերը կորցրել են անվտանգության զգացումը, ունեն տարաբնույթ վախեր և տագնապներ, հուսալքություն, ընկճվածություն, հոգեկան խորքային կառույցների փլուզումներ, գոյաբանական (էքզիստենցիալ) խնդիրներ:

Պատերազմի մասնակիցների հետ **իրականացված աշխատանքը հիմնականում ներառել է վերականգնողական բնույթի միջոցառումներ.**

- **անձնային թերապիա:** Կիրառվել է հատուկ մեթոդիկա, որով այցելուի հույզերը ճնշելու փոխարեն նրան արտահայտելու հնարավորություն է տրվում, իսկ թերապևտը հանդես է գալիս լսողի դերում,
- **պատմությունների մեթոդ,** երբ այցելուն ներկայացնում է իր պատմությունը՝ հետագայում այն քննարկելու և մասնակիցների կողմից վերապրելու միտումով,
- **խմբային թերապիա և դերրիֆինգ՝** քննարկում համանման հոգեվիճակում գտնվող մարդկանց խմբերում,
- **ներգրավում՝ գործունեության մեջ,** միջոցառումներում, երբ ամենօրյա զբաղմունքը բավականություն է պատճառում, բերում է ներդաշնակություն,
- **ֆիզիկական ակտիվություն՝** սուբլիմացիա ակտիվ ֆիզիկական կյանքով:

Աշխատանքի ընդհանուր համակարգում զգալի տեղ է հատկացվել դեբրիֆինգի մեթոդին: Խմբային թերապիայի այս մեթոդը հուզական հակազդեցությունների շտկման զգալի արդյունքներ է ապահովել:

**Անորոշության զգացման** հաղթահարման ուղղությամբ համագործակցություն է ծավալվել ռուս խաղաղապահ ուժերի մասնագետ-հոգեբանների հետ [9]: Արդյունքում մարդիկ սկսել են ինքնուրույն հաղթահարել սթրեսային հակազդեցությունները, դադարել են վերապրել սարսափի տեսարանները:

**Արժեհամակարգային, գոյաբանական** խնդիրներ ունեցող անձանց հետ աշխատելու համար արդյունավետ է ռացիոնալիզացիայի մեխանիզմի կիրառումը՝ հաղթահարելով մեղքի զգացումը, հնարավորություն տալով, որ արդարանա, թոթափի ծանր հիշողությունները:

Աշխատանք է կատարվել նաև նրանց հետ, ովքեր **սոցիալական կարգավիճակի վերանայման պահանջ** են ունեցել: Նման մարդիկ սովորաբար ձգտում նախկինից բարձր սոցիալական կարգավիճակի:

### Գրականություն

1. Հանրապետության նախագահի հարցազրույցները և մամուլի ասուլիսները: <https://www.primeminister.am/hy/interviews-and-press-conferences/> (01.04.2021)
2. Ղարաբաղ-ադրբեջանական պատերազմ <https://hy.wikipedia.org/wiki/> (01.03.2021)
3. **Караяни И.Г., Сыромятников И.В. (2006)** Прикладная военная психология. – СПб., Питер, 480 с.
4. **Анцупов А.Я., Шипилов А.И., (2001)** Конфликтология. – М.:
5. **Մարգարյան Վ.Հ. (2009)** Մարտական գործունեության հոգեբանություն, Եր.: ՀՀ ՊՆ ԱՌՀԻ, 436 էջ:
6. **Մարգարյան Վ.Հ. (2009)** Մարտական գործունեության հոգեբանական հիմքերը, Եր.: 284 էջ:
7. Соловьев И.О. (2000) Посттравматический стрессовый синдром: причины, условия, последствия, оказание психологической помощи и психореабилитация. – М.:
8. Ռազմական հոգեբանության հիմնախնդիրները, Հանրապետական գիտաժողով (2013) (զեկուցումներ և հոդվածներ), Երևան, 275 էջ:

### Проблема преодоления посттравматических стрессовых реакций у участников 44-дневной Арцахской войны

**Ярамишян В.Б.**

(Арцахский государственный университет, к.пс.н., доцент, Степанакерт, Арцах)

[vityayaramishyan@mail.ru](mailto:vityayaramishyan@mail.ru)

**Аннотация.** В статье представлены некоторые особенности психологической работы по выявлению и преодолению посттравматических стрессовых реакций у участников 44-х дневной войны.

Конкретная ситуация, сложившаяся в результате 44-дневной войны, описывается как массово-фрустрационная. На наш взгляд, фрустрирующим аспектом послевоенной ситуации был неожиданный исход войны, так как люди ждали победы, но не добились ее. В отличие от первой Арцахской войны, когда боевое напряжение, вызванное победой, было более легким, в 44-дневной войне оно стало более глубоким во всех смыслах- человеческом, территориальном и т. д.

Коротко анализированы усилия по восстановлению нормальной жизнедеятельности и по преодолению послевоенных синдромов у участников войны, охарактеризованы некоторые направления взаимодействия с приглашенными специалистами, в том числе со специалистами российского

миротворческого контингента, внесены некоторые рекомендации по организации работ и по решению психологических задач.

**Ключевые слова:** боевой стресс, послевоенные синдромы, посттравматические стрессовые реакции, групповые тренинги, дебрифинг, психологическая поддержка.

**The problem of overcoming post-traumatic stress reactions among the participants of the 44-day Artsakh war**

**Yaramishyan V.B.**

(Artsakh State University, PhD in Psychology, Associate Professor, Stepanakert, Artsakh)

vityayaramishyan@mail.ru

**Abstract.** The article presents some features of psychological work to identify and overcome post-traumatic stress reactions among participants in the 44-day war.

The specific situation formed as a result of the 44-day war can be described as vastly frustrating. In our opinion the frustrating aspect of the post-war situation was the unexpected outcome of the war, as people anticipated victory but didn't get it. In contrast to the first Artsakh war, when the combative stress was lighter due to the victory, in 44-day war it became deeper in all its senses: human, territorial, etc.

Efforts to restore normal life activity and to overcome post-war syndromes among war veterans are briefly analyzed, some areas of interaction with invited specialists, including specialists from the Russian peacekeeping contingent, are characterized, some recommendations are made on the organization of work and on solving psychological problems.

**Keywords:** combat stress, post-traumatic stress response, post-war syndromes, group training, debriefing, psychological support, organization of psychological work.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 24.10.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 26.11.2022*

**ՀԵՏՎՆԱՍՎԱԾՔԱՅԻՆ ՍԹՐԵՍԻ ՍՈՑԻԱԼ-ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԴՐՄԵՎՈՐՈՒՄՆԵՐԸ,  
ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ**

**Ստեփանյան Լ.Կ.**

(Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մ. Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոնի  
հայցորդ, Երևան, Հայաստան)  
lilit.stepanyan.1989@mail.ru

**Ամփոփագիր.** «Մթբես» հասկացությունն վաղուց մտել է առօրյա կյանք, նրա մասին գրում են հանրամատչելի և գեղարվեստական գրականության մեջ, որոնում են եղանակներ ինչպես խուսափել նրանից, վերացնել այդ վիճակը: Սակայն անհրաժեշտ է տարբերակել, որ գոյություն ունի «նորմալ» սթրես, որը չի խաթարում մարդու ադապտացիան, և տրավմատիկ:

Մթբեսային իրավիճակներ հանդիպում են յուրաքանչյուր մարդու կյանքում, քանի որ սթրեսածին ազդակներ առկա են կյանքի և գործունեության բոլոր ոլորտներում: Մթբեսն էական ազդեցություն ունի ինչպես մարմնի ֆիզիկական առողջության, այնպես էլ հոգեկան գործընթացների, մարդու սոցիալ-հոգեբանական գործառույթների վրա: Սա արտացոլվում է կյանքի բոլոր ոլորտներում ու որոշակի հետք է թողնում մարդու հնարավորությունների և արտաքին աշխարհի հետ փոխգործակցության ձևերի վրա: Եվ, քանի որ ժամանակակից աշխարհում ցանկացած մարդու համար տրավմատիկ իրավիճակի մեջ հայտնվելու հավանականությունը անընդհատ աճում է, ապա դա խնդիր է դնում մասնագետների առջև՝ առաջացող պաթոլոգիական հետևանքների ախտորոշման և բուժման համար մշակել համարժեք մեթոդներ:

**Հիմնաբառեր.** տրավմա, ռեակցիա, ադապտացիա, հույզեր, ՀՏՄ:

Պատմականորեն սթրեսի և տրավմատիկ սթրեսի ուսումնասիրությունները կատարվում են տարբեր ուղղություններով, սակայն ունեցել են հատման կետեր: Ընդհանուր ադապտացիոն համախտանիշի դրսևորումներն ստացան «հուզական սթրես» անվանումը, այսինքն դրանք աֆեկտիվ ապրումներն են, որոնք ուղեկցում են սթրեսին և հանգեցնում են անբարենպաստ փոփոխությունների մարդու օգանիզմում: Հուզական ապարատը առաջինն է ընդգրկվում սթրեսային ռեակցիայի մեջ՝ արտակարգ և վնասվածքային գործոնների ներգործության դեպքում, որը կապված է ցանկացած նպատակաուղղված վարքային գործողության կառուցվածքի մեջ հույզերի ներգրավման հետ: Դրա հետևանքով ակտիվանում են վեգետատիվ գործառնական համակարգեր և դրան յուրահատուկ էնդոկրին ապահովումը, որը կարգավորում է վարքային ռեակցիաները [3]:

Մթբեսային իրադրության հաղթահարման համար կենսականորեն կարևոր արդյունքների հասնելու անհնարինության դեպքում առաջանում է լարված վիճակ, որը առաջնային հորմոնալ փոփոխությունների հետ միասին օրգանիզմի ներքին միջավայրում առաջացնում է նրա հումեոսթազի խախտում: Որոշ հանգամանքներում դժվարությունների հաղթահարման համար օրգանիզմի մոբիլիզացման փոխարեն, սթրեսը կարող է դառնալ լուրջ խանգարումների պատճառ: Աֆեկտիվ ռեակցիաների բազմակի կրկնության կամ երկար տևողության դեպքում, կապված երկարատև կյանքի դժվարությունների հետ, հուզական գրգռումը կարող է ընդունել կանգային ստացիոնար ձև: Այդ դեպքերում, նույնիսկ իրադրության կարգավորման դեպքում, կանգային հուզական գրգռումը չի թուլանում: Նույնիսկ մշտապես ակտիվացնում է վեգետատիվ նյարդային համակարգի կենտրոնական կազմավորումները՝ խաթարելով ներքին օրգանների ու համակարգերի գործունեությունը: Եթե

օրգանիզմում առկա են թույլ օղակներ, ապա դրանք դառնում են հիմնականը հիվանդության ձևավորման մեջ: Ուղեղի նյարդաֆիզիոլոգիական կարգավորման կառուցվածքներում առաջնային խանգարումները հուզական սթրեսի դեպքում, հանգեցում են սրտանոթային համակարգի, աղեստամոքսային տրակտի նորմալ գործառնության փոփոխության, արյան մակարդան համակարգի փոփոխության, դիմադրողական համակարգի խանգարման [4]:

Ինչպես արդեն նշվել էր, «հուզական սթրես» հասկացության առաջացման հետ մեկտեղ լայնորեն օգտագործվում է «հոգեբանական սթրես» հասկացությունը: Մասնագիտական գրականության մեջ այդ հասկացությունները, ինչպես նաև հիմնական «սթրես» հասկացությունը մեկնաբանվում է տարբեր կերպ: Բազմաթիվ հեղինակներ որպես տարբերակող չափորոշիչ առանձնացնում են սոցիալականության գործոնը հոգեբանական սթրեսի առաջացման մեջ: Նաև ընդգծվում է, որ սթրեսային ռեակցիաները հոգեաօգիակական դժվարություններին՝ ոչ այնքան դրանց հետևանքն է, որքան ինտեգրատիվ պատասխանն է դրանց կոգնիտիվ գնահատման և հուզական գրգռման [9, էջ 164]:

Ժամանակակից հայացքների համաձայն, սթրեսը դառնում է տրավմատիկ, երբ սթրեսորի ներգործության արդյունք է խանգարումը հոգեկան ոլորտում՝ ֆիզիկական խանգարումների նմանությամբ: Այդ դեպքում, գոյություն ունեցող հայեցակարգերի համաձայն, խաթարվում է «ինքնության» կառուցվածքը, աշխարհի կոգնիտիվ մոդելը, աֆեկտիվ ոլորտը, նյարդաբանական մեխանիզմները, որոնք կառավարում են սովորեցման գործընթացները, հիշողության համակարգը, սովորեցման հուզական ուղիները: Որպես սթրեսոր տվյալ դեպքերում հանդես են գալիս տրավմատիկ իրադարձությունները՝ արտակարգ ճգնաժամային իրադարձությունները, որոնք օժտված են հզոր նեգատիվ հետևանքներով, կյանքի վտանգով:

Տրավմատիկ սթրեսը՝ հատուկ տեսակի ապրումներ են, մարդու և շրջապատող աշխարհի հատուկ փոխգործողության արդյունք: Դա նորմալ հակազդում է բարդ, տրավմատիկ հանգամանքներին, առօրյա մարդկային փորձի շրջանակներից դուրս գտնվող որևէ իրադարձության վերապրման արդյունքում մարդու մոտ առաջացող վիճակ [8]:

Սթրեսի հայտնի հետազոտողների մի մասը (օրինակ՝ Լազարուսը) հիմնականում անտեսում են հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարումները, ինչպես նաև այլ խանգարումները որպես սթրեսի հնարավոր հետևանքներ, սահմանափակելով հետազոտության ոլորտը հուզական սթրեսի առանձնահատկությունների ուսումնասիրություններով:

Սթրեսի ոլորտում հետազոտությունները հիմնականում կրում են փորձարարական բնույթ՝ վերահսկվող պայմաններում գիտափորձի հատուկ պլանների կիրառությամբ: Տրավմատիկ սթրեսի խնդրին նվիրված աշխատանքները կրում են բնագիտական հետահայաց բնույթ և մեծ մասամբ կարող են հանգեցվել դիտման: Տրավմատիկ սթրեսի ուսումնասիրողները հակված են հայեցակարգային, կատեգորիալ բնույթ ունեցող փոփոխականների (խանգարման զարգացման) չափման, իսկ սթրեսի ոլորտում հետազոտողները նախընտրում են գործ ունենալ շարունակական փոփոխականների հետ:

Համաձայն ժամանակակից տեսակետների, սթրեսը դառնում է վնասվածքային, երբ սթրեսի ազդեցության արդյունքում առաջանում են ֆիզիկական վնասվածքներին համարժեք հոգեբանական վնասվածքներ: Այդ դեպքում խախտվում են անձի «ինքնությունը», աշխարհի օբյեկտիվ ճանաչողության մոդելը, ինքնակառավարման մեխանիզմները, հիշողական, մտածողական համակարգերը և այլն: Այդպիսի իրավիճակներում (արտակարգ) որպես սթրեսոր հանդես են գալիս

վնասվածքային իրողությունները, արտակարգ ճգնաժամային իրավիճակները, որոնք երբևիցե իրենց մեջ պարունակել են հզոր բացասական ներուժ [1, էջ 176]:

Կատարված համեմատական վերլուծության արդյունքում կարելի է եզրակացնել, որ «սթրես» հասկացությունը հարաբերակցվում է հումեոսթազ, ադապտացիա հասկացությունների հետ, իսկ «տրավմատիկ սթրես» հասկացությունը՝ ավելի շատ խանգարումների, հոգեախտաբանական հակազդումների հետ:

Վ.Գ. Ռոմեկը, Վ.Ա. Կոնտորովիչն առանձնացնում են տրավմատիկ սթրես առաջացնող տրավմայի չորս բնութագիր.

1. կատարված իրադարձությունը գիտակցվում է, այսինքն մարդը գիտի, թե ինչ է իր հետ կատարվել և ինչի պատճառով է նրա հոգեվիճակը վատացել,

2. այդ վիճակը պայմանավորված է արտաքին պատճառներով,

3. վերաբերյալ քայքայում է կյանքի սովորական ընթացքը,

4. կատարված իրադարձությունն առաջացնում է սարսափ, անօգնականության զգացողություն, ինչ-որ բան անելու կամ ձեռնարկելու անկարողություն [6]:

Տրավմային հոգեբանական հակազդումն իր մեջ ընդգրկում է երեք համեմատաբար ինքնուրույն փուլեր, ինչը թույլ է տալիս այն բնութագրել որպես ժամանակի մեջ ծավալվող գործընթաց.

Առաջին փուլ՝ հոգեբանական շոկի փուլ, պարունակում է երկու հիմնական բաղադրիչ.

1. ակտիվության ճնշում, շրջապատող միջավայրում կողմնորոշման խախտում, գործունեության ապակազմակերպում:

2. կատարվածի մերժում (հոգեկանի յուրահատուկ պաշտպանական հակազդում): Նորմայում այս փուլը բավականին կարճատև է:

Երկրորդ փուլ՝ ներգործություն: Բնութագրվում է արտահայտված հուզական հակազդումներով իրադարձություններին և նրա հետևանքներին: Դա կարող է լինել ուժեղ վախ, սարսափ, տագնապ, զայրույթ, լաց, մեղադրանքներ՝ հույզեր, որոնք առանձնանում են դրսևորման անմիջականությամբ և մեծ ինտենսիվությամբ: Աստիճանաբար այդ հույզերը փոխվում են քննդատության հակազդումներով կամ՝ անվստահությամբ սեփական անձի նկատմամբ: Դրանք ընթանում են «ինչ կլինեք, եթե...» ձևով և ուղեկցվում են կատարվածի անդառնալիության ցավագին գիտակցումով, սեփական անօգնականության և ինքնախարազանման ընդունումով: Տվյալ փուլը կրիտիկական է այն իմաստով, որ նրանից հետո սկսվում է կամ «առողջացման գործընթացը», կամ էլ կատարվում է կենտրոնացում տրավմայի վրա և հետսթրեսային հետագա անցում քրոնիկ ձևի: Վերջին դեպքում մարդը մնում է հակազդման երկրորդ փուլում:

Բարեհաջող հուզական հակազդման դեպքում առաջանում է երրորդ փուլը՝ նորմալ հակազդման փուլը [5]:

Տրավմատիկ սթրեսի վերապրման փաստը որոշ մարդկանց համար դառնում է հետագայում նրանց մոտ հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարման (ՀՏՄ) պատճառ: Հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարումը (ՀՏՄ)՝ մնացորդային կամ երկարաձգված հակազդում է տրավմատիկ, սթրեսային իրադարձությանը կամ իրավիճակին, որը կարող է հոգեկան խանգարումներ առաջացնել գրեթե ցանկացած մարդու մոտ:

Հետտրավմատիկ սթրեսը տրավմատիկ իրադարձության ազդեցությամբ առաջացող տագնապային խանգարում է, իսկ տրավմատիկ իրադարձությունների է ենթարկվում մարդկանց նշանակալի

զանգվածը: Գրականության վերլուծություններն ու կյանքի փոփոխությունները հիմնավորում են հետվնասվածքային սթրեսի հիմնախնդրի կարևորությունը:

Ն.Վ. Տարաբրինան նշում է, որ հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարումը տրավմատիկ սթրեսին հետաձգված հակազդում է, որը կարող է առաջացնել հոգեկան խանգարումներ գրեթե ցանկացած մարդու մոտ [7]:

Ընդհանուր առմամբ, այն արմատապես տարբերվում է սթրես հոգեվիճակից: Այսինքն դրանց առաջացման հոգեֆիզիոլոգիական բնութագրերն ու մեխանիզմները իրենց գործառնական առումով խիստ տարբեր են: Հետտրավմատիկ սթրեսը ծայրահեղ ծանր և ճնշող վիճակ է, ինչպես տվյալ մարդու, այնպես էլ նրան շրջապատող մարդկանց համար: Այս իրադարձությունները մարդկային փորձի սահմաններից վեր են: Երբեմն, հոգեկանի պահեստային հնարավորությունները բավարար չեն, որպեսզի հաղթահարեն սթրեսի վերապրումը [2]:

Տրավմատիկ սթրեսային խանգարումներ առաջացնող երևույթների շրջանակը, բավականին լայն է և ընդգրկում է բազմաթիվ իրադրություններ, երբ առաջանում է վտանգ սեփական կամ մտերիմ մարդու կյանքի, ֆիզիկական առողջության կամ «Ես»-կերպարի համար: Հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարումը (PTSD – Posttraumatic Stress Disorder) սահմանվում է որպես համախանիչների խումբ, որոնք նկատվում են տրավմատիկ սթրես ապրած մարդկանց մոտ: Ենթադրվում է, որ համախտանիշները կարող են դրսևորվել տրավմատիկ իրադրության մեջ լինելուց անմիջապես հետո, իսկ կարող են նաև շատ տարիներ հետո:

Բազմամյա ուսումնասիրությունների արդյունքում մշակվել են մի քանի տեսական մոդելներ, որոնք բացատրում են հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարումների առաջացումն ու մեխանիզմը: Չնայած դրան, մինչև հիմա դեռ գոյություն չունի միասնական, բոլորի կողմից ընդունված տեսական հայեցակարգ: Հիմնականում առանձնացվում են հոգեբանական և կենսաբանական մոդելներ:

Մ. Հորովիցի հայեցակարգը, որը ձևավորվել է Ժ. Պիաժեի, Ռ. Լազարուսի, Թ. Ֆենչի, Ի. Ջենիսի կողմից՝ հոգեբանության ազդեցության տակ, բացահայտում է սթրեսային իրադարձությանը պատասխան հակազդման մեխանիզմը: Այն պարունակում է մի շարք փուլեր.

1. Առաջնային հուզական հակազդում;
2. «մերժում»՝ տրավմայի մասին մտքերից խուսափում;
3. «մերժման» և «ներխուժման» հաջորդում
4. Տրավմատիկ փորձի վերամշակում:

Պատասխան հակազդման գործընթացի տևողությունը կարող է տևել մի քանի շաբաթներից մինչև մի քանի ամիս: Հետազոտությունների արդյունքների հիման վրա, Մ. Հորովիցն առանձնացրեց հետաձգված պատասխան հակազդման երեք ոճեր՝ հիստերիկ, օբսեսիվ, նարցիսական [10]:

Հետտրավմատիկ սթրեսային խանգարումների դրսևորման և ընթացքի առանձնահատկություններին համապատասխան տարբերակում են դրանց երեք տեսակ.

1. Սուր, որը զարգանում է երեք ամսվա ընթացքում (այն պետք չէ շփոթել սուր սթրեսային խանգարման հետ, որը զարգանում է կրիտիկական միջադեպից հետո մեկ ամսվա ընթացքում);
2. Քրոնիկ, որն ունի երեք ամսից ավել տևողություն;
3. Հետաձգված, երբ խանգարումն առաջանում է տրավմատիկ զգացիայից 6 ամիս հետո [4]:

Այսպիսով, հասկանալով տրավմաների մեխանիզմները, մեթոդաբանական հիմքերը, տիրապետելով տարբեր տեսությաունների ու դրանցում տրավմատիկ զգացիայի մեկնաբանման մեխանիզմներին, թե ինչպես է այդ ամենը կատարվում անձի մոտ՝ սկսած խորքային անձնային

կառուցվածքներից մինչև ֆիզիոլոգիա ու ռեֆլեքտորային հակազդումներ, անհատական հոգեբերապիան, միավորելով ու համատեղելով բոլոր հնարավոր տեխնիկաները, բացահայտում է անհրաժեշտ պաշարներն անձի համար տրավմաների հետ աշխատանքում:

### Գրականություն

1. Մկրտումյան Մ.Պ. (2008) Արտակարգ իրավիճակների հոգեբանության կանխարգելման և վերականգնողական հիմնախնդիրները: - Եր: Զանգակ-97, 320 էջ:
2. Մկրտումյան Մ., Սարգսյան Լ. Հետվնասվածքային սթրեսի հոգեֆիզիոլոգիական դրսևոլորոնները նրպես անձի ամբողջականության պահպանման հակազդումներ: file:///C:/Users/LEVON/Downloads/51-Article%20Text-66-1-10-20200227.pdf (10.09.2022)
3. Анохин П.К. (1973) Принципиальные вопросы общей теории функциональной системы // Принципы системной организации функций. – М.: – 61 с.
4. Исаев Д.Н. (1996) Психосоматическая медицина детского возраста. – СПб.: Специальная литература: – 454 с.
5. Пушкарев А.Л., Доморацкий В.А., Гордеева Е.Г. (2000) Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия. – М.: Институт психотерапии. – 128 с.
6. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. (2004) Психологическая помощь в кризисных ситуациях. – СПб.: Речь. – 256 с.
7. Тарабрина Н.В. (2006) Практикум по психологии посттравматического стресса. – М.: Изд. Когито-Центр. – 272 с.
8. Черепанова Е.М. (1997) Психологический стресс: Помогите себе и ребенку Книга для школьных психологов, родителей и учителей 2-е изд. – М.: Издательский центр «Академия», - 96 с.
9. Everly G.S. (1989) A clinical guide to the treatment of human stress response. – N. Y.: Plenum Press. P.-508
10. Horowitz M.J., Wilner N.J., Alvarez W. (1979) Impact of event scale: A measure of subjective stress //Psychosom. Med.P.-209-218

### Социально-психологические проявления и особенности посттравматического стресса

Степанян Л.К.

(АГПУ им. Х. Абовяна, Соискатель кафедры психологии имени академика М. Мазманяна, Ереван, Армения)

lilit.stepanyan.1989@mail.ru

**Аннотация:** Понятие «стресса» давно вошло в обыденную жизнь, про него пишут в популярной и художественной литературе, ищут способы как избежать его, устранить это состояние. Однако, надо различать «нормальный» стресс, который не нарушает адаптацию человека, от травматического стресса: Стресс становится травматическим в том случае, если итогом воздействия стрессора становится нарушение в психической сфере.

Стрессовые ситуации случаются в жизни каждого человека, поскольку стрессогенные стимулы присутствуют во всех сферах жизни и деятельности. Стресс имеет существенное влияние как на физическое здоровье человека, так и на его социально-психологические функции. Это отражается во всех сферах жизни и оставляет определенный след на возможности человека и на способы его

взаимодействия с внешним миром. Поскольку в современном мире для каждого человека вероятность оказаться в травматической ситуации постоянно возрастает, эта реальность перед специалистами ставит задачу выработки соответствующих методов диагностики и лечения патологических последствий

**Ключевые слова:** травма, реакция, адаптация, эмоции, ПТСР.

### **Social-psychological manifestations, characteristics of post-traumatic stress**

**Stepanyan L.K.**

(ASPU after Kh. Abovyan, Applicant at the Chair of Psychology named after Academician M. Mazmanyan,  
Yerevan, Armenia)

[lilit.stepanyan.1989@mail.ru](mailto:lilit.stepanyan.1989@mail.ru)

**Abstract.** The concept of "stress" has entered everyday life for a long time; they write about it in popular and fiction literature, they are looking for ways to avoid it and eliminate this condition. However, it is necessary to distinguish between "normal" stress, which does not disrupt human adaptation, and traumatic one. Stress becomes traumatic when the disorder in the mental sphere is the result of the impact of the stressor.

Stressful situations occur in every person's life, because stress-causing impulses are present in all spheres of life and activity. Stress has a significant impact on both the physical health of the body and mental processes, social-psychological functions of a person. This is reflected in all spheres of life and leaves a certain mark on human capabilities and the ways of interaction with the external world. Since in the modern world the possibility for any person of getting into a traumatic situation is constantly increasing, it poses a problem for specialists to develop adequate methods for the diagnosis and treatment of emerging pathological consequences.

**Keywords:** trauma, reaction, adaptation, emotions, PTSD.

*Հոդվածը ներկայացվել է ուղարկվել է գրախոսման՝ 09.11.2022*

*Հոդվածը ընդունված է հրատարակման՝ 28.11.2022*

*Парадоксы свободы*

*Кудрявцев В.Т.*

*(Профессор, Московский городской педагогический университет, д.пс.н., Россия, Москва)*

*vtkud@mail.ru*

***Отженись от вождя***

Один мой знакомый рассказал историю – со слов своего отца, поскольку относится она ко временам самой нежной части детства, которые в памяти каждого из нас подернуты защитной сладкой дымкой.

Когда Сереже (а так зовут моего знакомого) было 6 лет и он посещал садик, почил Л.И. Брежнев. В те дни воспитатели устраивали поминальный политпросвет среди детей. Спрашивали, кто такой Леонид Ильич, чем славен и т.п. А за правильные ответы награждали маленького отличника политической подготовки – смех и грех! – конфеткой. И вот очередь дошла до Сережи:

- Так кто же такой Леонид Ильич?

Сережа задумался.

- Сереженька, Леонид Ильич – это наш вождь!

И тут Сережу прорвало:

- Мы что – индейцы? Леонид Ильич – не вождь, а генеральный секретарь ЦК КПСС!

... А ведь, как точно заметил умный мальчик. Вождизм – это раннеязыческое. Вождь – это из чего-то, пусть не самого пещерного, но явно родоплеменного. Дальше только вожак. Вождь может быть у племени, толпы, клики. Но не у сообщества разумных индивидов. В новейшее время вожди имели место только в СССР, Северной Корее, да гитлеровской Германии. Даже в Китае был Великий Кормчий, который вел своей небесный корабль в полном соответствии с этнорелигиозным мировоззрением его экипажа. Это ближе к императору. А у нас, похоже, не доросли даже до царя. Поэтому так грустно забавляет уважаемый мной Никита Сергеевич.

Что там благостный и умиротворенный царь-батюшка – в России всегда льнули, прижимались именно к вождю. Чтобы вслед за ним с гиканьем и улюлюканьем смести очередной форт чьего-то сравнительного (порой - сомнительного) благополучия. И сейчас многие бессознательно ищут, к кому бы такому прижаться, да только «настоящих буйных мало, вот и нету вожаков». И прижимаются к теням, призракам, видениям вождей, которые сами и продуцируют.

Напомню Александра Пятигорского: «Я думаю, что сама свобода реализуется в полном освобождении, только не от служб безопасности и не от крательных органов, а от шаблонов вульгарного политического мышления, из которого 90 процентов «политически мыслящего» населения не может выйти» (Пятигорский А. Что такое политическая философия: размышления и соображения. Цикл лекций. М., 2007. С. 55). И один из основных интеллектуальных шаблонов-вульгаризмов – это «архетип вождя».

... Отженись от вождя, а самое главное и самое сложное – от собственной веры и (это еще сложнее) тяги верить в него. Взамен обретишь разум – как минимум, царя. В собственной голове.

### ***Свобода и рабство. Дух и право***

Одна из самых нелепых и трагических попыток в истории человечества – это попытка надления свободными правами рабов по духу. Вроде бы очевидно: освобожденный раб и своим освобождением распорядится по-рабски. Тем не менее, такие попытки носят хронический характер в истории.

Объявляется свобода любви в обществе евнухов – евнухам с этой свободой надо что-то делать. Особенно если это объявление имеет силу политического решения, – а так чаще всего и бывает. И тут евнухов порой приходится даже пожалеть – они ведь не просили этой свободы. Как и многие рабы – освобождения. Рабов с чуть более развитым сознанием обрушившаяся невесть откуда свобода даже невротизирует. Ибо лишний раз утыкает носом в собственные ограничения.

В 1931 г. немецкий врач Макс фон Зендем удалил катаракту нескольким слепорожденным детям. Вся остальная зрительная система функционировала у них в норме. Однако в течение первых дней после операции видимый мир оставался для этих детей лишенным всякого смысла: знакомые предметы – трость, стул и др. – они узнавали только на ощупь. Только за счет специальной тренировки дети обучались видеть вещи, но их зрение и в дальнейшем не смогло достичь нормального развития. Известны и случаи удаления катаракты слепорожденным в зрелом возрасте. Многие из них пережили шок, умоляли врачей надеть им на глаза повязки, а некоторые предприняли попытку суицида... Так и со свободой.

Свободное право нужно рабу только для одного: для того, чтобы осознать ограниченность своего рабского существования и расстаться с ним раз и навсегда.

Это – просто инструмент, средство, а не цель. Люди же, часто оставаясь рабами по духу, упиваются своими свободными правами. Хорошо, если бы упивались только в созерцании. К сожалению, как правило, упиваются в действии. Хочется попробовать и то, и это. А на ком пробовать? Нередко – на других людях, которые становятся заложниками упражнений освобожденных рабов.

Невозможное втолковать рабу, что его свобода начинается с почитания свободы другого. Он ведь не понимает, что есть его собственная свобода. В лучшем случае представляет ее в виде совокупности прав и полномочий, которыми его кто-то наделил. Отними их – и от «свободного человека» ничего не останется, ибо на его месте всегда был раб. Или, наоборот – избавь его от оков, в рабском сознании ничего не изменится. Развязанные руки и облегченные ноги еще не принадлежат господину. Для этого необходима собственная («господская») голова, которая их и все прочее научит действовать свободно. А без нее возможен только хаос телодвижений, порой – разрушительных, саморазрушительных...

Все-таки мудро додумалось человечество пеленать детей. Пеленать, не перепеленовывать. Только так ребенок может сдерживать захлестывающий его поток беспорядочных движений ручонками и ножонками, природных телесных импульсов, которым он – не хозяин. Пеленание внешне выглядит как «порабощение». Но через него дитя получает первый опыт изживания самой тяжелой зависимости – от силы, которая манипулирует им изнутри. Ведь и в пучине «внутренних» импульсов можно поздно захлебнуться и потонуть, если своевременно не вырваться из нее. Пеленки – здесь что-то вроде спасательного круга. В какой-то момент от него зависит жизнь, но ведь надет-то он не навсегда.

Так и пеленки рано или поздно развяжут. Чтобы ручки и ножки в итоге научились совершать разумные, осмысленные человеческие действия: ручки – что-то созидать, а ножки – обеспечивать в

буквальном смысле «самостояние» и прямохождение. Т.е. то, с чего, по сути, и начинается человеческая свобода. Которую нельзя ни «дать», ни «взять».

### ***Внешний контроль изнутри***

Людские души порой перенаселены «внешними контролерами», которых люди сами подселяют себе внутрь. Иногда просто выдумывают. Вот этого ревизора вы вынесли из детства. Он выламывал вам руки, унижал, глумился над вами. Вы его ненавидели и не раз мечтали отомстить. И что? Теперь он спокойно живет внутри вас и оттуда, изнутри диктует вам, что и как делать. Теперь он стал еще и наставником. А если у вас не получается – бьет еще сильнее, чем в детстве. Только если в детстве можно было убежать от него, забиться куда-нибудь на чердак или в подвал, то от этого не скроешься – он всегда с вами.

А этот? ...Вам однажды показалось, что другие только и ждут, чтобы вы делали так, а не эдак. Вот он и надзирает за вами и, если что, осуждает голосами других. А ведь вы даже не пытались проверить, насколько он правомочен говорить от их имени. Просто показалось...

Что там «внешние контролеры»? В иных внутренних мирах функционируют целые контрольно-ревизионные органы и карательные службы. Каждодневно подтачивая, разъедая, разрушая эти миры. Не только те, в которых они завелись, но и сопредельные. Вбивая в людей комплексы, срывая их в неврозы, вызывая у них психосоматические заболевания.

Кому и для чего они нужны, эти подселенцы, эти фантомы? Слабому, погрузившему себя в защитный сон от жизни сознанию. Как бы ни изнурял их внешний контроль изнутри, – это цена, которую такое сознание заплатило за то, что оно переложило на них основной объем своей ответственности, освободило себя от мук сомнения и совести. А «внешним контролерам», в свою очередь, ответственность, сомнение и совесть не только не нужны – враждебны. Ибо все вместе это и есть живое, бодрствующее, работающее сознание. Оно ведь не испытывает нужды во внешнем контроле и контролерах. Как изнутри, так и, собственно, извне. Кстати, те, кто реально стремится манипулировать людьми, всегда опираются на помощь «внешних контролеров внутри». Они находят в них агентов своего влияния на объект манипуляции. И, по сути, становятся их хозяевами в отличие от тех, в ком эти контролеры живут.

Единственное, что можно противопоставить всему этому, – полноценное сознание, ответственное, совестливое, сомневающееся.

И решающий акт сознания – сознательный и свободный акт человека состоит в том, чтобы вышвырнуть из своего мира контролеров-подселенцев, навсегда закрыв им дорогу в этот мир.

## **ՀՈՂՎԱԾՆԵՐԻՆ ՆԵՐԿԱՅԱՑՎՈՂ ՊԱՀԱՆՁՆԵՐԸ:**

Նյութի ծավալը՝ 6-9 էջ, ներառյալ գրականության ցանկը և եռալեզու ամփոփումները (էջի ձևաչափը՝ A4, տառատեսակը՝ Sylfaen, տառաչափը՝ 11, միջտողային տարածքը՝ 1.15, վերևի, ներքևի, աջ և ձախ լուսանցքները՝ 2.0 սմ, հավասարեցումն ըստ լայնության, առանց տողադարձերի, պարբերության խորությունը՝ 0.75 սմ): Հոդվածներում նկարների և աղյուսակների քանակը չպետք է գերազանցի 2-ը, յուրաքանչյուրը էջի ¼ -ի չափով, լայնությունը՝ 12.5 սմ (ձևաչափը՝ jpg, png): Հոդվածի վերնագիրը պետք է գրել կենտրոնում՝ 12pt տառաչափով, գլխատառերով և մգեցված (Bold): Վերնագրից հետո նոր տողում 11 տառաչափով նշվում են հեղինակի ազգանունը, անվան և հայրանվան սկզբնատառերը, այնուհետև փակագծերում հաստատությունը, քաղաքը, երկիրը, հաջորդ տողում հեղինակի էլեկտրոնային փոստի հասցեն: Մեկ դատարկ տող հետո շարադրվում է հոդվածի ամփոփագիրը (150-200 բառ)՝ 11 տառաչափով, հավասարեցումը ըստ երկու կողմերի: Այն պետք է արտացոլի աշխատանքի հիմնական էությունը՝ նպատակ, խնդիրներ, արդյունքներ: Այնուհետև նոր տողում հիմնաբառերը՝ 5-ից մինչև 8 բառ: Հոդվածի տեքստը ևս առանձնանում է դատարկ տողով:

Հիմնական տեքստից հետո գրվում է գրականության ցանկը (նշելով՝ Գրականություն) այբբենական կարգով (12-ից ոչ ավել) սկզբում հոդվածի լեզվով աղբյուրները, այնուհետև՝ այլ լեզուներով աղբյուրները: Գրականության ցանկում պետք է նշված լինեն հեղինակ(ներ)ի ազգանունը, անվան առաջին տառը, փակագծում՝ թվականը մգեցված (Bold), աշխատության անվանումը, հրատարակման վայրը, ընդհանուր էջերի քանակը կամ օգտագործված տեղեկատվության էջերը: Էլեկտրոնային աղբյուրների դեպքում նշվում են հեղինակների ազգանուններն ու անվանատառերը, աշխատանքի վերնագիրը, կայքի հասցեն ամբողջությամբ (link), հրապարակման (եթե հայտնի է) և վերջին այցելության ամսաթիվը, ամիսը, տարին: Տեքստում գրականության մեջբերումը նշվում է փակագծերում - [...] գրելով համապատասխան գրքի համարը և էջերը:

Հոդվածի վերջում բերվում է ամփոփագիր մյուս երկու լեզվով՝ 150-200 բառ, ներառյալ՝ վերնագիրը, հեղինակի ազգանունը, անվան սկզբնատառը և հանգուցային բառերը:

Էլեկտրոնային ֆայլի անվանումը գրվում է հոդվածի լեզվով, նշելով՝ հեղինակի ազգանունը և անվան սկզբնատառերը, որից հետո անհրաժեշտ է նշել նյութի ձևը՝ հոդված: Օրինակ՝ «Լալայան Վ.Գ. հոդված»:

Ուսանողները (մագիստրոսներ, ասպիրանտներ, հայցորդներ) հոդվածին պետք է կցեն նաև գիտական ղեկավարի երաշխավորագիրը:

### **Կոնտակտային տվյալներ.**

Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ, Ակադեմիկոս Մկրտիչ Մազմանյանի անվան հոգեբանության ամբիոն, 708 կաբինետ (Երևան, Հայաստան), հեռախոս: +374-10-59-70-42, +374-77-45-76-94, էլ. հասցե՝ psyconf2022aspu@mail.ru

## **ТРЕБОВАНИЯ К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЕЙ**

Объем статьи - 6-9 страниц, включая библиографию и аннотацию на русском и английском (формат страницы А4; шрифт – Sylfaen unicode, кегль шрифта–11; межстрочный интервал – 1.15; поля: верхнее, нижнее, правое, левое – 2.0 см, выравнивание по ширине; без переносов; абзацный отступ – 0.75 см). Количество рисунков и таблиц не должно превышать 2-х, размер каждого-1/4 страницы (в формате jpg, png). Заглавие статьи набирается жирным (Bold) шрифтом 12 pt заглавными буквами (Caps Lock) по центру. На следующей строке шрифтом 11pt – фамилия и инициалы автора/авторов, далее в скобках учреждение, город, страна, на следующей строке - адрес электронной почты автора. После разделительной пустой строки, на следующей строке шрифтом 11pt приводится аннотация статьи (150-200 слов), далее на следующей строке – ключевые слова (5-8 слов). Текст статьи отделяется пустой строкой.

Далее следует основной текст, после которого дается список использованной литературы (Литература) в алфавитном порядке (не более 12), сначала источники на языке статьи, затем - иностранные и интернет-ресурсы. В списке литературы приводятся фамилия автора, инициалы имени и отчества, в скобках – год жирным (Bold) шрифтом, название научного труда, место издательства, общее количество страниц или номера использованных страниц. В случае электронных источников приводятся фамилия автора, инициалы имени и отчества, название труда, полный адрес сайта (link), дата публикации (если известно) и дата последнего посещения. Ссылки на литературные сноски в тексте приводятся в квадратных скобках [...] с указанием порядкового номера источника и страницы.

В конце статьи приводится аннотация на английском языке 150-200 слов, включая название статьи, фамилия, инициалы автора и ключевые слова (key words-не больше 5-7 слов).

Название электронного файла пишется на языке статьи с указанием фамилии автора и инициалов, после чего необходимо указать тип статьи. Например: Лалаян В.Г. статья "

Студенты (магистры, аспиранты, соискатели) также должны приложить к статье рекомендательное письмо научного руководителя.

### **Контактная информация.**

АГПУ имени Х. Абовяна, Кафедра психологии имени Академика Мртича Мазманяна, 708 кабинет (Ереван, Армения), Телефон: +374-10-59-70-42, +374-77-45-76-94, E-Mail: psyconf2022aspu@mail.ru

## ***PAPER FORMAT AND GUIDELINES***

Material size 6-9 pages, including literature list and trilingual summaries (page size: A4, font size: Sylfaen, font size: 11, line spacing: 1.15, top, bottom, right-left margins: 2.0 cm, width alignment, without line depth, paragraph depth: 0.75 cm). The number of pictures and tables in articles should not exceed 2. Each picture and table should be no more than one quarter of a page and width: 12.5 cm (dimensions: jpg, png). The title of the article should be written in the center - 12pt font, in bold. In the new line after the title, the author's surname, the initials of the name and patronymic are mentioned, then the institution in brackets, the city, and the country, on the next line, the author's e-mail address is in 11 pt font. After a separating blank line, the summary of the article (150-200 words) is written in 11pt font, the alignment according to both sides. It should reflect the essence of the work - goals, objectives, tasks and results. Then, in a new line, the key words are presented (5 -8 words). A blank line separates the text of the article.

After the main text, the list of literature is presented (indicating Literature) in alphabetical order (not more than 12), first the sources in the language of the article, then the sources in other languages. The list of literature should include the author(s) surname, the initial of the author's name, the date of publication in parentheses in bold, the title of the work, place of publication, total number of pages or used information pages. For electronic sources, the surname and first name of the author, the title of the work, the full website address (link), the date of publication (if known), the date of the last visit, the month, the year are indicated. The citation of the literature in the text is indicated in parentheses - [...] by writing the relevant book number and pages.

At the end of the article there is a summary in the other two languages - 150-200 words, including the title, author's last name, initials and keywords.

The name of the e-file is written in the language of the article, indicating the author's surname and the initials of the name, after which it is necessary to indicate the type of the article. For example: «Lalayan V.G. article».

Students (masters, postgraduate students, applicants) must also attach a supervisor's letter of recommendation to the article.

### **Contacts.**

ASPU after Kh. Abovyan, Chair of Psychology named after Academician Mkrtich Mazmanyan, 708 offices (Yerevan, Armenia), telephone. +374-10-59-70-42, +374-77-45-76-94, e-mail: Address: psyconf2022aspu@mail.ru

Հ Ո Ք Ե Բ Ա Ն Ա Կ Ա Ն Հ Ի Մ Ն Ա Խ Ն Դ Ի Դ Ն Ե Դ  
ԳԻՏԱԿԱՆ ՊԱՐԲԵՐԱԿԱՆ  
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ  
НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ  
PSYCHOLOGICAL PROBLEMS  
SCIENTIFIC JOURNAL

N2(2)

Հանձնվել է շարվածքի՝ 28.11.2022  
Ստորագրվել է տպագրության՝ 08.12.2022

Թուղթը՝ օֆսեթ  
Չափսը՝ 60X84/8  
Ծավալը՝ 5 պայմ. տպ. մամուլ  
Տառատեսակները՝ Sylfaen, Times New Roman  
Տպագրության եղանակը՝ թվային  
Տպաքանակը՝ 100

Տպագրվել է «Տիր» հրատարակչության տպագրատանը  
Հասցեն՝ Երևան, Ա. Միկոյան փ., 2/2  
Էլ. փոստ՝ [tirpublishinghouse@gmail.com](mailto:tirpublishinghouse@gmail.com)  
Հեռ.՝ (+374 94) 50 99 00



Խ. ԱՔՈՎՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ ՀԱՅԿԱԿԱՆ ՊԵՏԱԿԱՆ  
ՄԱՆԿԱՎԱՐԺԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ  
ԱԿԱԴԵՄԻԿՈՍ ՄԿՐՏԻՉ ՄԱԶՄԱՆՅԱՆԻ ԱՆՎԱՆ  
ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ ԱՄԲԻՈՆ

[www.aspu.am](http://www.aspu.am)  
[psyconf2022aspu@mail.ru](mailto:psyconf2022aspu@mail.ru)

Նվիրվում է Խ. Աբովյանի անվան ՀՊՄՀ 100-ամյակին