



ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ

ՏԵՍԱԿԱՆ ԵՎ ԿԻՐԱՌԱԿԱՆ ՀԱՐՋԵՐ

(գիտական հոդվածների ժողովածու)



ԵՐԵՎԱՆԻ ՊԵՏԱԿԱՆ ՀԱՄԱԼՍԱՐԱՆ

**ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ
ՏԵՍԱԿԱՆ ԵՎ ԿԻՐԱՌԱԿԱՆ ՀԱՐՑԵՐ**

(գիտական հոդվածների ժողովածու)

Երևան
«ԱՍՈՂԻԿ»
2016

ՀՏԴ 159.923
ԳՄԴ 88.37
Ա 597

*Հրատարակվում է Երևանի պետական համալսարանի
փիլիսոփայության և հոգեբանության ֆակուլտետի
գիտական խորհրդի երաշխավորմամբ*

Գրախոս՝
հոգեբանական գիտությունների դոկտոր
ՌՈՒԲԵՆ ՆԱԴԴՅԱՆ

Գիտական խմբագիր՝
հոգեբանական գիտությունների թեկնածու
ՆԱՐԻՆԵ ԽԱԶԱՏՐՅԱՆ

Անձի հոգեբանության տեսական և կիրառական հարցեր (գիտական
Ա 597 հոդվածների ժողովածու). - Եր.: «Ասողիկ» հրատ., 2016.- 280 էջ:

Սույն ժողովածուում ներկայացված են ԵՊՀ Անձի հոգեբանության ամբիոնի դասախոսների, ասպիրանտների և մագիստրոսների հոդվածները: Ժողովածուում ընդգրկվել են անձի հոգեբանության հիմնահարցերին վերաբերող տեսական և կիրառական բնույթի հոդվածներ: Դիտարկվում են անձի ձևավորման և կայացման գործում զարգացման, սոցիալական, մշակութային և էքզիստենցիալ խնդիրներ:

Հոդվածների ժողովածուն կարող է օգտակար լինել անձի հոգեբանության ոլորտով հետաքրքրված մասնագետների և ուսանողների համար:

ՀՏԴ 159.923
ԳՄԴ 88.37

ISBN 978-9939-50-308-0

© Երևանի պետական համալսարան, 2016
© Խաչատրյան Ն. (խմբ.), 2016

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ԱՌԱՋԱԲԱՆ..... 5

ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅԱՆ ՆՈՐ ԿՈՂՄՆՈՐՈՇՈՒՄՆԵՐ

Նարինե Խաչապրյան

ԱՆՁԻ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆՆ ԼՅՍՕՐ. ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՄԱՆ ԱՌԱՐԿԱՆ ԵՎ ՄԱՐՏԱՀՐԱՎԵՐՆԵՐԸ..... 9

Սվեդրյանա Հարությունյան

ՆԱՐԱՏԻՎ ՀՈԳԵԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆ. ՁԵՎԱՎՈՐՄԱՆ ՀԻՄՔԵՐԸ, ՄԵԹՈԴԱԲԱՆՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՎ ԿԻՐԱՌԱԿԱՆ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ16

ԱՆՁ ԵՎ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ԽՆԴԻՐՆԵՐ

Լիլիթ Գարգրյան

ՍԵՓԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔԻ ԸՆԿԱԼՈՒՄՆ ՈՒ ԴՐԱ ՆԿԱՏՄԱՄԲ ՎԵՐԱԲԵՐՄՈՒՆԻՔԸ ՀԱՍՈՒՆՈՒԹՅԱՆ ՓՈՒԼՈՒՄ 33

Իրինա Խանամիրյան

ԾՆՈՂԱԿԱՆ ՀՐԱՀԱՆԳՆԵՐԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԿԱՆԱՑԻՈՒԹՅԱՆ ՁԵՎԱՎՈՐՄԱՆ ՎՐԱ..... 42

Էլենորա Զաքարյան, Մարինե Միքայելյան

ՓՈԽՀԱՏՈՒՑՄԱՆ ԲԱԶՄԱԲՆՈՒՅԹ ՄԵԽԱՆԻԶՄՆԵՐԸ ԵՎ ԴՐԱՆՑ ԿԻՐԱՌԱԿԱՆ ՆՇԱՆԱԿՈՒԹՅՈՒՆԸ ՀԱՏՈՒԿ ԿԱՐԻՔՆԵՐ ՈՒՆԵՑՈՂ ԵՐԵԽԱՆԵՐԻ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ԳՈՐԾՈՒՄ 49

Սոսե Խաչիբաբյան

ՍՏԵՂԾԱՐԱՐՈՒԹՅԱՆ ԶԱՐԳԱՑՄԱՆ ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԸ ԿՐՏՍԵՐ ԴՊՐՈՑԱԿԱՆ ՏԱՐԻՔՈՒՄ61

Մանե Տոնոյան

ԾԵՐՈՒԹՅԱՆ ՎԵՐԱԲԵՐՅԱԼ ՊԱՏԿԵՐԱՑՈՒՄՆԵՐԸ ՄԻՋԻՆ ՀԱՍՈՒՆՈՒԹՅԱՆ ՓՈՒԼՈՒՄ 68

Կարինե Հարությունյան

ՆԿԱՐԻ ԴԵՐԸ ԵՎ ՊԱՏԿԵՐՄԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ՄԱՆԿՈՒԹՅԱՆ ՇՐՋԱՆՈՒՄ 77

Արմինե Հայրապետյան, Լիլիթ Գարգրյան

ԿԱՊՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ՏԵՍԱԿԻ ԵՎ ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ ԲԱՐԵԿԵՑՈՒԹՅԱՆ ՓՈԽԿԱՊՎԱԾՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՈՒԹՅԱՆ ՏԱՐԻՔՈՒՄ..... 84

ԱՆՁ ԵՎ ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆ ԽՆԴԻՐՆԵՐ

Աննա Հակոբջանյան

ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ ՊԱՀՊԱՆՄԱՆՆ ՈՒՂՂՎԱԾ ՎԱՐՔԻ ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՄԱՆ ՄՈՏԵՑՈՒՄՆԵՐԸ 97

Լիանա Սարգսյան, Սվեդրյանա Հարությունյան

ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ԱՐԺԵՔԱՅԻՆ ԿՈՂՄՆՈՐՈՇԻՉՆԵՐԻ ԵՎ ՏՆՏԵՍԱԿԱՆ ԻՆՔՆՈՒԹՅԱՆ ՓՈԽԿԱՊՎԱԾՈՒԹՅԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ113

Լիլիթ Ավերիսյան, Սոնա Մանուսյան

ԿԱՄԱՎՈՐԻ ՕԳՆՈՂԱԿԱՆ ԴԻՐՔՈՐՈՇՈՒՄՆԵՐՆ ԱՆՁԻ
ՆՈՒՅՆԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ԿԱՌՈՒՅՎԱԾՔՈՒՄ 128

Քնարիկ Առաքելյան

ԱՆՁԻ ՁՈՎԱՅՆՈՒԹՅՈՒՆԸ ՈՐՊԵՍ
ՄԻՋԱՌԱՐԿԱՅԱԿԱՆ ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԽՆԴԻՐ..... 145

Մարիաննա Գևորգյան, Նարինե Խաչատրյան

ՍՈՒԲՅԵԿՏԻՎ ԲԱՐԵԿԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԵՎ ԱՅՆ ՊԱՅՄԱՆԱՎՈՐՈՂ
ԳՈՐԾՈՆՆԵՐԻ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ
ՇՐՋԱՆՈՒՄ..... 153

Անժելա Աֆյան, Նարինե Խաչատրյան

ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ԱՇԽԱՏԱՆՔԱՅԻՆ ՎԱՐՔԻ ՌԱԶՄԱՎԱՐՈՒ-
ԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ԸՆՏՐՈՒԹՅԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ 163

ԱՆՁ ԵՎ ՄՇԱԿՈՒԹԱՅԻՆ ԽՆԴԻՐՆԵՐ

Սոնա Մանուսյան

ԱԶԳԱՅԻՆ ԻՆՔՆՈՒԹՅԱՆ ՍՈՑԻԱԼ-ՀՈԳԵԲԱՆԱԿԱՆ
ԸՄԲՈՆՈՒՄԸ..... 179

Նվարդ Գրիգորյան, Աննա Հակոբջանյան, Մերի Գրիգորյան

ԺՈՂՈՎՐԴԱԿԱՆ ԱՍԱՅՎԱԾՔՆԵՐԸ ՈՐՊԵՍ ՀԱՄՈՋՄՈՒՆՔՆԵՐԻ
ՁԵՎԱՎՈՐՄԱՆ ՀԻՄՔԵՐ..... 193

Ասպրիկ Սերոբյան

ԱՆՁՆԱՅԻՆ ԳԾԵՐ ԵՎ ԱՌԻՏՈԿԱՐԾՐԱՏԻՊԵՐ. ՀԱՄԵՄԱՏԱԿԱՆ
ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒԹՅՈՒՆ ՀԱՅԵՐԻ, ՀՈՒՅՆԵՐԻ ԵՎ ԱՍՈՐԻՆԵՐԻ
ՕՐԻՆԱԿՈՎ..... 210

Անուշ Մկրտչյան

ԱՐԺԵՔՆԵՐԻ ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՄԱՆ ՏԵՍԱԿԱՆ ԵՎ ԿԻՐԱՌԱԿԱՆ
ԱՍՊԵԿՏՆԵՐԸ..... 227

Անի Մովսիսյան, Նարինե Խաչատրյան

ՈՐՈՇ ԱՆՁՆԱՅԻՆ ՓՈՓՈԽԱԿԱՆՆԵՐԻ ՀԱՄԵՄԱՏԱԿԱՆ
ՎԵՐԼՈՒԾՈՒԹՅՈՒՆ ՏԱՐԲԵՐ ՄՇԱԿՈՒՅԹՆԵՐՈՒՄ
ՍՈՑԻԱԼԱԿԱՆԱՑՈՒՄ ԱՆՑԱԾ ՀԱՅ ԵՐԻՏԱՍԱՐԴՆԵՐԻ ՕՐԻՆԱԿՈՎ 238

ԱՆՁ ԵՎ ԷՔԶԻՍՏԵՆՑԻԱԼ ԽՆԴԻՐՆԵՐ

Լուսինե Աղաբեկյան

ՄԱՀՎԱՆ ՀԵՏ ԲԱԽՈՒՄԸ՝ ՈՐՊԵՍ ԷՔԶԻՍՏԵՆՑԻԱԼ
ՓՈՐՁԱՌՈՒԹՅՈՒՆ 257

Նարինե Աղամյան, Իրինա Խանամիրյան

ԱՌՈՂՋԱԿԱՆ ԽՆԴԻՐՆԵՐ ՈՒՆԵՑՈՂ ԵՐԵԽԱՆԵՐԻ ՄԱՅՐԵՐԻ
ԱՐԺԵՄԱՍՏԱՅԻՆ ՈԼՈՐՏԻ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ..... 263

Կարինե Գրիգորյան

ԵՐԵԽԱՆԵՐԻ ՄԱՀՎԱՆ ՎԱԽԻ ՖԵՆՈՄԵՆՈԼՈԳԻԱՆ. ՏԱՐԲԵՐ
ՄՈՏԵՑՈՒՄՆԵՐ ԵՎ ՈՒՍՈՒՄՆԱՍԻՐՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ 273

ԾՆՈՂԱԿԱՆ ՀՐԱՀԱՆԳՆԵՐԻ ԱԶԴԵՑՈՒԹՅՈՒՆԸ ԿԱՆԱՑԻՈՒԹՅԱՆ ՁԵՎԱՎՈՐՄԱՆ ՎՐԱ

Իրինա Խանամիրյան

Յուրաքանչյուր մարդ կյանքի ընթացքում տարբեր իրավիճակներում կարող է ունենալ այնպիսի զգացողություններ, վարքաձևեր, արձագանքներ, որոնք կարծես չեն վերաբերում «այստեղ-և-հիմա» տարածությանը, այլ սկիզբ են առնում մանկության կամ դեռահասության հեռավոր տարիներից:

Էքզյուպերիի «Մենք բոլորս ծնունդով մանկությունից ենք» հանրահայտ արտահայտությունը հստակ մեկնաբանելի է հոգեբանական տարբեր դպրոցների կողմից: Այն շեշտադրում է կարևոր մի գաղափար. հասուն տարիքում մենք հաճախ առաջնորդվում ենք դեռ մանկության տարիների ընթացքում ձևավորված որոշումների, համոզմունքների, մեր մասին պատկերացումների ամբողջությամբ:

Տարբեր հոգեբանական դպրոցներ անդրադառնում են մանկության տարիներին կյանքի մասին առաջացած պատկերացումներին, կյանքի պլանավորման, կենսական սյուժեի նախագծմանը: Օրինակ, համաձայն հոգեվերլուծողների, հասուն կյանքում մարդն առաջնորդվում է մանկության տարիների չլուծված կոնֆլիկտներով, ամրապնդված ապրումներով, տրավմաներով: Համաձայն կոգնիտիվ հոգեթերապևտների, յուրաքանչյուր մարդ ունի իր և աշխարհի մասին խորքային համոզմունքներ, որոշակի սխեմաներ, որոնք ձևավորվել են մանկության տարիներին և պայմանավորում են հասուն մարդու արարքները:

Տրանսակտ վերլուծողների, մասնավորապես Է. Բերնի կարծիքով՝ մարդկանց մեծամասնությունը ենթագիտակցության մեջ ունի կյանքի որոշակի սցենար, պլան, որի շնորհիվ նա կազմակերպում է իր կյանքի երկարատև շրջաններ՝ ամիսներ, տարիներ: «Կյանքի սցենարի» գաղափարը հատկապես կարևորվում է տրանսակտ վերլուծության դպրոցի ներկայացուցիչների կողմից: Ըստ Է. Բերնի, սցենարը կյանքի պլան է, որը կառուցվում է մանկության շրջանում, ամրապնդվում է ծնողների կողմից, արդարացվում է հետագա իրադարձություններով և ավարտվում այնպես, ինչպես կանխորոշված էր: Սցենարը մշտապես խաղարկվող կենսական նախագիծ է, որը ձևավորվել է վաղ մանկության տարիների ընթացքում, հիմնականում ծնողների ազդեցության տակ: Համաձայն Է. Բերնի, դա հոգեբանական իմպուլս է, որը մեծ ուժով մարդուն բրդում է առաջ, երբեմն առանց հաշվի առնելու նրա դիմադրությունն ու ազատ ընտրության հնարավորությունը [1]:

Տրանսակտ վերլուծողներն առաջարկում են այն միտքը, որ մանկության տարիներին երեխան ձևավորում է կենսական հստակ պլան, յուրօրինակ թատերական բեմականացում, որն ունի սկիզբ, միջին մաս և ավարտ: Երեխան հստակ ավարտում է իր բեմականացումը, և կենսական պլանի յուրաքանչյուր գործողություն անպայման տանում է դեպի այդ ավարտ: Հասուն տարիքում մարդն իրականացնում է այնպիսի գործողություններ, որոնք բերում են իր «գրած» սցենարի ավարտին:

Յուրաքանչյուր սցենարի կարևոր յուրահատկությունն այն է, որ թեև այն ձևավորվում է ծնողների կամ կյանքի արտաքին ազդեցությունների շնորհիվ, բայց և միևնույն ժամանակ սցենարի զարգացումը կախված է երեխայի որոշումից: Երեխան որոշում է կայացնում, թե ինչպիսին են լինելու իր կյանքի ընթացքը, պլանը: Բնականաբար, այդ որոշումը մեծապես տարբերվում է հասուն տարիքին բնորոշ որոշումներ կայացնելու ձևից, այն սպոնտան է, հուզական, զգացմունքային:

Համաձայն Յ. Սթյուարտի և Վ. Ջոյնսի, սցենարային որոշումները տվյալ մանկիկի համար վտանգավոր և թշնամական թվացող աշխարհում գոյատևման լավագույն ուղին են: «Մեծական» աշխարհը երեխային վտանգներով լի, վախեցնող տեսարաններով լեցուն աշխարհ կարող է թվալ: Ուստի երեխան «որոշում» է, թե ինչպես գոյատևել այդ անսովոր, հետևաբար՝ անապահով աշխարհում [2]:

Բնականաբար, երեխայի մտածողությունն ունի իր առանձնահատկությունները: Երեխային, հատկապես մինչև հինգ տարեկան, հատուկ են մոգական մտածողության տարրեր: Երեխան վստահ է, որ իր մտքերն արտաքին աշխարհում տեղի ունեցող իրադարձությունների պատճառ են հանդիսանում, որ նա ունի գերբնական կարողություններ և կարող է ազդել իրադարձությունների վրա: Ուստի, նա կարող է «հուզական» որոշումներ կայացնել իր մեկնաբանությունների հիման վրա, իր կարծիքով՝ ապահովագրելով իր կյանքը:

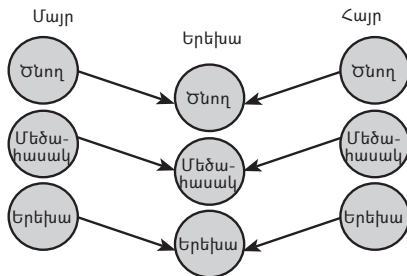
Երեխայի որոշումներն ամրագրվում են ծնողների կողմից: Ծնողները, մեծահասակները, շրջապատող աշխարհը որոշակի ազդակներ, հաղորդագրություններ են ուղղում երեխային, որոնք կրում են խոսքային կամ ոչ խոսքային բնույթ: Մինչև խոսքի իմաստային կողմի հասկացումը, երեխան հակազդում է մեծահասակներից եկող ոչ խոսքային ազդակներին: Նա շատ զգայուն է ձայնի ինտոնացիայի, մարմնախաղի նկատմամբ: Օրինակ, ծնողի կողմից երեխայի հետ հաճախակի դրական մարմնական կոնտակտի ապահովումը կարող է մեկնաբանվել երեխայի կողմից որպես «ապրելու և լինելու» թույլատրություն [2]: Հետագայում, երբ երեխան սկսում է հասկանալ նաև խոսքի իմաստային, բովանդակային կողմը, միևնույն է, հաճախ նա մեկնաբանում է ասածը՝ կախված ոչ խոսքային հաղորդագրություններից: Երբեմն երեխան կառուցում է իր վարքը, ապագա սցենարը՝ կախված այն

ուղերձներից, որոնք ասվել են նույնիսկ անուղղակի, օրինակ, երբ ծնողները խոսում են ուրիշի մասին:

Երեխան իր սցենարային որոշումները կառուցում է կամ պարբերաբար կրկնվող ուղերձների դեպքում, կամ այն եզակի դեպքերից հետո, որոնք չափազանց սթրեսային են: Երեխայի կյանքի սցենարի ձևավորման վրա ազդում են նաև ծնողներից եկած խոսքային ուղերձերն ու հաղորդագրությունները, որոնք հստակ սովորեցնում և մատնանշում են երեխային, թե ինչն է կարելի և ինչը չի կարելի, որն է վատ և որն է լավ: Բոլոր մարդիկ ստանում են նմանատիպ ուղերձներ:

Որոշակի տարիքում, մասնավորապես բարոյական հասկացությունների ձևավորման փուլում, այդպիսի ուղերձներն ունենում են կարևոր նշանակություն երեխայի անձի ձևավորման համար: Երեխան իր զարգացման ընթացքում կարիք ունի հեղինակավոր ծնողի կարծիքի, անձի, որը հստակ ցույց կտա «ճիշտը» և «սխալը»: Երեխան, ստանալով նմանատիպ հաղորդագրություններ, կառուցում է իր հետագա վարքը և փոխհարաբերությունները համաձայն դրանց:

Համաձայն Քլոդ Շտայների, ծնողների հաղորդագրությունները կարող են գալ տարբեր Էգո-վիճակներից՝ Ծնողից, Երեխայից կամ Մեծահասակից: Նա առաջարկել է սցենարային կաղապարի գաղափարը, որն արտահայտում է, թե ինչպես և ինչի ազդեցության ներքո են մարդկանց մեջ ձևավորվում կենսական որոշումները: Համաձայն նշված կաղապարի, այն ուղերձները, որոնք գալիս են ծնողների «Ծնող» Էգո-վիճակից կոչվում են *ուղերձներ*: Դրանք հիմնականում այն վերբալ հաղորդագրություններն են, որոնք տրվում են նախադարձական տարիքում: Դրանք ձևավորում են մարդու «Ծնող» Էգո-վիճակի մի մասը: Երեխայի «Մեծահասակը» ընդօրինակման շնորհիվ կարող է ընկալել ծնողների «Մեծահասակից» եկող ուղերձները և ձևավորել *ծրագիր*: Ծնողների «Երեխա» Էգո-վիճակից բխող ուղերձները կարող են լինել «թույլատրության» կամ «արգելման»: Դրանք կազմում են մարդու «Երեխա» Էգո-վիճակի մի մասը, հիմնականում ձևավորվում են վաղ մանկության ընթացքում և կրում են ոչ վերբալ բնույթ [3]:



Նկար 1. Ք.Շտայների «Սցենարային կաղապարը»

Սույն հոդվածի սահմաններում մեր ուշադրության ներքո են լինելու ծնողների «Ծնող» էգո-վիճակի ուղերձները, որոնք, ինչպես նշեցինք, կառուցում և ձևավորում են երեխայի պատկերացումները «ճիշտ» և «սխալ» լինելու մասին: Երեխան ձևավորում է իր սցենարը՝ համաձայն այս ուղերձների: Մեծ մասամբ այսպիսի ուղերձները դրական դեր են ունենում մեծահասակի կյանքում, քանի որ օգնում են հարմարվել հասարակության և տվյալ մշակույթում ընդունված նորմերին, կարգերին: Նմանատիպ ուղերձներն օգնում են պահպանել մարդու անվտանգությունը, ապահովությունը:

Ուղերձները հաճախ անվանում են հրահանգներ (driver), քանի որ երեխան, հետագայում՝ մեծահասակը, այդ ուղերձներին հետևելու հույժ կարիք է զգում: Մարդը վստահ է լինում, որ առաջնորդվելով նման ուղերձներով՝ ձևավորում է դրական վարք և դրական կենսուղի է ընտրել: Սակայն լինում են այնպիսի դեպքեր, երբ հրահանգներն այնքան կարևոր դեր ու նշանակություն են սկսում խաղալ մարդու կյանքում, որ նա իր ողջ էներգիան ուղղում է այդ հրահանգի իրականացմանը, ինչի պատճառով տուժում են մարդու կյանքի տարբեր ոլորտներ: Մարդը, կարծես, սեփական որոշումների, համոզմունքների, հրահանգների գերին է դառնում:

Ամերիկացի հոգեբան Թայբի Քալերը հետազոտել և նկարագրել է կյանքն ուղղորդող հրահանգների 5 տեսակ.

1. «Ձգտիր կատարելության»: Այս հրահանգի գերակայման դեպքում մարդիկ միշտ ձգտում են անել իրենց հնարավորություններից ավելին, ունեն մոտիվացիայի բարձր մակարդակ և երբեք չեն բավարարվում իրենց ձեռքբերումներով: Տվյալ ուղերձի բացասական կողմն այն է, որ մարդը չի կարողանում ադեկվատ գնահատել իր ձեռքբերումները, պահանջկոտ է իր և շրջապատի նկատմամբ և, կարծես, «իդեալականին» հասնելու մշտական վազքի մեջ է:
2. «Ուրախացրու ուրիշներին, եղիր հաճելի և սիրալիր»: Այս հրահանգով առաջնորդվող մարդիկ չափազանց զգայուն են դիմացիների ասածների, արարքների, հակազդումների հանդեպ: Փորձում են ամեն գնով ձեռք բերել դիմացինի դրական վերաբերմունքը: Դիմացինի ցանկությունները և պահանջմունքներն ավելի կարևոր են, քան սեփականը: Պատրաստ չեն պաշտպանել իրենց շահերը, իրենց ցանկությունները, կարծիքը, հատկապես, եթե դրանք հակասում են ընդունված կարծիքներին: Ընդհանուր առմամբ, նման մարդիկ շրջապատի կողմից ընկալվում են որպես բարեհամբույր, խաղաղասեր, կոնֆլիկտներից խուսափող էակներ:
3. «Միշտ փորձիր, ուժերից վեր, բոլոր ջանքերդ ուղղիր դեպի ընթացք»: Տվյալ հրահանգ կրողն ունի լարվածության մեծ մակարդակ: Այս հրահանգի խորքային իմաստն այն է, որ կյանքը մշտական պայքար է, անընդհատ պետք է աշխատել արդյունք ձեռք բերելու համար: Նմանատիպ հրահանգի վտանգն այն է, որ մարդն

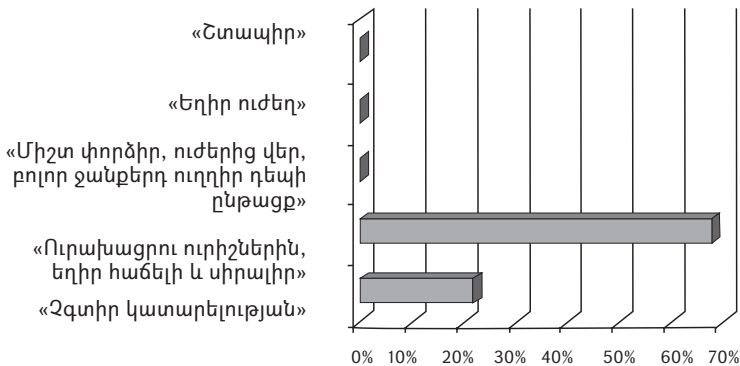
իր ողջ ուշադրությունն ու ջանքերն ուղղում է ընթացքի վրա, շատ ջանքեր է գործադրում, բայց հաճախ՝ ապարդյուն:

4. «Եղիր ուժեղ»: Այս հրահանգն ուղված է զգացմունքները ճնշելուն, հուզականություն չդրսևորելուն: Երեխան մեծանում է՝ հասկանալով, որ զգացմունքներ ցույց տալը թուլության նշան է, նա պետք է կարողանա ցանկացած իրավիճակում լինել ուժեղ, զսպված: Նման մեծահասակները սովոր չեն լսել իրական պահանջմունքներն ու ապրումները, մշտապես ներկայանում են որպես սառնասիրտ, ուժեղ և հավասարակշռված: Նրանք խուլ են լինում նաև այլ մարդկանց զգացմունքների հանդեպ, չեն կարողանում ապրումակցել դիմացինին:
5. «Շտապիր»: Նմանատիպ հրահանգի գերակայման դեպքում մարդն անհանգիստ է, սովոր է ապրել մշտական ռիթմի մեջ, ունի ակտիվության մեծ մակարդակ, ամեն ինչ անում է շտապելով, վազքով, վերջին պահին: Կարող է պատասխանատու գործեր ձեռնարկել, հասցնել ժամանակին, սակայն ի հաշիվ իր հուզական և ֆիզիկական առողջության [4]:

Ինչպես արդեն նշել ենք, այս հրահանգները կարող են դրական ազդեցություն ունենալ մարդու կյանքում, սակայն ծայրահեղ արտահայտման դեպքում կարող են վնասել մարդու հոգեկան և ֆիզիկական առողջությանը:

Հիմք ընդունելով վերը նշված տեսակետները՝ մեր կողմից իրականացվեց հետազոտություն՝ պարզելու, թե ինչ հրահանգներ են գերակայում երիտասարդ հայ աղջիկների շրջանում, մասնավորապես, երիտասարդ կանանց (22-30 տարեկան) շրջանում գերակայող հրահանգի տեսակը, որն ուղղված է եղել իրենց «կին» դերին:

Ընտրանքը կազմել է 50 երիտասարդ: Յուրաքանչյուր երիտասարդ աղջկա խնդրել ենք վերհիշել և վերարտադրել այն բառերը, արտահայտությունները, ասացվածքները, որոնք լսել են մանկության շրջանում՝ ուղղված նրան, թե ինչպիսին պետք է լինի աղջիկը:



Նկար 2. Երիտասարդ աղջիկների մանկության «հրահանգները»

Բերված հիստոգրամը ցույց է տալիս, որ երիտասարդ աղջիկների շրջանում գերակայում է «Ուրախացրու ուրիշներին, եղիր հաճելի և սիրալիր» հրահանգը: Մեծ մասը նշել է, որ փոքրուց նրանց ասել են, թե աղջիկը պետք է լինի զուսպ, համեստ, հնազանդ, որպեսզի տան պատիվը պահի: Նշվում էին պատասխաններ, որ աղջիկը պետք է մայրիկին օգնող լինի և այլ: Այսինքն՝ հիմնականում գերակայում էին այնպիսի պատասխաններ, որոնք ուղղված են շրջապատի համար օգտակար և դրական լինելուն:

Նշված պատասխանների մեջ հանդիպում են նաև այնպիսի պատասխաններ, որոնք բավարարում են «Ձգտիր կատարելության» հրահանգին՝ «աղջիկը պետք է ձգտող լինի, լավ սովորի, ցածր գնահատական չստանա» և այլն:

Ինչպես արդեն նշել ենք, յուրաքանչյուր հրահանգ կարող է լինել դրական, եթե չի դառնում այնքան գերակայող, որ մարդն իր ողջ ուժերն ու ռեսուրսներն ուղղում է այդ հրահանգի իրագործմանը: «Ուրախացրու ուրիշներին, եղիր հաճելի և սիրալիր» հրահանգը կարող է նպաստել հարաբերություններում այնպիսի դիրքի գրավմանը, որը թույլ չտա մարդուն «ապրել» սեփական կյանքով, մշտապես մտահոգվել ուրիշների կյանքի և բարեկեցության մասին, չկարողանալ իդենտիֆիկացնել սեփական պահանջմունքներն ու ցանկությունները:

Սրա մասին կարող է վկայել նաև մեր իրականացրած մեկ այլ հետազոտություն, որին մասնակցել է 30 ամուսնացած կին (30-50 տարեկան): Կանանց խնդրել ենք ավարտել «Կինը պետք է...» արտահայտությունը, դուրս բերելու համար, թե ինչ համոզմունքներով են առաջնորդվում նրանք իրենց փոխհարաբերություններում որպես կին: Հարցվողների 83%-ն առաջին տեղում գրել է, որ կինը պետք է լինի հնազանդ, լսող: 76%-ը երկրորդ տեղում նշել է, որ կինը պետք է լինի մայր: Ըստ գերակայության եկող հաջորդ պատասխաններն էին՝ պետք է լինի կոկիկ, հաճելի, խնամված:

Ինչպես նկատում ենք, նշված պատասխանները ևս մեծ մասամբ խոսում են «Ուրախացրու ուրիշներին, եղիր հաճելի և սիրալիր» հրահանգի գերակայման մասին:

Այսպիսով, ամփոփելով՝ կարող ենք ասել, որ երիտասարդ հայ աղջիկների մեջ գերակայում է «Ուրախացրու ուրիշներին, եղիր հաճելի և սիրալիր» հրահանգը, որը կարող է «կին» դերն իրականացնելիս ունենալ թե՛ դրական, թե՛ բացասական ազդեցություն: Մի կողմից՝ այս հրահանգը կարող է դրդել կնոջը լինել «օգտակար», հասկացող, հանդուրժող, ընդունող, ուրիշների կարիքները հոգող անձ, մյուս կողմից՝ այն կարող է դրդել կնոջը անտեսել սեփական զգացմունքները, դառնալ ուրիշների կարծիքների, ապրումների, զգացմունքների և գործողությունների «գոհ», մոռանալ

սեփական անձի ձգտումները, պահանջմունքները, իրական ցանկությունները: Սա կարող է բացասաբար անդրադառնալ ընտանիքի կենսագործունեության, գործառույթների իրականացման վրա՝ առաջ բերելով ընտանիքով պայմանավորված տրավմաներից մեկը՝ մշտական տագնապային զգացողությունը:

Անշուշտ, բացասական ազդեցության հաղթահարման բազում ձևեր գոյություն ունեն: Հոգեթերապևտիկ աշխատանքը հնարավորություն է ընձեռում հասկանալ և գիտակցել մանկության տարիքում ընդունված որոշումների «անպիտանելիությունը», գիտակցել ժամանակին ծնողական հրահանգների դերը և նշանակությունը ներկայիս կյանքում և կառուցել նոր, գիտակցված, ներկա ժամանակաշրջանի համար արդյունավետ կենսական պլան և սցենար:

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. **Берн, Э.** *Люди, которые играют в игры. Игры, в которые играют люди*, М., ЛИТУР, 1998.
2. **Стюарт, Я., Джойнс, В.** *Современный транзактный анализ*, социально-психологический центр, СПб., 1996.
3. **Steiner, C.** *Scripts People Live*, NY, Grave Press, 1990.
4. **Kahler, T.** Drivers: The key to the process of scripts, *Transactional Analysis Journal*. Vol. 5(3), 1975, pp. 280-284.